Jurnal Diversita, 4 (1) Juni (2018) ISSN 2461-1263 (Print) ISSN 2580-6793 (Online)

Jurnal Diversita

Available online http://ojs.uma.ac.id/index.php/diversita

Kualitas Hidup Wanita Menopause Ditinjau dari Dukungan Sosial di Kelurahan Sempakata Padang Bulan Medan

Quality of Life of Menopausal Women Judging from Social Support in Sempakata Padang Bulan Medan

Nurmaizar Siregar*

Fakultas Psikologi, Universitas Prima, Indonesia

**Corresponding author*: E-mail: * nilawati_siregar@unprimdn.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas hidup dengan dukungan sosial. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kualitas hidup dengan dukungan sosial. Dengan asumsi semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin baik kualitas hidup wanita menopause dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin buruk kualitas hidup wanita *menopause*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah wanita-wanita menopause yang bekerja maupun yang tidak bekerja yang tinggal di kelurahan sempakata kecamatan medan selayang padang bulan yang berjumlah 80 orang dengan karakteristik usia di atas 60 tahun. Data diperoleh dari skala untuk mengukur kualitas hidup dan dukungan sosial. Perhitungan dilakukan dengan uji persyarat analisis (uji asumsi) yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas hubungan. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan korelasi *Product Moment* melalui bantuan SPSS 20 *for Windows.* Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,492 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Ini menunjukkan ada hubungan positif antara kualitas hidup dengan dukungan sosial. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel kualitas hidup terhadap dukungan sosial adalah sebesar 24,2 persen kualitas hidup mempengaruhi dukungan sosial dan selebihnya 75,8 persen dipengaruhi faktor lain seperti keterampilan sosial, harga diri, kedudukan struktur sosial, ukuran keluarga dan status sosial ekonomi. Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian ada hubungan positif antara kualitas hidup dengan dukungan sosial dapat diterima.

Kata Kunci: Kualitas Hidup, Dukungan Sosial, Wanita Menopause

Abstract

This study aims to determine the relationship between quality of life with social support. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between quality of life and social support. Assuming higher social support, the better the quality of life of menopausal women and the lower the social support the worse the quality of life of menopausal women. The sampling technique used in this research is saturated sampling technique. Research subjects used in this study are menopausal women who work and who do not work who live in the subdistrict sempakata subdistrict medan selayang padang month amounting to 80 people with characteristics of age above 60 years. Data were obtained from scales to measure quality of life and social support. The calculation is done by the test of analysis condition (assumption test) consisting of normality test and linearity test of relationship. The data analysis used is Product Moment correlation through SPSS 20 for Windows. The result of data analysis shows the correlation coefficient of 0.492 with p of 0.000 (p <0,05). This shows there is a positive relationship between quality of life and social support. The results of this study indicate that the contribution of the quality of life variable to social support is 24.2 percent of the quality of life affecting social support and the remaining 75.8 percent is influenced by other factors such as social skills, self-esteem, social structure, family size and social status economy. From the results of this study can be concluded that the hypothesis of research there is a positive relationship between quality of life with social support is acceptable.

Keywords: *Quality Life, Social Support, Menopausal Women*

How to Cite: Siregar N. *(*2018). Kualitas hidup pada wanita menpause ditinjau dari dukungan sosial di kelurahan sempakata Padang Bulan Medan, *Jurnal Diversita,* 4 (1): 9-15.

PENDAHULUAN

Manusia sebagai individu menjalani proses tumbuh kembang baik secara biologis, fisik dan psikologis. Perkembangan-perkembangan ini di awali dengan masa bayi, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa sampai pada masa tua, hanya saja masa perkembangannya ini sering kali terjadi hambatan dalam pemuasan suatu kebutuhan, motif, dan keinginan. Proverawati dan Sulistyawati (2010) menjelaskan sebelum terjadinya fase menopause biasanya di dahului dengan fase premenopause, dimana pada fase premenopause ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak ada pembuahan (*anovulatior*).

Sebagian wanita mulai menjalani fase premenopause pada usia 40an dan puncaknya pada usia 50 tahun, setelah itu terjadilah masa menopause dimana pada masa menopause ini wanita sudah tidak mengalami haid lagi. Menopause berasal dari bahasa yunani, yang berarti 'bulan', yang secara linguistic lebih tepat disebut "*menocease*" yang mengandung arti berhentinya masa menstruasi. Menopause biasanya terjadi sebagai akibat dari penuaan alami, tetapi bisa juga mulai prematur jika ovarium mulai berhenti. Pada hakikatnya mengalami menopause adalah hal yang wajar di alami setiap wanita.

Purwantyastuti (dalam Gelbina, 2008) mengatakan bahwa menopause dapat menimbulkan produksi estrogen, hormon progesterone dan hormon seks lainnya menurun, keadaan ini menyebabkan keringat dimalam hari, kekeringan vagina, penurunan daya ingat, kurang tidur, dan timbul rasa cemas. Ada beberapa masalah yang biasanya muncul pada wanita menopause antara lain: rasa panas (***hot flush***), keringat malam hari, produktifitas menurun, merasa tidak ada daya tarik lagi dimata pasangan, merupakan akhir hasrat seksual normal, tidak bergairah terhadap seks, dan tidak akan mencapai kepuasaan seksual (Mulyani, 2007).

Mulyani (2007) mengatakan pada saat menopause, wanita harus menyesuaikan kembali kehidupannya dari kehidupan yang secara fisiologis dirangsang oleh produksi estrogen dan progesterone menjadi kehidupan yang kosong tanpa hormon-hormon tersebut. Hilangnya estrogen sering kali menyebabkan terjadinya perubahan fisiologis yang bermakna pada fungsi tubuh dan disertai perubahan kejiwaan yang di alami wanita saat menopause. Pada wanita yang mendapat informasi yang baik serta mudah menyesuaikan dengan keadaan, perubahan psikologik ini sangat minim dan bahkan tak berarti, hanya saja mengalami periode ketidakstabilan emosional yang singkat.

Kualitas hidup biasanya memiliki arti yang berbeda-beda tergantung dari konteks yang akan dibicarakan dan digunakan. Didalam bidang kesehatan dan aktifitas pencegahan penyakit, Coons dan Kaplan (dalam Sarafino, 1994) mengartikan kualitas hidup sebagai suatu pandangan umum yang terdiri dari beberapa komponen dan dimensi dasar yang berhubungan dengan kesehatan diantaranya keadaan dan fungsi fisik, keadaan psikologis, fungsi sosial dan penyakit serta perawatannya.

Nagler, dkk (dalam Primardi & Hadjan, 2010) mengemukakan bahwa

kualitas hidup yang baik ditemukan pada individu yang dapat menjalankan fungsi dan perannya dalam kehidupan sehari-hari dengan baik sesuai tahap perkembangan. kualitas hidup individu dapat dilihat dari lima hal, yaitu produktifitas kerja, dukungan sosial, intelektual, stabilitas emosi, perannya dalam kehidupan sosial, serta ditunjukkan dengan adanya kepuasaan hidup yang baik dari segi materi maupun non materi. Pencapain kualiatas hidup yang baik tidaklah mudah dan seringkali ada berbagai macam hal yang dapat menghalanginya, salah satunya adalah kurangnya rasa optimisme didalam diri individu.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause salah satunya adalah dengan adanya dukungan sosial. Menurut Noviarini, dkk (2013) apabila dukungan sosial berkurang maka kualitas hidup akan berkurang. Didalam lingkungan yang baik, dukungan sosial lebih efektif. Sumber dukungan sosial yang paling penting adalah dari pasangan, orang tua, dan keluarga.

Menurut Rook dan Dooley (1985) dukungan sosial adalah suatu kenyaman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari individu lain atau kelompok. Dengan adanya dukungan sosial maka individu akan merasa dihargai, dan dicintai. Pendapat lain menurut Gottlieb (dalam Syarifa, dkk, 2011) menyatakan dukungan sosial sebagai informasi verbal, non verbal, saran, dan bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh individu yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya dan yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada subjek

Terdapat beberapa peneliti dan ahli yang telah melakukan penelitian untuk menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi kualitas hidup. Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Primadi dan Hadjan (2010) terhadap 62 pasien epilepsi di Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo Jakarta menunjukkan hasil koefisien kolerasi antara dukungan sosial dengan kualitas hidup. Hasil dari penelitian tersebut diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pasien.

Berdasarkan dari latar belakang yang dipaparkan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Kualitas hidup pada wanita menopause di tinjau dari dukungan sosial di kelurahan sempakata padang bulan medan".

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan baru bagi dunia psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial. Selain itu Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi wanita menopause agar lebih memahami dan mengerti akan kesehatan reproduksi dan kualitas hidup khususnya peran dirinya terhadap orang lain yang ada disekitarnya dan mempunyai sikap yang positif terhadap perubahan yang terjadi baik dari segi fisik, biologis maupun psikologis. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada para suami dan masyarakat, sehingga dampak-dampak negatif yang timbul pada masa menopause dapat di atasi dan membuat kualitas hidup wanita yang mengalami hal tersebut menjadi lebih baik.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita-wanita menopause yang tinggal di Kelurahan Sempakata Kecamatan Medan selayang yang berjumlah 80 wanita menopause yang bekerja maupun yang tidak bekerja. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik sampling jenuh dengan karakteristik wanita menopause yang berusia di atas 60 tahun. Pengumpulan data menggunakan pembagian skala, yaitu skala kualitas hidup dan skala dukungan sosial, skala disusun dalam bentuk pernyataan dengan menggunakan skala Likert. Analisis data menggunakan korelasi *Product Moment* dengan bantuan SPSS 20 *for windows* untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel kualitas hidup dengan variabel dukungan sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ringkasan deskriptif kategorisasi stres kerja subjek penelitian dapat dilihat dalam

Tabel 1. Sebaran Data

Var	Empirik				Hipotetik			
Stres Kerja	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
	70	114	101.38	9.558	44	176	110	22

Berdasarkan tabel di atas variabel stres kerja menunjukkan pH>pE yaitu 110>101.38 sehingga dapat disimpulkan bahwa stress kerja pada subjek penelitian lebih rendah daripada stres kerja pada populasi umumnya.

Tabel 2

		Mean		Std. Deviation	Std. Error Mean
pair 1	pretest	106.46	13	5.410	1.500
	postest	96.31	13	10.242	2.841

Gambaran karakteristik stres kerja sebelum dan sesudah penambahan intensitas pencahayaan dalam ruang kerja dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2 menunjukkan bahwa terjadi penurunan rata-rata(*mean*) yang bermakna setelah dilakukan penambahan intensitas pencahayaan ruang kerja. *Mean* sebelum dilakukan *treatment* adalah sebesar 106.46 (*SD*=5.410) menurun menjadi 96.31 (*SD*=10.242) setelah dilakukan penambahan intensitas pencahayaan ruang kerja.

Paired Samples Correlation menunjukkan besarnya korelasi antara X1 dengan X2 sebesar 0,760 dan memiliki korelasi positif dengan taraf signifikansi 0.003. Jika *Sig* < 0.05, maka Ha diterima dan Ho ditolak. Jika *Sig* > 0.05, maka Ha ditolak dan Ho diterima. *Correlation(r)* jika dikuadratkan menunjukkan sumbangan pencahayaan dalam ruang kerja terhadap stres kerja karyawan. Terlihat bahwa sumbangan pencahayaan dalam ruang kerja terhadap stres kerja karyawan adalah 0.760^2 = 0.58 (58%). 58% penurunan stres kerja dikarenakan pencahayaan ruang kerja sisanya 42 % disebabkan faktor lain.

Tabel 4

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest - postest	10.154	7.069	1.961	5.882	14.426	5.179	12	.000

Tabel 4 menunjukkan dari hasil uji statistik didapat bahwa pencahayaan ruang kerja terhadap stres kerja karyawan Biro Perencanaan dan Kerjasama Universitas Sumatera Utara dengan taraf signifikansi 0.000 ($p \leq 0.05$). Sehingga dapat dinyatakan bahwa pelaksanaan penambahan intensitas pencahayaan ruang kerja efektif terhadap penurunan stres kerja karyawan Biro Perencanaan dan Kerjasama Universitas Sumatera Utara.

Pada analisa penelitian didapat signifikansi 0.000 ($p \leq 0.05$), hal ini menunjukkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Berarti ada pengaruh pencahayaan ruang kerja terhadap stress kerja karyawan Biro Perencanaan dan Kerjasama Universitas Sumatera Utara. Paired Samples Test, menunjukkan t-hitung sebesar 5.179 dengan tingkat Sig (2-tailed)=0.000 pada df=N-1=13-1=12 dengan nilai t-tabel= 2.179. keputusan: t-hitung>t-tabel atau [5.179>2.179] maka Ho ditolak dan Ha diterima artinya ada pengaruh pencahayaan ruang kerja terhadap stres kerja karyawan Biro Perencanaan dan Kerjasama Universitas Sumatera Utara.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang menunjukkan ada hubungan kualitas hidup dengan dukungan sosial pada wanita menopause di kelurahan sempakata kecamatan medan selayang. Hasil lengkap kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut: (a) Ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada wanita menopause di kelurahan sempakata Medan dengan korelasi *Product Moment* (r) sebesar 0,492 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan, maka kualitas hidup akan semakin tinggi, dan sebaliknya jika semakin rendah dukungan sosial yang diberikan, maka kualitas hidup akan semakin rendah. (b) Mean dari kualitas hidup pada subjek penelitian wanita-wanita menopause di kelurahan sempakata secara keseluruhan menunjukkan bahwa kualitas hidup subjek penelitian lebih rendah daripada populasi pada umumnya. Hal ini dapat dilihat dari nilai mean empirik sebesar 76,70 lebih rendah dari mean hipotetik yaitu 77,5. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa keseluruhan subjek yaitu 80 wanita menopause atau 100 persen memiliki kualitas hidup sedang dan tidak ada subjek yang memiliki kualitas hidup yang tinggi. (c) Mean dari kualitas hidup pada subjek penelitian pada wanita-wanita menopause di kelurahan sempakata secara keseluruhan menunjukkan bahwa dukungan sosial subjek penelitian lebih

besar daripada populasi pada umumnya. Hal ini dapat dilihat dari nilai mean empirik sebesar 86,43 lebih besar dari mean hipotetik yaitu 105. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa keseluruhan subjek yaitu 80 wanita menopause atau 100 persen yang memiliki dukungan sosial yang sedang. (d) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel dukungan sosial terhadap kualitas hidup adalah sebesar 24,2 persen, selebihnya 75,8 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti seperti keterampilan sosial, harga diri, kedudukan struktur sosial, ukuran keluarga, dan status sosial ekonomi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka disarankan kepada Kepada keluarga wanita menopause, untuk dapat meningkatkan dukungan sosial kepada wanita menopause selama dalam masa perobatannya sehingga wanita menopause memiliki kondisi kualitas hidup yang lebih baik. Kepada wanita menopause, disarankan untuk lebih maksimal dalam memanfaatkan dukungan sosial yang diterima dari keluarga sehingga kualitas hidupnya dapat lebih dimaksimalkan. Dan kepada peneliti lain, disarankan untuki melakukan penelitian sejenis dengan skala penelitian yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

Broman, C. L. (1993). *Social relationship and health-related behavior*. New York: Behavioral Publications.

Carr. (2001). Quality of life; its definition and measurement, *Research in Development Disabilities*.

Chalman, K. C. (1994). *Quality Of Life In cancer patients a hypothesis*. Florida: Academic Pres Inc.

Funch, D. P.,Marshall, J. R.,& Gebhardt, G.P. (1986). Assessment of a short scale to measure social support. *Social Science & Medicine.* Vol.5 No.1. New York: Oxford University Press. Diakses tanggal 4 Februari 2015 dari: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10388169

Fridari, D.A & Diatmi, K. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Orang HIV dan AIDS Di Yayasan Spirit Paramacitta. *Jurnal Psikologi*. Vol.1 No.2. Bali: Fakultas Psikologi Universitas Kedokteran. Diakses tanggal 25 Januari 2015 dari: http://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/8549

Gelbina. (2008). *Menopause.* dari *(http://luluvikar.wardpress.com)* diakses pada tanggal 27 Oktober 2008

Hou, Nan, Michelle, A, & George J, (2004). Relationship Of Age And Sex To Health-Related Quality Of Life In Patients With Heart Failure. *American Journal of Cristal Care*. Vol.13 No.2. Indianapolis: Indiana University. Diakses tanggal 25 Januari 2015 dari: http://ajcc.aacnjournals.org/content/13/2/153.full.

Lawton, M. P. (1983). *Evironment and Other Determinants Of Well-Being In Older People*. Cambridge: Polity Press.

Lewis, Julie A. Lewis, Sharon L. Manne, Katherine N. DuHamel, Suzanne M. Johnson Vickburg, Dana H. Bovbjerg, Violante Currie, Gary Winkel, & William H. Redd. (2001). Social Support, Intrusive, Thoughts, and Quality Of Life in Breast Cancer Survivors. Journal of Behavioral Medicine. Vol.24 No.3. New York: American New York Cancer. Diakses tanggal 13 Desember 2014 dari: http://link.springer.com/article/10.1023%2FA%3A1010714722844

Mulyani, S. N. (2007). Menopause Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan. *Yogyakarta: Nuha Medika.*

Nurhasanah, Haripurnomo, K, & Carla, M. (2009). Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup Pada Masyarakat Daerah Bencana Pasca Gempa Bumi Di Kabupaten Sleman 2008. Jurnal Kedokteraan *Vol. 25 No.01. Yogjakarta: Universitas Kedokteraan Gadjah Mada. Diakses tanggal 5 Maret 2015 dari:http://www.e-jurnal.com/2014/10/hubungan-tingkat-depresi-dengan.html.*

Noviarini A. N., Dewi P, M., & Prabowo, H. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pada Pecandu Narkoba Yang Sedang Menjalani Rehabilitas. Jurnal Psikologi. *Vol.5 No.2. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. Diakses tanggal 24 Oktober 2014 dari: http://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/pesat/article/view/957.*

Pangkahila, W. (2005). Disfungsi Seksual Wanita**.** *Denpasar: Erlangga.*

Primardi, A & Hadjan, R. N. M. (2010). Optimisme, Harapan, Dukungan Sosial Keluarga, Dan Kualitas Hidup Orang Dengan Epilepsi. Jurnal Psikologi. *Vol.3 No.2. Yogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Diakses tanggal 10 Januari 2015 dari: http://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/228*

Priyatno, D. (2010). Belajar Cepat Olah Data Statistik dengan SPSS. *Yogyakarta: CV.Andi Offset.*

Proverawati, A, & Sulistyawati, E. (2010). Menopause Dan Sindrome Premenopause. *Yogjakarta.*

Rook & Dooley. (1985). Dukungan sosial. *Diakses tanggal 14 Februari 2015 dari: http://www.e-psikologi.com/artikel/lanjut-usia/dukungan-sosial-pada-wanita* menopause

Sarafino, E. P. (1994). Healthy Psycology. *New York: John Wiley n Sons.*

Smet, B. (1994). Psikologi Kesehatan. *Jakarta: PT. Grasindo.*

Syarifa, dkk. (2011). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Komitmen Terhadap Tugas Pada Siswa Akselerasi Tingkat SMA. Insan jurnal Psikologi. *Vol.13 No.01. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah. Diakses tanggal 22 November 2014 dari: http://journal.unair.ac.id/filerPDF/artikel%201-13-1.pdf*

Tamara, E, Bayhakki, & Nauli A, F. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Jurnal Keperawatan *Vol.1 No.2. Riau: Ilmu Keperawatan. Diakses tanggal 20 Januari 2015 dari: http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/3433.*

Whatley, C.K., Dilori & Yeage, K. (2010). Examining The Relationship of Depressive Symptoms, Stigma, Social Support and Regimen Specifik Support on Quality Of Life In Adult Patients With Epilepsy. Health Education Research *Vol.25 No.4. USA : University Press. Diakses tanggal 5 Desember 2014 dari: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20167608*