

PERBEDAAN TINGKAT DEPRESI MASA MENOPAUSE ANTARA IBU BEKERJA DAN IBU TIDAK BEKERJA DI RT 13-15 DESA TAMBAK BAYAAN YOGYAKARTA

Murgi Handari¹, Agnes Erida Wijayanti^{1,2}

^{1,2}STIKES Wira Husada Yogyakarta

email: murgih@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Menopause adalah perubahan fisiologi yang paling signifikan pada wanita usia dewasa madya yaitu usia antara 40-65 tahun. Menopause merupakan fase dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berhentinya masa subur secara permanen. Salah satu tanda gejala yang ditimbulkan pada wanita adalah kejadian depresi. Tujuan: Mengetahui adakah perbedaan tingkat depresi masa menopause antara ibu bekerja dan ibu tidak bekerja di RT 13 -15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta. Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif *non eksperimen* deskriptif komparatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel 50 orang. Pengambilan sampel menggunakan *teknik purposive sampling*. Hasil: Tingkat depresi masa menopause termasuk dalam kategori ringan dengan ibu bekerja sebanyak 14 orang (28%) dan ibu tidak bekerja sebanyak 9 orang (18%), dengan nilai signifikansi $0,119 > 0,05$. Kesimpulan: Tidak terdapat perbedaan tingkat depresi masa menopause antara ibu bekerja dan ibu tidak bekerja di RT 13-15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta.

Kata Kunci : Menopause, Depresi, Ibu Bekerja, Ibu Rumah Tangga

ABSTRACT

Background: Menopause is a significant physiology change for woman who has reach age of 40 – 65. Menopause is a phase in a woman life cycle which begins when woman stops menstruating permanently. One of the symptoms is that woman experiencing menopause becomes depressed. Objective: To find out the difference of depression phase during menopause between employed and unemployed wife in RT 13 – 15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta. Methods: This research uses comparative descriptive non experimental quantitative with cross sectional approach. Total sample is 50 people. Sampling uses purposive sampling technique. Result: The depression phase during menopause of 14 employed women (28%) belongs to minor category, while 9 unemployed women (18%) are categorized as major, with significant $0,119 > 0,05$. Conclusion Research result shows that there is no difference of depression level during menopause between employed and unemployed wife in RT13 – 15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta.

Keywords: Menopause, Depression, Employed wife, Housewife.

PENDAHULUAN

Menopause merupakan peristiwa alamiah yang pasti akan dialami setiap wanita dan tidak dapat dihindari. Namun bagi sebagian wanita, menopause dianggap sebagai sesuatu yang menakutkan. Kekhawatiran ini mungkin berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat, tidak bugar, dan tidak cantik lagi. Munculnya kekhawatiran yang berlebihan itu menyebabkan wanita sulit menjalani masa ini. Datangnya menopause juga merupakan pertanda terjadinya masa transisi yang biasanya diiringi dengan perubahan fisik dan psikologis (Jones, 2007 cit Daulay dan Siregar, 2013).

Tahun 2003 jumlah wanita di dunia yang memasuki masa menopause mencapai 1,2 milyar orang, data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dengan proyeksi penduduk pada tahun 2003 bahwa 5.320.000 wanita Indonesia memasuki masa menopause setiap tahunnya, 68 % menderita gejala *Klimakterium* dan hanya 62 % dari penderita yang menghiraukannya gejala tersebut, sementara setiap tahunnya sekitar 25 juta wanita di seluruh dunia diperkirakan mengalami menopause. Jumlah wanita usia 50 tahun ke atas diperkirakan meningkat dari 500 juta pada

saat ini menjadi lebih dari 1 milyar pada tahun 2030 (Mulyani, 2013).

Depresi dan stres merupakan beberapa dari gejala yang biasa dialami. Depresi dan stres menjadi mitos umum untuk wanita yang memasuki usia paruh baya sehingga mereka menganggap depresi merupakan hal yang normal untuk wanita seusia mereka. Depresi berat tidak boleh dilihat sebagai suatu kejadian yang biasa, dan wanita yang menderita depresi pada masa tertentu dalam kehidupannya seharusnya menerima perhatian yang sama dengan penyakit lainnya. Ada masa transisi yang dikenal dengan perimenopause saat wanita menjadi lebih mudah mengalami depresi. Masa ini adalah masa saat periode menstruasi perlahan-lahan mulai berkurang dan menjadi jarang (*The Society of Obstetricians and Gynaecologists of Canada, 2006; Kahn DA et al., 2001 cit Saputra, 2011*).

Wanita menopause bukan pekerja atau sebagai ibu rumah tangga akan memiliki kepuasan tersendiri karena dapat mengantarkan anak-anaknya menjadi dewasa sampai berkeluarga. Akan tetapi, sebagai ibu rumah tangga wanita menopause bukan pekerja dapat mengalami stres yang bersumber dari

keluarga, sebab keluarga dapat menjadi sumber stres karena peristiwa-peristiwa yang berkaitan dengan para anggota keluarga (*Turkington, 2001 cit Simanjuntak dan Erniyati, 2007*).

Wanita menopause pekerja memiliki peran ganda sebagai seorang istri, ibu rumah tangga, menjalankan tugas reproduksi, anggota masyarakat, dan sekaligus pencari nafkah, dalam menjalankan peran tersebut sering mengalami stres (*Turkington, 2001 cit Simanjuntak dan Erniyati, 2007*). Sebagai pencari nafkah, wanita menopause pekerja sering mengalami stres yang bersumber dari lingkungan kerja. Stres tersebut dapat terjadi karena beberapa alasan antara lain, tuntutan kerja, tanggung jawab kerja, lingkungan fisik kerja, hubungan antar manusia yang buruk, kurang pengetahuan dan peningkatan jenjang karir serta rasa kurang aman dalam kerja (*Turkington, 2001 cit Simanjuntak dan Erniyati, 2007*).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28-30 Desember 2014 di RT 13-15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta, didapatkan bahwa dari 13 ibu-ibu menopause yang diwawancarai, 8 ibu menopause yang tidak bekerja dan 5 ibu menopause yang bekerja. Ibu menopause yang tidak bekerja mengatakan bahwa

mereka merasa sedih dan stress karena penuaan dan perubahan pada tubuh seperti, berat badan meningkat dan kulit semakin keriput. Sedangkan ibu menopause yang bekerja mengatakan bahwa, mereka merasa kurang percaya diri dan stres dengan keadaan mereka yang sudah memasuki menopause, karena mereka sering mengalami mudah lelah, gangguan mood, dan konsentrasi menurun. belum dilakukan secara adekuat karena alasan keamanan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif *non eksperimen* deskriptif komparatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel 50 orang. Pengambilan sampel menggunakan *teknik purposive sampling*

Kuesioner dari *Beck Depression Inventory* (BDI) sebagai alat pengumpulan data. *Beck Depression Inventory* (BDI) ini memiliki 21 item yang meliputi kesedihan, berkecil hati, perasaan gagal, ketidakpuasaan, perasaan bersalah, dugaan merasa dihukum, kecewa atau benci pada diri sendiri, menyalahkan diri sendiri, pikiran untuk bunuh diri, menangis,

kepekaan, kurang berminat atau menarik diri terhadap orang lain, kesulitan mengambil keputusan, penampilan terhadap tubuh, kemampuan kerja, kesulitan tidur, kelelahan, kurang nafsu makan, penurunan berat badan, kecemasan fisik, kehilangan gairah seks.

Uji kesahihan dengan menggunakan rumus *product moment* dengan taraf 0,5% (5%) dari 21 pernyataan tentang tingkat depresi masa menopause menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory* (BDI) didapatkan hasil r hitung pada item pernyataan adalah :0,387-0,946. Nilai normal r tabel dengan $N=30$, taraf signifikan 5% dari 21 pernyataan : 0,361. Jadi nilai r hitung dibanding dengan r tabel, sehingga pernyataan semua item dikatakan sah karena nilai r hitung $>$ r tabel. Hasil perhitungan uji keandalan kuesioner *Beck Depression Inventory* (BDI) pada ibu-ibu menopause, menggunakan sistem komputerisasi didapatkan nilai *Alpha Cronbach* adalah 0,961 sehingga kuesioner dinyatakan handal karena nilai *Alpha Cronbach* lebih dari 0,60

HASIL

a. Karakteristik Responden

Penelitian ini menerapkan prinsip etika *Beneficence*, *Respect for Human Dignity*, dan *Justice*. Penelitian ini pada awalnya peneliti melakukan uji etik dari komite etik STIKES Wira Husada Yogyakarta, kemudian peneliti menjelaskan prosedur penelitian, manfaat dan akibat kepada responden terlebih dahulu kemudian memberikan kebebasan kepada calon responden terkait keputusan keterlibatannya dalam kegiatan penelitian. Peneliti juga menjaga kerahasiaan responden baik dalam proses pengambilan data, pengolahan data serta analisis data. Kerahasiaan responden dilakukan dengan cara tidak mencatumkan nama responden, akan tetapi hanya menggunakan kode responden.

Penelitian ini menggunakan teknik analisa *univariate* yang dilakukan terhadap satu variabel. Analisis data menggunakan teknik analisa kuantitatif yang digunakan untuk mengolah data yang berbentuk angka.

Tabel 1

Distribusi Karakteristik Responden

No	Variabel	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1.	Umur		
	45-50	7	14,0
	51-55	18	36,0
	56-60	16	32,0
	61-65	9	18,0
	Total	50	100,0
2.	Pendidikan		
	Pendidikan Dasar	26	52,0
	Pendidikan Menengah	13	26,0
	Pendidikan Tinggi	11	22,0
	Total	50	100,0
3.	Pekerjaan		
	PNS	10	20,0
	Buruh	6	12,0
	Swasta	5	10,0
	Wiraswasta	3	6,0
	Petani	4	8,0
	Tidak Bekerja	22	44,0
	Total	50	100,0
4.	Lama berhenti haid		
	3-4 tahun	38	76,0
	4,1-5 tahun	12	24,0
	total		100,0

Sumber :Data primer yang diolah, 2015

b. Tingkat Depresi Masa Menopause pada Ibu Bekerja

Tabel 2

Distribusi Tingkat Depresi Masa Menopause pada Ibu Bekerja

Ibu Menopause Bekerja		
Tingkat Depresi	Frekuensi	persentase(%)
Tidak Mengalami	6	12,0
Depresi Ringan	14	28,0
Depresi Sedang	7	14,0
Depresi Berat	1	2,0
Total	28	56,0

Sumber :Data primer yang diolah, 2015

- c. Tingkat Depresi Masa Menopause pada Ibu tidak Bekerja

Tabel 3

Distribusi Tingkat Depresi Masa Menopause pada Ibu tidak Bekerja

Ibu Menopause tidak Bekerja		
Tingkat Depresi	frekuensi	Persentase (%)
Tidak Mengalami	3	6,0
Depresi Ringan	9	18,0
Depresi Sedang	6	12,0
Depresi Berat	4	8,0
Total	22	46,0

Sumber :Data primer yang diolah, 2015

- d. Perbedaan tingkat depresi masa menopause antara ibu bekerja dan ibu tidak Bekerja

Tabel 4

Perbedaan Tingkat Depresi Masa Menopause antara Ibu Bekerja dan Ibu

	F	Sig	Uji-t	Df	Sig.(2tailed)
Equal Variances Assumed	2,762	0,103	-1.588	48	0.119
Equal Variances Not Assumed			-1.550	40.157	0.129

Sumber : Data Primer 2015

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian diketahui mayoritas umur ibu menopause adalah 51-55 tahun yaitu sebanyak 36% atau 18 orang. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Pakasi (2000), dalam Thity (2013), masa menopause, yaitu suatu masa yang dimulai pada akhir masa reproduksi dan berakhir pada masa senium (lanjut usia), yaitu pada usia 40-65 tahun. Pada usia tersebut seseorang harusnya telah memiliki kematangan dalam berfikir terhadap dampak dari menopause. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir. Dari segi kepercayaan

masyarakat seseorang yang lebih dewasa lebih dipercaya dari yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwa (*Hurlock* dalam Dwi dan Rahayu, 2013).

Berdasarkan pendidikan terakhir ibu menopause di RT 13-15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta adalah pendidikan rendah sebanyak 26 orang atau 52%. Diungkapkan oleh *Broewer* (1983), bahwa seseorang dengan pendidikan tinggi akan lebih mampu mengatasi dan menggunakan *koping* yang efektif dan konstruktif daripada seseorang dengan pendidikan rendah (*Nursalam*, 2008). Teori tersebut berlawanan dengan hasil penelitian ini

yaitu mayoritas pendidikan terakhir responden adalah tidak bersekolah. Walaupun tingkat pendidikan rendah, responden dalam mengatasi dan menggunakan *koping* cukup baik karena dari usia responden adalah usia dewasa menengah, pada usia tersebut seseorang telah memiliki kematangan dalam berfikir.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian, mayoritas pekerjaan ibu menopause di RT 13-15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta adalah tidak bekerja sebanyak 22 orang atau 44%. Menurut Nursalam (2008), pekerjaan adalah aktivitas utama yang dilakukan oleh manusia untuk dapat menghasilkan uang agar dapat memenuhi kebutuhan dasar manusia sehari-hari.

Mayoritas ibu menopause di Rt. 13 – 15 desa Tambak Bayan Yogyakarta yang tidak bekerja terjadi karena tingkat pendidikan responden mayoritas tidak bersekolah dan pemikiran seorang istri adalah wajib untuk mengurus rumah tangga dan suami berkewajiban untuk mencari nafkah, menyebabkan ibu memilih untuk tidak bekerja.

Mayoritas lama berhenti haid untuk responden adalah selama 3-4 tahun sebanyak 38 orang atau 76%. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut Atikah (2003), dalam Nurdono (2013), yang menyebutkan fase menopause adalah

fase dimana wanita akan mengalami terhentinya menstruasi. Perubahan dan keluhan psikologis dan fisik semakin menonjol. Berlangsung sekitar 3-4 tahun. Masa menopause, yaitu suatu masa yang dimulai pada akhir masa reproduksi dan berakhir pada masa senium (lanjut usia), yaitu pada usia 40-65 tahun (Pakasi, 2000 dalam Thity, 2013).

Hasil penelitian pada Tabel 2, didapatkan bahwa sebagian besar tingkat depresi masa menopause pada ibu bekerja mengalami tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 14 orang (28%). Menurut teori Berger (1999) dalam Dauley dan Siregar (2013) mengungkapkan bahwa ketidakpuasan peran dikarenakan peran ganda ataupun ketidakmampuan untuk memenuhi peran utamanya inilah yang dapat menjadi konflik dan menimbulkan berbagai tekanan yang akan menyulitkan wanita menopause saat bekerja. Namun, tidak bisa dipungkiri bahwa dengan bekerja, wanita juga mendapat dukungan sosial dari rekan kerjanya. wanita yang bekerja dapat membentuk jaringan sosial yang mendukungnya dan bisa berbagi seputar masalah yang dihadapi salah satunya menopause. Orang-orang dalam lingkungan kerja seringkali juga memberikan berbagai informasi yang dapat membantu wanita memandang menopause dengan lebih positif

dibandingkan dengan wanita yang jauh dari dunia kerja dan semua waktunya dihabiskan hanya untuk menjadi istri dan ibu rumah tangga saja.

Berdasarkan tabel 3, didapatkan bahwa tingkat depresi masa menopause pada ibu tidak bekerja dalam kategori ringan yaitu sebanyak 9 orang (18%). Menurut Kuntjoro, (2002) dalam Simanjuntak dan Erniyati, (2007), wanita menopause bukan pekerja atau sebagai ibu rumah tangga akan memiliki kepuasan tersendiri karena dapat mengantarkan anak-anaknya menjadi dewasa sampai berkeluarga.

Berdasarkan tabel 4, nilai uji-t hitung adalah 1-5,88 pada df 48. Df pada uji-t, $N-2$ yaitu $50-2=48$ dengan taraf 5% yaitu 0,279. Nilai t hitung $< t$ tabel maka tidak ada perbedaan bermakna pada tingkat depresi masa menopause antara ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. Pada kolom sig (2-tailed) nilai yang didapat adalah 0.119 dimana $> 0,05$, maka tidak ada perbedaan antara ibu bekerja dan ibu tidak bekerja di RT 13-15 Desa Tambak Bayan Yogyakarta.

Hasil penelitian didapatkan bahwa kebanyakan ibu-ibu menopause baik yang bekerja maupun tidak bekerja mengalami tingkat depresi ringan. Hal ini dimungkinkan karena adanya organisasi PKK dan kader-kader kesehatan yang mendapat pelatihan dari Puskesmas untuk

memberikan informasi kesehatan serta menjadi sambungan tangan dari Puskesmas untuk memberikan informasi tentang kesehatan kepada warga Dusun Tambak Bayan. Begitu juga sikap dan persepsi mereka terhadap menopause sangat dipengaruhi oleh usia yang cukup matang yaitu dewasa menengah walaupun tingkat pendidikan yang rendah ini tidak berpengaruh terhadap tingkat depresi masa menopause, artinya mereka menganggap menopause sebagai peristiwa yang normal dan semua wanita pasti mengalaminya.

SARAN

1. Masyarakat Tambak Bayan Yogyakarta:
 - a. Aktif mencari informasi untuk menambah wawasan, sehingga dapat mempersiapkan diri untuk menghadapi masa menopause.
 - b. Aktif mengikuti kegiatan yang ada di kampung agar terjalin silaturahmi antar ibu-ibu untuk saling bertukar pengalaman, agar meminimalkan depresi masa menopause.
2. Peneliti selanjutnya
 - a. Mengembangkan penelitian yang sejenis dengan menambah variable yang mempengaruhi depresi masa menopause, contohnya

pengetahuan, dukungan, dan lain-lain

- b. Mengembangkan metode penelitian, misal dengan metode kualitatif, sehingga akan didapatkan informasi yang lebih mendalam dari responden.

DAFTAR PUSTAKA

Dauley, D.A. dan Siregar, Z.S. (2013). *Perbedaan Psychological WellBeing antara Wanita Menopause yang Bekerja dan tidak Bekerja*. <http://jurnal.usu.ac.id>. diakses tanggal 10 Oktober 2014. Pukul 02:58 WIB.

Mulyani, S.N. (2013). *Menopause Akhir Siklus Menstruasi pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta. Nuhu Medika.

Nurdono, D.A. (2013). *Gambaran Sikap Ibu terhadap Masa Premenopause pada Ibu-Ibu*. www.ejournal.umm.ac.id/index. Diakses tanggal 22 Januari 2015. Pukul 20:05 WIB.

Saputra, M. (2011). *Depresi pada Wanita Menopause dan Hubungannya dengan Kualitas Hidup*. Diakses pada tanggal 18 Oktober 2014. Pukul

22:16 WIB dari Tesis Dokter FK UA; Padang.

Simanjuntak, R. dan Erniyati. (2007). *Psikologi Wanita Menopause Pekerja dan bukan Pekerja*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/>. Diakses tanggal 18 Desember 2014. Pukul 21:07 WIB.

Thity midwife. (2013). *Klimakterum dan Menopause*. [Online]. <http://midwifethity.blogspot.com/>. Diakses tanggal 04 Juli 2015. Pukul 15:01 WIB.