

Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi di Kecamatan Jebres, Surakarta

The Relationship between Self Acceptance and Husband's Support Toward Women's Anxiety in Undergoing Menopause in Jebres, Surakarta

Idea Estetik Kaheksi, Istar Yuliadi, Tri Rejeki Andayani

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebalas Maret

ABSTRAK

Salah satu masalah yang terjadi dalam kehidupan wanita adalah menopause. Fenomena wanita yang menghadapi menopause, baik di dunia maupun di Indonesia, meningkat dari tahun ke tahun. Walaupun jumlah wanita menopause yang mengalami kecemasan sangat tinggi, sesungguhnya kecemasan dalam menghadapi menopause dapat diatasi apabila wanita memiliki penerimaan diri dan mendapat dukungan dari suami. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan simultan antara penerimaan diri dan dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause, serta hubungan parsial masing-masing variabel bebas (penerimaan diri dan dukungan suami) dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause).

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta dengan jumlah sampel 100 orang yaitu 50 orang untuk uji coba dan 50 orang lainnya untuk penelitian, dengan menggunakan *purposive quota incidental sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah Skala Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause dengan validitas 0,371-0,566 serta reliabilitas 0,768, Skala Penerimaan Diri dengan validitas 0,353-0,561 serta reliabilitas 0,816 dan Skala Dukungan Suami dengan validitas 0,326-0,695 serta reliabilitas 0,876.

Peneliti menggunakan teknik analisis Regresi Logistik Ordinal. Hasil uji simultan menggunakan statistik *Likelihood Ratio* (LR) dengan nilai $X^2=18,419$ ($X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$) dan $p=0,000$ ($p < 0,05$), berarti terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Kontribusi penerimaan diri dan dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause dengan analisis *Cox and Snell's R Square* adalah sebesar 22%. Hasil uji parsial menggunakan uji Wald. Uji Wald antara penerimaan diri dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause sebesar $p=0,000$ ($< 0,05$), berarti terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Uji Wald antara dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause sebesar $p=0,033$ ($< 0,05$), berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

Kata kunci: penerimaan diri, dukungan suami, kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

PENDAHULUAN

Masalah di dalam hidup sangatlah beraneka ragam yang dapat terjadi pada usia berapa saja dan kapan saja dalam kehidupan manusia. Manusia tidak hanya mengalami satu kali masalah di dalam hidup, tetapi masalah tersebut dapat berulang kali terjadi seiring dengan

perkembangan hidup manusia. Salah satu masalah yang timbul pada usia tengah baya pada kaum wanita adalah ketika sedang menghadapi menopause (Lazarus, dalam Ruwaida dkk, 2006). Pada tahun 2003, jumlah wanita di dunia yang memasuki fase menopause diperkirakan mencapai 1,2 milyar orang. Saat ini di Indonesia baru mempunyai 14 juta wanita

menopause. Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 1995-2005 oleh Badan Pusat Statistik, jumlah penduduk wanita berusia di atas 50 tahun yang telah memasuki masa menopause sebanyak 15,9 juta orang. Bahkan, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita yang akan mengalami menopause (Ghani, 2009).

Di Indonesia, para wanita diperkirakan mengalami fase menopause pada usia 50-52 tahun, sedangkan rata-rata usia terjadinya fase premenopause adalah sekitar usia 40-48 tahun (Ghani, 2009). Data BPS (dalam Proyeksi Penduduk, 2008) menunjukkan bahwa 5.320.000 wanita Indonesia memasuki fase menopause per tahunnya, dan 68% dari jumlah tersebut mengalami gejala-gejala menopause. Gejala-gejala menopause ini berupa gejala fisik dan psikis.

Beberapa gejala fisik yang dialami oleh seorang wanita yang memasuki fase menopause yaitu terjadinya semburan rasa panas (*hot flushes*), kekeringan pada vagina sehingga menyebabkan nyeri saat melakukan hubungan seksual, berkeringat pada malam hari, mudah lelah, sulit tidur (*insomnia*), palpitasi (denyut jantung cepat dan tidak teratur), serta berat badan bertambah (Spencer & Brown, 2007). Selain itu, juga disertai dengan beberapa gejala psikis yang menonjol berupa suasana hati yang berubah-ubah, mudah tersinggung, labilitas emosi, merasa tidak berharga, dan munculnya kecemasan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Proverawati dan Sulistyawati, 2010).

Salah satu faktor yang berpengaruh pada munculnya kecemasan wanita dalam menghadapi menopause adalah penerimaan diri. Perubahan-perubahan yang terjadi baik secara fisik, psikis, maupun seksual akan menyebabkan wanita yang sedang menghadapi menopause khawatir dan cemas. Oleh karena itu, diperlukan kemauan untuk menerima perubahan diri secara realistis sehingga memunculkan penilaian yang positif terhadap diri, menerima, dan menyukai bagian tubuh yang dimiliki agar dapat terhindar dari rasa cemas (Kuntjoro, 2002).

Faktor lain yang berpengaruh pada munculnya kecemasan wanita dalam menghadapi menopause adalah dukungan suami. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ruwaida, dkk (2006) yang menyatakan bahwa wanita yang sedang menghadapi menopause akan mengalami kecemasan yang tinggi apabila dukungan yang diterimanya rendah.

Fenomena kecemasan wanita dalam menghadapi menopause ditemukan peneliti di Kecamatan Jebres, Surakarta yaitu empat dari lima orang yang peneliti wawancara mengalami kecemasan saat menghadapi menopause berupa adanya *hot flushes* dan berkeringat di malam hari sehingga tidak nyaman saat tidur serta mengalami penurunan nafsu seksual setelah setahun tidak lagi menstruasi,

Fenomena tersebut membuat peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kecemasan wanita dalam menghadapi menopause yang ditinjau dari penerimaan diri dan dukungan suami dan merumuskannya pada

penelitian yang berjudul “Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Suami dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta”.

DASAR TEORI

1. Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause

Hurlock (2000) mendefinisikan kecemasan sebagai bentuk perasaan khawatir, gelisah, dan perasaan-perasaan lain yang kurang menyenangkan. Biasanya perasaan-perasaan ini disertai oleh rasa kurang percaya diri, merasa rendah diri, dan tidak mampu menghadapi suatu masalah. Prasodjo (2006) juga mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan tidak menyenangkan yang khas yang disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi yang mengancam dan membahayakan rasa aman.

Selanjutnya, Spielberger (dalam Edelmann, 1995) mengartikan kecemasan sebagai suatu reaksi individu terhadap pengalaman yang dirasakan sebagai suatu reaksi individu terhadap pengalaman yang dirasakan sebagai suatu ancaman. Rasa cemas ini dicirikan dengan adanya perasaan-perasaan ketakutan (*apprehension*), ketegangan (*tension*), dan adanya peningkatan aktivitas sistem saraf otonom.

Spencer & Brown (2007) mengungkapkan bahwa menopause merupakan berhentinya menstruasi secara permanen akibat menurunnya hormon estrogen dan progesteron di dalam

ovarium. Yatim (2001) juga mendefinisikan hal yang sama bahwa menopause merupakan fase terakhir saat darah haid seorang wanita berhenti sama sekali dengan ditandai penurunan fungsi kelenjar indung telur.

Berdasarkan uraian di atas, maka kecemasan wanita dalam menghadapi menopause merupakan reaksi individu terhadap pengalaman yang dirasakannya sebagai suatu ancaman yang disertai dengan perasaan tidak menyenangkan seperti khawatir, takut, dan tegang setelah menstruasi berhenti secara permanen akibat menurunnya produksi hormon estrogen dan progesteron di dalam ovarium.

Aspek kecemasan wanita dalam menghadapi menopause menurut Spielberger (dalam Edelmann, 1995), meliputi: cognitive anxiety dan somatic anxiety.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan wanita dalam menghadapi menopause diungkapkan oleh Ramaiah (2003) yaitu lingkungan, emosi yang ditekan, sebab-sebab fisik, dan keturunan.

2. Penerimaan Diri

Johnson (1993) mengungkapkan bahwa penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan saat seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri. Hal senada juga diungkapkan oleh Supratiknya (1995) yang menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian yang realistis terhadap berbagai kelebihan dan kekurangan. Individu yang

mampu menerima dirinya akan lebih mengenali kelemahan yang ada pada dirinya tanpa menyalahkan diri sendiri dan mengetahui kemampuan serta potensi yang dimiliki sehingga dengan bebas dapat memanfaatkan sesuatu sesuai dengan kebutuhan dan keinginan.

Berdasarkan paparan dari para ahli di atas, dapat dikemukakan bahwa penerimaan diri merupakan suatu keadaan ketika individu dapat memahami diri sendiri, memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri, menyadari dan menerima kelebihan maupun kekurangan diri secara realistis.

Aspek-aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Johnson (1993) meliputi memahami diri sendiri apa adanya, tidak menolak dirinya sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan, memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai dan dihargai oleh orang lain, tidak merasa sempurna dibandingkan dengan orang lain, memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna bagi orang lain.

3. Dukungan Suami

Dukungan suami merupakan bagian dari dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima kondisinya, yang diperoleh dari individu maupun kelompok (Cobb, dalam Sarafino, 1998). Johnson & Johnson (1991) menyatakan dukungan sosial sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan,

dorongan dan penerimaan apabila individu mengalami kesulitan. Bantuan yang diterima individu dapat berasal dari keluarga, teman, maupun orang-orang sekitar. Keluarga yang dimaksud dapat memiliki peran penting dalam mengatasi kecemasan seorang wanita dalam menghadapi menopause.

Pernyataan tersebut didukung oleh Orford (1992) yang menyatakan bahwa sumber dukungan terbesar yang didapatkan seseorang itu berasal dari orang terdekat, berarti (*significant others*) dan memiliki kedekatan emosional seperti pacar ataupun pasangan (suami atau istri) jika sudah menikah. Suami merupakan pria yang menjadi pasangan hidup resmi seorang wanita (istri) yang telah menikah. Dukungan sosial yang diberikan suami inilah yang disebut sebagai dukungan suami.

Dukungan suami merupakan suatu dukungan yang berbentuk sikap-sikap penuh perhatian dan pengertian yang ditunjukkan dalam bentuk kerja sama yang positif serta dapat menerima perubahan istri yang disebabkan oleh adanya masa menopause (Prabandani, 2009). Hal senada juga diungkapkan oleh Nurmadina (2008) yang menyatakan bahwa dukungan suami merupakan bantuan yang diberikan suami sehingga mampu membuat individu merasa nyaman baik secara fisik maupun psikis sebagai bukti bahwa mereka diperhatikan dan dicintai.

Aspek-aspek dukungan suami yang akan mengacu dalam empat aspek dukungan sosial menurut Sarafino (1998) serta Johnson & Johnson (1991) meliputi dukungan emosional

(*emotional support*), dukungan informasi (*informational support*), dukungan instrumental (*instrumental or tangible support*) maupun dukungan penghargaan (*esteem support*).

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta. Jumlah subjek yaitu 100 wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta, dengan karakteristik sebagai berikut (1) Wanita dengan usia kehamilan 45-55 tahun (2) Sudah menikah dan masih memiliki suami serta (3) Tidak mengalami pengangkatan rahim. *Sampling* yang digunakan adalah *purposive quota incidental sampling*.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan alat ukur berupa skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan, yaitu Skala Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause yang diadaptasi dari *State Trait Anxiety Inventory-State Scale (STAI-State Scale)* terdiri dari 20 *item*. Nilai validitas skala bergerak dari 0,371 sampai 0,566 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,768. koefisien reliabilitas sebesar 0,816. Skala Penerimaan Diri yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Johnson (1993) yaitu menerima diri sendiri apa adanya, tidak menolak diri sendiri meskipun memiliki kelemahan dan kekurangan, memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri seseorang tidak harus dicintai dan dihargai oleh orang lain, tidak merasa dirinya paling

sempurna dari orang lain, serta memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna dan bermanfaat bagi orang lain. Nilai validitas skala bergerak dari 0,353 sampai 0,561, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,816. Skala Dukungan Suami ini disusun peneliti berdasarkan empat aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino (1998) dan Johnson & Johnson (1991) yaitu dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan atau dukungan penilaian. Nilai validitas skala bergerak dari 0,326 sampai 0,695, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,876.

HASIL- HASIL

Metode analisis data yang digunakan analisis non parametrik multivariate Regresi Logistik Ordinal/Analisis Ordinal, dengan menggunakan bantuan komputer *Statistical Product And Service Solution (SPSS)* versi 16.0.

Uji Hipotesis

- a. Uji Simultan (Uji Kecocokan Model).
Perhitungan nilai X^2 (Chi-Square) hitung lebih besar dari X^2 (Chi-Square) tabel yaitu $18,419 > 5,991$ dengan nilai signifikansi $0,000 (< 0,05)$. Artinya variabel bebas (penerimaan diri dan dukungan suami) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel tergantung (kecemasan wanita dalam menghadapi menopause).
- b. Uji Parsial masing-masing variabel bebas.

Nilai signifikansi uji Wald untuk hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause adalah $0,000 < 0,05$. Hal ini berarti bahwa variabel bebas (penerimaan diri) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel tergantung (kecemasan wanita dalam menghadapi menopause).

Selanjutnya, Nilai signifikansi uji Wald untuk hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause adalah $0,033 < 0,05$. Hal ini berarti bahwa variabel bebas (dukungan suami) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel tergantung (kecemasan wanita dalam menghadapi menopause).

Kontribusi

Nilai koefisien determinan (R^2) pada analisis ordinal menggunakan nilai *Nagelkerke's R²* (Gozhali, 2009). Nilai *Nagelkerke R²* adalah 0,220, berarti bahwa kontribusi penerimaan diri dan dukungan suami terhadap kecemasan wanita dalam menghadapi menopause sebesar 22%, dan selebihnya 78% dipengaruhi oleh faktor lain.

Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada Skala Penerimaan Diri menunjukkan bahwa 26,25% wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta memiliki tingkat penerimaan diri sedang, 25% memiliki penerimaan tinggi dan sangat tinggi, sedangkan 23,75% lainnya memiliki penerimaan diri rendah. Hal tersebut berarti secara umum, wanita yang sedang

menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta memiliki tingkat penerimaan diri sedang.

Hasil kategorisasi Skala Dukungan Suami menunjukkan bahwa 28,75% wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta memiliki tingkat dukungan suami sedang, 21,25% memiliki tingkat dukungan suami rendah, 26,25% memiliki tingkat dukungan suami yang tinggi dan 23,75% memiliki tingkat dukungan suami sangat tinggi. Hal tersebut berarti secara umum, wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta memiliki tingkat dukungan suami sedang.

Hasil kategorisasi pada Skala Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause sebesar 32,5% wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta mengalami kecemasan dengan tingkat rendah, 25% memiliki tingkat kecemasan sedang, 22,5% memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi, dan 20% lainnya memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Hal ini berarti bahwa secara umum, yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta mengalami tingkat kecemasan rendah.

Selanjutnya, kategorisasi pada Skala Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause berdasarkan pada usia, diketahui bahwa 20% wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta pada usia 45-49 tahun mengalami kecemasan rendah, 18,75% mengalami kecemasan sedang, 13,75%

mengalami kecemasan tinggi, dan 17,5% mengalami kecemasan sangat tinggi.

Lain halnya pada wanita yang berusia 50-55 tahun, terdapat 12,5% wanita yang mengalami tingkat kecemasan rendah, 6,25% memiliki tingkat kecemasan sedang, 6,25% memiliki tingkat kecemasan tinggi dan 5% memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause yang cukup signifikan antara wanita yang sedang menghadapi menopause usia 45-49 tahun dengan wanita yang sedang menghadapi menopause usia 50-55 tahun.

PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis membuktikan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini terpenuhi. Hal ini berarti terdapat hubungan antara penerimaan diri dan dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Dengan kata lain, penerimaan diri dan dukungan suami secara bersama-sama berpengaruh terhadap kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

Seorang wanita yang sedang menghadapi menopause akan memiliki penerimaan diri yang tinggi, ditandai dengan terbentuknya pandangan yang realistis terhadap kelebihan dan kekurangan diri, dapat menerima dan menyukai bagian tubuh yang

dimiliki, tidak mudah kecewa terhadap penilaian orang lain terhadap penampilan dirinya, serta memiliki pemikiran yang positif tentang perubahan fisik dan psikis yang terjadi akibat menopause, ditunjang dengan adanya dukungan suami yang tinggi yang ditunjukkan melalui pengertian dan perhatian dari suami, sikap suami yang tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik, memberi semangat pada istri yang mulai tidak percaya diri dengan penampilannya, memberi saran pada istri untuk bersikap terbuka dalam mengkomunikasikan setiap masalah yang dialami, dan memberikan bantuan tenaga ataupun materi yang dibutuhkan maka dapat mengurangi kemungkinan terjadinya kecemasan wanita dalam menghadapi menopause yang ditunjukkan dengan berkurangnya perasaan khawatir, gelisah, rendah diri, dan perasaan tidak mampu menghadapi suatu masalah.

Terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki seorang wanita saat menghadapi menopause, maka tingkat kecemasan semakin rendah. Pembuktian di atas sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Kuntjoro (2002). Kuntjoro (2002) menjelaskan bahwa seorang wanita memiliki penerimaan diri yang kurang baik, seperti adanya penilaian yang negatif terhadap diri serta tidak dapat menerima dan menyukai bagian tubuh yang

dimiliki akibat perubahan yang terjadi pada saat menopause, akan lebih mudah mengalami rasa khawatir, takut, dan cemas daripada seorang wanita yang memiliki penerimaan diri yang baik dan dapat menerima serta memahami setiap perubahan fisik dan psikis yang terjadi akibat menopause.

Terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Semakin tinggi dukungan suami yang diterima wanita dalam menghadapi menopause, maka kecemasan yang dialami akan semakin rendah. Hasil tersebut sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh Hawari (2004) bahwa salah satu faktor yang dapat mengatasi dampak menopause seperti kecemasan adalah pengertian suami selain rehabilitasi dan stabilisasi kejiwaan (mental emosional).

Berdasarkan kategorisasi data deskriptif yang dilakukan pada Skala Penerimaan Diri diketahui bahwa secara umum wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta memiliki tingkat penerimaan diri sedang. Subjek, yang berasal dari berbagai jenjang usia merasa bahwa perubahan fisik dan psikis akibat menopause merupakan suatu hal yang wajar dan normal dialami oleh setiap wanita yang akan menghadapi masa menopause sehingga subjek tidak perlu terlalu merasa khawatir dan cemas dalam

menghadapi dan menjalani masa menopause.

Berdasarkan kategori Skala Dukungan Suami diketahui secara umum wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta memiliki tingkat dukungan suami sedang. Sebagian besar subjek cukup mendapatkan pengertian, perhatian, dan dukungan dari suami yang membuat subjek merasa dicintai dan dihargai sehingga menjadi lebih siap dalam menghadapi segala perubahan yang terjadi selama masa menopause.

Kategorisasi kecemasan wanita dalam menghadapi menopause diperoleh hasil bahwa secara umum wanita yang sedang menghadapi menopause di Kecamatan Jebres, Surakarta mengalami kecemasan dengan tingkat rendah. Hal ini ditandai dengan sebagian besar subjek merasa santai dalam menghadapi masa menopause karena setiap wanita pasti akan mengalami masa menopause di dalam kehidupannya serta adanya berbagai informasi dan penyuluhan berkaitan dengan menopause yang membuat wanita lebih tenang saat masa menopause datang.

PENUTUP

Kesimpulan

Terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan dukungan suami dengan

kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Hal ini diketahui berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil Uji *Likelihood Ratio* (LR) $p = 0,000 (<0,05)$ dan nilai $X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$ ($18,419 > 5,991$). Analisis statistik tersebut menandakan bahwa Hipotesis pertama penelitian ini diterima.

Terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Hal ini diketahui berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil Uji Wald menunjukkan $p = 0,000 (<0,05)$. Analisis statistik tersebut menandakan bahwa Hipotesis kedua penelitian ini diterima.

Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Hal ini diketahui berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil Uji Wald menunjukkan $p = 0,033 (<0,05)$. Analisis statistik tersebut menandakan bahwa Hipotesis ketiga penelitian ini diterima.

Saran

- a. Bagi responden penelitian, dapat lebih meningkatkan penerimaan diri demi mengantisipasi munculnya kecemasan dalam menghadapi menopause.
- b. Bagi pihak keluarga responden khususnya suami, dapat memberikan dukungan baik secara emosional, instrumental, informasi, bahkan penghargaan demi meningkatkan penerimaan diri wanita dalam

menghadapi menopause agar mengurangi timbulnya kecemasan.

- c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat mengembangkan variabel psikologis lain di luar variabel yang telah digunakan dalam penelitian ini, sehingga dapat dilihat sumbangan masing-masing variabel psikologis tersebut terhadap kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Dacey, J. S and Travers, J. F. 2002. *Human Development : Across the Lifespan*. Fifth Edition. Mc.Graw Hill.
- Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Surakarta. 2011. *Profil Perkembangan Kependudukan Kota Surakarta*. Surakarta: Solo The Spirit Of Java.
- Edelmann, Robert. 1995. *Anxiety Theory Research and Intervention in Clinical and Health Psychology*. New York : John Willey and Sons Inc.
- Ghani, Lannywati. 2009. Seluk Beluk Menopause. *Media Peneliti dan Pengembangan Kesehatan*. Vol 19, No. 4.
- Gozhali, Imam. 2009. *Analisis Multivariate Lanjutan dengan Program SPSS*. Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hawari, Dadang. 2004. *Al Quran: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hurlock, E.B. 2000. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Johnson, David. W. 1993. *Reaching Out Interpersonal Effectiveness and Self Actualitation*. Fifth Edition. Boston: Allyn and Bacon.

- Johnson, D. W and Johnson, F. P. 1991. *Joining Together: Group Theory and Group Skills. Seventh Edition*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Judiari, Josina. 2004. Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kecemasan dalam Hubungan Seksual. *Tabularasa*. Vol 2, No 1: 60.
- Kuntjoro, Sri Zainuddin. 2002. *Menopause*. 16 November 2011. Retrieved From <http://www.e-psikologi.com>.
- Mackenzie, Raewyn. 1992. *Menopause Tuntutan Praktis untuk Wanita*. Jakarta: Arcan.
- Nurmadina, Mira. 2008. Hubungan antara Dukungan Sosial Suami dengan Kecemasan pada Wanita Menopause. *Skripsi*. Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara.
- Orford, Jim. 1992. *Community Psychology: Theory and Practice*. West Sussex: John Wiley and Sons, Ltd.
- Prabandani, Desi. 2009. Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Prasodjo, Wierianto. 2006. *Kesehatan Mental, Kajian Sudut Pandang Agama dan Sosial Kemasyarakatan*. Jakarta: Tsaqafah.
- Proverawati, Atikah dan Sulistyawati, Emi. 2010. *Menopause dan Sindroma Premenopause*. Yogyakarta: Numed.
- Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan: Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Retnowati, S. 2005. *Tetap Bergairah Memasuki Masa Menopause: Sebuah Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Ruwaida, Ana, dkk. 2006. Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. Vol. 8, No. 2: 76-99.
- Sarafino, Edward. 1998. *Health psychology : Biopsychosocial Interaction. Third Edition*. New York: John Willey.
- Spencer, Rebecca Fox and Brown, Pam. 2007. *Simple Guides: Menopause*. Jakarta: Erlangga.
- Yatim, Faisal. 2001. *Haid Tidak Wajar dan Menopause*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.