

TINGKAT PENDIDIKAN DAN DUKUNGAN SUAMI BERKAITAN DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA WANITA PREMENOPAUSE

Apriana Ama¹, Ronasari Mahaji Putri², Hilda Mazarina Devi³

Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang

Co-author : putrirona@gmail.com

Abstrak

Adanya fenomena banyaknya wanita premenopause mengungkapkan kecemasan menghadapi menopause. Tingkat pendidikan dan dukungan suami yang kurang diduga semakin meningkatkan kecemasan pada wanita premenopause. Mengaitkan hubungan tingkat pendidikan, dukungan suami dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause menjadi tujuan penelitian. Desain penelitian *cross sectional*, dengan populasi 55 wanita 'premenopause' usia 40 - 45 tahun didapatkan 48 responden sampel. dengan penentuan menggunakan *simple random sampling*. Instrumen menggunakan kuesioner milik Prabandani (2009). Analisa data menggunakan uji *Fisher's Exact*. Hasil penelitian sebagian besar (52,1%) suami responden berpendidikan SMP; sebagian besar (60,4%) responden mempunyai dukungan suami kurang; sebagian besar (56,2%) responden mengalami kecemasan menghadapi menopause; dan terdapat hubungan tingkat pendidikan dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang didapatkan $p\text{ value} = (0,000) < (0,05)$. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melibatkan suami sebagai responden sehingga mengetahui secara langsung dukungan suami kepada istrinya.

Kata Kunci: Dukungan Suami; Kecemasan; Menopause; Pendidikan; Wanita Premenopause

Abstract

The phenomenon of many premenopausal women express anxiety about menopause. The level of education and husband's support is less suspected to increase anxiety in premenopausal women. Relating the relationship between education level, husband's support with anxiety facing menopause in premenopausal women is the aim of the study. The study design was cross sectional, with a population of 55 'premenopausal' women aged 40 - 45 years, 48 sample respondents were found. with determination using simple random sampling. The instrument uses a questionnaire. Data analysis using Fisher's Exact test. The results of the study mostly (52.1%) of respondents' husbands had junior high school education; most (60.4%) respondents have less husband support; most (56.2%) of respondents experienced menopause anxiety; and there is a relationship between the level of education and husband's support with anxiety facing menopause in premenopausal women in Petungsewu Village, Dau Malang District, obtained $p\text{ value} = (0.000) < (0.05)$. Further researchers are expected to involve husbands as respondents so that they know directly the husband's support for his wife.

Keywords: Husband's Support; Worry; Menopause; Education; Premenopausal Women

Pendahuluan

Masalah yang dialami wanita premenopause yaitu penuaan, menstruasi tidak teratur, perubahan warna rambut dan penurunan elastisitas kulit sehingga mudah mengalami kecemasan dan membutuhkan dukungan suami dalam menjalani kehidupan (Rahwuni, Lestari & Bayhakki, 2014). Kejadian menopause tidak bisa dihindari oleh semua wanita, namun dapat di tunda dengan melakukan hidup sehat. Menopause sebagai masa peralihan usia produktif ke non produktif, disebabkan hormon estrogen dan progesterone yang kurang (Arduwino, Kusuma & Dewi, 2018). Menopause sebagai peristiwa alami seorang wanita mulai usia 40-50 tahun (Widiastuti & Sobar, 2020). Tanda menopause pada wanita yaitu berhentinya haid, munculnya keriput pada wajah atau badan, rambut mulai memutih dan penurunan kekuatan fisik. Menopause berdampak stres psikologis, mempengaruhi seluruh aspek kehidupan sehingga berpotensi menimbulkan kecemasan (Susanti, Wiyono & Adi, 2017).

Wanita premenopause sangat membutuhkan dukungan suami dalam menjalani kehidupannya, dukungan suami yang kurang menyebabkan wanita premenopause merasa tidak dicintai dan mudah mengalami cemas sehingga mempercepat kejadian menopause (Hurriyah, 2018). Dukungan suami kepada wanita premenopause berhubungan dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan suami tentang menopause, dimana wanita premenopause membutuhkan dukungan yang lebih seperti kasih sayang dan perhatian (Hurriyah, 2018).

Penelitian Rahwuni, Lestari & Bayhakki (2014) menjelaskan bahwa masih banyak 44,7% wanita premenopause yang mendapatkan dukungan kurang dari

suami. Wanita premenopause memerlukan dukungan dari suami, suami dan lingkungan sekitar sehingga menimbulkan perasaan bahagia untuk menurunkan kecemasan. Penelitian Septiani & Muslihati (2019) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan kategori sedang pada wanita dalam menghadapi menopause yaitu dukungan sebaya yang kurang sebanyak 63%. Penelitian Widiastuti & Sobar (2020) menjelaskan bahwa dukungan suami masih kurang diperoleh wanita premenopause sebanyak 84,0%. Dukungan suami sebagai faktor pendukung yang bersifat emosional dan psikologis diberikan kepada wanita premenopause agar bisa menghadapi datangnya masa menopause. Penelitian Triana (2020) menyampaikan adanya dukungan, perhatian suami akan membuat istri merasa dihargai dan dicintai, dampaknya istri lebih optimis saat mengalami menopause.

Kejadian kecemasan semakin meningkat seiring semakin tinggi wanita yang mengalami menopause. WHO (2019) mengungkapkan 20% (50 juta lebih) wanita premenopause mengalami depresi, cemas dan stress. Berdasarkan data Kemenkes RI (2019) didapatkan prevalensi wanita premenopause di Indonesia yang mengalami kecemasan, depresi dan stres karena 8% menghadapi premenopause (6,6 juta jiwa dari jumlah penduduk wanita usia dewasa) sedangkan prevalensi di Jawa Timur di tahun 2019 4,5% (873.000 orang); di Kabupaten Malang sekitar 7% (114.928 wanita).

Kecemasan diartikan sebagai munculnya perasaan atau ketakutan yang tidak jelas dan hebat, yang munculnya tidak menyenangkan. Indikator kejadian kecemasan seperti vasomotor (jantung berdenyut kencang dan napas tersengal-sengal), psikososial (sering marah), fisik (berkeringat dan merasa lelah) dan kurang

gairah seksual (Nurhasanah, 2019). Penelitian Arduwino, Kusuma & Dewi (2018) menjelaskan bahwa kecemasan memberikan dampak kinerja semua organ tubuh (dikontrol otak) menurun, dan saat reseptor otak berada dalam keadaan cemas menyebabkan keseimbangan tubuh berubah, dampaknya buruknya kesehatan mental wanita saat menghadapi menopause. Ibu premenopause yang mendapatkan dukungan suami, menurun kecemasannya (Irmawati, 2016).

Wanita mudah cemas, dikaitkan dengan hubungan sosial yang lebih erat dan luas dengan lingkungan. Seseorang dengan adaptasi lingkungan baik serta mendapatkan banyak informasi berdampak tidak cemas (Rahmi, 2009, dalam Arduwino, Kusuma & Dewi, 2018). Irmawati (2016) menjelaskan mayoritas wanita premenopause cemas sedang (50%), membuktikan mudahnya wanita mengalami kecemasan sehingga terjadi perubahan fisik. Penelitian Setiyani & Ayu (2019) menjelaskan bahwa wanita premenopause yang cemas dan perubahan fisik berhubungan dikaitkan tingkat pengetahuan, dimana pengetahuan yang rendah menyebabkan wanita tidak mengetahui tahap-tahap menopause sehingga menyebabkan kecemasan yang berlebihan. Penelitian Bong, Mudayatiningsih & Susmini (2019) menjelaskan bahwa tingkat pendidikan suami menentukan pengetahuan wanita premenopause dalam bersikap sehingga menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa premenopause.

Dukungan suami menjadi *support system* yang berperan dalam meningkatkan semangat dan gairah wanita premenopause untuk melakukan hidup sehat dan mengurangi beban pikiran sehingga tidak mudah mengalami kecemasan (Rahwuni, Lestari & Bayhakki, 2014). Indikator dukungan suami yaitu emosional (memberikan perhatian lebih), penghargaan

(memberikan hadiah), informasi (menjelaskan terkait perubahan di masa premenopause) dan instrumental (membeli kebutuhan istri) (Friedman, 2013). Dukungan suami seperti memiliki waktu yang cukup untuk curhat menceritakan masalah pribadi, melakukan liburan dan saling mengingatkan untuk selalu menjaga kesehatan (Irmawati, 2016). Sesuai penelitian Septiani & Muslihati (2019) membuktikan bahwa kecemasan diturunkan dengan adanya dukungan suami, didapatkan dari 61% keluarga yang memberikan dukungan baik menyebabkan sebanyak 45% wanita premenopause mengalami kecemasan ringan. Sejalan dengan Penelitian Arduwino, Kusuma & Dewi (2018) menjelaskan bahwa dukungan sosial dari suaminya mempengaruhi tingkat kecemasan wanita premenopause, dimana kurangnya (73,3%) dukungan suami menyebabkan wanita premenopause mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 56,7%. Dukungan yang kurang memperberat kecemasan menghadapi menopause

Penelitian dilakukan karena belum ada yang berfokus meneliti hubungan tingkat pendidikan suami dengan terjadinya kecemasan pada wanita premenopause dalam menghadapi menopause. Tingkat pengetahuan suami yang rendah menyebabkan informasi yang diperoleh kurang dalam memberikan dukungan kepada wanita premenopause seperti kasih sayang dan perhatian lebih.

Metode

Desain penelitian menggunakan desain cross sectional. Seluruh wanita premenopause (40-45 tahun) adalah populasi penelitian, sampel didapatkan 48 responden. Teknik sampling *purposive sampling* didapatkan sampel 48 responden. Variabel bebas adalah tingkat pendidikan dan dukungan suami, sedangkan kecemasan sebagai variabel

terikat. Instrumen menggunakan kuesioner milik Prabandani (2009). Analisa data yang digunakan yaitu uji fisher's exact.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang Tahun 2022

Karakteristik	f	(%)
Umur istri		
40- 42 tahun	12	25,0
43- 45 tahun	36	75,0
Pendidikan istri		
SD	3	6,2
SMP	29	60,4
SMA	13	27,1
Perguruan Tinggi (S1)	3	6,2
Pekerjaan istri		
IRT	39	81,2
Swasta	4	8,3
Wiraswasta	5	10,4
Pendapatan istri per bulan		
< 1 juta	40	83,3
> 1 juta	8	16,7
Jumlah	48	100

Tabel 1 menunjukkan mayoritas (60,4%) responden berpendidikan SMP, hampir seluruhnya (81,2%) responden sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT), hampir seluruh (83,3%) responden memiliki pendapatan perbulan kurang dari 1 juta.

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan sebagian besar (73,0%) suami responden berusia antara 41-45 tahun, sebagian besar (66,7%) suami responden memiliki pekerjaan sebagai petani dan hampir seluruhnya (93,8%) suami responden memiliki pendapatan perbulan lebih dari 1 juta; sebagian besar 25 (52,1%) suami responden berpendidikan SMP di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang.

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan sebagian besar 29 (60,4%) responden

mendapatkan dukungan suami kategori kurang pada wanita premenopause ; sebagian besar 27 (56,2%) responden mengalami kecemasan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Suami Responden

Karakteristik	f	(%)
Umur suami		
41- 45 tahun	35	73,0
46- 49 tahun	13	27,0
Pekerjaan suami		
Tenaga pengajar (guru)	1	2,1
Petani	32	66,7
Swasta	6	12,5
Wiraswasta	9	18,8
Pendapatan suami per bulan		
< 1 juta	3	6,2
> 1 juta	45	93,8
Tingkat pendidikan suami		
SD	5	10,4
SMP	25	52,1
SMA	16	33,3
Perguruan Tinggi (S1)	2	4,2
Total	48	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Suami Dan Kecemasan Pada Wanita Premenopause di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang Tahun 2022

Dukungan Suami	f	(%)
Baik	4	8,3
Sedang	15	31,2
Kurang	29	60,4
Kecemasan		
Ringan	0	0,0
Sedang	21	43,8
Berat	27	56,2
Total	48	100

menghadapi menopause kategori berat pada wanita premenopause di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang.

Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause

Tabel 4. Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause

Hubungan antar variabel		Kecemasan (Y)				Total		Fisher's Exact <i>p value</i>
		Berat		Sedang				
		f	%	f	%	f	%	
Tingkat pendidikan suami (X1)	SD & SMP	19	39,6	11	22,9	30	62,5	0,000
	SMA & PT	8	16,7	10	20,8	18	37,5	
Total		27	56,2	21	43,8	48	100	
Dukungan suami (X2)	Kurang	20	41,7	9	18,8	29	60,4	0,000
	Sedang & baik	7	14,6	12	25,0	19	39,6	
Total		27	56,2	21	43,8	48	100,0	

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa suami yang memiliki tingkat pendidikan SD dan SMP sebanyak (62,5%) menyebabkan istri mengalami kecemasan menghadapi menopause kategori berat sebanyak (39,6%), sedangkan responden yang mendapatkan dukungan suami kurang (60,4%) mengalami kecemasan berat menghadapi menopause (41,7%). Hasil uji Fisher's Exact $p\text{-value} = (0,000) < (0,05)$ menunjukkan ada hubungan tingkat pendidikan dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang.

Pembahasan

Tingkat Pendidikan Suami

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pendidikan suami adalah SMP. Data tersebut menunjukkan bahwa suami yang berpendidikan rendah bisa menurunkan kurangnya pemberian informasi kepada istri. Pendidikan SMP adalah pendidikan sekolah menengah pertama yang dikategorikan tingkat pendidikan masih rendah (Kemendikbud RI, 2021). Hasil

ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiyani & Ayu (2019) menjelaskan bahwa pendidikan suami

berpengaruh terhadap kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi menopause, dimana pendidikan berhubungan dengan pengetahuan suami, semakin baik pengetahuan maka mendukung sikap dan perilaku memberikan kasih sayang kepada istri yang menghadapi menopause.

Pendidikan sebagai kebutuhan manusia dalam mengembangkan diri, yang biasanya berdampak pada pendidikan yang semakin tinggi, pengetahuan juga makin baik. Demikian juga pada suami, jika memiliki pendidikan tinggi, biasanya juga memiliki pengetahuan tentang kesehatan terutama dalam mendampingi istri menghadapi menopause (Bong dkk., 2019). Sependapat Notoatmodjo (2014) yang mengungkapkan seseorang yang berpendidikan cenderung mudah menerima hal baru, dan beradaptasi dengan hal baru tersebut.

Pendidikan dapat diartikan bimbingan seseorang kepada orang lain dalam upaya menuju ke cita-cita tertentu. Pendidikan menentukan pengetahuan dan informasi suami dalam mendukung istri menghadapi menopause, pendidikan rendah berdampak kurangnya informasi suami cara pemberian perhatian kepada istri yang menghadapi menopause.

**Dukungan Suami Pada Wanita
Premenopause**

Mayoritas responden mendapatkan dukungan suami kurang. Dukungan suami merupakan suatu bentuk kepedulian dari suami kepada wanita saat menghadapi masa premenopause (Friedman, 2013). Sejalan Triana (2020) yang menemukan masih banyak suami yang kurang memberikan dukungan istri menghadapi menopause. Penelitian Arduwino dkk., (2018) menjelaskan bahwa dukungan suami berupa memenuhi kebutuhan finansial dan kebutuhan rumah tangga mampu menurunkan kecemasan istri. Kurangnya dukungan suami seperti dukungan emosional suami berupa perhatian, kepercayaan, empati dan kepedulian pada istri yang memasuki usia menopause sehingga merasa dicintai, nyaman, dan dihargai. Dukungan emosional suami menjadi support wanita premenopause (Friedman, 2013).

Dukungan penghargaan berupa perhatian dari suami sebagai bentuk penghargaan positif yang diberikan kepada istri untuk melakukan pemeriksaan kesehatan. Dukungan penghargaan berbentuk fungsi afektif mampu meningkatkan status psikososial isteri. Dukungan penghargaan seperti memberikan hadiah kepada istri (Friedman, 2013). Dukungan informasional yakni dengan memberikan banyak informasi, berbagai ide dibutuhkan Wanita premenopause (Friedman, 2013). Sedangkan dukungan instrumental seperti membantu individu untuk wanita premenopause kebutuhan pribadi dan memberi hadiah. Sejalan (Friedman, 2013) bahwa dukungan suami pada istri berupa bantuan ekonomi dan bantuan nyata dalam memenuhi kebutuhan.

Faktor yang mempengaruhi dukungan suami kategori kurang pada wanita premenopause dalam menghadapi menopause yaitu lingkungan, kedekatan emosional dan pekerjaan. Setiap lingkungan mempunyai ciri, norma dan aturan tertentu yang berbeda dengan

lingkungan keluarga. Pertemanan dalam sebuah lingkungan tertentu turut membentuk perilaku suami. Menurut Irmawati (2016) menjelaskan bahwa lingkungan berperan penting dalam meningkatkan dukungan suami pada wanita premenopause.

Kedekatan emosional penting suami isteri, dan memungkinkan pasangan memperoleh kerekatan (kedekatan), menimbulkan rasa aman bagi yang menerima. Kedekatan emosional suami dengan istri meliputi adanya komunikasi setiap saat, suami selalu mengabarkan kabar apabila kerja jauh dari istri, suami selalu memuji istri saat memasak enak dan perawatan diri, serta suami dan isteri saling terbuka terhadap masalah rumah tangga.

Menurut Setiyani & Ayu (2019) menjelaskan bahwa kedekatan emosional berperan penting dalam mendukung pemberian dukungan suami kepada istri. Kedekatan emosional seperti kedekatan dan keharmonisan antara suami dan istri. Faktor pekerjaan didapatkan sebagian besar suami bekerja sebagai petani sehingga sibuk dengan pekerjaan yang menyebabkan kurang memberikan perhatian pada istri dalam menghadapi menopause. Pekerjaan berkaitan dengan pendapatan, apabila pendapatan keluarga tinggi akan mendukung pemenuhan kebutuhan keluarga sehingga dukungan suami kepada istri akan tinggi (Gebbie, 2016).

Hasil penelitian diketahui pekerjaan petani sehingga bekerja dari pagi sampai sore bekerja di kebun atau sawah sehingga menurunkan komunikasi antara suami dan istri. Dukungan suami kepada istri saat bekerja seperti menyempatkan diri untuk memberi kabar istri saat istirahat bekerja. Hasil ini sesuai dengan penjelasan Hurriyah (2018) yaitu kurangnya dukungan suami kepada istri menghadapi menopause karena lingkungan, kurangnya

kedekatan emosional dan suami bekerja sehingga tidak setiap saat bersama dengan istri.

Kurangnya dukungan suami mempengaruhi psikologi istri. Widiastuti & Sobar (2020) menjelaskan bahwa dukungan suami yang kurang seperti tidak memberikan perhatian lebih, jarang mengucapkan kata cinta, tidak pernah memberi oleh-oleh dan jarang memuji istri sehingga menyebabkan istri beranggapan bahwa suami tidak mencintai istri. Dukungan suami sangat berperan dalam mendorong motivasi, minat dan semangat sehingga istri tidak mudah cemas dalam menghadapi masa menopause.

Dukungan suami dapat diartikan kepedulian suami untuk isteri, yang dapat menyayangi dan menghargainya. Dukungan suami berbentuk sikap penuh pengertian (bekerjasama positif), membantu pekerjaan rumah, mengurus anak, dan memberikan bantuan moral, empati pada isteri (Maryunani, 2015). Tanggungjawab suami sangat besar, selain mencari nafkah juga sebagai motivator pengambil kebijakan termasuk perencanaan keluarga harmonis (Suparyanto, 2012).

Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Wanita Premenopause

Mayoritas responden mengalami kecemasan berat. Kecemasan menghadapi menopause kategori berat diketahui dari poin jawaban kuesioner yang tinggi yaitu merasakan banyak keringat berlebih walaupun tidak beraktivitas, kesulitan berkonsentrasi dalam pekerjaan, sering terganggu oleh rasa pusing, seringkali dalam keadaan tegang, tidak puas saat berhubungan intim dan beranggapan menopause menghambat aktivitas sosial. Hurriyah (2018) menguatkan bahwa dalam menghadapi menopause wanita

mengalami kecemasan karena kurangnya dukungan suami dan haid yang berhenti.

Adanya 2 faktor determinan menopause yakni internal dan eksternal. Faktor eksternal seperti perubahan fisik, ancaman terhadap konsep diri seperti perubahan peran, lingkungan, sosial ekonomi dan proses kehilangan. Sedangkan faktor internal yakni tingkat pendidikan dan usia istri. Sebagian besar responden berusia dewasa akhir sehingga mulai memasuki masa menopause yang berarti akan terjadi penuaan dan organ reproduksi wanita mengalami kemunduran fungsi. Usia yang semakin matang, akan semakin mampu dan siap menghadapi masalah. Menurut Dargobercia (2013) menjelaskan bahwa seiring bertambah usia menyebabkan kecemasan karena banyak perubahan dalam fisik secara alami.

Seseorang berpendidikan rendah mudah cemas, berbeda dengan yang berpendidikan tinggi. Semakin tinggi pendidikan kemampuan berpikir semakin berkembang. Mayoritas responden berpendidikan SMP, hal ini berarti tingkat pendidikan rendah. Pendidikan menentukan pengetahuan dan informasi tentang menopause, seseorang berpendidikan rendah cenderung mempunyai penerimaan informasi kurang termasuk informasi penyiapan diri menghadapi menopause. Faktor lain yaitu dukungan suami yang kurang menyebabkan istri merasa tidak dicintai dan disayangi sehingga mudah mengalami kecemasan berat. Menurut Hurriyah (2018) menjelaskan bahwa dukungan suami berbentuk kasih sayang, perhatian mampu menurunkan kecemasan istri menghadapi menopause.

Kecemasan yang dialami wanita premenopause seperti munculnya rasa takut berlebih, munculnya perasaan yang tidak menyenangkan. Penelitian Susanti, Wiyono & Adi (2017) menjelaskan bahwa wanita premenopause mudah mengalami

gangguan psikologis yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan akibat tidak siap memasuki masa menopause. Kecemasan di masa menopause karena wanita premenopause mulai berhentinya haid secara permanen sehingga tidak produktif, munculnya keriput pada wajah atau badan, rambut mulai memutih dan penurunan kekuatan fisik (Stuart & Sundeen, 2012).

Hubungan Tingkat Pendidikan, Dukungan Suami Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause

Ada hubungan tingkat pendidikan dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang. Hasil tabulasi silang membuktikan bahwa suami yang memiliki tingkat pendidikan SMP dan dukungan suami kategori kurang menyebabkan wanita premenopause mengalami kecemasan menghadapi menopause kategori berat. Sepakat Hurriyah (2018) bahwa ada kaitan tingkat pendidikan, dukungan suami dengan kecemasan, dimana pendidikan mempengaruhi pengetahuan sebagai landasan untuk bertindak memberikan dukungan. Dukungan suami yang kurang menyebabkan wanita premenopause mudah mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause.

Penelitian Bong, Mudayatiningsih & Susmini (2019) menjelaskan bahwa pendidikan berhubungan dengan pengetahuan seseorang, menentukan tindakan seseorang. Suami yang berpendidikan rendah menyebabkan tidak memberitahu informasi tentang menopause kepada istri. Penelitian Irmawati (2016) membuktikan adanya kaitan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause. Dukungan suami sebagai faktor pendukung yang bersifat emosional dan psikologis diberikan kepada istri.

Dukungan suami berperan dalam meningkatkan semangat wanita premenopause untuk melakukan hidup sehat dan mengurangi beban pikiran sehingga tidak mudah mengalami kecemasan. Sedangkan penelitian Nurhasanah (2019) mengungkapkan adanya kehadiran, perhatian dan semua bentuk dukungan suami membuat istri lebih siap menghadapi menopause.

Penelitian Hurriyah (2018) menjelaskan bahwa dukungan suami yang kurang sehingga menyebabkan wanita premenopause mengalami kecemasan menghadapi menopause kategori berat seperti suami kurang peduli terhadap istri, suami kurang bersedia mendengarkan usulan istri, tidak memberikan istri saran untuk memecahkan masalah dan memiliki waktu kurang bersama keluarga karena sibuk bekerja (Irmawati, 2016). Berdasarkan hasil penelitian maka suami perlu memberikan dukungan secara penuh kepada istri saat menghadapi menopause seperti memberikan kasih sayang, membantu melakukan pekerjaan rumah dan mengajak istri berlibur, serta toleransi terhadap perubahan fisik istri yang menghadapi menopause. Sedangkan bagi wanita premenopause mengendalikan kecemasan berat seperti mengontrol emosi dan menerima kondisi fisik saat mulai mengalami menopause.

Kesimpulan

Tingkat pendidikan dan dukungan suami berhubungan dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause di Desa Petungsewu Kecamatan Dau Malang (p value 0,000). Direkomendasikan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti kondisi ekonomi keluarga dan pengetahuan istri sebagai salah satu factor determinan kecemasan menghadapi menopause.

Daftar Pustaka

- Arduwino R., Kusuma F.H.D., & Dewi N. 2018. Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Dalam Menghadapi Menopause di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News 3 (3)*. Universitas Tribhuwana Tungadewi.
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/1377/962>.
- Bong M.T., Mudayatiningsih S., & Susmini. 2019. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Dengan Tingkat Stress. *Nursing News Volume 4, Nomor 1*,
- Dargobercia. 2013. *Cara Menjaga Tingkat Kecemasan Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Friedman. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori Dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Gebbie. 2016. *Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC
- Hurriyah, A.S. 2018. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kemampuan Perempuan Menopause Dalam Mengatasi Permasalahan Fisik, Seksual, Dan Psikologi Di Puskesmas Kota Bogor Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan 5 (1)*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
<http://perpus.fikumj.ac.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=12978&bid=4600>.
- Irmawati. 2016. Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Padukuhan Morobangun Jogotirto Berbah Kabupaten Sleman Yogyakarta. *Naskah Publikasi 1 (2)*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.
- <http://digilib.unisayogya.ac.id/1882/1/Naskah%20publikasi.pdf>.
- Kemendikbud RI. 2021. *Tingkat Pendidikan di Indonesia*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. 2019. *Gambaran Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Indonesia
- Maryunani, A. 2015. *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo. 2014. *Konsep Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nurhasanah. 2019. Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Padasuka. *Jurnal Keperawatan 3 (2)*. Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
http://repository.upi.edu/37192/8/T_A_JKR_1606852_Tittle.pdf.
- Rahwuni D., Lestari W., & Bayhakki. 2014. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause. *JOM PSIK 1 (2)*. Universitas Riau.
<https://media.neliti.com/media/publications/186742-ID-hubungan-antara-kepercayaan-diri-dan-duk.pdf>.
- Septiani M., & Muslihati C. 2019. Faktor-Faktor Yang mempengaruhi Kecemasan Dalam menghadapi Menopause di Desa Meunasah Dayah Kecamatan Peusangankabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine 5 (2)*. Universitas Ubudiyah Indonesia.
<https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/viewFile/478/215>.

- Setiyani H., & Ayu, S.M. 2019. Hubungan Tingkat Pendidikan, Pendapatan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Desa Jobohan, Bokoharjo, Sleman 2016. *Jurnal Medika Respati Vol. 14 No 2*
- Stuart & Sundeen. 2012. *Keperawatan Psikitrik: Buku Saku Keperawatan Jiwa, Edisi 5*. Jakarta : EGC.
- Suparyanto. 2015. *Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rajawali.
- Susanti., Wiyono J., & Adi RCW. 2017. Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Ibu Rumah Tangga dan Ibu yang Bekerja Diluar Rumah dalam Menghadapi Menopause Di Dusun Mojosari Desa Ngenep Kecamatan Karangploso Kabupaten Malang. *Nursing News 2 (1)*. Universitas Tribhuwana Tungadewi. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/152/186>.
- Tamher & Noorkasiani. 2013. *Kesehatan Mental Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Triana, H. 2020. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Babakan 2019. *Jurnal Ilmu Kesehatan 14 (1)*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel. [https://www.researchgate.net/publication/343698197_HUBUNGAN_DUKUNGAN_SUAMI_TERHADAP_TINGKAT_KECEMASAN_WANITA_DALAM_MENGHADAPI_MENOPAUSE_DI_DESA_BABAKAN_2019/fulltext/5f3ac30da6fdccc43d08098/HUBUNGAN-DUKUNGAN-SUAMI-TERHADAP-TINGKAT-KECEMASAN-WANITA-](https://www.researchgate.net/publication/343698197_HUBUNGAN_DUKUNGAN_SUAMI_TERHADAP_TINGKAT_KECEMASAN_WANITA_DALAM_MENGHADAPI_MENOPAUSE_DI_DESA_BABAKAN_2019/fulltext/5f3ac30da6fdccc43d08098/HUBUNGAN-DUKUNGAN-SUAMI-TERHADAP-TINGKAT-KECEMASAN-WANITA-DALAM-MENGHADAPI-MENOPAUSE-DI-DESA-BABAKAN-2019.pdf?origin=publication_detail)
- Varney, Kriebs, & Gregor. 2013. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Widiastuti F., & Sobar. 2020. Dukungan Teman Sebaya, Dukungan Suami, Konsep Diri dan Aktivitas Fisik terhadap Kendali Kecemasan Wanita. *Jurnal Publikasi Kebidanan 11 (1)*. STIKes Indonesia Maju. <https://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/download/527/48484908>.