

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU MENGHADAPI MENOPAUSE DI BPM ENI JUNIATI SUTOREJO

Damarati Azaria
Prodi D-III Kebidanan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

ABSTRAK

Menopause merupakan proses yang fisiologis, tetapi masih banyak ibu – ibu yang mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa adakah “Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause” di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional cross sectional, yang pengambilan sampelnya secara accidental sampling. Instrumen penelitian menggunakan lembar pengumpulan data dengan kuersioner, variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan suami dan variabel tergantung dalam penelitian ini adalah kecemasan ibu dalam menghadapi menopause, analisa data penelitian menggunakan tabulasi frekuensi dan tabulasi silang. penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober s/d November 2015 di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 30 responden sebagian besar 18 (60%) mendapat dukungan suami dengan baik, separuhnya 15 (50%) mengalami kecemasan tingkat sedang. Dari 18 responden yang mendapat dukungan suami baik sebagian besar 11 (61%) mengalami kecemasan tingkat sedang dan dari 12 responden yang mendapat dukungan suami kurang baik separuhnya 6 (50%) mengalami kecemasan tingkat berat. Dari tabel silang dapat disimpulkan ada hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

Dukungan suami merupakan suatu yang sangat penting untuk dapat menumbuhkan kepercayaan diri seorang istri dan kecemasan yang dialami oleh ibu akan berkurang dengan adanya dukungan suami.

Kata Kunci : Dukungan Suami, Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause.

PENDAHULUAN

Sachdeva mendefinisikan menopause berarti berhentinya menstruasi sehingga kemampuan untuk memperoleh anak atau masa reproduksi telah berakhir (Virgandhani, 1995). Hutton mengatakan masa menopause ditandai dengan masa transisi kira-kira 2 tahun menjelang berhentinya menstruasi (Oktaviani, 2001). Sering terjadi keluhan seperti daur haid tidak teratur begitu juga lama haid. Bulan September-November 2003, survei pada kesehatan ibu menopause di 112 puskesmas 24 kabupaten propinsi Jawa Barat. Hasil penelitian ini menunjukkan, 798 orang atau (27%) dan 2.928 responden pada ibu menopause, menunjukkan tanda gangguan pada psikologis berupa kecemasan (pikiran rakyat Bandung). Taylor (1995) mengatakan bahwa kecemasan adalah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan

gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat dll) dan gejala-gejala psikologis (seperti panik, gelisah, bingung, tegang dll). Teori Buferring Hipotesis yang berpandangan bahwa dukungan sosial mempengaruhi kesehatan dengan cara melindungi individu dari efek negatif stress.

Dukungan suami akan menimbulkan ketenangan batin & perasaan senang dalam diri seorang istri (Dagun, 1991). Perubahan - perubahan yang terjadi pada wanita yang menghadapi menopause, seperti perubahan fisik (ketidakteraturan siklus haid, gejala rasa panas, adanya ketidakelastisan dan kekeringan pada sekitar vagina, gangguan tidur, cepat lelah, BB meningkat, kulit kering, pusing dan rambut rontok, gangguan proses sensori, pengeroposan tulang (osteoporosis), ketidakmampuan bereproduksi, kehilangan daya tarik fisik.

Perubahan psikologis merupakan keadaan emosi yang tidak stabil dan tidak terkontrol sehingga wanita menjadi mudah marah,

mudah tersinggung, gelisah, tegang, kurang percaya diri, munculnya ketakutan, kecemasan, dan kekhawatiran dalam diri wanita yang menghadapi menopause.

Melihat uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

RUMUSAN MASALAH

Apakah ada hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause?

TUJUAN PENELITIAN

- Mengidentifikasi dukungan suami pada ibu yang menghadapi Menopause di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya
- Mengetahui tingkat kecemasan pada ibu yang menghadapi menopause di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya
- Menganalisis hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *analitik observasional* dengan pendekatan *Cross sectional* yaitu data yang dikumpulkan sesaat atau data yang diperoleh saat ini juga. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu – ibu menopause yang ada di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya pada tahun 2015 sebanyak 30 orang. Besar sampel pada penelitian ini sebanyak 28 orang dengan teknik pengambilan sampel secara *Accidental sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dukungan Suami

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi Dukungan Suami di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya pada bulan Okto s/d Novem 2015

Dukungan suami	F	%
Baik	18	60
Tidak baik	12	40
Jumlah	30	100%

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 30 responden sebagian besar 18 responden (60%) yang mendapatkan dukungan dari suami.

Tingkat Kecemasan

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi Tingkat Kecemasan pada Ibu dalam menghadapi menopause di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya pada bulan Okto s/d Novem 2015

Tingkat kecemasan	F	%
Ringan	6	20
Sedang	15	50
Berat	9	30
Jumlah	30	100%

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 30 responden sebagian besar 15 (50%) responden yang mengalami tingkat kecemasan sedang Analisa Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause

Tabel 5.3 Tabulasi Silang Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause di BPM Eni Juniati Sutorejo Surabaya pada bulan Okto s/d Novem 2015.

Berdasarkan tabel 5.3 diperoleh hasil dari 18 responden terdapat 11 (61%) responden yang mendapatkan dukungan baik dari suami mengalami tingkat kecemasan sedang. Hasil analisa data dengan tabel silang menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan penelitian tersebut dukungan suami merupakan suatu yang bisa menimbulkan ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri seorang ibu (Dagun, 1991). Oleh karena itu suami sebagai pasangan sangat berperan penting didalam memberikan dukungan agar pada ibu yang menghadapi menopause tidak mengalami kecemasan dan dukungan yang diberikan oleh suami dapat membuat kehidupan ibu menjadi lebih baik (nakita).

Pemberian dukungan suami pada ibu yang menghadapi menopause sangat penting dirasakan oleh ibu karena selain dapat menumbuhkan kepercayaan diri juga dapat mengembalikan tingkat kepercayaan diri ibu sebagai seorang istri maupun seorang ibu. Perasaan yakin dan bahagia yang dialami ibu membuat jiwa dan batin ibu tenang dan sebaliknya kurangnya dukungan dari suami dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi ibu yang akhirnya dapat menimbulkan kecemasan. Jika dikaitkan dengan teori diatas maka hasil yang didapat peneliti bahwa kecemasan yang muncul

pada ibu ketika menghadapi menopause itu berasal dari pikiran negatif yang dibuat oleh ibu sendiri. Pikiran negatif tersebut yang akhirnya dapat menimbulkan kecemasan. Maka dari itu dukungan suami sangat diperlukan oleh ibu selain dapat membangkitkan percaya diri ibu juga kecemasan yang dialami ibu akan berkurang dengan adanya dukungan suami.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 30 responden sebagian besar 18 (60%) mendapat dukungan suami dengan baik, separuhnya 15 (50%) mengalami kecemasan tingkat sedang. Dari 18 responden yang mendapat dukungan suami baik sebagian besar 11 (61%) mengalami kecemasan tingkat sedang dan dari 12 responden yang mendapat dukungan suami kurang baik separuhnya 6 (50%) mengalami kecemasan tingkat berat. Dari tabel silang dapat disimpulkan ada hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

Dukungan suami merupakan suatu yang sangat penting untuk dapat menumbuhkan kepercayaan diri seorang istri dan kecemasan yang dialami oleh ibu akan berkurang dengan adanya dukungan suami.

REFERENSI

1. Ali Mu'arifah. 2005 . *Hubungan Kecemasan dan Agresifitas*.
2. Dagon, S.M. 1990 . *Psikologi Keluarga, Peranan Ayah dalam Keluarga* . Rineka Cipta
3. Kartono .K, 1992. *Psikologi Wanita Jilid 2 Mengenai Wanita sebai Ibu dan Nenek*. Bandung : Mandar Maju
4. Nursalam . 2003 . *Konsep & Penerapan Metodologo Penelitian ilmu keperawatan* . Jakarta : Salemba Medika
5. Sugiyono . 2006 . *Statistika untuk Penelitian* . Alfabeta
6. Notoatmojo .S. 2005 . *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta : PT Asdi Mahasatya.