BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian *Non Eksperimental*, yang bersifat *deskriptif*, bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan pengetahuan tentang perubahan alamiah (fisik, psikologis, seksual) akibat menopause dari pasangan suami istri di RW.01 Kelurahan Purbosuman Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo.

B. Populasi Dan Sampel

1. Populasi Penelitian

   Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti (Arikunto, 2006). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasangan suami istri dimana istri sudah mengalami menopause dalam rentang usia 45 sampai 60 tahun di RW.01 Kelurahan Purbosuman, Kecamatan Ponorogo, Kabupaten Ponorogo, yaitu sebanyak 25 pasangan.

2. Sampel Penelitian

   Menurt Arikunto (2006) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Tehnik sampling dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan sampling jenuh, yaitu tehnik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Sampel yang digunakan yaitu total populasi berjumlah 25 pasangan suami istri dimana istri mengalami

menopause dalam rentang usia 45 sampai 60 tahun di RW.01 Kelurahan Purbosuman Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo.

a. Kriteria inklusi:

1) Pasangan suami istri dimana istri mengalami menopause dalam usia 45 sampai 60 tahun.
2) Tidak mengalami gangguan jiwa.
3) Pasangan suami istri yang bersedia ikut serta dalam penelitian dengan menandatangani informed consent.
4) Tidak mengalami tuna aksara.
5) Komunikatif dan kooperatif.

C. Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlokasi RW.01 Kelurahan Purbosuman Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo. Waktu penelitian pada bulan Juli 2011.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan pasangan suami istri tentang perubahan alamiah akibat menopause

2. Definisi Operasional

Tingkat pengetahuan pasangan suami istri tentang perubahan alamiah akibat menopause adalah pemahaman yang dimiliki oleh pasangan suami dan istri tentang perubahan alamiah pada istri akibat menopause, yang meliputi perubahan fisik, psikologis dan seksual. Diukur dengan menggunakan kuesioner dengan hasil ukur pengetahuan: tinggi (76%-100%), sedang (56%-75%), rendah (<55%). Skala ukur dalam penelitian ini menggunakan skala ordinal.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah daftar pertanyaan (kuesioner) yang berisi beberapa pertanyaan yang menyangkut menopause. Dengan menggunakan skala ordinal yang berisi 25 butir pertanyaan yang diberikan pada pasangan suami dan istri, dimana istri berusia 45 sampai 60 tahun, menggunakan 2 pilihan jawaban yaitu : benar dan salah. Skala ordinal adalah skala yang menunjukkan tingkat, untuk mengetahui tingkatan pengetahuan, dengan kriteria berdasar presentase sebagai berikut:

1) Tingkat pengetahuan tinggi bila skor atau nilai 76 – 100 %
2) Tingkat pengetahuan sedang bila skor atau nilai 56 – 75 %
3) Tingkat pengetahuan rendah bila skor atau nilai < 55 %

Tabel 1. Kisi-kisi instrumen tingkat pengetahuan menopause

Kisi-kisi	*Favourable*	*Un Favourable*	Jumlah soal
1. Pengertian menopause	1,3,4	2,5,6	6
2. Pengetahuan pasangan suami istri tentang perubahan alamiah akibat menopause:			
a. Perubahan fisik	7,9,10,11,12	8,13	7
b. Perubahan psikologis	14,16,17,19,20	15,18	7
c. Peribahan seksual	22,23,24	21,25	5
Jumlah	16	9	25

F. Cara Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini diambil dengan :

1. Pertama – tama melakukan *survey pendahuluan* di tempat ketua RW.01 Kelurahan Purbosuman, Kecamatan Ponorogo, Kabupaten Ponorogo.
2. Setelah melakukan *survey,* peneliti menentukan besarnya popoulasi yang selanjutnya menentukan sampel dengan menetapkan kriteria inklusi yang besarnya sampel diambil dari total populasi karena subjek kurang dari 100 orang.
3. Setelah didapatkan sampel, peneliti melakukan kunjungan *door to door* untuk memberikan kuesioner.
4. Setelah didapatkan data, selanjutnya dikumpulkan dan dianalisa

G. Uji Validitas dan Reabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah pengukuran dan pengamatan yang berarti prinsip keandalan dalam mengumpulkan data. (Nursalam,2003). Penelitian ini menggunakan uji validitas menggunakana rumus *pearson product momnent.* Setelah itu di uji dengan menggnakan uji t kemudian dilihat penafsiran dari indeks korelasinya (Hidayat, 2007).

Rumus pearson prooduct moment (Hidayat, 2007)

$$r_n = \frac{N\sum xy - \left(\sum x\right)\left(\sum y\right)}{\sqrt{\left(N\sum x^2 - \left(\sum x\right)^2\right)\left(N\sum y^2 - \left(\sum y\right)^2\right)}}$$

Keterangan: r_n = kofesien korelasi

$\sum x$ = jumlah skor item

$\sum y$ = jumlah skor total (item)

N = jumlah responden

Apabila instrumen valid maka indeks korelasinya (r)

0.008 – 1,000 = sangat tinggi

0,600 - 0, 799 = tinggi

0,400 - 0,599 = cukup tinggi

0,200 – 0,399 = rendah

0,000 – 0,199 = sangat rendah (tidak valid)

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas yaitu dapat dipercaya. Uji reabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan (Nursalam,2003).

Untuk melakukan uji reliabilitas dapat menggunakan rumus *Cronbrach Alpha.* Rumus dari koefisien reliabilitas *Cronbrach Alpha* (Arikunto, 2006) yaitu:

$$r11 = \frac{k}{(k-1)}\left\{1 - \frac{\sum \sigma_{xi}^{2}}{\sigma_{x}^{2}}\right\}$$

Keterangan:

r11 : Reliabilitas instrumen

K = banyaknya butirr pertanyan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_{xi}^{2}$ = banyaknya varians butir

σ_{x}^{2} = Varians total

Pada penelitian uji validitas dan reabilitas dengan memberikan *quesioner* dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan pada sampel yang telah dilakukan, kepada 10 orang pasangan suami istri, dimana istri berusia 45 sampai 60 tahun selain di RW.01 Kelurahan Purbosuman Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo, dengan kriteria inklusi dan

Setelah didapatkan data, lalu dilakukan uji validitas dan reabilitas dengan menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS 17.0 for Windows.

H. Pengolahan dan Metode Analisis Data

1. Pengolahan Data

   Dalam proses pengolahan data terdapat langkah-langkah sebagai berikut :

   a. Editing

      Editing adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan.

   b. Coding

      Coding yaitu memberikan kode agar memudahkan dalam pengumpulan data.

   c. Tabulating

      Tabulating merupakan hasil pengkodean dimasukkan ke dalam tabel, dilakukan secara manual.

   d. Data Entry

      Data-data yang telah diolah dimasukkan ke dalam tabel atau data base komputer.

   e. Penyajian Data

      Setelah data diolah, data tersebut disajikan dalam bentuk tabel. Untuk memudahkan pembaca, data tersebut disajikan dalam bentuk narasi.

2. Analisa Data

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat : distribusi frekuensi. Data yang telah dikumpulkan dikategorikan (diubah) menjadi skala dengan cara di jumlah, dibandingkan dengan skor yang diharapkan (skor tertinggi) sehingga diperoleh presentase ditafsirkan dengan kalimat.

I. Etika Penelitian

Prinsip-prinsip etik penelitian harus memperhatikan hal-hal berikut:

1. Informed consent

Informed consent diberikan sebelum penelitian dilakuakan dengan memberikan lembaran persetujuan untuk menjadi responden dengan tujuan agar responden mengerti maksud dan penelitian. Jika subjek bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden tidak bersedia maka peneliti harus menghormati hak pasien.

2. Anonymity (tanpa nama)

Tidak mencantumkan nama responden pada lembar pengukuran data, hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data.

3. Confidentiality (kerahasiaan)

Peneliti menjamin kerahasian informasi yang telah dikumpulkan, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan hasil riset

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Wilayah Penelitian

RW. 01 adalah salah satu RW di kelurahan Purbosuman, kecamatan Ponorogo, kabupaten Ponorogo, Jawa Timur. Luas wilayah RW 01 Purbosuman adalah sekitar 96 Ha. Jumlah penduduk RW.01 Purbosuman adalah sebanyak 905 penduduk, yang terdiri dari 448 jiwa berjenis kelamin pria, dan 457 berjenis kelamin wanita. Di RW. 01 terdapat 4 RT, yaitu RT. 01, RT. 02, RT. 03, dan RT. 04. Kelurahan Purbosuman itu sendiri terdapat 3 RW, yaitu RW. 01, RW. 02, dan RW. 03. Dimana batas-batas dari RW 01 Purbosuman yaitu: sebelah utara berbatasan dengan Kelurahan Surodikraman, Kecamatan Ponorogo. Sebelah selatan berbatasan dengan desa Sekaran, Kecamatan Siman, Ponorogo. Sebelah timur berbatasan dengan RW. 02 Kelurahan Purbosuman, Ponorogo. Sebelah barat berbatasan dengan Kelurahan Paju, Kecamatan Ponorogo.

Pelayanan kesehatan di RW. 01 Purbosuman ini adalah Puskesmas II Ponorogo yang berada di kelurahan Tonatan, Ponorogo. Di Kelurahan Purbosuman itu sendiri baru dibangun Puskesmas untuk rawat inap yang sampai saat ini masih dalam proses penyelesaian dan pengadaan tenaga kesehatan. Program dari Puskesmas terkait yang sudah berjalan adalah posyandu balita saja, dilakukan setiap bulan pada tanggal 15, sedangkan program kesehatan yang berkenaan dengan lansia seperti posyandu lansia maupun pendidikan kesehatan bagi lansia belum ada sampai saat ini.

B. Karakteristik Responden

Setelah dilakukan penelitian terhadap 25 responden suami dan istri, diperoleh tabel distribusi frekuensi karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak

No.	Karakteristik	Suami		Istri	
		n	%	n	%
1	Umur				
	a. 40-45 tahun	3	12	4	16
	b. 46-50 tahun	7	28	12	48
	c. 51-55 tahun	3	12	7	28
	d. 56-60 tahun	8	32	2	8
	e. 61-65 tahun	2	8	-	-
	f. > 65 tahun	2	8	-	-
	Jumlah	25	100	25	100
2	Pendidikan				
	a. SD	9	36	8	32
	b. SMP	3	12	5	20
	c. SMA	13	52	12	48
	Jumlah	25	100	25	100
3	Pekerjaan				
	a. Tani/buruh	9	36	2	8
	b. Karyawan swasta	5	20	5	20
	c. Wirausaha	9	36	11	44
	d. Pensiunan/ IRT	2	8	7	28
	Jumlah	25	100	25	100
4	Jumlah anak				
	a. 1 anak	2	8	2	8
	b. 2 anak	7	28	7	28
	c. 3 anak	6	24	6	24
	d. 4 anak	10	40	10	40
	Jumlah	25	100	25	100

Pada data diatas dapat dilihat bahwa responden dengan karakteristik berdasarkan umur pada suami antara 56-60 tahun sebanyak 8 orang (32%), sedangkan karakteristik berdasarkan umur pada istri antara 46-50 tahun sebanyak 12 orang

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan, pada suami sebanyak 13 orang (52%) berlatar pendidikan SMA, sedangkan karakteristik berdasarkan pendidikan pada istri sebanyak 12 orang (48%) berlatar pendidikan SMA.

Karakteristik responden menurut pekerjaan, pada suami sebanyak 9 orang (36%) bekerja sebagai tani/ buruh dan wirausaha, sedangkan karakteristik berdasarkan pekerjaan pada istri sebanyak 11 orang bekerja sebagai wirausaha.

Karakteristik responden menurut jumlah anak, sebanyak 10 pasangan (40%) mempunyai 4 anak.

C. Hasil Penelitian

1. Tingkat Pengetahuan Menopause Secara Umum

Tabel 3. Distribusi Frekuensi menurut Tingkat Pengetahuan suami istri tentang menopause secara umum

Tingkat Pengetahuan	Suami		Istri	
	n	%	n	%
Rendah	1	4	5	20
Sedang	13	52	15	60
Tinggi	11	44	5	20
Jumlah	25	100	25	100

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami tentang menopause secara umum sebanyak 13 responden (52%) memiliki tingkat pengetahuan sedang, sedangkan tingkat pengetahuan istri tentang menopause secara umum sebanyak 15 responden (60%) memiliki tingkat pengetahuan

2. *Tingkat Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik*

Tabel 4. Distribusi Frekuensi menurut Tingkat Pengetahuan suami istri tentang perubahan fisik

Tingkat Pengetahuan	Suami		Istri	
	n	%	n	%
Rendah	3	12	8	32
Sedang	14	56	15	60
Tinggi	8	32	2	8
Jumlah	25	100	25	100

Berdasar tabel 4. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami tentang perubahan fisik sebanyak 14 responden (56%) memiliki tingkat pengetahuan sedang, sedangkan tingkat pengetahuan istri tentang perubahan fisik sebanyak 15 responden (60%) memiliki tingkat pengetahuan sedang juga.

3. Tingkat Pengetahuan Tentang Perubahan Psikologis

Tabel 5. Distribusi Frekuensi menurut Tingkat Pengetahuan suami istri tentang perubahan psikologis

Tingkat Pengetahuan	Suami		Istri	
	n	%	n	%
Rendah	3	12	4	16
Sedang	13	52	17	68
Tinggi	9	36	4	16
Jumlah	25	100	25	100

Berdasar tabel 5. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami tentang perubahan psikologis sebanyak 13 responden (52%) memiliki tingkat pengetahuan sedang, sedangkan tingkat pengetahuan istri tentang perubahan psikologis sebanyak 17 responden (68%) memiliki tingkat pengetahuan sedang

4. Tingkat Pengetahuan Tentang Perubahan Seksual

Tabel 6. Distribusi Frekuensi menurut Tingkat Pengetahuan suami istri tentang perubahan seksual

Tingkat Pengetahuan	Suami		Istri	
	n	%	n	%
Rendah	10	40	12	48
Sedang	8	32	5	20
Tinggi	7	28	8	32
Jumlah	25	100	25	100

Berdasar tabel 6. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami tentang perubahan seksual sebanyak 10 responden (40%) memiliki tingkat pengetahuan rendah, sedangkan pada istri tingkat pengetahuan tentang perubahan seksual sebanyak 12 responden (48%) memiliki tingkat pengetahuan masih rendah juga.

D. Pembahasan

1. Tingkat pengetahuan pasangan suami istri tentang menopause

Datangnya masa menopause pada wanita akan menimbulkan berbagai perubahan pada dirinya (Hawari, 1997).

Kebahagiaan dalam perkawinan sangat menentukan kondisi wanita dalam menghadapi menopause dan juga pengetahuan yang luas tentang menopause. Tidak hanya istri yang mengetahui tentang menopause tetapi suami juga harus mengerti tentang menopause, sehingga bisa membantu dan mendukung istri dalam menghadapi masa menopause (Ningtyas, 2005).

Dari Hasil analisis tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami dan

sebanyak 15 responden (60%) pada pengetahuan terhadap menopause secara umum. Hal ini didukung oleh penelitian Yulia dengan judul Tingkat Pengetahuan Klimakterium Tentang Menopause, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu klimakterium masih sedang, yaitu sekitar 56% responden memiliki tingkat pengetahuan sedang tentang menopause, hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang menopause dan minimnya sumber informasi tentang menopause.

Menopause merupakan suatu gejala dalam kehidupan wanita yang ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi. Menopause adalah fase alami dalam kehidupan setiap wanita yang menandai berakhirnya masa subur. Menopause seperti halnya menarche dan kehamilan dianggap sebagai peristiwa yang sangat berarti bagi kehidupan wanita. Menarche pada remaja wanita, menunjukkan mulai diproduksinya hormon estrogen, sedang menopause terjadi karena ovarium tidak menghasilkan atau tidak memproduksi hormon estrogen.

Sejalan dengan proses ketuaan yang pasti dialami setiap orang, terjadi pula kemunduran fungsi organ-organ tubuh termasuk salah satu organ reproduksi wanita, yaitu ovarium. Terganggunya fungsi ovarium menyebabkan berkurangnya produksi hormon estrogen, dan ini akan menimbulkan beberapa penurunan atau gangguan pada aspek fisik, psikologis, dan seksual. Pada sebagian wanita, munculnya gejala atau gangguan fisik sebagai akibat dari berhentinya produksi hormon estrogen, juga akan berpengaruh pada kondisi psikologis, dan seksualnya (Sofia, 2001)

Mengenai terjadinya menopause ini Sheldon, menyebutkan bahwa mula-mula estrogen hanya menghalangi ovulasi atau pelepasan telur, tetapi

menstruasi masih tetap berlangsung, namun makin lama haid menjadi jarang dan akhirnya akan berhenti. Meskipun demikian, dengan berhentinya haid bukan berarti sudah tidak ada estrogen sama sekali, walaupun haid sudah berhenti indung telur masih tetap memproduksi estrogen. Berhentinya haid sebenarnya adalah ketuaan indung telur itu sendiri sehingga kurang bereaksi terhadap hormon estrogen.

Pengetahuan adalah hasil tahu seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Banyak faktor yang melatarbelakangi tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang dikatakan mempunyai pengetahuan yang luas tentang menopause, bila didukung oleh banyaknya sumber informasi yang diperoleh, semakin banyak informasi yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya. Soekanto (2002) menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai sumber informasi lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

Menurut Peneliti tingginya pengetahuan tentang menopause disebabkan karena mereka mempunyai banyak pengalaman yang mereka dapatkan dalam kehidupan mereka sehari-hari, meskipun pendidikan mereka rendah. Sesuai dengan pernyataan Breiger *cit* Pulungasih (2006) yaitu pengetahuan umumnya datang dari pengalaman seseorang. Dalam hal ini pengalaman dilihat dari umur karena semakin tua umur seseorang semakin banyak pengalaman yang diperoleh dan semakin tinggi pengetahuannya.

Sebagian besar responden yang mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi berpendidikan SMA. Disini dapat terlihat bahwa tingkat pendidikan dapat

Notoatmodjo (2002), bahwa pendidikan sangat berhubungan dengan pengetahuan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima serta mengembangkan pengetahuan yang dimilikinya.

Faktor lain yang juga berpengaruh dengan tingkat pengetahuan seseorang yaitu kondisi sosial ekonomi. Keadaan sosial ekonomi seseorang berkaitan dengan kemampuan untuk memperoleh pendidikan serta kemampuan untuk mengakses informasi khususnya informasi kesehatan. Kemampuan tersebut secara tidak langsung akan berdampak dengan tingkat pengetahuan orang tersebut. Soekanto (2002) menyatakan bahwa tingkat kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup. Seseorang yang tingkat ekonominya lebih tinggi akan lebih mudah mendapatkan informasi karena kemampuannya dalam penyediaan media informasi.

2. Tingkat pengetahuan pasangan suami istri tentang perubahan fisik

Pada masa menopause wanita akan mengalami penurunan hormon-hormon dalam tubuhnya. Salah satunya yaitu hormon esterogen yang berfungsi untuk membuat kulit perempuan menjadi halus., mulus, lembut, dan untuk menjaga simpanan zat kapur dalam tulang (Irawati, 2007).

Selain itu, penurunan drastis kadar hormon estrogen dan progresteron akan diikuti berbagai perubahan fisik pada masa menopause ditandai dengan berbagai gejala seperti berkurangnya ketajaman indra, berkrangnya pigmen rambut yang menyebabkan rambut berwarna putih, berkurangnya elastisitas kulit, dan gangguan-gangguan kesehatan lain seperti sakit kepala, sakit pinggang dan *hot flushes*. Dalam jangka panjang rendahnya kadar hormon estrogen setelah

membuat mudah patah tulang serta peningkatan resiko gangguan kardiovaskuler. Semua gejala tersebut sebenarnya tergantung pada kadar hormon estrogen yang ada pada diri seseorang, sehingga bisa berlangsung sebentar dan bisa pula menetap pada seseorang (Irawati, 2007).

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami maupun istri tentang perubahan fisik akibat menopause adalah sedang, dimana suami sebesar 56% dan istri sebesar 60%. Hal ini didukung oleh penelitian Ambarwati dengan judul Pengetahuan Wanita Menopause Tentang Gejala-Gejala Fisik Menopause di Desa Dolopo Madiun, bahwa pengetahuan wanita menopause tentang gejala fisik tergolong sedang, yaitu sekitar 63% responden memiliki pengetahuan sedang. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi tentang menopause, dan belum adanya pendidikan kesehatan di desa tersebut tentang menopause.

Menurut peneliti kurangnya pengetahuan terntang perubahan fisik pada wanita yang sedang menopause disebabkan karena suami dan istri tidak mencari info atau sumber-sumber yang relevan mengenai perubahan fisik akibat menopause, sehingga suami dan istri belum begitu paham tentang perubahan yang dialami istri, terutama pada perubahan fisik.

3. Tingkat pengetahuan pasangan suami istri tentang perubahan psikologis

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami dan istri termasuk sedang terhadap perubahan psikologis, yaitu sebesar 52% pada suami dan 68% pada istri. Hal ini bertentangan dengan penelitian Rahma dengan judul Pengetahuan ibu-ibu PKK Tentang Perubahan Akibat Menopause di Desa Latimojong Wonogiri. Didapatkan hasil bahwa pengetahuan ibu-ibu PKK tentang

perubahan psikologis akibat menopause tergolong tinggi. Menurut Rahma tingkat pengetahuan tinggi dipengaruhi karena ibu-ibu PKK tersebut sering berdiskusi tentang menopause, adanya sumber yang relevan tentang menopause, dan juga pengalaman dari ibu-ibu PKK di desa tersebut.

Perubahan psikologis yang terjadi pada wanita menopause terjadi karena wanita kehilangan peran reproduksinya. Perubahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan pada wanita yang menghadapinya, kecemasan yang dialami oleh seorang istri dalam menghadapi menopause dipengaruhi oleh dukungan suami yang merupakan salah satu hal yang digunakan untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi menopause (Wahyuni,2003).

Menurut Kusumawardhani, wanita yang menghadapi periode menopause, munculnya simtom-simtom psikologis sangat dipengaruhi oleh adanya perubahan pada aspek fisik-fisiologis sebagai akibat dari berkurang dan berhentinya produksi hormon estrogen. Menopause seperti halnya menarche pada gadis remaja (awal dari masaknya hormom estrogen), remaja ada yang cemas, gelisah tetapi ada juga yang biasa. Pada perempuan yang mengalami menopause keluhan yang sering dirasakan antara lain: merasa cemas, takut, lekas marah, mudah tersinggung, suli konsentrasi, gugup, merasa tidak berguna - tidak berharga, stres dan bahkan ada yang mengalami depresi.

Menurut pendekatan kognitif, dalam ilmu psikologi, pada dasarnya gangguan emosi (takut, cemas, stres) yang dialami manusia, sangat ditentukan oleh bagaimana individu menilai, menginterpretasi, atau mempersepsikan peristiwa yang dialaminya. Jadi, bagaimana individu menilai menopause akan berpengaruh pada kondisi emosi-psikologisnya. Bila wanita memandang

menopause dengan penuh kecemasan, ketakutan, stres bahkan depresi (Sofia, 2001)

Bagi wanita yang menilai atau menganggap menopause itu sebagai peristiwa yang menakutkan dan berusaha untuk menghindarinya, maka strespun sulit dihindari. Wanita akan merasa sangat menderita karena kehilangan tanda-tanda kewanitaan yang selama ini dibanggakannya. Sebaliknya bagi wanita yang menganggap menopause sebagai suatu ketentuan Allah yang akan dihadapi semua wanita, maka wanita tidak akan mengalami stress. Atau, kemungkinan stres yang dialami tidak seberat dibanding wanita yang mempersepsikan menopause itu sebagai "momok" atau "kiamat". (Sofia,2001)

Menurut peneliti wanita yang sangat mencemaskan menopause besar kemungkinannya karena ia kurang mempunyai informasi yang benar mengenai seluk beluk menopause. Oleh karena sosialisasi mengenai apa, bagaimana pencegahan dan pengatasan menopause sangat diperlukan masyarakat. Mengingat menurut data dari WHO tahun 2030 nanti diperkirakan ada 1,2 miliar wanita yang berusia di atas 50 tahun dan sebagian besar mereka tinggal di negara berkembang.

4. Tingkat pengetahuan pasangan suami istri tentang perubahan seksual

Berdasarkan analisis tabel 6 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan suami maupun istri termasuk rendah, yaitu sebesar 40% pada suami dan 48 % pada istri.

Menurut peneliti kurangnya pengetahuan tentang perubahan seksual mungkin disebabkan karena kurangnya peduli terhadap kebutuhan seksualnya, karena merasa dirinya sudah lanjut usia, mungkin akan membutuhkan waktu lama

gampang teriritasi ketika bergesekan. Hubungan intim mungkin akan menimbulkan sakit, sebab dinding vagina menjadi tipis.

Namun hal itu bertentangan dengan penelitian Dr Sharron, yang mengungkap bahwa wanita menopause ternyata memiliki gairah seks lebih tinggi ketimbang mereka yang masih dalam masa subur. Selain itu aktivitas seksual wanita menopause lebih baik daripada wanita yang masih dalam masa subur.

Menurut penelitian Dr Sharron, tetapi tidak sedikit wanita menopause mempunyai keinginan seksual yang lebih besar karena setelah wanita mengalami menopause tidak ada lagi resiko kehamilan. Dalam penelitian tersebut justru menemukan bahwa beberapa wanita menopause memperlihatkan peningkatan gairah seksual.

Sementara itu, konsultan seks Dr Ferryal Loetan, ASC&T, Sp RM, MKes-MMR mengatakan, wanita yang mengalami menopause biasanya mengalami perubahan hormonal dalam tubuhnya. Artinya, kadar hormon dalam tubuhnya menurun. Akibatnya, si wanita menjadi kering kulitnya dan mudah keriput. Selain itu, vagina juga cenderung kering. Kalau tubuh dijaga agar tetap sehat seperti olahraga teratur, bisa membuat hasrat seksual tetap terjaga, dan wanita juga tetap mengalami orgasme. Secara logika sebenarnya wanita menopause lebih tenang saat berhubungan seks, karena tidak akan punya anak lagi. Jadi aktivitas seksual hanya untuk rekreasi.

Dalam kehidupan wanita, hormon estrogen berpengaruh pada perkembangan seksual tubuh wanita, atau yang memberikan ciri khas pada wanita,

penimbunan jaringan lemak di bawah kulit seperti di pinggul, paha, dan pantat, memperhalus kulit, melebutkan suara dan menghambat tumbuhnya kumis dan rambut di sekitar wajah. Juga menjaga perkembangan alat kelamin. Jadi menurun bahkan berhentinya estrogen akan mengakibatkan dinding liang rahim menjadi kering dan kaku, payudara menjadi lembik, kulit berkeriput dan rambut menjadi kering dan berkeriput, timbul kantung dibawah mata, dan perasaan kewanitaannya juga berubah (Sofia,2001).

Ada sebagian wanita, yang mengeluh setelah menopause gairah seksual menurun. Salah satu fungsi dari hormon estrogen adalah bertanggung jawab atas sebagian besar karateristik wanita, sehingga menurunnya hormon estrogen mengakibatkan hilangnya jaringan di vagina yang berarti terjadi pengerutan. Keadaan ini menyebabkan hubungan kelamin menjadi sakit. Namun bukan berarti wanita yang mengalami menopause harus menghindari hubungan seksual. Elastisitas jaringan genital dapat dikembalikan dengan memberikan hormon