



**HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN WANITA PRAMENOPAUSE  
DI DESA GROWONG KIDUL  
JUWANA PATI**

**ARTIKEL**

**OLEH :**

**YUNITA AMBARWATI LESTARININGSIH  
030218A0140**

**PROGRAM STUDI DV KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
UNGARAN  
2019**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Artikel berjudul :**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN WANITA PRAMENOPAUSE  
DI DESA GROWONG KIDUL  
JUWANA PATI**

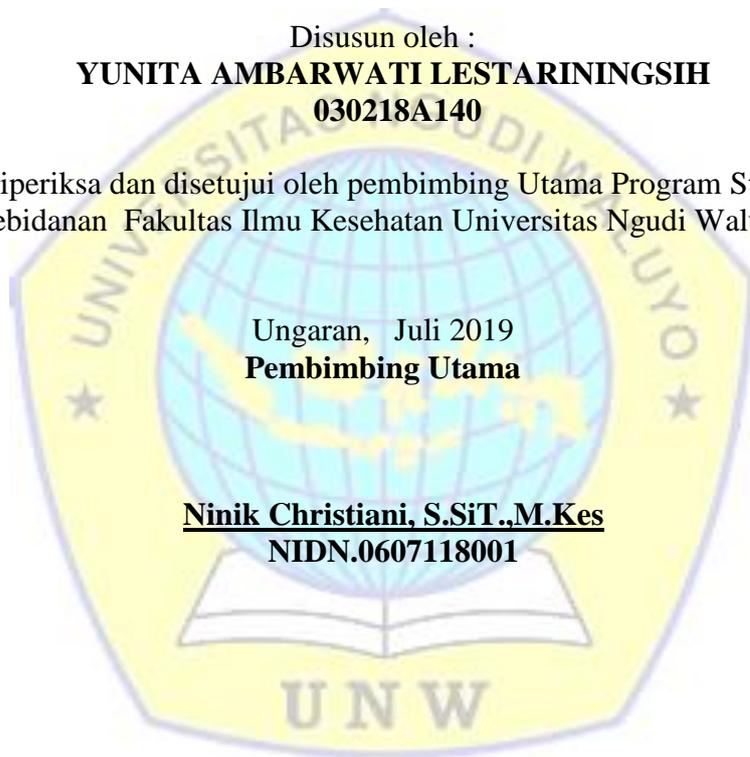
Disusun oleh :

**YUNITA AMBARWATI LESTARININGSIH  
030218A140**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing Utama Program Studi DIV  
Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Juli 2019  
**Pembimbing Utama**

**Ninik Christiani, S.SiT.,M.Kes**  
**NIDN.0607118001**



**HALAMAN PENGESAHAN**

**Artikel berjudul :**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN WANITA PRAMENOPAUSE  
DI DESA GROWONG KIDUL  
JUWANA PATI**

Disusun oleh :

**YUNITA AMBARWATI LESTARININGSIH  
030218A140**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing Utama Program Studi DIV  
Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Juli 2019  
**Pembimbing Utama**

  
**Ninik Christiani, S.SiT., M.Kes**  
**NIDN.0607118001**

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN WANITA PRAMENOPAUSE  
DI DESA GROWONG KIDUL  
JUWANA PATI

Yunita Ambarwati Lestariningsih<sup>1</sup>, Ninik Chistiani<sup>2</sup>, Moneca Dyah  
Listiyaningsih<sup>3</sup>  
Program Studi DIV Kebidanan<sup>1</sup>, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi  
Waluyo  
E-mail: [Ambarwati.yunita26@gmail.com](mailto:Ambarwati.yunita26@gmail.com)

**ABSTRAK**

Latar Belakang: Ketika wanita memasuki usia 40 tahun, permasalahan yang terjadi dimasa pra-menopause. Salah satunya permasalahan seksualitas yang mengakibatkan seorang wanita malas untuk melakukan hubungan seksual dengan suaminya sehingga suaminya merasa kebutuhan seksualitasnya tidak terpenuhi yang berdampak adanya konflik, keegoisan serta adanya pisah ranjang dan bahkan perceraian. Dukungan suami dalam menurunkan kecemasan ibu menghadapi menopause antara lain tetap memberikan perhatian, mengerti keluhan yang dirasakan ibu serta memberikan semangat dan menemani ibu dalam menghadapi ketidaknyamanan masa menopause  
Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Growong Kidul, Juwana, Pati.

Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional* dengan jumlah populasi 266 orang dengan metode *proportional random sampling* menghasilkan sampel 73 orang. Analisis data menggunakan alat ukur kuesioner, analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Chi-Square* program *Statistic Package for the Social Science* ( SPSS )

Analisis univariat didapat sebagian besar wanita pramenopause mengalami kecemasan berat sebanyak 58 orang (79,5%), dan sebagian besar dukungan suami dalam kategori kurang baik sebanyak 59 (80,8%). Analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita pramenopause ( $p = 0,000$  )

Kesimpulan: Diharapkan dapat memberikan pembinaan dan penyuluhan tentang menopause, gejala-gejala menopause dan cara penanganan dari keluhan yang dirasakan ibu pramenopause.

**Kata Kunci** : Dukungan suami, pramenopause

**Kepustakaan** : 24 ( 2010-2016)

## ABSTRACT

**Background:** When women enter the age of 40 years, problems occur in the pre-menopause period. One of them is the issue of sexuality which results in a woman being lazy to have sexual relations with her husband so that her husband feels that his sexual needs is not fulfilled which results in conflict, selfishness, separate beds and even divorce. Husband's support in reducing maternal anxiety in facing menopause includes giving attention, understanding the complaints that are felt by the women, encouraging and accompanying the women in the face of menopausal discomfort.

**Objective:** This study aimed to determine the correlation of husband's support on the anxiety level of premenopausal women in Growong Kidul Village, Juwana, Pati.

**Method:** The design of this study was cross sectional with a population of 266 people using the proportional random sampling method resulted in sample of 73 people. Data analysis using questionnaire measuring instruments, bivariate analysis using Chi-Square correlation test program Statistical Package for the Social Science (SPSS)

**Results:** Univariate analysis was obtained for the majority of premenopausal women experiencing severe anxiety as many as 58 people (79.5%), and most of the husband's support in the poor category was 59 (80.8%). Bivariate analysis showed that there was a significant correlation between husband's support of the anxiety level of premenopausal women ( $p = 0,000$ )

**Conclusion:** It is expected that it can provide guidance and counseling about menopause, menopausal symptoms and how to handle complaints that are felt by premenopausal women.

**Keywords :** Husband's support, premenopausal

**Literature :** 24 ( 2010-2016)

## PENDAHULUAN

Menjadi tua adalah suatu fase kehidupan dari manusia yang tidak dapat dihindari, setiap manusia pasti akan mengalami fase tua. Seiring dengan berjalannya waktu, manusia akan mencoba dan berusaha untuk menerima setiap fase yang dihadapi. Ketika wanita memasuki usia 40 tahun, wanita akan menyadari adanya keriput, berat badan yang naik, rambut rontok, dan uban. Perubahan-perubahan ini disebabkan oleh pramenopause yaitu keadaan dimana timbulnya keluhan. Menopause merupakan masa berhentinya suatu menstruasi dan hal ini menandai bahwa wanita telah berhenti untuk dapat bereproduksi. Menurut Smart, banyak wanita yang menganggap menopause sebagai fase yang menakutkan dan mengkhawatirkan, meskipun hal tersebut merupakan proses yang alami (Handadari & Noami, 2015).

Menurut Baziad (2007) dalam Konita (2011) pada tahun 2025 jumlah wanita menopause di dunia diperkirakan sekitar sebesar 1,2 milyar dengan usia rata-rata 45-60 tahun, jumlah penduduk menopause di indonesia pada tahun 2008

sekitar 5.320.000 orang. Pada tahun 2015 jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat sebesar (14%) dan pada tahun 2020 jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause di perkirakan sebesar 30,3 juta orang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan desa/pengurus kependudukan di Desa Growong Kidul, Juwana, Pati didapatkan jumlah wanita pramenopause berusia 45-50 dan berdasarkan hasil wawancara dengan bidan desa/pengurus kependudukan di Desa Growong Kidul, Juwana, Pati jumlah wanita pramenopause sebanyak 266 wanita

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pada 12 ibu melalui wawancara di Desa Growong Kidul, Juwana, Pati ditemukan bahwa berbagai permasalahan yang terjadi dimasa pra-menopause. Salah satunya permasalahan seksualitas yang mengakibatkan seorang wanita malas untuk melakukan hubungan seksual dengan suaminya sehingga suaminya merasa kebutuhan seksualitasnya tidak terpenuhi yang berdampak adanya konflik, keegoisan serta adanya pisah ranjang dan bahkan perceraian. Dukungan suami dalam menurunkan kecemasan ibu menghadapi menopause antara lain tetap memberikan perhatian, mengerti keluhan yang dirasakan ibu serta memberikan semangat dan menemani ibu dalam menghadapi ketidaknyamanan masa menopause

Berdasarkan studi pendahuluan di Desa Growong Kidul, Juwana, Pati dengan wawancara Delapan dari 12 wanita pramenopause merasa cemas dikarenakan harga dirinya kurang karena penampilannya sudah mulai berubah menjadi lebih tua serta malas untuk berhubungan seksual dan menyebabkan suaminya cuek, tidak memberikan perhatian dan semangat dalam menghadapi ketidaknyamanan masa menopause sehingga suami lebih sering meninggalkan ibu sendirian bahkan mencurigai adanya hal perselingkuhan. Empat dari 12 ibu mengatakan tetap tenang dalam menghadapi menopause karena suaminya juga masih tetap memberikan kasih sayang yang sama seperti memberikan informasi tentang masalah yang di rasakan ibu saat ini dan selalu ada disampingnya, mendengarkan curhatan dan keluhan yang ibu rasakan.

Hasil penelitian Suryani, Oktari, Adi Erna,dkk (2013), bahwa dukungan suami pada ibu yang menghadapi menopause sebagian besar cukup, tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar ringan dan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di wilayah Dusun Songgorunggi Jaten Karanganyar dan termasuk dalam kategori sedang. Dengan jumlah 57 responden dukungan suami pada ibu yang menghadapi menopause sebagian besar cukup yaitu (59,6%). Tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar ringan sejumlah (47,4%)

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian adalah observasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap kecemasan wanita menghadapi menopause di Desa Growong Kidul, Juwana, Pati. Rancangan penelitian menggunakan *cross sectional* (belah lintang) Teknik pengambilan sampel dengan *proportional random sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada 7 Juni 2019, di

Desa Growong Kidul, Juwana, Pati. Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita berusia 45-50 di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 73 responden merupakan wanita pramenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati. Jenis data yang diambil dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Alat pengumpulan data menggunakan 2 jenis kuesioner sebanyak 25 pertanyaan untuk dukungan suami dan 20 untuk tingkat kecemasan .

### Analisis Data

Analisis Univariat adalah untuk mendeskripsikan variable dependen yang kemudian hasilnya disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Analisis Bivariat ini untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita menopause di Desa Growong Kidul. Juwana. Pati.

## HASIL PENELITIAN

### Analisa Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur

Umur	Frekuensi	Presentase (%)
45 tahun	14	20,5%
46 tahun	6	8,2%
47 tahun	8	11 %
48 tahun	16	21,9%
49 tahun	15	20,5%
50 tahun	14	19%
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian responden yaitu 16 orang (21,9 %) berumur 48 tahun

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	4	5,4%
SMP	11	15%
SMA	55	75,3%
Dll	3	4.1%
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian dari responden yaitu 55 orang (75,3% ) berpendidikan SMA.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak bekerja	38	52%
Buruh	24	32,8%
PNS	2	2.7%
Wiraswasta	8	10.9%
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian dari responden yaitu 24 orang (32,8% ) pekerjaan buruh .

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Jumlah anak

Jumlah anak	Frekuensi	Persentase (%)
2 anak	31	42,4%
3 anak	42	57,5%
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian dari responden yaitu 42 orang (57,5% ) paritas 2 anak.

1. Dukungan Suami Terhadap Ibu Premenopause

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Suami

Dukungan Suami	Frekuensi	Persentase
Kurang	59	80,8%
Baik	14	19,2%
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 73 responden wanita premenopause di Desa Growong Kidul Juwana. Pati, sebagian besar dukungan suami kurang, sebanyak 59 orang (80,8%).

2. Kecemasan ibu menghadapi Menopause

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecemasan ibu

Kecemasan ibu	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada kecemasan	3	4,1%
Kecemasan Ringan	12	16,4%
Kecemasan Berat	58	79,5%
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa dari 73 responden wanita premenopause di Desa Growong Kidul Juwana. Pati, sebagian besar wanita mengalami Kecemasan berat, sejumlah 58 orang (79,5%).

Tabel 7 Tabulasi Silang antara Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati

Dukungan suami	Kecemasan								
	Tidak ada kecemasan		Kecemasan ringan		Kecemasan Berat		Total		p-value
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Kurang	1	1,4	1	1,4	57	78,1	59	80,8	0.000
Baik	2	2,7	11	15,1	1	1,4	14	19,2	
Total	3	4,1	12	16,4	58	79,5	73	100,0	

Berdasarkan hasil pada tabel 4.7 dapat diketahui bahwa wanita premenopause dengan dukungan suami kurang baik, memiliki potensi tidak ada kecemasan sebesar 1 orang (1,4%) , serta memiliki pontensi kecemasan ringan sebesar 1 orang (1,4%) dan sebagian besar mengalami Kecemasan berat sejumlah 57 wanita (78,1%), Sedangkan wanita dengan dukungan suami baik, memiliki potensi tidak ada kecemasan sebesar 2 orang (2,7%) , serta memiliki pontensi kecemasan berat sebesar 1 orang (1,4%) dan sebagian besar mengalami kecemasan ringan sejumlah 11 wanita (15,1%). Hasil uji Chi Square (*Continuity Correction*) diperoleh p-value sebesar 0,000. Oleh karena  $p\text{-value} < \alpha 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan secara signifikan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita premenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati.

## PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Dukungan Suami Terhadap wanita premenopause Di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati

Dukungan adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai, mencintai. Dukungan suami merupakan bantuan yang diberikan suami kepada istrinya saat menjelang menopause dalam bentuk dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informatif (Depkes, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar wanita premenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati, mendapatkan dukungan suami dalam kategori kurang sebanyak 59 orang (80,8%) dibandingkan dengan dukungan baik sebanyak 14 orang (19,2%). Hal ini menunjukkan bahwa wanita premenopause belum mendapatkan dukungan suami secara optimal.

Dukungan suami pada penelitian ini terdiri dari 4 indikator yaitu dukungan informatif, emosional, penghargaan dan dukungan instrumental. Dukungan suami merupakan faktor eksternal yang ampuh dalam membantu wanita melalui masa premenopause tanpa kecemasan yang berlebih. Dukungan suami dapat diwujudkan dalam bentuk tidak menuntut wanita untuk tampil dengan kesempurnaan fisik. Suami juga mampu menyakinkan pasangannya melalui perkataan maupun tindakan. Hal tersebut akan membantu perempuan untuk meyakini bahwa tidak ada yang perlu dicemaskan ketika menopause telah tiba.

Berdasarkan pada hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar wanita Premenopause mendapatkan dukungan informatif dari suami dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 63 orang (52 %) dari 73 orang. Hal ini dapat diketahui dari pengisian kuisioner yaitu mayoritas suami wanita premenopause tidak memberikan saran yang terbaik bagi kesehatan istrinya, suami tidak memberikan saran dalam pemecahan masalah, suami tidak memberikan solusi dalam mengatasi keluhan istri dan suami jarang membantu istri ketika mengalami masalah. Sebaiknya para suami ikut memberikan saran atau jalan keluar untuk memecahkan masalah yang istri hadapi serta memberikan informasi cara mengatasi keluhan yang istri alami serta memberikan informasi tentang masa pramenopause yang sedang dialami istrinya saat ini (Friedman, 2015)

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar ibu premenopause mendapatkan dukungan emosional dari suami dalam kategori kurang yaitu sebanyak 57 orang (78 %) dan hanya ada 16 orang (21,9 %) yang mendapatkan dukungan emosional dari suami secara baik. Hal ini dapat diketahui dari pengisian kuisioner yaitu sebagian besar ibu premenopause tidak memberi hiburan ketika istri sedang sedih, istri merasa kurang aman ada didekat suami dan suami kurang memperhatikan keluhan dari istri. Sebaiknya, suami sadar bahwa suatu saat istri akan berhenti haid dan tidak dapat hamil lagi. Ketika penampilan fisik istri akan menurun karena mengalami menopause, misalnya kulit menjadi lebih kasar dan berkerut, maka suami harus membantu istri agar tidak kehilangan kepercayaan dirinya. Suami harus meyakinkan istri bahwa akan tetap menyayangi istrinya, sehingga istri merasa diterima (Friedman, 2015)

Hasil analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar suami memberikan dukungan penghargaan kepada istri dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 54 orang (73,9%) dan hanya ada 19 orang (26%) yang memberikan dukungan penghargaan kepada istri secara baik. Hal ini mempunyai arti bahwa suami tidak memberikan perhatian lebih pada kondisi kesehatan istri di saat istri mengalami ketidaknyamanan fisik, seperti rasa panas, tegang, pegal-pegal, jantung berdebar-debar dan lain sebagainya. Disaran Suami perlu mengajak istri untuk berolah raga dan memperbaiki pola makan karena berat badan istri akan bertambah pada saat pramenopause, memberikan pujian atas penampilannya serta memberikan semangat kepada istrinya dalam melakukan kegiatan (Friedman, 2015)

Hasil analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar ibu premenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati memberikan dukungan instrumental secara kurang, yaitu sebanyak 48 orang (65,7%) dan ada 25 orang (34,2%) mendapatkan dukungan instrumental baik. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa suami jarang mengajak berlibur dan suami jarang membantu menyelesaikan tugas istri. Selain itu, suami juga jarang merawat istri yang sedang sakit hanya menyuruhnya untuk periksa ke klinik. Disarankan suami untuk tetap memperhatikan kesehatan ibu dengan menganjurkan mengontrol pola kebutuhan, serta memberikan perhatian saat dia sakit berupa mengantarnya peiksa dan meluangkan waktu untuk mendengarkan keluh kesah yang ibu rasakan (Friedman, 2015)

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar suami bekerja sebagai buruh, sebanyak 43 orang (58,9 %). Hal ini kemungkinan disebabkan karena kesibukan suami dalam bekerja hingga larut malam, sehingga kurang memperhatikan dan kurang memberikan dukungan kepada istri dalam menghadapi menopause. Ibu premenopause perlu mendapatkan dukungan suami dalam menghadapi menopause.

Pada hakekatnya suami diharapkan mampu berfungsi untuk mewujudkan proses pengembangan timbal balik rasa cinta dan kasih sayang antara suami istri, antar kerabat, serta antar generasi yang merupakan dasar suami yang harmonis (Soetjiningsih, 2012).

## **2. Gambaran Kecemasan dalam menghadapi menopause**

Kecemasan ibu dalam menghadapi menopause merupakan kekhawatiran ibu yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada saat menjelang menopause. Pada wanita yang memasuki usia tua, sering timbul rasa khawatir terhadap terjadinya penyakit yang disebabkan oleh penurunan fungsi organ karena proses penuaan (Hawari, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu premenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati mengalami kecemasan berat, yaitu sejumlah 58 orang (79,5%), kecemasan ringan 12 orang (16,4%) dan tidak ada kecemasan 3 orang (4,1%).

Hasil penelitian Desi Prabandani (2017), sebagian besar wanita premenopause di perumahan griya cipta laras Wonongiri mengalami kecemasan menghadapi menopause dalam kategori berat (84,3%). Adanya kesamaan hasil penelitian ini dimungkinkan karena adanya kesamaan dalam pengukuran skala kecemasan yaitu menggunakan skala HARS dan kemiripan dari tingkat pendidikan responden yaitu sebagian besar berpendidikan SMA atau sederajat.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa mayoritas wanita premenopause merasa takut jika akan berhubungan suami istri, mudah marah tanpa sebab yang jelas dan mengeluarkan keringat ketika sedang gelisah dan mudah terbangun di malam hari serta mengalami susah tidur. Selain itu, mayoritas ibu premenopause juga merasa mudah tersinggung saat berbicara bersama suami. Dalam teori dijelaskan wanita mengalami perasaan panas yang terpusat pada wajah, yang menyebar ke leher, dada dan mungkin ke seluruh tubuh dan sering disertai keringat, serta keluhan psikologis yang merupakan tanda dan gejala dari menopause antara lain: ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan depresi (Indrias, 2015).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kecemasan yang dirasakan wanita premenopause berwujud merasa sedih kulit kendur dan keriput, ibu premenopause beranggapan menopause merupakan hal yang menakutkan, kekhawatiran adanya perubahan pada saat menopause. Perubahan tersebut disebabkan karena berkurangnya hormon estrogen dan progesteron di dalam tubuh wanita menjelang menopause.

Menurut Aristianti (2010), tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dipengaruhi oleh fisik, psikis, sosial, dan seksual. Psikis adalah perubahan yang terjadi atau dialami pada masa menopause seperti merasa tidak dihargai, tidak dibutuhkan, sehingga muncul kecemasan dan kekhawatiran.

Kecemasan ibu dalam menghadapi menopause dapat disebabkan adanya beberapa mitos atau hal yang tidak rasional mengenai menopause.

Mitos tersebut antara lain wanita yang mengalami menopause secara otomatis berpredikat menjadi tua. Menopause dikaitkan dengan turunnya peran sebagai istri bagi suami dan ibu bagi anak-anaknya. Mitos lainnya yaitu bahwa periode menopause sama dengan periode goncangan jiwa, yaitu munculnya gejala rasa takut, tegang, sedih, cepat marah, mudah tersinggung, gugup, stres dan depresi. Tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause juga dipengaruhi oleh bagaimana penilaiannya terhadap menopause. Penilaian individu terhadap peristiwa yang dialami ada yang negatif ada yang positif.

Bagi ibu yang menganggap menopause itu sebagai peristiwa yang menakutkan (stressor) dan berusaha untuk menghindarinya, maka kecemasan pun sulit dihindari. Wanita tersebut akan merasa menderita karena kehilangan tanda-tanda kewanitaan yang selama ini dibanggakannya. Sebaliknya bagi wanita yang menganggap menopause sebagai suatu yang alamiah yang akan dihadapi semua wanita, maka tidak akan mengalami kecemasan berat

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa masih terdapat wanita premenopause yang mengalami kecemasan ringan, yaitu sebanyak 12 orang (16,4%) yang sebagian besar berasal dari ibu premenopause yang berpendidikan SD yaitu sebanyak 4 orang (5,4%), SMP yaitu sebanyak 11 orang (15%), dan dll yaitu sebanyak 3 orang (4,1%). Pendidikan seseorang akan mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Ibu premenopause yang berpendidikan tinggi pada umumnya akan mempunyai tingkat pengetahuan yang lebih baik, sehingga akan mempunyai tingkat kecemasan yang lebih ringan (Trismawati, 2013)

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Desi Prabandani (2009) dengan judul Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri, menyatakan sebagian besar jumlah kecemasan pada ibu dalam menghadapi menopause berpendidikan SD dan SMP di mungkinkan tingkat pendidikan mempengaruhi pola pikir dalam menghadapi tanda- tanda menopause yang ibu alami (56 %) tingkat pendidikan mempengaruhi pola pikir ibu dalam menangani masalah tanda-tanda menopause ini

### **Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan wanita pramenopause Di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati**

Berdasarkan hasil uji bivariat yang dilakukan menggunakan *chi square* tingkat signifikan 95% diperoleh hasil p value 0,000 artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Growong Kidul, Juwana. Pati. Dukungan kurang mempengaruhi tingkat kecemasan berat pada wanita premenopause.

Dukungan suami adalah sikap, tindakan dan penerimaan suami terhadap istrinya. Anggota suami dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan suami. Anggota suami memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Friedman, 2015).

Berdasarkan hasil analisa bivariat dapat diketahui bahwa dari 59 wanita premenopause yang kurang mendapatkan dukungan suami sebagian besar mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 58 orang (79,5 %). Untuk 14 wanita premenopause yang mendapatkan dukungan suami baik, terdapat 12 orang (16,4 %) mengalami kecemasan ringan dan 3 orang (4,1 %) tidak ada kecemasan.

Dukungan terbanyak yang wanita dapatkan adalah dukungan penghargaan contohnya mendapatkan pujian, perhatian saat sakit, serta diberikan semangat dalam mengerjakan pekerjaan, sedangkan dukungan yang sangat kurang wanita dapatkan yaitu dukungan informasi yang beupa mendapatkan informasi tentang apa yang dialaminya (tanda menopause), tentang masa apa yang sedang dia alami saat ini. Sebagian besar yang mengalami kecemasan ringan rata-rata berpendidikan SMA berprofesi sebagai ibu rumah tangga, dan yang tidak mengalami kecemasan berpendidikan tinggi yang berprofesi PNS.

Penelitian ini memberikan gambaran bahwa dukungan suami kepada wanita pramenopause yang kurang menyebabkan hal yang tidak nyaman sehingga menyebabkan ibu mengalami kecemasan, Sebaliknya dukungan suami yang baik memberikan pengaruh yang baik pada kenyamanan perasaan pada wanita pramenopause sehingga menjadikan wanita pramenopause mempunyai kecemasan yang ringan. Tingkat dukungan suami mempengaruhi hubungan interpersonal antara suami dengan istri yang pada akhirnya terjalin hubungan yang serasi dan menerima keadaan pasangan apa adanya sehingga menurunkan kecemasan pada wanita yang sedang mengalami pramenopause.

Kecemasan sebagai suatu keadaan dimana individu mengalami perasaan yang sulit (ketakutan) dan aktivasi sistem saraf otonom dalam berespons terhadap ketidak jelasan dan ancaman yang tidak spesifik. Berat ringannya kecemasan yan dialami oleh wanita premenopause sangat dipengaruhi oleh bagaimana penilaian individu terhadap terjadinya masa menopause. Tingkat kecemasan tersebut terjadi sebagai dampak dari penurunan fungsi-fungsi tubuh yang terjadi pada masa pramenopause (Carpenito, 2012)

Pada hakekatnya suami diharapkan mampu berfungsi untuk mewujudkan proses pengembangan timbal balik rasa cinta dan kasih sayang antara suami istri, antar kerabat, serta antar generasi yang merupakan dasar suami yang harmonis. Hubungan kasih sayang dalam keluarga merupakan suatu rumah tangga yang bahagia. Dalam kehidupan yang diwarnai oleh rasa kasih sayang maka semua pihak dituntut agar memiliki tanggung jawab, pengorbanan, saling tolong menolong, kejujuran, saling mempercayai, saling membina pengertian dan damai dalam rumah tangga (Soetjiningsih, 2012).

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Rufidah Maulina (2014) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Pramenopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngosoran Surakarta, menyatakan ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dan tingkat kecemasan ibu pramenopause , nilai (p 0,000) yang menunjukkan bahwa dukungan suami mempengaruhi kecemasan yang dialami ibu pramenopause.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Oktari Adi Erma Suryani (2014) dengan judul Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Dusun Songgorunggi Karanganyar, menyatakan ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause, nilai ( $p = 0,001$ ) yang menunjukkan bahwa dukungan suami pada ibu yang menghadapi menopause sebagian besar cukup, tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar termasuk dalam kategori sedang.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Desi Prabandani (2009) dengan judul Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri, menyatakan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause sebagian besar tinggi terdapat 26 orang responden (83,87%). Hasil analisis nilai  $p = 0,000$  dengan tingkat kemaknaan 95% Artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Hubungan tersebut berarti semakin tinggi dukungan suami maka tingkat kecemasan ibu semakin rendah.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Anis Nur Jannah (2014) dengan judul Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Menopause Syndrome Pada Istri Di Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang, menyatakan tingkat pengetahuan responden tentang menopause dan sikap responden terhadap kasus penekanan sindrom terdapat 80 orang usia 45-54 tahun. Hasil analisis nilai  $p = 0,001$  Artinya Ada pengaruh pengetahuan responden tentang menopause dan sikap responden terhadap kasus penekanan sindrom menopause terhadap istri.

## **KESIMPULAN**

Hubungan dukungan suami dengan wanita pramenopause kurang baik, memiliki potensi tidak ada kecemasan sebesar 1 orang (1,4%), serta memiliki potensi kecemasan ringan sebesar 1 orang (1,4%) dan sebagian besar mengalami kecemasan berat sejumlah 57 wanita (78,1%), Sedangkan wanita dengan dukungan suami baik, memiliki potensi tidak ada kecemasan sebesar 2 orang (2,7%), serta memiliki potensi kecemasan berat sebesar 1 orang (1,4%) dan sebagian besar mengalami kecemasan ringan sejumlah 11 wanita (15,1%).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arisman. 2009. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Buku Ajar Ilmu Gizi. EGC: Jakarta.
- Depkes RI. 2003. *Program Penanggulangan Anemia Gizi pada Wanita Usia Subur (WUS)*: Jakarta.
- Depkes RI. 2007. Keputusan Menteri Kesehatan *Provinsi Jawa Tengah Tahun 2012*. Dinkes Jateng: Semarang RI No: 900/MENKES/VII/2007. *Konsep Asuhan Kebidanan*. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.

- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan: teori dan aplikasi*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Proverawati, A. 2009. *Gizi untuk Kebidanan*. YuliaMedika: Yogyakarta.
- Sulistyoningsih, 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. PT Graha Ilmu :Yogyakarta.
- Soetjiningsih. 2009. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto: Jakarta
- Wahyuni, Arlinda Sari. 2014. *Anemia Defisiensi Besi Pada Balita*. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara: Sumatera Utara
- Wartonah, Tarwoto. 2010. *Kebutuhan Dasar manusia dan Proses Keperawatan*. Salemba Medika: Jakarta
- Wirakusumah, Emma S.1999. *Perencanaan Menu Anemia Gizi Besi*. PT.PustakaPembangunan Swadaya Nusantara: Jakart