

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan setiap manusia sepanjang hidup melewati berbagai perubahan hingga pada masa tua. Pada wanita, proses menjadi tua meliputi berbagai perubahan fisiologis pada kemampuan reproduksi yang disebut klimakterium (pada wanita ditandai dengan menopause)¹.

Menopause adalah fase kehidupan tertentu yang datang dalam tubuh perempuan umumnya di usia pertengahan 40-an. Fase ini sangat tidak menyenangkan pada tubuh wanita karena membawa banyak pengalaman meyakinkan baginya.²

Menurut Santrock istilah menopause berarti masa berhentinya menstruasi. Masa ini adalah tahap normal kehidupan dimana setiap wanita akan melaluinya antara umur 40 sampai 60 tahun. Namun rata-rata menopause dimulai pada usia 52 tahun.³ Sebelum datang masa menopause biasanya wanita mengalami masa premenopause, yakni suatu kondisi fisiologis wanita yang telah memasuki masa penuaan (*aging*) yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen ovarium yang sangat berperan dalam reproduksi seksualitas. kebanyakan wanita memasuki periode premenopause tiga sampai lima tahun lebih awal dari menopause sebenarnya. Umumnya wanita Indonesia mengalami premenopause pada usia 45-55 tahun dengan berbagai faktor yang mempengaruhinya.⁴

¹ Levina, Pakasi, 2006, *Menopause, Masalah dan penanggulangannya*, Jakarta

² Pre Menopause Symptoms - Peri Menopause - Signs Of Premenopause Stage - Women Menopause | Women's Health Blog - Women's Magazine

³ Santrock, W. Jhon. *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Ed. 5. Jilid 2. Jakarta: Erlangga. hlm. 148

⁴ Life challenges, 2007

Salah satu ciri premenopause diantaranya meliputi *Hot Fluses* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (keringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, *insomnia* (susah tidur), depresi, mudah lelah, penurunan libido, rasa sakit jika berhubungan seks.⁵

Premenopause dengan berbagai perubahan fisiologis yang terjadi seringkali menjadi momok atau menimbulkan rasa ketakutan bagi wanita yang akan menjalaninya, meskipun hal ini alamiah terjadi pada semua wanita. Bahkan dilaporkan efek samping premenopause banyak mempengaruhi keharmonisan rumah tangga bila tidak siap menghadapinya.⁶ Menurut Anwar setiap perempuan yang hendak memasuki masa menopause sering kali merasa cemas. Kecemasan itu berupa ketakutan akan hilangnya kemampuan untuk bereproduksi, menurunnya penampilan sebagai seorang wanita akibat kerutan pada kulitnya.⁷

Burn (1998), berpendapat bahwa kebanyakan wanita menopause sering mengalami depresi dan kecemasan, dimana kecemasan yang muncul dapat menimbulkan insomnia atau tidak bisa tidur.⁸

Kartono (1992), mengemukakan perubahan-perubahan psikis yang terjadi pada masa menopause akan menimbulkan sikap yang berbeda-beda antara lain yaitu adanya krisis yang dimanifestasikan dalam simtom-simtom psikologis seperti: depresi, mudah tersinggung, dan mudah menjadi marah dan diliputi banyak kecemasan.⁹

⁵ Santrock, W. Jhon. Life span...hlm.148

⁶ Okezone Lifestyle - *Bijak Hadapi Menopause* di akses pada Senin, 24 Oktober 2011 | 19:02:08

⁷ Anwar, M. 2007. *Membicarakan menopause dan Andropause*. Available at <http://www.ugm.ac.id> diakses 15 Desember 2011

⁸ Kecemasan menghadapi menopause | Psikologi (Psikologi Perkembangan) - PsikoMedia

⁹ Ibid.

Seperti yang diungkapkan oleh Hawari (1986) bahwa rasa cemas merupakan suatu keadaan dimana seseorang merasa tegang dan tidak tenang. Hawari mendefinisikan kecemasan sebagai semacam kegelisahan, kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas atau kabur. Dapat berupa perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.¹⁰

Begitu halnya dengan Hurlock (1996), mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa yang tidak jelas atau suatu peristiwa yang akan datang, dan tanda-tanda yang biasa muncul berupa perasaan khawatir, gelisah dan perasaan-perasaan yang kurang menyenangkan. Biasanya disertai oleh rasa kurang percaya diri, tidak mampu, merasa rendah diri serta tidak sanggup untuk menyelesaikan masalah. Apabila seorang individu menghadapi suatu masalah atau situasi konflik dia akan meragukan kemampuan dirinya dalam mengatasi masalah dan kesulitannya tersebut karena dia akan merasa kurang mampu bila dibandingkan dengan orang lain.¹¹

Penelitian yang dilakukan oleh Marga tahun 2007 terhadap 32 orang ibu menopause yang berdomisili di kelurahan Lhok Keutapang Tapaktuan menunjukkan hasil bahwa 56,3% responden (18 wanita) memiliki tingkat kecemasan ringan, 25, 6% responden (5 wanita) mengalami kecemasan dalam tingkat sedang, sedangkan 28, 1% responden (9 wanita) tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause.

¹⁰ Hawari, D. 1996. *Al Qu'an "Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa"*. Edisi III (Revisi). Yogyakarta : PT Dana Bhakti Prima Yasa.

¹¹ Hurlock, EB. 1996. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Reni Rahayu 2011 terhadap 92 wanita di desa yang termasuk kriteria premenopause di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang, 39 (83,0%) mengalami kecemasan dan 8 (17,0%) tidak mengalami kecemasan. Dari 45 responden kategori nonpremenopause, 20 (44,4%) cemas dan 25 (55,6%) tidak kecemasan. Distribusi kecemasan pada premenopause, 8 (17,0%) tidak cemas, 30 (63,8%) cemas ringan, dan 9 (19,1%) cemas sedang. Risiko prevalensi menunjukkan risiko kecemasan 1,867 kali (86,7%) lebih tinggi terjadi pada wanita premenopause daripada wanita nonpremenopause.¹²

Kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause ataupun menopause umumnya bersifat relatif. Salah satu faktor yang diprediksi mempengaruhi tingkat kecemasan wanita yang mengalami premenopause adalah dukungan sosial.¹³ dengan adanya dukungan sosial seseorang akan merasa mampu untuk mengatasi masalah kecemasan yang dirasakannya, seperti yang dikemukakan Bart Smet (1994) bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan langsung dengan kesehatan seseorang¹⁴. Wanita yang cemas saat premenopause dapat tenang kembali setelah mendapat semangat atau dukungan dari orang-orang disekitarnya, namun ada juga yang terus-menerus cemas, walau orang-orang disekitarnya telah memberikan dukungan. Dukungan sosial yang diperoleh bisa membantu menyelesaikan masalah kecemasan yang dihadapi oleh wanita yang mengalami kecemasan premenopause.¹⁵

¹²http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/shared/biblio_view.php?resource_id=1721&tab=opac

¹³ Dieni. E. 2005. *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menjelang Menopause Pada Wanita*. Skripsi (tidak diterbitkan) Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang. hal 3

¹⁴ Smet. B, 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grafindo

¹⁵ Kunjtoro, Z S (2002) Dukungan Sosial Pada Lansia. <http://www.e-psikologi.com/epsi/search.asp> diakses: 23 november 2011

Menurut Kuntjoro (2002), dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang tertentu dan berada dalam lingkungan sosial tertentu membuat si penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Orang yang menerima dukungan sosial terkadang belum tentu bisa memahami makna dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang lain.

Dukungan sosial yang tinggi akan mempercepat penyelesaian masalah yang dihadapi individu termasuk penyakit yang dideritanya.¹⁶ Individu yang mempunyai perasaan aman karena mendapatkan dukungan akan lebih efektif dalam menghadapi masalah daripada individu yang mendapatkan penolakan dari orang lain. Karena dukungan yang dirasakan secara lebih konsisten mampu meningkatkan kesehatan psikis dan melindungi psikis dalam stress, serta ketika dalam keadaan sulit, mereka cenderung datang kepada orang terdekat, salah satunya adalah dukungan keluarga.¹⁷

Begitu halnya dengan religiusitas merupakan faktor yang di asumsikan dapat mempengaruhi kecemasan wanita yang menghadapi premenopause.¹⁸ Cara pandang positif dan keyakinan terhadap kehidupan yang terbangun dengan religiusitas dapat memunculkan daya tahan dan kemampuan menghadapi permasalahan yang sekiranya dapat menimbulkan kecemasan. Menurut Weener kecemasan dapat muncul karena beberapa kondisi eksternal seperti konflik

¹⁶Nurmalasari, Y. Eka, D. P, MPsi, Psi. 2007. *"The Relationship Between Sosial Support And Self Esteem In Teenagers Sufferring From Lupus"*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma . hal 12

¹⁷Sarafino, E. P. (1998). *Health psychology : Biopsychological Interactions* (4rd ed). New York: John Wiley & Sons, Inc.

¹⁸ Pellupesi, R. *"Hubungan antara religiusitas dan konsep diri dengan tingkat stress individu yang sedang menopause"*.2008. skripsi tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi UIN Malang.

keluarga, tekanan sosial maupun terlalu kuatnya ikatan individu pada lingkungannya.¹⁹

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Marsal 2008 pada korban gempa di Yogyakarta menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan, dalam artian semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah kecemasan yang dialami oleh korban, begitupun sebaliknya semakin rendah religiusitas maka kecemasan yang dialami semakin tinggi.²⁰

Hasil penelitian diatas mendukung pendapat Hambly yang mengatakan bahwa kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah religiusitas. Religiusitas adalah kedekatan individu mempunyai dengan Tuhannya dimana dengan kedekatan tersebut dapat membuat seseorang tenang, aman sehingga rasa cemas dapat dihindari. Dapat dikatakan semakin religius seseorang maka kemungkinan mengalami kecemasan semakin rendah.²¹

Bastaman berpendapat bahwa dalam keadaan sehat ataupun sakit seseorang harus memandang dirinya tidak hanya sebagai makhluk bio-psiko-sosial saja melainkan juga memandang sebagai makhluk bio-psiko-sosio-spiritual, sehingga spiritual sebagai bagian dari religiusitas memegang peranan penting dalam menghadapi masalah, atau kecemasan.²²

Menurut Dister religiusitas merupakan suatu keadaan dimana individu merasakan dan mengakui adanya kekuasaan tertinggi yang menaungi kehidupan manusia, dan hanya kepada-Nya manusia merasa bergantung serta berserah diri.

¹⁹ Correy, G. 1999. *Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Rafika Aditama.

²⁰ Hidayat Marsal. Hubungan antara Religiusitas dengan kecemasan menghadapi masa depan pada survivor gempa bumi DIY. 2008. Skripsi. Fakultas psikologi. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

²¹ Subandi. 1998. Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan pada remaja. Laporan penelitian: Yogyakarta. Fakultas psikologi Universitas Gajah Mada.

²² Rahayu, H.P. 1997. *Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Prilaku Coping Stress*. Indonesian Psychological Journal. Psikologika. Halaman 61-67 Nomor 4 Tahun II .

Semakin seseorang mengakui adanya Tuhan dan kekuasaan-Nya, maka akan semakin tinggi tingkat religiusitasnya. Darjad juga mengemukakan bahwa kesadaran agama merupakan aspek kognisi dari aktivitas agama dan pengalaman agama yang membawa perasaan pada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan amaliah.²³

Islam mengajarkan pada umatnya agar tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi apapun termasuk dalam menghadapi menopause. Untuk itu individu perlu meningkatkan religiusitasnya agar merasa tenang, nyaman, berserah diri pada Tuhan, tentunya hal ini disertai dengan usaha yang optimal.

Untuk itulah religiusitas memegang peranan penting dalam mengurangi bahkan menghilangkan kecemasan pada individu dalam waktu-waktu tertentu yang dapat menyebabkan individu mengalami kecemasan. Terutama pada wanita premenopause yang pada umumnya mengalami kecemasan yang berlebihan.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik meneliti tingkat kecemasan premenopause yang dikaitkan dengan religiusitas dan dukungan sosial. Penelitian akan dilakukan di kelurahan Siwalankerto Surabaya karena berdasarkan observasi yang peneliti lakukan dalam penggalian data awal di dapatkan fenomena kecemasan premenopause. Wawancara yang peneliti lakukan dengan beberapa warga menunjukkan salah satu faktor penyebab kecemasan premenopause akibat adanya persepsi yang muncul pada benak mereka bahwa ketika menopause datang berarti usia mereka semakin lanjut yang ditandai dengan kesehatan yang menurun, tubuh semakin renta, kulit semakin keriput, dan wajah sudah tak cerah lagi. Hal ini bagi mereka sebagai istri menimbulkan sikap cemas dan rasa takut

²³ Ibid

yang berlebih. Terutama tentang perhatian suami terhadap mereka, padahal mereka masih mendambakan kasih sayang suami sebagaimana ketika mereka belum mengalami menopause.

Berdasarkan penjelasan dan uraian diatas, peneliti terdorong untuk melakukan sebuah penelitian. Kegiatan penulis untuk mengamati dan mengkaji masalah ini difokuskan kepada: **“HUBUNGAN RELIGIUSITS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PREMENOPAUSE DI KELURAHAN SIWALANKERTO KECAMATAN WONOCOLO SURABAYA”**.



B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan diatas maka rumusan masalah yang akan diambil dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat Religiusitas pada wanita premenopause?
2. Bagaimana tingkat Dukungan Sosial pada wanita premenopause?
3. Bagaimana tingkat Kecemasan pada wanita premenopause?
4. Apakah ada hubungan antara tingkat Religiusitas dan Dukungan sosial terhadap tingkat Kecemasan pada wanita premenopause?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat religiusitas pada wanita pre menopause.
2. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial pada wanita pre menopause.
3. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada wanita premenopause.
4. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat religiusitas dan dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan wanita premenopause.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Bahwa penelitian ini mampu memberikan pengetahuan baru dalam keilmuan psikologi sehingga nantinya akan menambah pemahaman baru dalam teori-teori psikologi

2. Manfaat praktis

Memberikan tambahan pengetahuan bagi dunia ilmu pengetahuan pada umumnya serta bidang psikologi pada khususnya tentang hubungan religiusitas dan dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan premenopause.

