

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

√ Manusia sebagai makhluk hidup selalu mengalami tahap-tahap kehidupan dan perkembangan. Pada setiap manusia, baik pria maupun wanita ada suatu kecenderungan untuk beranggapan bahwa menghadapi masa tua adalah tahap yang cukup menakutkan. Wanita dan pria dibedakan berdasarkan faktor fisiologis atau menurut fungsi jasmaniahnya. Dari perbedaan lahiriah ini tugas dan tanggung jawab yang dipikul oleh wanita demi kelangsungan kehidupannya berbeda dengan pria.

√ Wanita secara kodrati ditugaskan sebagai penerus generasi, mengasuh dan mendidik anak. Perbedaan anatomis dan fisiologis yang mendasar antara pria dan wanita ini menyebabkan perbedaan pola pikir dan penghayatan terhadap kehidupan. Perbedaan ini diperkuat oleh struktur kebudayaan dan pendidikan yang menyebabkan wanita mengembangkan pola pribadi dan bentuk tingkah laku yang berbeda dengan pria. Setiap budaya akan mendefinisikan peran, tugas dan sifat-sifat kepribadian yang cocok untuk wanita yang dapat membuat dirinya diterima (sex roles). Perbedaan kodrati ditambah dengan perbedaan peran jenis kelamin yang

dibentuk oleh masyarakat terhadap wanita inilah yang mendasari perbedaan kondisi psikologis wanita dengan pria.

Loether (1967, h. 40) mengatakan bahwa menjadi tua bukanlah suatu kejadian yang datangnya secara tiba-tiba, tetapi menjadi tua merupakan suatu proses yang dimulai pada saat pengertian menjadi tua itu diyakini dan proses tersebut akan terus berlanjut sepanjang hidup. Di dalam proses menjadi tua tersebut manusia akan mengalami perubahan-perubahan pada segi fisik maupun psikis. Perubahan-perubahan tersebut dapat menjadi faktor yang melatar belakangi timbulnya masalah ketika manusia menjelang tua.

Manusia dikatakan tua apabila ia sudah berusia lebih dari 40 tahun, dan pada usia tersebut akan berlangsung proses rumit yang mencakup bidang biologis, psikologis dan sosiologis. Menurut Ward (1979, h.34) melajunya waktu yang dirasa cepat untuk orang usia setengah baya adalah ketika orang tersebut merasakan bahwa sudah tiba saatnya untuk menuju proses menjadi tua. Berhubungan dengan hal ini, perubahan waktu tidak hanya merupakan suatu kenyataan dari usia tua, karena terdapat kenyataan yang lain, seperti perubahan peran, perubahan aktivitas, kehilangan hubungan dan identitas karena pengunduran diri, kehilangan pasangan hidup, adanya keterbatasan fisik serta adanya perasaan mendekati kematian. Peck (dalam Lefrancois, 1980, h.32)

mengemukakan, bahwa pada usia setengah baya orang akan mengalami konflik dalam menghadapi masa tua, yang disebabkan terjadinya perubahan peran kerja, serta munculnya problem kesehatan.

Wanita dalam masyarakat kita tidak ingin menjadi tua karena berbagai macam alasan, tidak mau menghadapi implikasi proses menua, oleh karena itu mereka menolak menghadapi citra diri yang telah uzur. Akan datang saatnya wanita menyadari bahwa ia telah berusia lanjut, ketika wanita sampai pada masa menopause. Pada wanita, umumnya masa yang ditakuti adalah masa-masa menjelang menopause, yaitu pada periode usia 40 sampai 65 tahun (Andrianto, 1995, h.24). Menopause adalah berhentinya menstruasi secara definitif pada diri wanita.

Rivlin (1982, h. 19) mengemukakan bahwa menopause merupakan suatu fakta yang tidak terhindarkan dalam kehidupan wanita usia setengah baya. Pada masa itu akan muncul gangguan psikis yang disebabkan karena datangnya masa menopause, seperti kecemasan, depresi, ketidakstabilan emosi, menurunnya perhatian terhadap diri sendiri dan orang lain. Pada masa menopause proses pasang surutnya masa haid seringkali tidak terjadi secara drastis, tetapi berlangsung secara perlahan-lahan, wanita biasanya mengalami gangguan pikiran dan perasaan, ada yang mudah marah, murung, cemas dan khawatir. Hal ini disebabkan karena ia merasa disingkirkan, merasa tidak dibutuhkan lagi oleh anak-

anak dan suaminya serta merasa sudah sampai diakhir hidupnya dan tidak lagi dapat memenuhi kebutuhan biologis bagi suaminya, sehingga wanita pada masa menopause merasa rendah diri dan putus asa. Masa menopause untuk masing-masing wanita adalah tidak sama. Menopause adalah perhentian fungsi menstrual yang berlangsung selama periode klimakterium pada wanita yang meliputi perubahan-perubahan badaniah secara menyeluruh dan perubahan-perubahan emosional yang terjadinya secara bersamaan.

Pada kenyataannya, banyak wanita pada masa menopause tidak dapat mengantisipasi gejala-gejala yang timbul. Berbeda dengan pria, wanita sering menghadapi suatu konflik di dalam hidupnya yang bersumber dari adanya perbedaan status. Status yang sering menjadi konflik adalah status sebagai ibu rumah tangga yang tidak bekerja, yang harus melayani kebutuhan suami dan anak-anak. Ibu yang masih menganut pola tradisional yaitu yang berperan sebagai ibu rumah tangga dan berstatus sebagai ibu yang tidak bekerja oleh masyarakat dianggap selaras dengan sifat-sifat kewanitaannya yaitu merawat, mendidik, memelihara, penurut dan patuh.

Menurut Vuuren (1988, h. 102) di dalam masyarakat sekarang ibu yang tidak bekerja sulit mencapai rasa sejahtera, rasa sederajat dan berprestasi. Sebagai ibu ia membutuhkan penghargaan dan membutuhkan rasa bahwa dirinya dibutuhkan oleh anak-anaknya. Ia membutuhkan

pekerjaan rumah tangga yang dapat memberinya kepuasan karena telah membuat segala yang di rumah menjadi beres dan lancar. Ia harus merasa dibutuhkan untuk menciptakan kesejahteraan rumah tangga dan keluarga. Kelompok ibu yang memilih tidak bekerja menganut anggapan bahwa wanita ideal dibatasi oleh fungsi keibuan dan perawatan bagi anak serta adanya pandangan bahwa tempat seorang ibu adalah di rumah untuk merawat, menyiapkan kebutuhan suami dan anak serta dirinya sendiri.

Mackenzie (1986, h. 1) mengemukakan, bahwa keadaan masyarakat awam pada saat ini seakan mengatakan bahwa ibu yang menderita karena gejala menopause sebenarnya memiliki terlalu banyak waktu dan sebenarnya mereka menderita karena tidak mempunyai pekerjaan. Pekerjaan yang biasa mereka hadapi sehari-hari di rumah sudah jauh berkurang, karena anak-anak sudah dewasa dan tidak terlalu membutuhkan dirinya lagi, situasi ini disebut empty nest. Persoalan besar yang dihadapi ibu yang terbiasa hidup dengan berpusat pada rumah, suami dan anak adalah menemukan peran pusat atau pekerjaan yang baru bagi diri mereka sendiri, selain pekerjaan rumah tangga yang sehari-hari sudah mereka hadapi. Mereka mengalami kejenuhan dan kebosanan yang menyebabkan stres. Ibu rumah tangga yang selalu disibukkan oleh urusan rumah tangga mungkin akan bosan dan kurang banyak melakukan sosialisasi, hal ini akan menimbulkan

masalah dalam kehidupan perkawinannya.

Menurut Mussen (1989, h.31) ibu yang bekerja akan mempunyai penyesuaian diri yang lebih baik, baik secara sosial maupun pribadi, sehingga dapat dikatakan bahwa ibu yang tidak bekerja memiliki tingkat penyesuaian diri yang kurang baik, demikian pula penyesuaian diri sendiri dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi pada saat menopause tidaklah sebgus ibu menopause yang mempunyai pekerjaan di luar rumah. Hal ini menimbulkan keluhan yang lebih banyak pada mereka, karena mereka tidak dapat bertukar pikiran dengan lingkungan tempat kerja.

Aktivitas yang dilakukan oleh ibu menopause yang tidak bekerja tidak dapat menambah kepercayaan pada diri sendiri. Ibu menopause yang tidak bekerja tidak dapat atau kurang dapat mengontrol emosinya, sehingga perilaku mereka seringkali tidak terkontrol dan mereka kurang dapat membentuk perilaku yang tepat. Hal ini disebabkan oleh cara pikir mereka yang sempit, karena mereka tidak selalu berhubungan dengan orang lain (Supardi, 1986, 45). Ibu yang tidak bekerja mempunyai peluang yang lebih besar untuk mendapatkan gejala-gejala tertentu, yang secara psikologis erat hubungannya dengan rasa tidak bahagia.

Ibu menopause yang bekerja, apapun jenis pekerjaannya, mereka kurang mudah terserang depresi. Hal ini disebabkan karena ada peran lain yang dapat

melibatkan dirinya secara aktif dan dapat memuaskan kebutuhannya (Sadli, 1983, h. 42). Seorang ibu menopause yang bekerja akan kurang mudah terkena depresi, karena kondisi ibu yang bekerja pada umumnya memiliki cara berpikir yang tidak terlalu sempit, dapat bertukar pikiran dengan teman seprofesinya atau orang lain, bisa lebih bebas merasa senang, lebih relaks dan lebih produktif dalam pekerjaannya serta lebih bahagia sebagai ibu dan istri.

Pandangan masyarakat tentang ibu yang bekerja membutuhkan kepandaian dan keahlian profesional masih menimbulkan banyak prasangka. Ibu yang bekerja di luar rumah dianggap sebagai ibu dan nyonya rumah yang kurang baik, dianggap mengabaikan tugas sebagai ibu rumah tangga. Adanya perlakuan yang tidak adil serta tuntutan-tuntutan sosial budaya terhadap kaum ibu untuk selalu bersikap dan bertingkah laku sesuai dengan kodratnya inilah yang menimbulkan dilema dan konflik dalam diri seorang ibu yang tidak memainkan peran tradisionalnya (Fritzgerald & Crites, 1980, h.239).

Menopause merupakan tahun-tahun khusus bagi seorang ibu, hal ini seringkali menimbulkan rasa takut untuk menghadapinya. Ibu pada masa menopause menjadi sering dicekam rasa takut dan cemas, misalnya takut menjadi tua, takut kehilangan kecantikan, takut menghadapi kehidupan tanpa kepuasan seksual lagi. Hal ini akan semakin mempersulit keadaan ibu itu sendiri

(Cherry, 1986, h.264). Adanya berbagai perubahan pada masa menopause menyebabkan seorang ibu pada masa menopause berusaha untuk mengatasinya.

Hurlock (1979, h. 256) mengatakan bahwa, untuk mengatasi gangguan pada masa menopause tersebut, seorang ibu yang telah berusia setengah baya akan menggunakan berbagai cara untuk tetap tampak aktif, lincah, dan bergairah. Mereka akan menolak apabila dikatakan mempunyai sikap yang kaku, terlalu emosional, kurang mempunyai semangat dan penuh dengan masalah.

Masa menopause, yang disebut sebagai masa atau situasi yang khusus membutuhkan suatu kemampuan untuk membentuk sikap atau perilaku yang tepat, atau yang disebut dengan self efficacy. Self efficacy yang tinggi membantu ibu pada masa menopause agar dapat menentukan dan membentuk perilaku yang tepat, sehingga hasil dari perilaku tersebut dapat mengantisipasi sindrom-sindrom menopause.

Self efficacy seseorang dipengaruhi oleh pengetahuannya, dengan kata lain tingkat pendidikan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap self efficacy serta menentukan tinggi rendahnya self efficacy seseorang. Hal ini disebabkan pendidikan yang diperoleh seseorang akan menentukan cara berpikir dan bersikap terhadap suatu masalah. Semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin baik pula pemecahan terhadap suatu masalah yang dihadapi (Faisal, 1981, h. 180).

Tingkat pendidikan seseorang biasanya dijadikan tolak ukur kemampuan dalam memahami suatu tugas dan memecahkan masalah. Gaudry dan Spielberger (1971, h. 135) mengumpulkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya korelasi negatif antara tingkat pendidikan dengan taraf kecemasan. Jadi makin tinggi tingkat pendidikan semakin rendah taraf kecemasannya.

Self efficacy yang mengacu pada kemampuan yang dirasakan untuk membentuk perilaku yang relevan pada tugas atau situasi khusus (Smet, 1994, h.189) tergantung pada pengertian atau pemahaman seseorang tentang pentingnya membentuk perilaku yang relevan tersebut. Dalam hal ini tingkat pendidikan seseoranglah yang menentukan seberapa banyak pemahamannya itu. Tingkat pendidikan atau pengetahuan yang pernah diperoleh ibu menopause dapat membantunya membentuk self efficacy yang tinggi. Bandura mengatakan bahwa pengaturan diri dalam perilaku secara efektif tidak hanya dicapai oleh kehendak, melainkan menuntut ketrampilan tertentu dalam memotivasi diri dan bimbingan diri. Dalam hal ini ketrampilan tersebut didapatkan dari pendidikan. Maka dapat dikatakan bahwa tinggi rendahnya tingkat pendidikan seseorang berpengaruh terhadap self efficacy yang dimilikinya.

Usia setengah baya merupakan suatu kondisi dari fakta kehidupan dengan berbagai perubahan dalam bidang fisiologis dan psikologis yang dapat menimbulkan

permasalahan bagi wanita yang berada pada masa tersebut. Bertolak dari fakta, bahwa sebagian besar ibu menopause memperlihatkan kecenderungan perilaku, yaitu antara lain mempunyai suasana hati yang naik turun dengan tajam, gelisah, gampang menjadi marah, serta meningkatnya stress, maka penulis tertarik untuk meneliti apakah ada perbedaan self efficacy pada ibu menopause ditinjau dari tingkat pendidikan dan status kerja. Asumsi yang dipakai adalah semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin tinggi pula self efficacy yang dimiliki oleh ibu menopause. Ibu menopause yang bekerja akan memiliki self efficacy yang lebih tinggi daripada ibu menopause yang tidak bekerja.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empirik apakah ada perbedaan self efficacy pada ibu menopause ditinjau dari status kerja. Selain itu untuk mengetahui pula apakah ada hubungan antara Self efficacy dengan tingkat pendidikan. Self efficacy tersebut berguna bagi ibu menopause dalam menghadapi perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada dirinya.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini secara teoritis diharapkan berguna bagi bidang Psikologi Perkembangan, yaitu Psikologi dewasa madya. Secara praktis diharapkan

berguna bagi para ibu menjelang menopause.

Seorang ibu akan lebih mudah menanggung masa klimakterik jika mereka mendapatkan pengetahuan faktual yang akurat mengenai hal itu. Khususnya untuk memberikan masukan tentang self efficacy yang merupakan suatu kontrol internal, sehingga hal ini merupakan suatu usaha preventif terhadap keresahan psikologis pada ibu menopause baik yang bekerja di luar rumah maupun yang tidak bekerja.