

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Psikologi perkembangan mempelajari perubahan dalam perkembangan yang mencakup seluruh rentang kehidupan dari pembuahan hingga akhir masa hidup manusia. Perkembangan berarti serangkaian perubahan progresif yang terjadi sebagai akibat dari proses kematangan dan pengalaman. Hurlock (2003) menjelaskan bahwa pada dasarnya ada dua proses perkembangan yang terjadi serempak selama kehidupan namun memiliki prinsip yang bertentangan, yaitu pertumbuhan (evolusi) dan kemunduran (involusi). Sepanjang masa hidupnya manusia selalu mengalami perubahan, baik perubahan fisik maupun psikologis. Hurlock (2003) menyatakan bahwa pola perubahan tersebut dapat digambarkan dengan kurva yang berbentuk seperti lonceng. Pada awal kehidupan kurva naik secara tiba – tiba, mendatar selama usia pertengahan (madya), dan turun secara perlahan atau mendadak pada usia lanjut.

Hurlock (2003) menyatakan bahwa usia madya, yaitu usia antara 40 sampai 60 tahun merupakan masa yang sangat ditakuti oleh orang Amerika. Ketakutan ini dapat disebabkan oleh beberapa hal. Salah satunya disebabkan karena adanya stereotip yang kurang menyenangkan mengenai usia madya, yaitu adanya kerusakan mental dan fisik yang diduga disertai dengan berhentinya proses reproduksi. Lebih lanjut lagi, Hurlock (2003) menyatakan bahwa usia madya merupakan masa transisi, dimana pria dan wanita meninggalkan ciri – ciri jasmani dan perilaku

masa dewasanya dan memasuki suatu periode baru dimana pria mengalami perubahan keperkasaan dan wanita mengalami perubahan kesuburan.

Perubahan kesuburan wanita yang dimaksud adalah masa menopause. Menopause adalah terhentinya menstruasi pada seorang wanita yang sekaligus merupakan tanda berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi (Suparni & Yuli, 2016). Seorang wanita dapat dikatakan telah mengalami menopause jika tidak lagi mengalami menstruasi selama 12 bulan atau satu tahun. Menopause merupakan sebuah proses yang pasti akan dialami oleh setiap wanita. Masa menopause akan menyebabkan penurunan fungsi seksual akibat menurunnya produksi *hormon estrogen, progesteron, dan hormon ovarium*. Selain penurunan fungsi seksual, menopause juga akan menyebabkan terjadinya perubahan fisik, psikologis, dan emosional pada wanita (Nugroho, 2013; Masliza, et al., 2014)

Menurunnya produksi hormone *estrogen* dan *testosterone* mengakibatkan beberapa penurunan fungsi seksual pada wanita, seperti : *vaginal dryness*, menurunnya libido seks, dan berkurangnya sensasi pada klitoris (Johnson, 2017). Selain itu, berkurangnya produksi hormon *estrogen* juga dapat mengakibatkan penipisan pada dinding vagina dan pembuluh darah kapiler di bawah permukaan kulit terlihat, sehingga, terjadi atrofi pada epitel vagina. Penurunan fungsi seksual lain yang biasa dialami oleh wanita menopause adalah berkurangnya lubrikasi sehingga banyak wanita menopause yang mengalami *dyspareunia* (rasa nyeri saat berhubungan seksual). Beberapa gangguan tersebut membuat wanita

menopause merasa tidak nyaman sehingga cenderung menghindari atau bahkan menolak untuk berhubungan seksual (Constantino & Guaraldi, 2008).

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Novitasari dan Shanti (2018) didapatkan bahwa 5 dari 10 wanita menopause mengaku sering menolak untuk berhubungan seksual dengan suami karena malu dan terjadi penurunan gairah seksual serta merasakan nyeri saat bersenggama. Selain itu, perubahan fisik juga membuat para wanita menopause cemas karena merasa dirinya sudah tidak cantik lagi serta anggapan bahwa berakhirnya kemampuan bereproduksi juga berarti terhentinya nafsu seksual sehingga wanita menopause tidak akan bisa memuaskan suami. Kecemasan ini dikhawatirkan akan memengaruhi hubungan wanita menopause dengan suami. Selain perubahan fisik, terdapat pula perubahan emosional seperti stress dan depresi yang kerap dialami oleh wanita menopause seiring berjalannya waktu juga dapat memengaruhi hasrat seksual sehingga wanita menopause malas berhubungan seksual (Hersh, 2017). Jika wanita menopause mengalami gangguan – gangguan seperti yang sudah disebutkan, maka secara otomatis kepuasan seksual pasangan suami istri akan menurun karena istri tidak lagi dapat menikmati relasi seksual dengan suami. Hal ini sejalan dengan pernyataan Irianto (2010) yang menyatakan bahwa kepuasan suami sudah mulai berkurang karena istri telah mengalami menopause.

Menurunnya kepuasan seksual suami tidak selalu disebabkan karena istri yang telah mengalami menopause. Nanda (2017)

menyatakan bahwa seorang pria ternyata juga dapat mengalami “menopause” seperti halnya yang dialami oleh seorang wanita. Dalam dunia kesehatan, kejadian “menopause” pada pria ini lebih dikenal dengan istilah Andropause atau Defisiensi Testosteron. Namun, andropause yang dialami oleh pria tidak sama dengan menopause yang dialami oleh wanita. Satu hal paling mendasar yang membedakan menopause dengan andropause adalah tidak semua pria akan mengalami andropause, sementara setiap wanita ketika mencapai usia tertentu pasti akan mengalami menopause. Terjadinya menopause pada wanita disebabkan oleh menurunnya hormon estrogen, sedangkan andropause tidak selalu disebabkan oleh menurunnya hormon testosteron.

Andropause pada pria juga tidak serta merta menyebabkan disfungsi seksual sepenuhnya, berbeda dengan wanita yang tidak dapat hamil lagi setelah mengalami menopause. Meskipun demikian, baik andropause maupun menopause, keduanya dapat menyebabkan menurunnya kepuasan seksual pasangan suami istri (Nanda, 2017).

Kepuasan seksual merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan pernikahan pasangan suami istri. Kepuasan seksual sendiri dapat didefinisikan sebagai sebuah evaluasi terhadap dimensi positif maupun negatif dari hubungan seksual (Velten & Margraf, 2017). Berdasarkan hasil survey *Sexual Health and Overall Wellness* yang dilakukan oleh Dean, et al.(2013), didapatkan bahwa kepuasan seksual sangat berpengaruh pada berbagai aspek penting kehidupan, seperti : kesehatan fisik, kehidupan rumah tangga, serta kesejahteraan finansial.

Selain itu, jika seseorang puas dengan relasi seksualnya dengan pasangan maka kehidupan pernikahan menjadi lebih stabil karena melalui hubungan seksual pasangan dapat saling terbuka dan menunjukkan rasa cinta kepada satu sama lain serta merasa saling memiliki. Dalam kehidupan pernikahan, kepuasan seksual dapat menjadi *“make or break factor”* yang dapat memelihara pernikahan atau sebaliknya malah menimbulkan konflik, sehingga dapat dikatakan bahwa kepuasan seksual merupakan salah satu kunci dari pernikahan yang bahagia.

Seperti yang sudah diuraikan diatas banyak wanita menopause yang menghindar atau bahkan menolak ajakan suami untuk berhubungan seksual karena malu dengan perubahan fisik yang dialami serta karena rasa sakit saat bersenggama akibat penurunan fungsi seksual ataupun karena menurunnya gairah seks. Hal ini tentu saja akan sangat berpengaruh tidak hanya pada kepuasan seksual istri yang menopause tapi juga pada kepuasan seksual suami. Jika kepuasan seksual tidak dapat dirasakan oleh kedua pihak secara maka situasi ini lama kelamaan akan menimbulkan konflik yang dapat menghancurkan kehidupan pernikahan pasangan suami istri. Pendapat berbeda diungkapkan oleh Jio (2009) bahwa tidak semua wanita mengalami penurunan gairah seks setelah menopause.

*“Menopause dapat memberikan efek yang berbeda bagi setiap orang. Beberapa wanita akan mengalami penurunan gairah seksual, sedangkan wanita lain yang memiliki pola pikir yang benar justru akan mengalami peningkatan gairah seksual. “Untuk sebagian wanita, ada lonjakan adrenalin yang akan mendorong anda untuk mencoba hal – hal baru, mengubah pola pikir, dan seterusnya menjalani kehidupan di usia 50 dan 60 tahunan dengan semangat dan pola pikir petualang.”*

Jio (2009) menyatakan bahwa tidak menutup kemungkinan untuk wanita yang memiliki pola pikir yang benar dalam menghadapi masa menopause akan memiliki gairah seks yang tinggi sama seperti sebelum mereka mengalami menopause. Marianti (2018) berpendapat bahwa hal ini dapat terjadi karena wanita menopause tidak lagi mengkhawatirkan masalah kehamilan dan juga tanggung jawab untuk membesarkan anak. Wanita menopause menjadi dapat menikmati waktu bersama pasangan dengan lebih santai. Berdasarkan pernyataan Jio (2009) dan Marianti (2018) dapat disimpulkan bahwa tidak semua wanita menopause akan mengalami penurunan gairah seksual.

Hal ini sejalan dengan pernyataan Jones (2015) bahwa penurunan bahkan kehilangan gairah seks pada wanita pasca menopause mungkin saja terjadi, tapi hanya sebagian kecil saja yang mengalami hal tersebut. Lebih lanjut Jones (2015) menjelaskan bahwa Ia banyak mendapati wanita pasca menopause justru mengalami peningkatan gairah seksual yang terkadang dapat membuat pasangan "kewalahan" untuk memenuhi keinginan mereka. Pendapat serupa disampaikan oleh Pizarro dan Brown-James (2016) yang menyatakan bahwa banyak wanita pasca menopause yang memiliki kehidupan seksual yang normal bahkan menjadi lebih aktif dibandingkan kehidupan seksual sebelum mereka mengalami menopause, hal ini kemungkinan besar akan meningkatkan kepuasan seksual pasangan.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan kepada dua pasang suami istri dengan status istri yang belum mengalami menopause, yaitu pasangan C dan I serta pasangan B dan M. Kedua pasangan

tersebut merupakan saudara peneliti sendiri. Wawancara terhadap pasangan C dan I dilakukan pada hari Jumat, 14 Desember 2018 di rumah peneliti yang terletak di Jalan Seroja Selatan 1A, Semarang. Sedangkan, wawancara kepada pasangan B dan M dilakukan pada hari Sabtu, 15 Desember 2018 di rumah Interviewee yang terletak di Jalan Bhayangkara, Gubug, Grobogan.

Berdasarkan wawancara tersebut, didapatkan hasil bahwa kedua pihak, baik pihak suami maupun istri dari kedua pasangan tersebut merasa puas dengan relasi seksual yang mereka miliki tanpa adanya kendala berarti selama berhubungan seksual sepanjang pernikahan kedua pasangan tersebut. Bahkan satu Interviewee dari pihak suami menyatakan bahwa ia selalu mendapatkan kepuasan dalam berhubungan seksual dengan pasangannya. Salah satu pasangan juga menekankan pentingnya komunikasi dalam berhubungan seksual agar masing – masing pihak mengetahui keinginan pasangannya sehingga tercapai kepuasan seksual.

*“.... Bisa tambah merekatkan pernikahan juga sih kalau menurutku.... Saat berhubungan itu kita juga belajar terbuka ke pasangan. Apa yang kita suka, apa yang kita ndak suka. Bisa belajar apa ya.... Lebih mengerti pasangan... dia maunya gimana, ndak cuma ngejar keinginan sendiri tok.”*

*“....Komunikasi kali ya, nik. Penting supaya kita tau pasangan maunya gimana, dia juga tau kita maunya gimana gitu”*

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh Nugraheni (2013) kepada delapan wanita menopause di Dusun Sumogawe, Desa Sumogawe, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang didapatkan hasil

lima dari delapan wanita menopause tidak merasakan adanya perbedaan saat berhubungan seksual dengan suami, hanya saja frekuensi hubungan seksual sudah mulai berkurang karena rasa enggan keenam wanita menopause yang disebabkan karena rasa lelah setelah beraktivitas seharian. Berikut beberapa pernyataan subjek saat ditanya mengenai perbedaan saat berhubungan seksual setelah menopause dan sebelum menopause :

*“Tidak ada, dik, masih nyaman, masih seperti dulu.”*

*“Ya udah ga mbak.Uda mulai berkurang.Udah ga kaya dulu lagi, tapi masih berhubungan mbak.Melakukan hubungan tu kewajiban mbak, tapi juga kebutuhan, kan kadang karena pengen..hehehehe”*

Sedangkan satu wanita menopause mengaku sudah tidak pernah berhubungan seksual dengan suami karena, merasa sudah tidak pantas jika masih berhubungan seksual diusia tua.

*“La ya itu nduk, saya tu uda ga pernah campur sama sekali sejak anakku laki-laki habis sunat, kalo saya karena uda ga ingin punya anak lagi jadi uda ga minat berhubungan, kalo bapak bilang uda ga pantes, anaknya uda besar-besar, tidur berdua aja jarang-jarang nduk.”*

Dari wawancara tersebut didapati juga dua dari delapan wanita menopause mengalami *vaginal dryness* dan *dyspareuniayang* menyebabkan rasa tidak nyaman saat berhubungan seksual. Tapi, kedua wanita ini tidak menjadikan hal tersebut masalah karena suami yang mau mengerti dan tidak mengeluh sama sekali serta memberikan dukungan agar istri tidak berkecil hati menghadapi perubahan tersebut.

*“Kadang, mbak. Kalau pas sakit gitu, kan kayak ga mau nerusin, takutnya suami mikir gimana-gimana, kadang juga mikirnya tu karena kadang sakit jadi mikir apa ga*



*menarik lagi, gitu. Yaa..suami ga ngeluh gimana-gimana, jadi ya, mikir gitu (kurang memuaskan) tu cuma kadang..”*

“Ah, bapak ga pernah ngeluh apa-apa, mbak. Ga pernah terus diomongin, gitu-gitu. Ya, saya juga ngeluh sama bapak, kok akhir-akhir ini mulai agak kering, jadi agak sakit. Tapi bapak bilang ga apa-apa, santai aja. Gitu..”

Kedelapan wanita menopause yang menjadi subjek dalam penelitian Nugraheni juga menyatakan bahwa suami mereka tidak pernah mengeluhkan perubahan yang dialami sang istri saat berhubungan seksual. Jadi, kedelapan subjek menganggap bahwa suami puas dengan hubungan seksual mereka dan semua subjek masih bisa memuaskan suami mereka. Berikut beberapa pernyataan subjek saat ditanya mengenai bagaimana kepuasan seksual suami :

*“Ga ngerasa kurang gimana-gimana sih mbak, jadi ya rasanya masih bisa ngasih kepuasan, masih bisa melayani suami kaya masih muda, kok. Ya kan emang uda mulai enggan, tapi ga jadi masalah, tetep ngasih kepuasan buat suami.”*

*“Ga, mbak. Masih bisa memuaskan, kok. Hihihihhi, Lagian bapak ga ngeluh, mbak, jadi mungkin ya bapak masih puas.”*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Nugraheni (2013), terdapat lima subjek yang tidak merasakan adanya perbedaan saat berhubungan seksual sekarang dibandingkan dengan dulu sebelum menopause terjadi, walaupun mengalami penurunan libido; satu subjek sudah tidak pernah lagi berhubungan seksual sejak mengalami menopause; dan dua subjek mengalami penurunan fungsi seksual berupa *vaginal dryness* dan *dyspareunia* tapi tidak menganggap perubahan tersebut sebagai masalah karena *support* yang diberikan suami.

Sedangkan suami dianggap masih merasakan kepuasan seksual karena tidak ada satupun suami yang menyampaikan keluhan mengenai adanya perubahan seksual istri yang menopause. Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa wanita menopause pun masih bisa merasakan kepuasan seksual sama seperti sebelum mengalami menopause walaupun mereka mengalami penurunan fungsi seksual karena adanya dukungan dan pengertian dari suami.

Dari beberapa pendapat diatas serta hasil wawancara, dapat disimpulkan jika istri tidak mengalami perubahan gairah seksual setelah mengalami menopause dan istri tetap dapat menikmati relasi seksual dengan pasangan, maka suami pun juga akan turut merasakan kepuasan pada relasi seksual mereka. Sama halnya seperti saat istri belum mengalami menopause. Bahkan ada kemungkinan kepuasan seksual tersebut akan meningkat dibandingkan dengan kepuasan seksual yang dirasakan saat pasangan masih muda. Sebaliknya, jika istri mengalami penurunan gairah seksual, maka kepuasan seksual suami juga akan menurun karena istri kurang dapat menikmati relasi seksual mereka.

Berdasarkan latar belakang masalah inilah, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat perbedaan tingkat kepuasan seksual pada suami ditinjau dari status menopause istri.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan kepuasan seksual pada suami ditinjau dari status istri yang sudah mengalami menopause dan yang belum mengalami menopause.

### 1.3 Manfaat Penelitian

#### 1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dibidang psikologi perkembangan khususnya mengenai kepuasan seksual. Penelitian ini juga dapat memberikan pengetahuan mengenai perbedaan tingkat kepuasan seksual pada suami yang istrinya sudah mengalami menopause dan pada suami yang istrinya belum mengalami menopause.

#### 1.3.2 Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Bagi subjek penelitian
  - a. Dapat menjadi sumber informasi mengenai perbedaan kepuasan seksual pada suami yang istrinya sudah mengalami menopause dengan suami yang istrinya belum mengalami menopause.
  - b. Dapat menjadi bahan referensi bagi para wanita baik yang akan memasuki masa menopause ataupun yang sudah mengalami menopause mengenai perubahan fisik maupun psikis yang terjadi pada masa menopause dan pengaruhnya terhadap kepuasan seksual.
  - c. Dapat membantu pasangan suami istri untuk lebih memahami peran kepuasan seksual dalam menjaga keharmonisan pernikahan karena kepuasan seksual dapat menjadi “*make or break factor*” dalam kehidupan pernikahan.