

**TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE DITINJAU DARI JENIS  
DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA PADA ANGGOTA PERSIT KARTIKA  
CHANDRA KIRANA RANTING 5 KIBU 54 KOTA MUARA ENIM  
PROVINSI SUMATERA SELATAN**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Mencapai Derajat Sarjana Psikologi



**JURNAL SKRIPSI**

**Disusun Oleh:**

**Rumaisya Maharani**

**M2A008082**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
SEMARANG**

**2014**

**TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE DITINJAU DARI JENIS  
DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA PADA ANGGOTA PERSIT KARTIKA  
CHANDRA KIRANA RANTING 5 KIBU 54 KOTA MUARA ENIM  
PROVINSI SUMATERA SELATAN**

Ringkasan skripsi ini telah disahkan dan disetujui

Pada tanggal:

---

Mengesahkan,

Dosen Pembimbing

Dra. Endang Sri Indrawati, M. Si

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	1
HALAMAN PENGESAHAN .....	2
DAFTAR ISI .....	3
ABSTRACT .....	5
ABSTRAK .....	6
PENDAHULUAN .....	7
A. Latar Belakang Masalah .....	7
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Pengertian Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause .....	9
B. Pengertian Jenis Dukungan Sosial Keluarga .....	10
C. Hipotesis .....	10
METODE PENELITIAN .....	10
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	10
B. Definisi Operasional .....	10
1. Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause .....	10
2. Jenis Dukungan Sosial Keluarga .....	11
C. Subjek Penelitian .....	11
D. Metode Pengumpulan Data .....	11
E. Metode Analisis Data .....	12
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	12

A. Hasil Penelitian .....	12
1. Uji Normalitas .....	12
2. Uji Hipotesis .....	12
3. Deskripsi Statistik Penelitian .....	12
B. Pembahasan .....	13
<b>SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>13</b>
A. Simpulan .....	13
B. Saran .....	13
1. Bagi Subjek .....	14
2. Bagi Peneliti Selanjutnya .....	14

## **DAFTAR PUSTAKA**

**LEVEL OF ANXIETY TO FACE MENOPAUSE WAS PEARED BY KIND  
OF FAMILY SOCIAL SUPPORT TO THE MEMBER OF PERSIT  
KARTIKA CHANDRA KIRANA RANTING 5 KIBU 54 KOTA MUARA  
ENIM  
PROVINSI SUMATERA SELATAN**

**ABSTRACT**

RUMAISYA MAHARANI

M2A008082

Menopause is a fact that a woman often to go through some physiologist and psychologist noises which could emerge anxiety feeling and have an afraid that they could not face menopause with situational factor include other people and environment as one of the cock. Family sosial support would appears with some kind of support such as, emotional support, instrumental support, informative support, and achievement support that be hoped could minimize the anxiety in the member of Persit Kartika Chandra Kirana Ranting 5 Kibu 54 Kota Muara Enim Provinsi Sumatera Selatan.

This research used population study to 70 subjek who fill the research characteristics. Datas were taking over with the scale of anxiety to face menopause (17 valid aitems,  $\alpha = 0,877$ ) and scale of family social support (41 valid aitems,  $\alpha = 0,987$ ).

The purpose of this research was for testing empirically about the level of anxiety to face menopause was peared by kind of family social support. Result of hipotetic test with varian analyse technique shows that there is a difference level of anxiety to face menopause was peared by kind of family social support. It could be showed in  $F$  count= 41,644.  $P=0,000$  ( $p<0,05$ ). Nonparametric analyse technique shows  $r$  count= -0,827 which means there is a negatif correlation between family social support with anxiety to face menopause. Negative mark shows that as high as family social support, as low as anxiety to face menopause.

**Key word : Family Social Support, Level of Anxiety to Face Menopause, Persit**

**TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE DITINJAU DARI JENIS  
DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA PADA ANGGOTA PERSIT KARTIKA  
CHANDRA KIRANA RANTING 5 KIBU 54 KOTA MUARA ENIM**

**PROVINSI SUMATERA SELATAN**

**ABSTRAK**

**RUMAISYA MAHARANI**

**M2A008082**

Menopause adalah suatu kenyataan dimana seorang perempuan seringkali mengalami gangguan fisiologis maupun psikologis yang mampu menimbulkan rasa cemas karena memiliki ketakutan bahwa dirinya tidak dapat menghadapi masa menopause dengan salah satu pemicunya adalah faktor situasional berupa orang lain dan lingkungan sekitar. Dukungan sosial keluarga akan muncul dari beberapa jenis dukungan yaitu, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan penghargaan yang diharapkan mampu meminimalisir adanya rasa cemas pada ibu-ibu anggota Persit Kartika Chandra Kirana Ranting 5 Kibu 54 Kota Muara Enim Provinsi Sumatera Selatan.

Penelitian ini menggunakan studi populasi pada 70 orang yang memenuhi karakteristik subjek penelitian. Pengambilan data menggunakan skala kecemasan menghadapi menopause (17 aitem valid dengan  $\alpha = 0,877$ ) dan skala dukungan sosial keluarga (41 aitem valid dengan  $\alpha = 0,987$ ).

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari dukungan sosial keluarga. Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis dengan teknik analisis varian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari jenis dukungan sosial keluarga. Hasil tersebut ditunjukkan dengan angka F hitung= 41,644 dengan p=0,000 (p<0,05). Teknik analisis nonparamatrik menunjukkan r hitung= -0,827 yang mengandung arti terdapat korelasi negatif antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi menopause. Nilai negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin rendah kecemasan menghadapi menopause.

**Kata Kunci : Jenis Dukungan Sosial Keluarga, Kecemasan Menghadapi  
Menopause, Persit**

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Menopause adalah suatu masa yang terkadang membuat sebagian wanita mengalami gangguan-gangguan fisik maupun psikis seperti depresi dan sebagainya. Bagi sebagian wanita, masa ini juga dianggap sebagai awal dari mimpi buruknya dalam hidup (Andira, 2010, h.59). Ada penurunan dramatis dalam produksi estrogen oleh indung telur. Turunnya estrogen menghasilkan beberapa gejala yang tidak menyenangkan pada beberapa perempuan yang mengalami menopause seperti panas (*hot-flashes*), mual, letih, dan cepatnya denyut jantung. Beberapa perempuan yang mengalami menopause mengeluhkan depresi dan peningkatan sensitivitas, tapi pada beberapa kasus perasaan ini dihubungkan dengan keadaan yang lain dalam kehidupan perempuan, seperti bercerai, kehilangan pekerjaan, merawat orang tua yang sakit, dan sebagainya (Dickson & Strickland, dalam Santrock, 2002, h.148).

Soeparno dkk (dalam Parmitasari, Prawitasari, & Indati, 2002, h.10) mengatakan bahwa kecemasan merupakan masalah psikis yang paling sering dihadapi perempuan yang mengalami menopause. Kecemasan terjadi akibat adanya perubahan-perubahan yang menyertai datangnya masa tengah baya termasuk menopause. Syahraini, Karyono, & Rohmatun (2007, h.31) mengatakan bahwa ada beberapa hal yang sering menjadikan perempuan cemas selama masa premenopause antara lain proses memasuki masa menopause yang membawa perubahan bentuk tubuh dan perubahan suasana hati. Berdasarkan uraian yang dikemukakan oleh Syahraini, Karyono, & Rohmatun (2007, h.31), maka dapat diperoleh gambaran bahwa wanita yang mengalami menopause dapat mengalami selisih paham dengan orang-orang di sekitarnya. Hal ini menunjukkan pula bahwa orang-orang di sekitar dapat memengaruhi kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Orang yang dapat dianggap paling dekat dengan perempuan yang akan menghadapi menopause adalah keluarga (suami dan anak). Sebagaimana pendapat Buunk dkk (dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2009, h.555), bahwa dukungan sosial dapat berasal dari pasangan atau partner, anggota keluarga,

kawan, kontak sosial dan masyarakat, teman sekelompok, jemaah gereja atau masjid, dan teman kerja atau atasan di tempat kerja.

Sarason dkk (dalam Baron & Byrne, 2005, h.244) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain (teman atau anggota keluarga). Kecemasan yang dialami seseorang dapat mengakibatkan perasaan tidak tenang atau menakutkan, seperti halnya perempuan yang akan mengalami menopause. Kecemasan tersebut dapat semakin terasa ketika orang di sekitarnya (terutama anggota keluarga) tidak mau mengerti dan menerima keadaan perempuan saat kelak memasuki masa menopause. Dukungan dari orang sekitar mungkin diperlukan individu yang sedang mengalami kecemasan. Dukungan dari orang sekitar yang dirasakan individu akan bermanfaat ketika individu mengalami kecemasan.

Berbeda dengan pendapat Baron & Byrne (2005, h.245), yang mengatakan bahwa meskipun seseorang yang menghadapi masalah seperti stres atau kecemasan, sangat membutuhkan dukungan, upaya yang kurang tepat dalam memberikan rasa nyaman justru dapat membuat situasi menjadi semakin buruk. Pendapat Baron & Byrne (2005, h.245) ini menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial belum tentu dapat menekan kecemasan, atau bahkan dukungan sosial yang diberikan secara kurang tepat justru dapat menimbulkan kecemasan.

Perbedaan pendapat berbagai tokoh yang dikemukakan mengenai dukungan sosial dan kecemasan, menunjukkan hal yang masih belum jelas apakah dukungan sosial dapat menekan kecemasan, atau bahkan dukungan sosial dapat memicu kecemasan. Hal inilah yang mendasari dilakukannya penelitian tentang tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari jenis dukungan sosial keluarga.

Pada penelitian kali ini akan meneliti tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari jenis dukungan sosial keluarga pada ibu-ibu Persit Kartika Chandra Kirana Ranting 5 Kibu 54, Kota Muara Enim Provinsi Sumatera Selatan. Penelitian ini memberi wacana baru antara dukungan sosial dengan

kecemasan terutama dukungan sosial yang dikhkususkan diperoleh dari keluarga, dan kecemasan yang dikhkususkan dalam menghadapi menopause. Subjek dalam penelitian ini juga merupakan hal yang baru dalam penelitian ini, yaitu ibu-ibu Persit Kartika Chandra Kirana Ranting 5 Kibu 54, Kota Muara Enim Provinsi Sumatera Selatan.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut, apakah ada tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari jenis dukungan sosial keluarga?

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari jenis dukungan sosial keluarga.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu psikologi khususnya pada psikologi perkawinan, psikologi keluarga, dan psikologi sosial yang berkaitan dengan dukungan sosial keluarga dan kecemasan menghadapi menopause.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi kepada suami istri mengenai kecemasan menghadapi menopause dan dukungan sosial keluarga.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Kecemasan Menghadapi Menopause**

Kecemasan menghadapi menopause adalah emosi yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan ketakutan terhadap periode haid perempuan dan kemampuan melahirkan anak berhenti secara keseluruhan, yang ditunjukkan dengan adanya kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut.

## **B. Jenis Dukungan Sosial Keluarga**

Suatu penilaian atau keyakinan individu bahwa dirinya telah mendapatkan berbagai bantuan informasi, bantuan nyata, perhatian, dan penghargaan, sehingga individu merasa disayangi oleh anggota keluarga yang relatif tetap dan didasarkan atas ikatan darah atau perkawinan. Terdapat empat jenis dukungan sosial, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif.

## **C. Hipotesis**

Hipotesis dari penelitian ini adalah:

- a. Ada hubungan antara dukungan informatif dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.
- b. Ada hubungan antara dukungan emosional dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.
- c. Ada hubungan antara dukungan penghargaan dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.
- d. Ada hubungan antara dukungan instrumental dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.

Selain empat hipotesis yang telah didapatkan, terdapat pula hipotesis yang menunjukkan arah dari hasil penelitian, yaitu ada hubungan negatif antara jenis dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Penelitian ini melibatkan satu variabel terikat dan satu variabel bebas sebagai berikut:

Variabel terikat : Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause

Variabel bebas : Jenis Dukungan Sosial Keluarga

### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

1. Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause

Tingkat kecemasan menghadapi menopause adalah emosi yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan ketakutan terhadap periode haid perempuan dan kemampuan melahirkan anak berhenti secara keseluruhan, yang ditunjukkan dengan adanya kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut.

## 2. Jenis Dukungan Sosial Keluarga

Jenis dukungan sosial keluarga adalah suatu penilaian atau keyakinan individu bahwa dirinya telah mendapatkan berbagai bantuan informasi, bantuan nyata, perhatian, dan penghargaan, sehingga individu merasa disayangi oleh anggota keluarga yang relatif tetap dan didasarkan atas ikatan darah atau perkawinan.

## C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah ibu-ibu Persit Kartika Chandra Kirana Ranting 5 Kibu 54, Kota Muara Enim Provinsi Sumatera Selatan, dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Telah menikah.
- b. Memiliki suami dan anak. Karakteristik ini pilih karena salah satu tema dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga.
- c. Usia minimal 50 tahun. Karakteristik usia ini dipilih berdasarkan pendapat Dickson & Strickland (dalam Santrock, 2002, h.148) yang mengemukakan bahwa menopause adalah masa di usia tengah baya, biasanya pada usia akhir 40 atau 50 tahun, ketika periode haid perempuan dan kemampuan melahirkan anak berhenti secara keseluruhan. Usia rata-rata perempuan yang mengalami haid terakhir adalah 52 tahun. Persentase kecil perempuan yaitu 10% mengalami menopause sebelum usia 40 tahun.
- d. Belum memasuki masa menopause.

## D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengambilan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala tingkat kecemasan menghadapi

menopause (17 aitem valid dengan  $\alpha = 0,877$ ) dan skala dukungan sosial keluarga (41 aitem valid dengan  $\alpha = 0,987$ ).

## **E. Metode Analisis Data**

Metode analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis varians (*Analysis of Varians*) dan analisis korelasi *Spearman's Rho*. Untuk mempermudah, peneliti menggunakan bantuan program *Statistical Packages for Social Science* (SPSS) versi 17.0.

# **HASIL DAN PEMBAHASAN**

## **A. Hasil Penelitian**

### **1. Uji Normalitas**

Hasil uji normalitas menunjukkan nilai koefisien *Kolmogorov-Smirnov* pada variabel tingkat kecemasan menghadapi menopause adalah 0,764 dengan signifikansi 0,603 dan pada variabel jenis dukungan sosial keluarga adalah 0,747 dengan signifikansi 0,632 ( $p>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini memiliki sebaran normal.

### **2. Uji Hipotesis**

Berdasarkan hasil analisis varian, diperoleh hasil F hitung sebesar 41,644 dengan signifikansi  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), artinya hipotesis tersebut diterima atau terbukti. Selain menggunakan analisis varian, pengujian hipotesis dalam penelitian ini juga dapat dilakukan menggunakan uji statistik nonparamatrik yaitu *spearman's rho* yang menghasilkan nilai korelasi sebesar -0,827 dengan  $p= 0,000$  ( $p<0,01$ ), artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara jenis dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.

### **3. Deskripsi Statistik Penelitian**

Nilai deskripsi statistik pada analisis nonparamatrik menunjukkan bahwa dukungan emosional merupakan dukungan yang dipersepsikan paling tinggi didapatkan dari keluarga daripada jenis – jenis dukungan sosial lain. Dukungan emosional menunjukkan nilai *mean* sebesar 26,63 dan nilai standar deviasi

sebesar 4,077. Sedangkan nilai untuk jenis dukungan sosial yang lain adalah dukungan informatif dengan nilai *mean* 26,71, standar deviasi 4,026, dukungan penghargaan dengan nilai *mean* 24,39 dan standar deviasi 3,770. Dukungan yang dipersepsikan rendah adalah dukungan instrumental dengan nilai *mean* 20,89 dan standar deviasi 3,626.

## **B. PEMBAHASAN**

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis dengan teknik analisis varian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perbedaan tingkat kecemasan menghadapi menopause ditinjau dari jenis dukungan sosial keluarga, ditunjukkan dengan angka F hitung sebesar 41,644 dengan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Pengujian menggunakan *spearman's rho* menghasilkan nilai korelasi sebesar -0,827 dengan  $p= 0,000$  ( $p<0,01$ ), artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara jenis dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dijelaskan bahwa hipotesis **diterima**.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, simpulan yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

- a. Ada hubungan antara dukungan informatif dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.
- b. Ada hubungan antara dukungan emosional dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.
- c. Ada hubungan antara dukungan penghargaan dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.
- d. Ada hubungan antara dukungan instrumental dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause.

Hasil penelitian memberikan pula keterangan yang menjelaskan bahwa, ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara jenis dukungan sosial

keluarga dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dijelaskan bahwa hipotesis **diterima**.

## **B. Saran**

### 1. Bagi subjek

Hendaknya subjek dapat mengelola kecemasannya dalam menghadapi menopause. Melalui hasil penelitian ini, maka dapat disarankan bahwa salah satu upaya dalam mengelola kecemasannya adalah dengan mencari dukungan sosial keluarga berupa dukungan emosional, atau jika sudah mendapat dukungan sosial keluarga berupa dukungan emosional, maka subjek hendaknya dapat memanfaatkan dukungan yang sudah ada dari keluarganya. Upaya dalam mencari dukungan sosial keluarga sepenuhnya, berkaitan dengan dukungan informatif, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental, diharapkan subjek mampu meminta pertolongan dari keluarga (dapat berupa bantuan nyata atau informatif), dan bersedia mengutarakan permasalahannya kepada keluarga.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai kecemasan menghadapi menopause disarankan untuk memperhatikan kendala dan keterbatasan dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan pengambilan data secara klasikal. Saran lainnya adalah melibatkan faktor lain dari kecemasan menghadapi menopause untuk diteliti sehingga akan diperoleh gambaran yang lebih lengkap mengenai kecemasan menghadapi menopause. Faktor-faktor tersebut antara lain ancaman terhadap integritas fisik dan sistem diri (termasuk ancaman terhadap nilai eksistensi dasar manusia), patofisiologis, situasional, tidak terpenuhinya kebutuhan atau frustrasi, konflik, dan proses pertumbuhan fisiologis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andira, D. (2010). *Seluk beluk kesehatan reproduksi wanita*. Yogyakarta: A Plus Books.
- Baron, R.A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial. Jilid 2. Edisi kesepuluh*. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Jakarta: Erlangga.
- Parmitasari, D.L.N., Prawitasari, J.E., & Indati, A. (2002). Kecemasan pada wanita menopause ditinjau dari status perkawinan. *Psikodimensia. Kajian ilmiah psikologi*, Vol.3, Vo.1 (9-14).
- Santrock, J.W. (2002). *Life-span development. Perkembangan masa hidup. Edisi kelima. Jilid 2*. Alih Bahasa: Damanik, J., dan Chusairi, A. Jakarta: Erlangga.
- Syahraini, Karyono, & Rohmatun. (2007). Kecerdasan emosional dan kecemasan premenopause pada wanita di RW IV dan XI Kelurahan Gebangsari Semarang. *Jurnal psikologi proyeksi*. Vol.2, No.1 (29-39).
- Taylor, S.E., Peplau, L.A., & Sears, D.O. (2009). *Psikologi sosial. Edisi keduabelas*. Alih Bahasa: Tri Wibowo, B.S. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.