HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN HARGA DIRI WANITA MENOPAUSE PADA WANITA BEKERJA DI GUDANG UD DWIKARYA

Oleh:
Kanza Al Qorina Imami[1)], Diyan Indriyani[2)], Siti Kholifah[3)]

[1)]Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
[2,3)]Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jl. Karimata 49 Jember. Telp: (0331) 332240 Fax : (0331) 337957 Email: Fikes@unmuhjember.ac.id Website: http://fikes.unmuhjember.ac.id
Email: kanzaalqorina12@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Menopause menyebabkan berbagai perubahan fisik sehingga berdampak pada kondisi psikis perempuan dalam menghadapi fase menopause. Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling baik dalam membantu pasangan (emosional, instrumental, informatif, dan penilaian). Penelitian ini bertujuan untuk menganilisis hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik sampling yang digunakan *purposive sampling* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menoapuse. Populasi pada penelitian ini adalah wanita pekerja gudang sejumlah 200 responden dengan sampel 44 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan instrument *Skala Likert* tentang dukungan suami dan harga diri wanita menopause. **Hasil:** Hasil penelitian dari 44 responden terdapat sebagian besar dukungan suami kurang yaitu 27 responden (61,4%) dan sebagian besar harga diri wanita menopause rendah yaitu 28 responden (63,6%). Hasil dari analisis statistik menggunakan uji *Spearman Rho* diketahui nilai *p (signifikasi) a* = 0,05 yang artinya ada hubungan antara dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di gudang UD Dwikarya. **Diskusi:** Penelitian ini direkomendasikan kepada wanita menopause agar tetap menjaga harga diri dalam menghadapi masa menopause untuk mendukung kualitas hidup secara optimal.

Kata kunci : Dukungan Suami, Harga Diri, Wanita Menopause

HUSBAND'S SUPPORT AND MENOPAUSAL WOMEN'S SELF-ESTEEM WHO WORKS IN THE UD DWIKARYA WAREHOUSE

ABSTRACT

***Introduction**: Menopause causes several physical changes that impact on women's psychic condition in facing the menopause stage. There are various factors needed in helping couples on the menopause stage. One of them is the husband's support (emotional, instrumental, informative, and judgment). Analyzing the connection between a husband's support and menopausal women's self-esteem is the intention of this research. **Method**: This research uses a correlational study research design with a cross-sectional study. The purposive sampling technique used to find out the relationship between husband support and menopause women's self-esteem. Using women who work in a warehouse as a population, there are 200 respondents with 44 respondents as a sample who fit the inclusion criteria. And the Likert Scale instrument as a data collection tool for the husband's support and menopausal women's self-esteem. **Result**: From 44 respondents, discovered that the majority of husband support was less than 27 respondents (61.4%) and most menopausal women's self-esteem was low at 28 respondents (63.6%). The results of statistical analysis using the spearman rho test found that the score of p (signification) value a = 0.05, which means there is a relationship between husband support and menopausal women's self-esteem in women who works in the UD Dwikarya warehouse. **Discussion**: This study recommended for menopausal women to maintain their self-esteem in facing menopause stage to support the quality of life optimally.*

Keywords **:** *Husband's Support, Self-Esteem, Menopausal Women*

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan suatu proses dalam siklus reproduksi alamiah yang dialami oleh para wanita. Atau bisa dibilang masa peralihan yang terjadi pada wanita dari masa produktif menuju masa non produktif yang disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesteron (Suparni & Astutik, 2016). Seluruh sistem hormonal akan mengalami kemunduran secara perlahan-lahan dan perubahan pengeluaran hormon menyebabkan berbagai perubahan fisik dan berdampak pada kondisi psikis perempuan dalam menghadapi fase menopause dan secara alamiah akan berpengaruh terhadap hubungan seks suami istri (Marettih, 2012).

Dampak dari menopause dalam sistem tubuh wanita menopause yaitu menurunnya fungsi ovarium (sel telur) mengakibatkan hormon terutama estrogen dan progesteron sangat berkurang dalam tubuh. Kekurangan hormon estrogen ini menyebabkan keluhan-keluhan fisik maupun psikis yang akan mempengaruhi kualitas hidup perempuan. Perubahan fisik yang dapat timbul pada menopause antara lain hot flushes dan keringat pada malam hari, kelelahan, insomnia, kekeringan kulit dan rambut, sakit dan nyeri pada persendian, sakit kepala, palpitasi (denyut jantung cepat atau tidak teratur), bentuk tubuh yang berubah, yang sebelumnya dianggap bagus dan kemudian mereka beranggapan bahwa tubuh mereka tidak bagus lagi (Proverawati, 2010)

Perubahan fisik yang dialami pada wanita menopause tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis. Perubahan psikologis tersebut muncul karena perubahan fisik serta hormonal yang berakibat pada peningkatan sensitivitas pada wanita (Kumalasari & Andhyantoro, 2012). Perubahan fisik pada wanita menopause dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologisnya seperti mudah tersinggung, kecemasan, merasa tidak berharga, tidak berarti, stress, daya ingat menurun dan depresi. Perubahan pada masa menopause seringkali menimbulkan rasa ketidaknyamanan ataupun kekhawatiran (Sugiyanto, 2014). Perasaan inilah yang dirasakan oleh sebagian besar wanita menopause sehingga perubahan-perubahan yang terjadi pada masa menopause menyebabkan beberapa wanita menopause mengalami penurunan kepercayaan diri saat menopause (Smart, 2010).

Masalah psikologis yang dihadapi seseorang yang mengalami perubahan fisik akibat menopause memerlukan suatu koping yang dapat membuat seseorang bertahan dan beradaptasi dalam menghadapinya. Mekanisme tersebut adalah cara seseorang dalam mengatasi suatu kecemasan dan kekhawatirannya. Mekanisme koping adalah cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku (Nasir & Muhith, 2011).

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling baik dalam membantu istri mengatasi kecemasan yang dialami. Karena perubahan ini seringkali mempengaruhi keadaan sikis setiap wanita yang sifatnya individual, dipengaruhi oleh sosial budaya,

lingkungan maupun ekonomi (Rustami, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 21 April 2020 di gudang UD Dwikarya didapatkan hasil wawancara yang dilakukan, menunjukkan anggapan kognitif dan efektif yang berbeda, yaitu dari 10 wanita menopause 30% mengetahui tentang kejadian menopause, menerima perubahan pada dirinya selama menopause, merasa tenang, selalu optimis, dan 70% tidak mengetahui tentang menopause, tidak menerima perubahan pada dirinya selama menopause, tidak percaya diri, dan tidak siap menerima kenyataan mengalami menopause, cemas.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian non eksperimen, yaitu desain penelitian yang dilakukan tanpa melakukan intervensi terhadap subjek penelitian. Peneliti menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu suatu penelitian seksional silang atau potong silang, variable sebab atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan (dalam waktu yang bersamaan) (Notoatmojo, 2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah 200 responden. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini 44 responden yang telah diseleksi dengan kriterian inklusi. Teknik sampling yang digunakan adalah *non probability sampling*.

Pengumpulan data dilakukan melalui metode mengisi kuesioner dengan *door to door* ke rumah pekerja gudang UD Dwikarya. Data yang didapatkan ialah data primer.

Data yang telah didapatkan kemudian dianalisis menggunakan uji *Spearman Rho* yang bertujuan untuk menganilisis ada atau tidaknya hubungan antara dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di gudang UD Dwikarya.

Penelitian ini telah lolos kaji etik dari komite etik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dengan Nomor 850/KEPK/FIKES/VIII/2020 dalam pelaksanaannya peneliti menggunakan prinsip etik sebagai berikut yaitu *Informed Consent, Justice, Anonymity,* dan *Confidentiality.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menyajikan data-data yang telah diolah menggunakan komputer dan diinterpretasikan dalam bentuk data yang terdiri dari data demografi dan data khusus .

Tabel 1 Data Demografi Hubungan Dukungan Suami Dengan Harga Diri Wanita Menopause Pada Wanita Bekerja Di Gudang Ud Dwikarya

No	Data Demografi	Frekuensi	
		N	%
1	Usia Menopause		
	45-50 Tahun	11	25.0
	51-55 Tahun	14	31.8
	56-60 Tahun	19	43.2
2	Usia Suami		
	51-55	8	18.2
	56-60	15	34.1
	>60	21	47.7
3	Pendidikan Wanita Menopause		
	SD	26	59.1
	SMP	17	38.6
	SMA	1	2.3
4	Pendidikan Suami		
	SD	25	56.8
	SMP	14	31.8
	SMA	5	11.8
5	Suku Bangsa Wanita Menopause		
	Jawa	1	2.3
	Madura	43	97.7
6	Suku Bangsa Suami		
	Jawa	4	9.1
	Madura	40	90.9
7	Pekerjaan Suami		
	Wiraswasta	11	25.0
	Bertani	27	61.4
	Lain-Lain	6	13.6

Sumber Data: Primer

Tabel 1 dapat diketahui bahwa jumlah tertinggi usia wanita menopause yang terbanyak berada pada rentang usia 56-60 tahun yaitu sebanyak 19 responden dengan jumlah persentase 43,2%. Sedangkan usia suami wanita menopause dapat diketahui bahwa jumlah tertinggi berada pada rentang usia >60 tahun yaitu sebanyak 21 responden dengan jumlah persentase 47,7%. Untuk pendidikan dapat diketahui bahwa jumlah tertinggi pendidikan terakhir wanita menopause yaitu SD sebanyak 26 responden dengan jumlah persentase 59,1%. Sedangkan jumlah tertinggi pendidikan terakhir suami wanita menopause yaitu SD sebanyak 25 responden dengan jumlah persentase 56,8%. Untuk mayoritas suku bangsa wanita menopause yaitu madura sebanyak 43 responden dengan jumlah persentase 97,7%. Sedangkan mayoritas suku bangsa suami yaitu madura sebanyak 40 responden dengan jumlah presentase 90,9%. Dan untuk pekerjaan suami dapat diketahui bahwa sebagian besar pekerjaan suami dari wanita menopause yaitu bertani sebanyak 27 responden dengan jumlah persentase 61,4%.

Tabel 2 Hubungan Dukungan Suami Dengan Harga Diri Wanita Menopause Pada Wanita Bekerja Di Gudang UD Dwikarya

Dukungan Suami	**HargaDiri**		
	Harga Diri Rendah	Harga Diri Tinggi	
Dukungan Kurang	26 (96,3%)	1 (3,7%)	*P* value 0.000 R hitung 0.856
Dukungan Baik	2 (11,8%)	15 (88,2%)	
Total	28 (63,6%)	16 (36,4%)	44 (100,0%)

Sumber Data: Primer

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil statistiks uji *Spearman Rho* diketahui nilai *p* (signifikan) *a* = 0,05 dengan demikian H1 diterima yang artinya ada hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di gudang UD Dwikarya. Kemudian dilihat dari nilai koefisien *Spearman Rho* diperoleh nilai r hitung 0.856 yang dimiliki makna semakin tinggi atau positif maka hubungan semakin kuat yang artinya H1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di gudang UD Dwikarya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di gudang UD Dwikarya, didapatkan dukungan suami sebagian besar adalah dukungannya kurang dengan jumlah 27 responden dan persentase (61,4%) serta dukungan baik dengan jumlah 17 responden dan persentase (38,6%). Sehingga dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian

besar pasangan dalam menghadapi masa menopause mendapatkan dukungan suami yang kurang.

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling baik dalam membantu istri mengatasi kecemasan yang dialami. Dukungan suami bisa dijadikan koping istri untuk menghadapi sumber stressor baik stressor internal maupun stressor eksternal (Setiadi, 2010).

Berdasarkan data penelitian yang sebagian besar dukungan kurang kepada pasangan, kemungkinan didukung oleh beberapa faktor seperti usia, pengetahuan, suku, dan pekerjaan suami. Terkait dengan usia, gambaran yang diperoleh sebagian besar responden berusia 56-60 tahun sebanyak 19 responden dengan jumlah persentase (43,2%).

Budaya dan suku juga dapat mempengaruhi dukungan suami. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa suku madura merupakan mayoritas suku terbanyak yaitu sebanyak 40 responden dengan jumlah persentase (90,9%). Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh (Minarti, 2012) suku bangsa madura yang diidentikkan dengan sikap kaku, mudah tersinggung, dan keras kepala.

Pekerjaan suami kemungkinan dapat mempengaruhi dukungan suami terhadap pasangan dikarenakan salah satu dukungan suami yang diberikan kepada istri adalah dukungan secara finansial. Sehingga untuk memperoleh finansial yang cukup seorang suami harus memiliki pekerjaan dan penghasilan (Widyaningsih, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar suami bekerja, adapun pekerjaan suami bervariasi antara lain wiraswasta sebanyak 11 responden dengan jumlah persentase (25,0%), bertani sebanyak 27 responden dengan jumlah persentase (61,4%), dan lain-lain seperti kuli bangunan dengan montir bengkel sebanyak 6 responden dengan jumlah persentase (13,6%). Secara konkrit bahwa pemberdayaan suami perlu dikaitkan dengan pemberdayaan ekonomi keluarga sehingga kepala keluarga tidak mempunyai alasan untuk tidak memperhatikan istrinya dalam hal apapun.

Harga diri adalah penilaian secara global terhadap diri sendiri yang bersifat khas mengenai kemampuan, keberhasilan, serta penerimaan yang dipertahankan oleh individu. Pada wanita menopause perubahan fisik dan psikologis sangat diperhatikan, pada masa menopause sering terjadi ketidakpuasan terhadap keadaan diri (Brenden, 2011).

Dari 44 responden wanita menopause pekerja gudang UD Dwikarya didapatkan hasil bahwa sebagian besar memiliki harga diri rendah yaitu sebanyak 28 responden dengan persentase 63,6%.

Wanita menopause yang memiliki harga diri rendah menunjukkan perilaku tidak menerima dirinya dengan apa adanya, tidak mudah untuk percaya diri, tidak puas dengan karakter dan kemampuan yang dimilikinya,tingkat kecemasannya dalam berhubungan dengan lingkungan sosialnya akan mempengaruhinya. Individu dengan harga diri rendah tidak mudah untuk yakin terhadap pendapatnya atau tidak kreatif, serta menganggap dirinya tidak mampu dan memerlukan motivasi untuk tetap menghadapi masa-masa menopausenya. Harga diri juga dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu faktor intelegensi, kondisi fisik,

lingkungan keluarga, serta lingkungan sosial.

Berdasarkan dari data umum responden bahwa tingkat pendidikan didapatkan hasil pendidikan terakhir Sekolah Dasar sebanyak 26 responden dengan jumlah persentase (59,1%), tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama sebanyak 17 responden dengan jumlah persentase (38,6%), dan tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas sebanyak 1 dengan jumlah persentase (2,3%). Hal ini dapat dilihat bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka cenderung semakin tinggi pula harga dirinya.

Pernyataan diatas didukung oleh pendapat dari Dusek (1996 dalam Nurmalasari 2013) bahwa kelas sosial yang ditandai oleh pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan merupakan penentu dari harga diri. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi lebih memiliki banyak pengalaman dan harga diri yang tinggi dapat terbentuk melalui pengalaman-pengalaman, baik itu pengalaman yang menyenangkan maupun kurang menyenangkan.

Dukungan keluarga terutama suami sangat berperan untuk meningkatkan kesehatan tubuh dan menciptakan efek positif. Dukungan tersebut dapat diartikan sebagai bantuan yang diberikan oleh suami sehingga memberikan kenyamanan fisik dan psikologis pada orang yang dihadapkan pada situasi cemas. Dukungan yang memberikan dampak positif adalah yang bersifat fisik dan emosional. Dukungan ini berupa dukungan simpatik dan empati, cinta kepercayaan dan penghargaan. Dengan demikian seseorang yang menghadapi persoalan merasa dirinya tidak menanggung beban persoalan sendiri tetapi masih ada orang lain yang memperhatikannya serta mau membantu menyelesaikan persoalan yang dihadapinya (Setiadi 2008, dalam Ningsih 2015).

Pada saat wanita menopause akan mengalami penurunan fisik bukan hanya berpengaruh terhadap penampilannya saja, tetapi juga dengan adanya perubahan fisik yang terjadi. Sehingga dari situ dapat menyebabkan gejolak psikologi seperti tertekan, gugup, tegang, cemas, depresi, kesepian, mudah tersinggung, sampai kehilangan harga diri karena mengalami penurunan daya fungsi organ tubuhnya tersebut. Penurunan daya fungsi fisiknya seperti mengalami sensasi panas (hot flushes), kerapuhan tulang yang mana dapat menghambat suatu aktivitas, mudah lelah, takut mudah terserang penyakit karena mengalami penurunan fungsi, daya ingat menurun, berkurangnya kemampuan untuk berfikir atau berkonsentrasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dukungan suami pada wanita menopause menunjukkan dukungan suami kurang dengan jumlah 27 responden dan persentase 61,4% serta dukungan suami baik dengan jumlah terendah sebanyak 17 responden dengan persentase 38,6%. Harga diri wanita menopause menunjukkan sebagian besar mengalami harga diri rendah berjumlah 28 responden dengan persentase 63,6% dan mengalami harga diri tinggi dengan jumlah 16 responden dan persentase 36,4%. Ada hubungan antara dukungan suami dengan harga diri wanita menopause.

Saran untuk penelitian ini pada suami untuk memberikan

dukungan kepada pasangan yang akan menghadapi masa menopause untuk meminimalisir terjadinya kecemasan yang dikarenakan stressor dalam menghadapi masa menopausenya. Untuk petugas kesehatan yaitu memberikan informasi maupun edukasi kesehatan tentang pentingnya dukungan keluarga dalam menghadapi masa menopause, sehingga wanita menopause dan pasangannya mendapatkan wawasan tentang cara dalam menghadapi masa-masa menopause. Supaya dukungan yang didapat baik dan harga diri wanita menopause jauh lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Brenden, N. (2011). *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta : Delapratasa

Kumalasari, I., & Andhyatoro, I. (2012). *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan.* Jakarta: Salemba Medika

Marettih, A. K. E. (2012). *Kualitas Hidup Perempuan Menopause*. Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender, Volume 2

Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa : Pengantar Dan Teori.* Jakarta: Salemba Medika

Ningsih, Sri N. 2015. *Hubungan Harga Diri Dengan Respon Koping Wanita Menopause Di Dusun Kloncing Desa Patemon Kecamatan Pakusari Jember*. Universitas Muhammadiyah Jember : Fakultas Ilmu Kesehatan

Notoatmodjo, S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Proverawati, A. (2010). *Menopause Dan Sindrome Premenopause.* Yogyakarta: Nuha Medika

Rustami, D. 2013. *Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Pada Masa Menopause di Serangan RW 02 Notoprajan Ngampilan Yogyakarta*. STIKES Aisyah Yogyakarta. Program Studi Bidan Pendidikan Jenjang D IV

Setiadi. (2010). *Konsep Dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Graha Ilmu

Suparni, I. E., & Astutik, R. Y. (2016). *Menopause Masalah Dan Penanganannya.* Yogyakarta : Deepublish

Sugiyanto. (2014). *Perubahan Fisik Wanita Hubungannya Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause.* Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, Volume 10

Smart., A. (2010). *Bahagia Di Usia Menopause.* Yogyakarta: A Plus Books

Widyaningsih, B. (2011). *Hubungan Dukungan Suami Dengan Frekuensi ANC Pada Ibu Hamil Primigravida*. Fakultas Ilmu Kesehatan : Universitas Muhammadiyah Malang