



## Dukungan Keluarga pada Ibu menjelang Menopause di Dusun Bendo Kidul Desa Bendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri

Enur Nurhayati Muchsin, Fanda Yulvania

Prodi D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri

### ARTIKEL INFO

#### Article History:

SM at 17-01-2022

RV at 17-01-2022

PB at 18-01-2022

#### Kata Kunci:

Dukungan Keluarga

Menopause

Perempuan

#### Korespondensi Penulis:

enur.nurhayati1969@gmail.com

### ABSTRAK

**Background:** Dukungan keluarga merupakan dukungan yang diterima individu dari orang yang berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, anak, dan orang tua, sehingga individu tersebut merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai. Dukungan dapat berfungsi sebagai strategi pencegahan mengurangi stress.

**Objectives:** Tujuan penelitian untuk mengetahui dukungan keluarga pada ibu menjelang menopause di Dusun Bendo Kidul Desa Bendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri

**Design:** Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan populasi sebanyak 65 orang dan sampel sebanyak 58 orang, Teknik sampling yang digunakan purposive sampling. variabel penelitian dukungan keluarga pada ibu menjelang menopause Analisa data menggunakan prosentase dan interpretasi data secara kuantitatif.

**Data Sources:** Penelitian dilakukan dengan membagikan kuisisioner pada tanggal 4 sampai 9 Januari 2021.

**Results:** Hasil penelitian didapatkan dari 58 responden, sebagian besar responden memiliki dukungan baik pada sebanyak 40 responden (69%). Hampir setengah dari responden memiliki dukungan cukup sebanyak 17 responden (29,3) dan sebagian kecil responden memiliki dukungan kurang sebanyak 1 responden (1,7%).

**Conclusions:** Faktor yang dapat mempengaruhi antara lain faktor usia, tingkat pendidikan, status dalam keluarga, pekerjaan, pernah tidak mendapatkan informasi, media informasi. Diharapkan keluarga memberikan dukungannya terhadap ibu menjelang menopause, agar ibu dapat melalui masa premenopause dengan baik.

## PENDAHULUAN

Menopause terjadi pada perempuan pada akhir masa siklus haid yang terakhir, namun kepastiannya apabila perempuan sudah tidak lagi mengalami siklus haid selama paling kurang 12 bulan. Karena itu masa menopause ini mulai terjadi pada rata-rata umur 50 tahun, tetapi bisa juga terjadi secara normal pada wanita yang berusia diatas atau dibawah usia 50 tahun. Premenopause adalah fase yang terjadi pada wanita usia 40 tahun dan dimulainya fase klimakterium. Fase ini timbul ditandai dengan siklus menstruasi menjadi tidak teratur, perdarahan menstruasi memanjang, jumlah darah menstruasi menjadi lebih banyak, adanya rasa nyeri saat menstruasi. (Mulyani.N.s, 2013).

Wanita premenopause memerlukan dukungan keluarga untuk menghadapi perubahan kondisi tubuh dalam meningkatkan ketentraman hidup. Dukungan keluarga merupakan dukungan yang diterima individu dari orang yang berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, anak, dan orang tua, sehingga individu tersebut merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai. Dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Manfaat dukungan keluarga yaitu menjadikan seorang wanita dalam menghadapi masa menopause menjadi lebih nyaman (Kaplan.HI, 2002).

(Proverawati.A & Emi.s, 2010) sindrom premenopause dialami oleh banyak wanita hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina, dan 10% di Jepang, dan di Indonesia<sup>3</sup>. Sementara setiap tahunnya, sekitar 25 juta wanita diseluruh dunia diperkirakan mengalami menopause<sup>4</sup>. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dengan proyeksi penduduk pada tahun 2008 bahwa 5.320.000 wanita Indonesia memasuki masa menopause setiap tahunnya, 68% menderita gejala klimakterik dan hanya 62% dari penderita yang menghiraukan gejala tersebut. Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 2000-2010 oleh Badan Pusat Statistik, pada tahun 2025 akan ada 60 juta perempuan yang mengalami menopause (BKKBN, 2006). (Richard SD, 2015) pengumpulan data yang dilakukan pada

tanggal 7 Desember 2015 oleh peneliti di Kelurahan Bangsal RW. 01 Kota Kediri, didapatkan sekitar 50 wanita sudah mengalami menopause. Hasil pengisian kuesioner yang dilakukan peneliti terhadap 10 responden, didapatkan 7 orang Wanita mengalami kecemasan saat menopause berupa wanita cemas karena mengalami gejala menopause seperti cepat lelah, pusing, sering kencing, dan perasaan yang berubah-ubah dimana gejala ini membuat wanita menopause merasa tidak nyaman (Richard SD, 2015).

Premenopause merupakan bagian dari masa klimakterium yang terjadi sebelum menopause. Premenopause merupakan suatu proses peralihan biologis yang terjadi pada wanita, dimana seseorang sebelumnya mengalami menstruasi menjadi tidak mengalami menstruasi. Gejala-gejala fisik yang timbul pada pramenopause antara lain gejolak rasa panas (*hot flushes*), keringat di malam hari, siklus haid tidak teratur, depresi, mudah tersinggung, mudahmarah, kecemasan kekeringan vagina, cepat lelah, sulit tidur (*insomnia*), dan perubahan kulit (Harmoko, 2012).

Perubahan yang terjadi seperti berhentinya siklus menstruasi, dirasakan sebagai hilangnya sifat inti kewanitaannya karena sudah tidak dapat melahirkan anak lagi. Timbulnya perasaan tidak berharga, tidak berarti dalam hidup, muncul rasa khawatir akan adanya kemungkinan bahwa orang-orang yang dicintainya berpaling dan meninggalkannya. Perasaan tersebut menimbulkan kecemasan<sup>7</sup>. Dukungan keluarga dan peran keluarga sangat penting untuk wanita premenopause. Dukungan keluarga meningkatkan kesehatan mental ibu Premenopause secara langsung. Dukungan keluarga merupakan strategi mengurangi stress (Harmoko, 2012).

Dukungan keluarga secara sosial dan psikososial mempengaruhi keyakinan terhadap kesehatan dan cara pelaksanaannya. Latar belakang budaya mempengaruhi keyakinan nilai dan kebiasaan individu dalam memberikan dukungan termasuk pelaksanaan kesehatan pada wanita pramenopause. Faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga meliputi pendidikan dan tingkat pengetahuan. Kemampuan kognitif akan membentuk cara berfikir seseorang. Faktor emosional

merupakan respon seseorang apabila terjadi perubahan didalam hidup. Faktor spiritual mencakup nilai dan keyakinan yang dilaksanakan. Keluarga memberikan motivasi untuk tetap menjaga kesehatan. Faktor sosio-ekonomi menunjukkan kemampuan keluarga dalam memberikan dukungan secara finansial. Latar belakang budaya meliputi aspek keyakinan, nilai dan kebiasaan individu, dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan ibu Premenopause (Harmoko, 2012)

Dampak tidak adanya dukungan keluarga pada ibu premenopause disebabkan oleh faktor pendidikan, emosi dan spiritual akan mempengaruhi cara berfikir kondisi keluarga dan ibu Premenopause dalam menghadapi masalah kesehatan. Kurangnya dukungan keluarga menyebabkan kondisi rasa gelisah, mudah tersinggung, malas, sedih, merasa tidak berdaya, mudah menangis, mudah lupa, dan emosi yang meluap. Ibu yang mendapat dukungan keluarga saat menopause akan merasa mendapat kepedulian, perlindungan serta rasa aman sehingga akan menjadikan ibu premenopause merasa di perhatikan, dicintai dan diterima (Mulyani.N.s, 2013). Keluarga yang mampu memberikan dukungannya memberikan gambaran kondisi pada situasi dan kondisi keluarga tersebut. Keluarga yang harmonis dan berorientasi pada kehidupan kesehatan yang baik merupakan implikasi dari dukungan dan motivasi di dalam anggota keluarga.

Dampak secara fisik dan biologis yang dialami oleh Ibu sindrom Premenopause adalah perasaan panas (hot flush), sakit kepala, cepat lelah, rematik, sakit pinggang, sesak napas, susah tidur, dan osteoporosis. Gejala psikologis yang dapat dialami adalah ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stres dan depresi. Sindrom premenopause terjadi karena adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan (Proverawati A & Emi.s, 2010).

Upaya yang dapat dilakukan anggota keluarga kepada ibu pramenopause yaitu memberi dukungan emosional melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, cinta, dan bantuan emosional<sup>9</sup>. Dukungan informasi diberikan oleh keluarga dalam bentuk nasehat, saran dan diskusi tentang bagaimana

cara mengatasi atau memecahkan masalah yang ada (Erdiana Y, 2015). Dukungan instrumental meliputi bantuan material seperti memberikan tempat tinggal, meminjamkan atau memberikan uang dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah sehari-hari. Dukungan penghargaan yaitu ekspresi penghargaan yang positif melibatkan pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain(Erdiana Y,2015).

Tujuan Penelitian untuk mengetahui dukungan keluarga pada ibu menjelang menopause di Dusun Bendo Kidul Desa Bendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri”.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Populasi adalah mempunyai ibu premenopause yang berada di Dusun Bendo Kidul Desa Bendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri sebanyak 65 orang. Sampel sebanyak 58 orang yang diambil melalui teknik *purposive sampling*, dengan menggunakan kriteria inklusi keluarga yang bersedia menjadi responden, keluarga yang mempunyai Ibu berusia 40-55 Tahun Kriteria eksklusi yaitu keluarga yang tidak bersedia menjadi responden, keluarga yang mempunyai Ibu berusia <40 tahun.

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4 sampai 9 Januari 2021. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan variabel penelitian dukungan keluarga pada ibu menjelang menopause. Analisa data skor atau nilai terhadap bagian-bagian yang perlu diberi skor. Skor yang digunakan untuk pernyataan selalu : 3, kadang : 2, tidak pernah: 1. Variabel dikategorikan menggunakan prosentase perhitungan dukungan baik : 76%-100%, dukungan cukup : 56%-75%, dukungan kurang : <56% (Nursalam, 2013). Data diinterpretasi secara kuantitatif

## **HASIL PENELITIAN**

Hasil penelitian terdiri dari terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan, status keluarga, mendapatkan informasi dan sumber informasi

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

| No | Data Umum             | N  | %     |
|----|-----------------------|----|-------|
| 1  | Usia                  |    |       |
|    | 40 - 45 thn           | 43 | 74,14 |
|    | 46 – 55 thn           | 15 | 25,86 |
| 2  | Pendidikan            |    |       |
|    | PT                    | 14 | 24,1  |
|    | SMK/SMA               | 34 | 58,6  |
|    | SMP/SLTP              | 8  | 13,9  |
|    | Tidak Sekolah         | 2  | 3,4   |
| 3  | Pekerjaan             |    |       |
|    | PNS                   | 5  | 8,6   |
|    | Wiraswasta            | 21 | 36,2  |
|    | Wirausaha             | 12 | 20,7  |
|    | Tidak Bekerja         | 11 | 19    |
|    | Petani                | 9  | 15,5  |
| 4  | Status Keluarga       |    |       |
|    | Anak                  | 27 | 46,5  |
|    | Suami                 | 22 | 38    |
|    | Keluarga              | 9  | 15,5  |
| 5  | Mendapatkan Informasi |    |       |
|    | Pernah                | 43 | 74,1  |
|    | Tidak Pernah          | 15 | 25,9  |
| 6  | Sumber Informasi      |    |       |
|    | Masyarakat            | 10 | 17,2  |
|    | RS                    | 23 | 39,6  |
|    | Internet              | 19 | 33    |
|    | TV                    | 2  | 3,4   |
|    | Radio                 | 2  | 3,4   |
|    | Lainnya               | 2  | 3,4   |

Sumber: Data Primer

Hasil analisis responden dari usia, Pendidikan, pekerjaan, status keluarga, mendapatkan informasi dan sumber informasi. Usia responden dari 58 responden Sebagian besar berusia 40 – 45 tahun sebanyak 43 responden (74,1%) Sebagian kecil berusia 46-55 tahun sebanyak 15 responden (25,86%), Pendidikan responden dari 58 responden 291amper291n besar responden berpendidikan SMK/SMA sebanyak 34 responden (58,6%), Sebagian kecil tidak sekolah sebanyak 2 responden (3,4%), Pekerjaan dari 58 responden Hampir setengah dari responden bekerja wiraswasta sebanyak 21 responden (36,2%), Sebagian kecil responden bekerja sebagai petani sebanya 9 responden (15,5%), Status keluarga dari 58 responden didapatkan 291amper setengahnya status dalam keluarga dari 58 responden , sebagai anak sebanyak 27 responden (46,5%) Sebagian kecil responden

status sebagai keluarga sebanyak 9 responden (15,5%). Mendapatkan onformasi dari 58 responden Sebagian besar responden mendapatkan informasi sebanyak 43 responden (74,1%) Sebagian kecil responden tidak pernah mendapatkan informasi sebanyak 15 responden (25,9%), sumber informasi yang didapat dari 58 responden hamper setengahnya mendaatkan informasi dari RS sebanyak 23 responden (39,6%.) Sebagian kecil mendapatkan informasi dari TV, Radio dan lainnya sebanyak 2 responden (3,4%)

Tabel 2 Dukungan keluarga pada Ibu Menjelang Menopause

| No     | Kriteria | N  | %    |
|--------|----------|----|------|
| 1      | Baik     | 40 | 65   |
| 2      | Cukup    | 17 | 29,3 |
| 3      | Kurang   | 1  | 1,7  |
| Jumlah |          | 58 | 100  |

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 berdasarkan dukungan keluarga pada ibu menjelang menopause menunjukkan dari 58 responden, sebagian besar responden memiliki dukungan baik sebanyak 40 responden (69%), hampir setengah dari responden memiliki dukungan cukup sebanyak 17 responden (29,3) dan sebagian kecil responden memiliki dukungan kurang sebanyak 1 responden (1,7%).

## PEMBAHASAN

Ibu adalah seorang wanita yang menikah dan melahirkan anak, menjadi orang yang pertama menjalin ikatan batin dan emosi pada anak dan juga sebagai sentral dalam perkembangan awal anak dengan memiliki sifat-sifat keibuan yaitu memelihara, menjaga dan merawat anak. Dalam hidupnya setiap manusia pasti akan terus mengalami pertumbuhan maupun perkembangan pada fisiknya seiring bertambahnya usia, salah satunya seorang ibu yang tentu saja akan mengalami perubahan-perubahan seiring bertambahnya usia.

Salah satu perubahan yang umumnya terjadi pada seorang wanita dewasa adalah premenopause. Premenopause atau periode klimakterium merupakan masa peralihan antara masa reproduksi dan masa senium. Biasanya masa ini disebut juga dengan pramenopause, antara usia 40 tahun, ditandai

dengan siklus haid yang tidak teratur, dengan perdarahan haid yang memanjang dan relatif banyak. Banyak dampak yang dapat ditimbulkan pada fase pre menopause baik secara fisik maupun emosional, secara fisik seorang wanita yang menjalani fase premenopause dapat mengalami berbagai hal diantaranya adalah kenaikan berat badan, mudah lelah insomnia, kerontokan pada rambut dan juga pusing, sedangkan dampak emosional yang dapat dialami oleh wanita premenopause adalah terjadinya perubahan mood, stress, kecemasan bahkan hingga terjadi gangguan atau penyimpangan pada memori.

Premenopause merupakan bagian dari masa klimakterium yang terjadi sebelum menopause. Menopause merupakan suatu masa dimana seorang wanita berhenti menstruasi atau saat haid terakhir, dan apabila sesudah menopause disebut pasca menopause bila telah terjadi menopause 12 bulan sampai menuju ke senium. Menopause biasanya akan terjadi pada usia 49-51 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar responden memiliki dukungan yang baik pada ibu menjelang menopause. Hal ini di dukung data umum hasil penelitian hampir setengah dari responden merupakan seorang anak dan hampir seluruh responden berpendidikan terakhir SMA. Ahyani LS & Kumalasari.F, (2012) bahwa pemberian dukungan dalam keluarga menjadikan individu merasa diperhatikan, dicintai timbul rasa percaya diri dan kompeten. Tingkat dukungan keluarga baik menunjukkan dukungan keluarga diberikan secara menyeluruh yaitu berupa dukungan instrumental, emosional, penghargaan dan informatif. Dalam penelitian ini keluarga sangat memberikan dampak bagi ibu premenopause, anak merupakan salah satu elemen dalam keluarga. Keluarga, merupakan lingkungan yang dapat membuat individu merasa aman. Oleh karena itu, seorang ibu yang mendapat dukungan keluarga terutama pada saat menghadapi masa pra menopause, maka akan merasa mendapat kepedulian, perlindungan serta rasa aman dari orang disekitarnya. Seorang ibu yang mendapatkan dukungan yang baik dari keluarga akan merasa lebih tenang dan siap dlm menghadapi masa premenopause. Dukungan keluarga dapat ditunjukkan melalui kasih sayang dari

keluarga seperti anak maupun suami, adanya perhatian dan kasih sayang yang diberikan oleh suami dan anak dapat memberikan kepuasan tersendiri bagi seorang ibu.

Data umum selanjutnya hampir seluruh responden memberikan dukungan keluarga baik berpendidikan terakhir SMA. Suwardiman (2011) keyakinan seseorang terhadap adanya dukungan terbentuk oleh variabel intelektual yang terdiri dari pengetahuan, latar belakang pendidikan dan pengalaman masa lalu. Pendidikan memberikan dampak terhadap cara pandang seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan salah satunya dalam memberikan dukungan terhadap permasalahan yang di hadapi oleh keluarga. Hal ini disebabkan oleh karena semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah dalam menerima informasi.

Data umum pendukung selanjutnya yaitu sebagian besar responden pernah mendapatkan informasi dari masyarakat dari masyarakat. Informasi dapat mempengaruhi keterampilan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit akan berpengaruh kepada pemahaman kebutuhan anggota keluarga yang sakit dan berdampak pada perhatian serta dukungan keluarga yang akan diberikan. Informasi dapat memberikan pengetahuan pada seseorang tentang bagaimana cara menghadapi sesuatu, semakin banyak informasi yang di dapatkan maka akan semakin baik seseorang menghadapi hal tersebut. Dalam hal ini salah satu faktor yang dapat menyebabkan kurangnya dukungan yang di dapatkan adalah kurangnya informasi yang dimiliki keluarga sehingga dukungan yang diberikan keluarga pada ibu premenopause tidak maksimal.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan hampir setengah dari responden memiliki dukungan yang cukup pada ibu pre menopause. Hal ini di dukung dengan data umum penelitian hampir sebagian besar responden belum bekerja dan sebagian besar responden pernah mendapatkan informasi dari masyarakat dari masyarakat.

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Bendo Kidul Desa Bendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan baik. Dukungan keluarga menurut Fridman (2010)

adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikannya. Menurut Harnilawati (2013), keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yakni dukungan instrumental, dukungan penilaian, dukungan informasional dan dukungan emosional. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan strategi koping individu dengan Dukungan yang diberikan memberikan manfaat pada individu baik secara fisik maupun psikis, namun dalam pemberian dukungan tentu saja terdapat beragam faktor yang dapat mempengaruhinya yaitu faktor pendidikan, emosi, spiritual, praktik dalam keluarga, sosio ekonomi mapun latar belakang budaya yang dimiliki oleh masing-masing keluarga yang tentu beragam dapat menghasilkan dukungan yang beragam bagi individunya.

Menurut teori Friedman (2013) faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah kelas sosial ekonomi meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan dan tingkat pendidikan. Pekerjaan atau ekonomi dapat memberikan pengaruh terhadap dukungan yang diberikan oleh keluarga terhadap seseorang dalam menghadapi suatu kondisi. Ekonomi dapat mempengaruhi kesiapan seseorang dalam menanggapi atau memberikan respon terhadap kondisi kesehatan yang dialaminya.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian maka dapat mengambil kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian terapi *guided imagery* terhadap kecemasan psikologis pada lansia. Sehingga dapat dilakukan secara rutin sebagai upaya penanganan masalah psikologis bagi lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahyani I.S & Kumalasari.F, A. &. (2012).  
*Hubungan antara dukungan sosial*

*dengan penyesuaian diri remaja adi panti asuhan. jurnal penelitian Kudus, Universitas Muria Kudus*

BKKBN. (2006). *Menopause datang rasa senang tertandang.*

Emi.s, P. A. (2010). *Menopause dan sindrom premenopause.* Nuha Medika.

Friedman MMRV Bowden & Jones EG. (2013). *Buku AjarAsuhan keperawatan keluarga.* Jakarta EGC

Harmoko. (2012). *Asuhan keperawatan keluarga.* Pustaka Pelajar.

Kaplan.HI, S. B. (2002). *Kegawatdaruratan psikiatrikin sinopsis psikiatrikijilid 2.* Binarupa Aksara.

Mulyani.N.s. (2013). *Menopause akhir siklus menstruasi pada wanita diusia pertengahan .* Nuha Medika..

Richard SD & Permatasari NS, (2015). Faktor yang meningkatkan Kecemasan pada wanita menopause. *penelitian keperawatan I*, 187.

Suwardiman. (2011). Hubungan antara keluarga dengan beban keluarga untuk mengikuti regimen terapeutik pada keluarga klien Halusinasi.

Erdiana Y. (2015). Dukungan keluarga dalam kunjungan lansia di posyandu lansia di Desa Karang Lor Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.