

Setyowati, R., Soenarto, T., & Karini, S. (2019). Perbedaan Depresi Antara Wanita Menopause Yang Masih Bersuami Dan Janda Di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta. *Indigenus: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2). 92-97. doi: <https://doi.org/10.23917/indigenus.v3i2.6584>

Perbedaan Depresi antara Wanita Menopause yang Masih Bersuami dan Janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta

Rini Setyowati^{1,a}, Tara Kartika Soenarto^{1,b}, Suci Murti Karini^{1,c}

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret¹

rini.setyowati87@gmail.com^a, tarakartika95@gmail.com^b, sucimurtikarini@gmail.com

Abstraksi. Menopause merupakan fase krisis bagi wanita. Di fase ini, gangguan depresi bisa menyerang wanita menopause. Perbedaan status perkawinan menjadi salah satu faktor penting dalam menyikapi depresi tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan depresi antara wanita menopause yang bersuami dan janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta. Populasi penelitian ini adalah wanita yang mengalami menopause alami minimal 1 tahun, tinggal di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta dan berusia 50-65 tahun baik yang masih bersuami maupun yang janda. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Sampel yang digunakan berjumlah 60 orang yang terdiri dari 30 wanita menopause yang bersuami dan 30 wanita menopause yang janda. Pengumpulan data menggunakan skala adaptasi dari BDI-II ($r=0,874$), dan data diri responden, dan data diri responden. Hasil analisis data menggunakan uji independent sample t-test menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan depresi yang signifikan antara wanita menopause yang bersuami dan janda (t hitung = $0,388 < t$ tabel = $2,002$, $p > 0,05$). Hasil yang tidak signifikan ini diakibatkan adanya kovariat lain yang memengaruhi variabel depresi, seperti pendidikan dan jumlah tanggungan anak. Simpulan penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan depresi yang signifikan antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta.

Kata kunci: Depresi, Menopause, Janda, Bersuami

Abstract. Menopause is a crisis phase for women. In this phase, depressive disorders can strike women menopause. The difference in marital status is an important factor in responding the depression. The purpose of this study is to determine whether there are differences depression between married and widowed menopausal women in the Banyuanyar Village, Surakarta. The study population was women who experienced natural menopause for at least 1 year, living in the Banyuanyar Village, Surakarta and aged 50-65 years, both still married and the widow. The sampling technique uses purposive sampling. The sample used totaling 60 people consisting of 30 married menopausal women and 30 menopausal women the widow. Data collection using the adaptation scale BDI-II ($r = 0.874$), and respondent's personal data. The results of data analysis using the independent sample t-test showed that there were none significant depression difference between married and widowed menopausal women (t count = $0.388 < t$ table = 2.002 , $p > 0.05$). This insignificant result was due to another covariate which affects depression variables, such as: education and the number of dependents of a child. Conclusion this study is that there is no significant difference in depression between menopausal women who is still married and widowed in the Banyuanyar Village, Surakarta.

Keywords: Depression, Menopause, Widows, Husband

PENDAHULUAN

Menopause adalah suatu masa pada usia paruh baya yang biasanya berlangsung di akhir empat puluhan atau awal lima puluhan, ketika menstruasi wanita sepenuhnya berakhir (Santrock, 2011). Diagnosis menopause dibuat setelah terdapat *amenorea* sekurang-kurangnya satu tahun (Lubis, 2013). Wanita menopause berdasarkan status perkawinannya dibagi menjadi dua, yaitu wanita menopause yang masih bersuami, dan wanita yang menopause janda.

Wanita yang mengalami menopause alami, bukan karena *histerektomi* yang dinyatakan menikah secara sah oleh hukum dan agama yang telah memenuhi syarat-syarat perkawinan berdasarkan undang-undang yang berlaku dan dibuktikan dengan adanya buku nikah yang dikeluarkan oleh pemerintah Indonesia. Wanita yang mengalami menopause alami, bukan karena *histerektomi* yang sebelumnya telah menikah namun karena telah bercerai baik karena perceraian hidup maupun meninggalnya pasangan menjadi tidak memiliki suami.

Pada fase menopause, terdapat gangguan yang dapat dialami oleh wanita menopause, yaitu depresi. Aaron T. Beck (2009) mendefinisikan depresi sebagai gangguan yang ditandai dengan perubahan suasana secara spesifik (perasaan sedih, kesepian, dan apatis), adanya konsep negatif terhadap diri yang diikuti dengan perasaan bersalah, kemunduran keinginan (menarik diri dari lingkungan atau keinginan untuk mati), perubahan vegetatif (sulit tidur, kehilangan libido, dan kehilangan nafsu makan), serta perubahan dalam aktivitas (kemunduran dalam melakukan aktivitas).

Menopause merupakan peristiwa yang sangat pribadi bagi seorang wanita. Oleh karena itu, wanita hanya akan mendiskusikan apa yang dirasakan kepada orang yang sangat intim dengannya (Matlin, 2012). Suami sebagai orang terdekatnya pasti akan menjadi pilar seorang istri untuk dapat mengatasi gejala emosi yang dirasakannya. Maka dari itu, akan ada perbedaan pada wanita menopause berdasarkan status perkawinannya. Berdasarkan status

perkawinannya, wanita menopause terbagi menjadi dua, yaitu wanita menopause yang masih bersuami dan wanita menopause yang janda.

Wanita menopause perlu untuk menjalankan kehidupannya dengan baik. Untuk itu, wanita menopause perlu mewaspadaikan gangguan depresi yang bisa mengancam kehidupannya. Disinilah peran penting suami untuk memberikan dukungan dan kasih sayang untuk bisa menurunkan tingkat depresi pasangannya. Individu yang menikah memiliki gaya hidup yang lebih sehat dan memiliki sedikit masalah depresi (Lestari, 2016). Hal ini terjadi karena mereka memiliki dukungan emosi dari pasangannya yang membuat mereka memiliki tingkat depresi yang lebih rendah dibandingkan dengan yang janda.

Salah satu faktor peristiwa kehidupan yang memengaruhi depresi adalah kematian pasangan (Kusumawardhani, 2010). Wanita menopause yang janda kehilangan dukungan emosional dari suaminya. Hal ini tentu akan berpengaruh pada gejala emosi yang dialaminya. Gejala emosi yang tidak dapat dikendalikan akan berpengaruh pada risiko depresi yang dialaminya. Penelitian longitudinal dari Sikorski dkk., (2014) menemukan bahwa kehilangan pasangan berperan langsung pada perkembangan gangguan depresi yang dialami oleh orang lanjut usia. Bahkan, gangguan depresi berat lebih sering terjadi pada orang yang berpisah dengan pasangannya dibandingkan dengan yang masih memiliki suami (Kusumawardhani, 2010).

Penelitian Afshari, Manochehri, Tadayon, Kianfar dan Haghizade (2015) pada 1.280 wanita menopause berusia antara 40-65 tahun yang dirujuk ke pusat kesehatan Ahvaz, Iran menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi dengan pasangan dengan prevalensi depresi. Interaksi dengan pasangan membuat wanita menopause dapat berbagi pengalaman mengenai apa yang dirasakan dalam dirinya. *Sharing* yang dilakukan akan mempererat ikatan emosional pasangan suami-istri. Hubungan yang baik ini tentunya akan menurunkan tingkat stres yang dialami oleh wanita menopause. Dengan turunnya

tingkat stres tersebut, maka akan turun pula tingkat depresi yang dialami wanita menopause. Hal ini menunjukkan keberadaan pasangan berpengaruh besar terhadap prevalensi depresi.

Wanita menopause perlu mewaspadaai gangguan depresi karena penelitian Ziaghham, dkk. (2015) pada 250 wanita menopause berusia antara 45-70 tahun yang dirujuk ke Pusat Kesehatan Ahvaz, Iran menunjukkan 50,9% wanita mengalami depresi, yaitu 21% mengalami depresi ringan, 28,5% depresi sedang, dan 1,4% depresi berat. Topik mengenai depresi ini perlu menjadi sorotan karena depresi bisa mengarahkan seseorang untuk melakukan bunuh diri. WHO bahkan mencatat hampir satu juta orang meninggal setiap tahun karena bunuh diri. Hal ini berarti ada sebanyak 3000 kasus kematian bunuh diri setiap harinya (WHO, 2012).

Peneliti melakukan wawancara dan observasi prapenelitian pada tanggal 22–25 Juli 2017 terhadap empat wanita menopause, yakni dua wanita menopause yang bersuami dan dua wanita menopause yang janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, wanita menopause merasa cepat lelah, mudah menangis, sulit untuk berkonsentrasi, mengeluhkan penurunan fisik dan mudah lupa akan sesuatu, dan tidak memiliki gairah seksual. Hasil observasi menunjukkan bahwa wanita menopause yang janda terlihat tidak mengikuti kegiatan yang diadakan di sekitar lingkungan setelah kematian pasangannya. Hal ini menunjukkan bahwa wanita menopause mengalami gejala-gejala depresi. Peneliti juga menyebarkan skala adaptasi BDI-II pada tanggal 14–16 Oktober 2017 untuk mengukur tingkat depresi dari empat wanita menopause yang telah peneliti wawancara dan observasi. Hasil dari skala tersebut adalah terdapat dua wanita menopause yang tidak mengalami depresi serta dua wanita mengalami depresi ringan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti bermaksud untuk meneliti perbedaan depresi antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang sudah tidak mengalami menstruasi minimal satu terakhir, wanita yang mengalami menopause alami, tinggal di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta dan berusia 50-65 tahun baik yang masih bersuami maupun yang janda. Kriteria eksklusi dari populasi adalah wanita yang mengalami menopause akibat pengangkatan rahim (*histerektomi*) atau yang bukan karena menopause alami serta wanita yang menjadi janda akibat perceraian serta wanita menopause yang menjadi tidak memiliki suami karena perceraian.

Sampel diambil dari kriteria inklusi populasi dengan kriteria yaitu menopause yang masih bersuami dan wanita menopause yang janda karena meninggalnya pasangan dengan jangka waktu minimal satu tahun. Peneliti menggunakan 94 sampel yang terdiri dari 34 sampel untuk uji coba dan 60 sampel penelitian yang masing-masing terbagi menjadi 30 sampel untuk tiap kelompok.

Pengumpulan data menggunakan alat ukur menggunakan skala adaptasi BDI-II (*Beck Depression Inventory*) oleh Henndy Ginting. Skala ini merupakan skala adaptasi dari skala BDI-II milik Aaron T. Beck. Skala ini terdiri atas 15 aitem. Hasil uji validitas menunjukkan uji daya beda 0,339 hingga 0,788 dan reliabilitas skala 0,874.

Data diri responden penelitian yang disusun oleh peneliti dalam penelitian ini berfungsi sebagai data tambahan untuk mengetahui lebih jauh informasi mengenai wanita menopause tersebut. Data ini juga digunakan untuk memilah responden apakah sesuai dengan kriteria wanita menopause yang telah peneliti tentukan.

Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan uji *independent sample* t-test. Syarat untuk uji *independent sample* t-test dilakukan dengan uji normalitas dan uji homogenitas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji asumsi normalitas dan homogenitas untuk dilakukannya uji *independent sample t-test* terpenuhi. Uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov Smirnov menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,200 dan 0,134 ($p > 0,05$) untuk kelompok wanita menopause yang masih bersuami dan janda. Angka tersebut menunjukkan kedua data kelompok tersebut terdistribusi normal.

Uji homogenitas menggunakan uji *Levene's Test* menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,667 ($p > 0,05$). Angka tersebut menunjukkan data tersebut homogen. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan bahwa, $t_{hitung} = 0,388 < t_{tabel} = 2,002$, $p = 0,700 > 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan depresi secara signifikan antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Bulloch, Williams, Lavorato dan Patten (2017) yang menunjukkan bahwa status perkawinan berhubungan signifikan dengan prevalensi depresi pada wanita. Meskipun begitu, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wang, Booth-LaForce, Tang, Wu, dan Chen (2013) pada 556 wanita menopause di Taiwan, penelitian dari Seib, Anderson, Lee, Humphreys (2013) pada 340 wanita menopause di Australia serta penelitian dari Muharam, Setiawan, Ikhsan, Rizkinya, Supramaja (2017) pada 133 wanita di Indonesia yang menjelaskan bahwa tidak ada perbedaan depresi yang signifikan pada wanita menopause berdasarkan status perkawinan.

Hasil penelitian yang tidak signifikan ini terjadi karena wanita menopause yang janda telah bisa beradaptasi dengan perubahan status yang terjadi dalam hidupnya. Diener yang dikutip oleh Matlin (2012) menyatakan wanita yang mengalami kehilangan pasangan memerlukan waktu dua sampai empat tahun untuk benar-benar beradaptasi dengan perubahan dalam hidupnya sedangkan wanita menopause yang

janda rata-rata telah kehilangan pasangan selama 9 tahun 4 bulan sehingga, wanita menopause yang janda telah bisa beradaptasi dengan stres yang dialami akibat perubahan hidupnya. Usia rata-rata wanita menopause yang mengalami kehilangan pasangan di Kelurahan Banyuanyar adalah 50 tahun 10 bulan. Usia ini sudah termasuk dalam usia madya. Matlin (2012) menyatakan saat usia madya, wanita juga sudah mulai mengenal topik kematian pasangan sehingga wanita menopause yang janda saat tua lebih mudah untuk melakukan *coping stres* dan melanjutkan kehidupannya.

Hal lain yang patut dipertimbangkan adalah adanya kovariat lain yang ikut memengaruhi depresi pada wanita menopause, yaitu pendidikan dan jumlah tanggungan anak. Selain itu, penelitian-penelitian yang signifikan mengenai perbedaan depresi antara wanita menopause yang bersuami dan janda lebih banyak dilakukan di luar negeri sehingga ada kemungkinan perbedaan budaya dan pandangan hidup yang membuat hasil penelitian tersebut belum bisa diterapkan di Indonesia.

Hasil berdasarkan status bekerja

Hasil uji ANACOVA diperoleh nilai F hitung sebesar 0,047 dan karena F hitung $< F_{tabel}$ yaitu $0,047 < 3,16$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor rata-rata depresi wanita menopause berdasarkan status bekerja.

Hasil berdasarkan pendidikan terakhir

Hasil uji ANACOVA diperoleh nilai F hitung sebesar 4,025 dan karena F hitung $> F_{tabel}$ yaitu $4,025 > 3,16$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata depresi wanita menopause berdasarkan pendidikan.

Hasil berdasarkan usia

Hasil analisis tambahan menggunakan uji ANACOVA diperoleh nilai F hitung sebesar 2,005 dan karena F hitung $< F_{tabel}$ yaitu

2,005 < 3,16 maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata depresi antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda berdasarkan usia.

Hasil berdasarkan pendapatan

Hasil uji ANACOVA diperoleh nilai F hitung sebesar 0,710 dan karena F hitung < F tabel yaitu 0,710 < 3,16 maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata depresi antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda berdasarkan pendapatan.

Hasil berdasarkan jumlah anak yang ditanggung

Hasil uji ANACOVA diperoleh nilai F hitung sebesar 3,382 dan karena F hitung > F tabel yaitu 3,382 > 3,16 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata depresi antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda berdasarkan anak yang ditanggung.

Hasil berdasarkan lama menopause

Hasil uji ANACOVA diperoleh nilai F hitung sebesar 1,867 dan karena F hitung < F tabel yaitu 1,867 < 3,16 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat tidak perbedaan yang signifikan skor rata-rata depresi antara wanita menopause yang masih bersuami dan janda berdasarkan lama menopause.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diambil simpulan bahwa tidak terdapat perbedaan depresi yang signifikan antara wanita menopause yang menikah dan janda di Kelurahan Banyuanyar, Surakarta. Hasil yang tidak signifikan ini karena peneliti menemukan kovariat lain seperti pendidikan dan jumlah tanggungan anak yang memengaruhi depresi pada wanita menopause yang bersuami dan janda di Kelurahan Banyuanyar.

Wanita menopause sebaiknya melakukan kegiatan positif untuk menghindari depresi, seperti melakukan olahraga ringan dan melakukan kegiatan keagamaan untuk mengisi kegiatan sehari-hari, serta membekali diri dengan informasi mengenai gejala depresi. Keluarga dan masyarakat disarankan untuk lebih memperhatikan kesejahteraan wanita menopause dan aktif mencari pengetahuan mengenai hal-hal yang terjadi saat fase menopause serta mencari informasi tentang gejala-gejala depresi melalui buku, majalah, dan internet. Selain itu, puskesmas sebaiknya menyediakan psikolog dan memberikan penyuluhan mengenai masalah kesehatan mental, tindakan pencegahan, serta cara mengatasi masalah kesehatan mental terutama yang terkait dengan depresi ke posyandu-posyandu lansia maupun kelompok PKK (Pembinaan Kesejahteraan Keluarga).

DAFTAR PUSTAKA

- Afshari, P., Manochehri, S., Tadayon, M., Kianfar, M., & Haghhighizade, M. (2015). Prevalence of Depression in Postmenopausal Women. *Jundishapur Journal of Chronic Disease Care*, 4(3), 12-17.
- Beck, A. T. (2009). *Depression: Causes and Treatment* (2nd ed.). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Bulloch, A. G. M., Williams, J. V. A., Lavorato, D. H., & Patten, S. B. (2017). The Depression and Marital Status Relationship is Modified by Both Age and Gender. *Journal of Affective Disorders*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2017.06.007>.
- Ginting, H., Näring, G., van der Veld, W. M., Srisayekti, W., & Becker, E. S. (2013). Validating the Beck Depression Inventory-II in Indonesia's General Population and Coronary Heart Disease Patients. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(3), 235-242.
- Kusumawardhani. (2010). *Buku Ajar Psikiatri*. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.

- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Lubis, N. L. (2013). *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologis*. Medan: Kencana Prenada Media Group.
- Matlin, M. W. (2012). *The Psychology of Women* (7th ed.). USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Muharam, R., Setiawan, M. W., Ikhsan, M., Rizkinya, H. E., & Sumapraja, K. (2017). Depression and Its Link to Other Symptoms in Menopausal Transition. *Middle East Fertility Society Journal*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.mefs.2017.08.003>
- Santrock, John W. 2011. *Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana
- Seib, C., Anderson, D., Lee, K., & Humphreys, J. (2013). Predictors of Mental Health in Post-Menopausal Women: Results from the Australian Healthy Aging of Women Study. *Maturitas*, 76, 377– 383.
- Sikorski, C., Luppia, M., Heser, K., Ernst, A., Lange, C., Werle, J., ...Riedel-Heller, S. G. (2014). The Role of Spousal Loss in The Development of Depressive Symptoms in the Elderly: Implications for Diagnostic Systems. *Journal of Affective Disorders*, 161, 97–103.
- Wang, H. L., Booth-LaForce, C., Tang, S.M., Wu, W. R., & Chen, C. H. (2013). Depressive Symptoms in Taiwanese Women During the Peri- and Post Menopause Years: Associations with Demographic, Health, and Psychosocial Characteristics. *Maturitas*, 75, 355-360.
- WHO. (2012). Depression a Global Public Health Concern. Diunduh dari http://www.who.int/mental_health/management/depression/who_paper_depression_wfmh_2012.pdf.
- Ziagham, S., Sayhi, M., Azimi, N., Akbari, M., Dehkordi, N. D., & Bastami, A. (2015). The Relationship Between Menopausal Symptoms, Menopausal Age and Body Mass Index with Depression in Menopausal Women of Ahvaz in 2012. *Jundishapur Journal Chronic Disease Care*, 4(4), 41-4.