

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. PERMASALAHAN

#### 1. Latar Belakang Masalah

Rentang usia kehidupan memiliki keunikan dalam tiap fase perkembangannya, ini terjadi juga pada wanita di usia dewasa madya. Dikatakan dewasa madya, apabila seseorang memiliki usia 40-60 tahun. Hal ini ditandai dengan adanya perubahan yang terlihat, baik perubahan fisik maupun psikis. Berkaitan dengan hal tersebut, pada usia dewasa madya terdapat tugas perkembangan yang harus dijalani. Havighurst (dalam Hurlock, 1999) memiliki pendapat tentang tugas perkembangan usia dewasa madya adalah tugas yang berkaitan dengan penyesuaian terhadap perubahan fungsi seksual. Pada masa ini pria memasuki masa *andropause*, sedangkan wanita memasuki masa *menopause*. *Andropause* pada pria umumnya terjadi perlahan dan sangat lambat sehingga seringkali gejala fisik dan psikologis yang muncul tidak terlalu kelihatan, terkadang bagi beberapa pria tidak menimbulkan gejala. Selain itu, kebanyakan wanita relatif lebih sulit menyesuaikan diri terhadap perubahan pola hidup yang datang bersamaan dengan masa *menopause*.

*Menopause* menurut Burger (2007), berhentinya menstruasi secara permanen yang diakibatkan hilangnya folikel *ovarium* yang diperantai oleh transisi *menopause*, suatu penanda awal munculnya ketidakteraturan

menstruasi. Memasuki masa *menopause* seringkali menjadi sesuatu yang mengkhawatirkan bagi wanita, selain perubahan fisik dan psikologis. Pada kenyataannya, wanita tidak semuanya bisa menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi. Kekhawatiran ini mungkin berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat, tidak bugar, dan tidak cantik (Baziad, 2002). Kekhawatiran tentang perubahan fisik yang terjadi, dapat berdampak pada psikologis seorang wanita yang menghadapi *menopause*. Menurut Maspaitella (2006) juga menyatakan beberapa gejala psikologis yang menonjol ketika *menopause*, seperti munculnya perasaan gelisah; cemas; takut; mudah tersinggung; mudah marah; merasa tertekan; mudah merasa sedih; rasa hampa; rasa bersalah dan merasa kesepian saat berada ditengah orang ramai.

Menurut Depkes RI (2009) hingga saat ini wanita Indonesia yang memasuki masa *menopause* sebanyak 7,4% dari populasi. Jumlah tersebut meningkat menjadi 11% pada 2005. Kemudian, naik lagi sebesar 14% pada 2015. Meningkatnya jumlah tersebut, sebagai akibat bertambahnya populasi penduduk usia lanjut dan tingginya usia harapan hidup bersamaan dengan membaiknya derajat kesehatan masyarakat. Jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang berusia diatas 50 tahun dan diperkirakan memasuki usia *menopause* dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Berdasarkan data dari profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2013 jumlah penduduk menurut jenis kelaminnya setiap tahun mengalami peningkatan dari tahun 2010 sampai 2013. Berdasarkan hasil wawancara

yang dilakukan oleh peneliti pada wanita *menopause* dengan usia antara 45 sampai 55 tahun terdapat perbedaan pendapat. 6 diantara 10 yang telah diwawancarai mengatakan bahwa memasuki usia tersebut, perubahan yang dialami dianggap menakutkan dan berdampak pada lingkungan sekitar tentang perbedaan diri individu dengan sekitarnya, kemudian individu lebih banyak menghabiskan waktu berdiam didalam rumah dan tidak melakukan aktivitas diluar rumah. Berbeda dengan 4 ibu yang telah diwawancarai, individu lebih tidak peduli dengan pendapat diluar tentang individu tersebut dan lebih banyak melakukan aktivitas diluar rumah seperti organisasi yang ada dilingkungan rumah. Menyerahkan diri pada sang pencipta mengingat usia 50 tahun. Perbedaan pendapat dari hasil wawancara tentang perubahan yang bisa terjadi karena lingkungan yang kurang memberikan dukungan. Seperti halnya dengan pendapat Baron & Byrne (2002), bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman dan keluarga individu tersebut. Kemudian menurut Taylor (2009) mendefinisikan *social support* sebagai informasi yang diterima dari orang lain bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, memiliki harga diri dan bernilai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama yang berarti saling dibutuhkan yang didapat dari orang tua, suami, atau orang yang dicintai, keluarga, teman, hubungan sosial dan komunikasi. Selain rasa dicintai dan diperhatikan, *social support* juga berpengaruh pada kesehatan. Mustopo (2005) juga menyatakan bahwa kesehatan, pikiran dan ketenangan

dipengaruhi oleh hormon estrogen. Banyak wanita yang mengeluh bahwa setelah *menopause* mereka berubah menjadi pencemas. Sebab itu dukungan suami dan keluarga dapat memberikan energi yang positif bagi seorang tersebut untuk bisa mengurangi dampak psikologis yang dirasakan. Dukungan dari suami atau keluarga dapat membuat seorang wanita yang mengalami periode *menopause* dapat menerima dirinya apa adanya.

Tanda wanita yang berhasil melewati fase *menopause* adalah adanya penerimaan diri terhadap perubahan yang terjadi, sehingga dapat menjalani hidup dengan lebih baik. Menurut Ryff *Psychological well-being* merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu dimana individu dapat menerima masa lalunya dengan segala kelebihan dan kekurangannya (*self acceptance*), menunjukkan sikap mandiri (*autonomy*), mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), dapat menguasai lingkungannya (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), serta mampu mengembangkan pribadinya (*personal growth*).

## 2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, terdapat rumusan masalah yaitu apakah ada hubungan antara *Social Support* dengan *Psychological Well Being* pada wanita menopause ?

## B. TUJUAN DAN MANFAAT

### 1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui tentang hubungan antara *social support* dengan *psychological well being* pada wanita *menopause*.

### 2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

#### a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi kesehatan yang berkaitan dengan *social support* dengan *psychological well being* pada wanita *menopause*.

#### b. Manfaat praktis

##### 1. Bagi wanita *menopause*

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat dan informasi bagi wanita yang *menopause* agar lebih mempersiapkan dan mengerti perubahan fisik yang terjadi pada saat memasuki usia dewasa madya

serta mengantisipasi dampak negatif yang bisa terjadi pada wanita *menopause*.

## 2. Bagi keluarga

Berdasarkan penelitian ini, hendaknya dapat menambah kasanah atau pengetahuan tentang *menopause* terutama tentang bagaimana cara keluarga membantu memberikan *support* bagi wanita yang *menopause* serta untuk mengantisipasi dampak pada psikologis subyek dalam perubahan yang sedang dialami.

## 3. Bagi peneliti lain

Penelitian ini di harapkan dapat menambah khasanah kepustakaan dan refrensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang *social support* dengan *psychological well being*.

## C. KEASLIAN PENELITIAN

Penelitian mengenai *social support* dengan *psychological well being* terdapat penelitian yang sama yaitu : Penelitian Azka Millatina dan Milda Yanuvianti (2014) mengenai *social support* dengan *psychological well being* pada wanita *menopause* (di RS Harapan Bunda Bandung). Hasil penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dan didapatkan nilai yang menunjukkan korelasi antara *social support* dengan *psychological well*

*being* dengan menghasilkan nilai sebesar 0,658 dengan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , yang berarti menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara social support dengan *psychological well being* pada wanita menopause di RS Harapan Bunda Bandung.

Penelitian ini melibatkan variabel *social support* dan variabel *psychological well being* terdapat persamaan variabel dalam penelitian ini, akan tetapi terdapat perbedaan dalam penelitian ini yang terletak pada subyek memasuki dewasa madya dengan rentang usia 45-55 tahun yang berada di Surabaya. Subyek tersebut belum pernah diteliti oleh peneliti sebelumnya, sehingga terlihat keaslian antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya.