

**HUBUNGAN PERSEPSI TERHADAP USIA LANJUT DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA WANITA USIA  
MADYA DI PERUMNAS SIMALINGKAR MEDAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area  
Guna Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat  
Dalam Meraih Gelar Sarjana Psikologi*

**DISUSUN**

**OLEH :**

**Fanny Sugihartanty**

**(04 860 0197)**



**Fakultas Psikologi  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2009**

**JUDUL SKRIPSI** : HUBUNGAN PERSEPSI TERHADAP USIA LANJUT DENGAN KECE ASAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA WANITA USIA MADYA DI PERUMNAS SIMALINGKAR MEDAN

**NAMA AHASISWA** : FANNY SUGIHARTANTY

**NO.STAMBUK** : 04 860 0197

**JURUSAN** : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

**Menyetujui**  
**Komisi Pembimbing**

**Pembimbing I**



(Suryani Hardjo S.Psi, MA)

**Pembimbing II**



(Babby Hasmayni S.Psi, M.Psi)

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan**



**Dr. Lisat Wardah Lubis S.Psi, M.Psi**

**Dekan**



**Dr. Irma Minauli M.si**

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK  
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA  
MEMPEROLEH GELAR SARJANA PSIKOLOGI**

Pada Tanggal

13 April 2009

**MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**



(Dra. Irna Minauli m. Si)

**DEWAM PENGUJI**

1. Afisah Wardah Lubis S.Psi, M.Psi
2. Suryani Hardjo S.Psi, MA
3. Babby Hasmayni S.Psi, M.Psi
4. Zuhdi Budiman S.Psi
5. Andy Chandra S.Psi, MPsi

**TANDA TANGAN**

*[Handwritten signatures on four horizontal lines]*

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia yang telah diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini yang akan mendukung tugas akhir guna mendapatkan gelar Sarjana Psikologi.

Terima kasih yang mendalam yang pertama sekali penulis ucapkan kepada Mama tersayang Ibu RR. Ellyani Zahara yang telah memberikan segenap jiwa dan dukungan dalam segala hal yang tak terhingga kepada peneliti, juga buat papa, Bapak Sukarman yang telah mengajarku banyak hal tentang hidup. Tak lupa juga kepada Mhd. Ronny Suherza. S,Sos (masku), Dicky Ahmad Try Syahputera dan Rahmania Masitah (adik-adikku). Semoga cinta kita tetap abadi hingga terpisah jiwa dari raga ini.

Dalam penelitian ini peneliti juga telah banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini juga dengan ketulusan dan keikhlasan hati peneliti mengucapkan terima kasih yang tidak ternilai kepada:

1. Dra. Ina Minauli, S.Psi, M.Psi. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
2. Yayasan Haji Agus Salim serta para rektorat yang telah membangun dan berperan serta mempertahankan citra positif pendidikan di Universitas Medan Area.
3. Suryani Hardjo, S.Psi, MA selaku Dosen Pembimbing Pertama yang sudah bersedia meluangkan waktu, ilmu, semangat serta perhatian yang begitu

banyak dan berharga kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ini.

4. Babby Hasmayni, S.Psi. MSi selaku Dosen Pembimbing Kedua yang telah memberikan begitu banyak dukungan moral dan ilmu yang berharga kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ini dengan sebaik-baiknya.
5. Ibu Afisah Wardah Lubis. S.Psi. MSi, selaku ketua jurusan Psikologi Perkembangan dan anak dan sebagai ketua sidang.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terutama kepada Bapak Zuhdi Budiman S.Psi, Bapak Andy Chandra S.Psi. MPsi, Ibu Nini Sriwahyuni S.Psi. MPd. dan seluruh staff dosen yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan karya tulis ini, terima kasih atas ilmu berharga yang telah diberikan kepada peneliti dari awal kuliah hingga akhir penulisan karya tulis ini. Hanya Allah SWT yang dapat membalas ilmu yang telah kalian sampaikan.
7. Para staff administrasi Universitas Medan Area khususnya di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu menyelesaikan administrasi yang dibutuhkan peneliti dalam menyelesaikan karya tulis ini.
8. Temanku Mila yang selalu menghibur dengan segala keunikkanmu, serta teman-temanku di awal kuliah Isty, Eka dan Icha. Semoga kita bisa jadi orang-orang yang tetap menjaga tali persaudaraan.

9. Teristimewa buat Harry Mustofa, S.Sos terimakasih atas cinta kasih, perhatian dan pengertiannya selama berada disampingku hingga saat ini.
10. Abangda dan Kakanda TEMASI khususnya Eko Nugroho. S.Psi dan Widya Masitah. S.Psi yang mengajarku banyak hal tentang teater dan membuatku memiliki pengalaman yang sangat berharga, bersosialisasi dan kepercayaan diri yang ada sekarang sedikit banyak karena bimbingan dari kalian. Tak lupa juga adik-adik dan sahabat-sahabatku di TEMASI terutama buat Dian, Joe, Nanang, Wulan, Ririn, Mila, Opie, Achied, Depy, Isma, Amoy, Dwi, Windy, Tina, Rani serta seluruh keluarga besar TEMASI yang tidak bisa disebutkan satu persatu oleh peneliti. Terimakasih buat canda tawa yang selalu dihadirkan ditengah-tengah kita. Lanjutkan perjuangan kita dan terus berkreasi tanpa henti.
11. Buat para pelatih teater yang pernah memberikan ilmunya kepada para anggota TEMASI, jangan pernah letih atau bosan memajukan seni khususnya seni teater di Indonesia.
12. Seluruh sahabat-sahabatku angkatan 03',04',05',06', khususnya buat Vijay Sunarto, S. Psi, Fariz, Rizie, Bang Heri, Pay, Ana, Nora, Erna, Etty, Jali, Fauzan, Ita, Kiky, Iqfan, Reza dan teman-teman yang lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu peneliti dalam memberikan berbagai dorongan dan sebagai teman tukar pikiran serta teman berbagi rasa.

13. Sahabat-sahabat lawasku Niken, Rina, Ruri, Nofri yang masih terus mendukungku saat peneliti melakukan penelitian ini. Aku akan selalu menyayangi dan tetap merindukan canda tawa kita.

Akhir kata peneliti menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang turut membantu selesainya karya tulis ini, juga buat para Ibu-ibu yang telah meluangkan waktunya untuk menjadi sampel penelitian peneliti dalam terselesaikannya karya tulis ini. Semoga bantuan dan keikhlasan yang peneliti terima akan mendapat Ridho dari Allah SWT. Amin Yaa Rabbal Alamin.



**Medan, April 2009**  
**Peneliti**

**Fanny Sugihartanty**

**HUBUNGAN PERSEPSI TERHADAP USIA LANJUT DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI MENOPOUSE PADA WANITA USIA  
MADYA DI PERUMNAS SIMALINGKAR KELURAHAN MANGGA  
LINGKUNGAN VI MEDAN**

***ABSTRAK:***

Seiring bertambahnya usia, manusia akan menjadi tua, sehubungan datangnya masa menopause mengandung arti yang mendalam bagi kehidupan wanita. Hal ini dirasakan sebagai hilangnya sifat intim kewanitaannya. Akibat lebih jauh adalah timbulnya perasaan tak berharga, tidak berarti dalam hidup sehingga muncul rasa khawatir akan adanya kemungkinan bahwa orang-orang yang dicintainya berpaling dan meninggalkannya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang usia lanjut dengan kecemasan terhadap menopause pada wanita usia madya yang berusia 40-50 tahun khususnya yang bertempat tinggal di Perumnas Simalingkar Lingkungan VI.

Untuk mengukur sejauh mana hubungan persepsi terhadap usia lanjut dengan kecemasan menghadapi menopause digunakan teori aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan oleh Balckbburn dan Davidson untuk mengungkap kecemasan terhadap menopause yaitu suasana hati, pikiran, motivasi, perilaku gelisah yaitu keadaan diri yang tidak terkendali, dan reaksi-reaksi biologis yang tidak terkendali, sedangkan untuk mengungkap persepsi terhadap usia lanjut digunakan teori aspek-aspek persepsi terhadap usia lanjut yang dikemukakan oleh Thoha yaitu aspek agama, psikologi, keluarga dan kebudayaan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan dua skala, yaitu skala kecemasan terhadap menopause dan skala persepsi terhadap usia lanjut. Penilaian skala ini menggunakan penilaian skala Likert.

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 63 orang sampel yang diperoleh berdasarkan karakteristik sampel. Hasil penelitian ini berdasarkan koefisien determinasi variabel persepsi terhadap usia lanjut dengan kecemasan menghadapi menopause menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara persepsi terhadap usia lanjut dengan kecemasan dalam menghadapi masa menopause sebesar 27,4%. Hal ini membuktikan hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini diterima. Selanjutnya perbandingan mean hipotetik dan mean empirik persepsi terhadap usia lanjut ( $140 < 168,95$ ), dan kecemasan menghadapi menopause ( $90 < 138,44$ ), dari hasil perbandingan tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian memiliki persepsi yang negatif terhadap usia lanjut dan memiliki kecemasan yang tinggi menghadapi masa menopause.

Kata kunci: menopause, kecemasan, persepsi, wanita usia madya

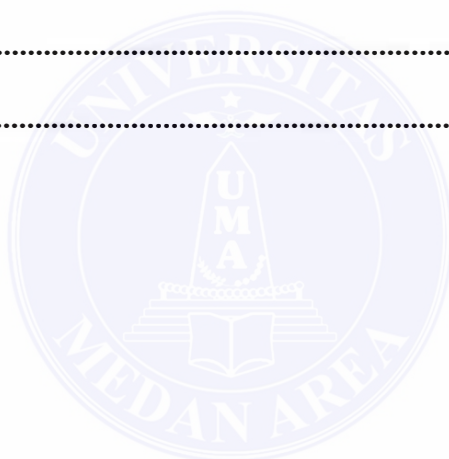


## DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	7
C. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II LANDASAN TEORI .....	8
A. Kecemasan .....	8
1. Pengertian Kecemasan .....	8
2. Pengertian Menopause .....	10
3. Pengertian Kecemasan Menghadapi Menopause .....	11
4. Faktor-faktor Kecemasan menghadapi menopause .....	12
5. Jenis-jenis Kecemasan menghadapi menopause .....	13
6. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Menopause .....	14
7. Manifestasi Kecemasan.....	16
B. Persepsi .....	17
1. Pengertian Persepsi .....	17
2. Pengertian Usia Lanjut .....	19
3. Pengertian Persepsi Terhadap Usia Lanjut .....	21
4. Ciri-ciri Usia Lanjut .....	21
5. Bidang Persiapan Bagi Usia Lanjut .....	23
6. Faktor-faktor Persepsi Terhadap Usia Lanjut .....	25
7. Aspek-aspek Persepsi Terhadap Usia Lanjut .....	26

D. Hubungan Persepsi Terhadap Usia Lanjut dengan Kecemasan terhadap Menopause .....	27
E. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENLITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Identifikasi variabel penelitian .....	31
B. Defenisi operasional variabel .....	31
1. Kecemasan Terhadap Menopause pada Usia Madya .....	32
2. Persepsi terhadap usia lanjut .....	32
C. Populasi dan teknik pengambilan sampel .....	32
1. Populasi .....	32
2. Sampel .....	33
D. Metode pengumpulan data .....	34
1. Skala kecemasan Menghadapi amenopause .....	34
2. Skala persepsi Terhadap Usia Lanjut .....	35
E. Validitas dan reliabilitas .....	36
1. Validitas alat ukur .....	36
2. Reabilitas alat ukur .....	38
F. Analisis data .....	39
<b>BAB IV LAPORAN PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	40
1. Orientasi Kacah .....	40
2. Persiapan Penelitian .....	41
a. Persiapan Administrasi.....	41

b. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	42
3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	44
B. Pelaksanaan penelitian .....	47
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	50
D. Pembahasan .....	56
BAB V. PENUTUP .....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran .....	59
DAFTAR PUSTAKA .....	60
LAMPIRAN.....	63



## DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
1. Distribusi Butir Skala Persepsi Terhadap Usia Lanjut Sebelum Uji Coba .....	42
2. Distribusi Butir Kecemasan Menghadapi Menopause Sebelum Uji Coba .....	43
3. Distribusi Butir Skala Persepsi Terhadap Usia Lanjut Setelah Uji Coba .....	46
4. Distribusi Butir Kecemasan Menghadapi Menopause Setelah Uji Coba .....	47
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran .....	51
6. Hasil Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas .....	52
7. Rangkuman Perhitungan <i>r Product Moment</i> .....	53
8. Statistik Induk .....	53
9. Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Nilai Rata-Rata Empirik.....	55

## DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
1. Distribusi Butir Skala Persepsi Terhadap Usia Lanjut Sebelum Uji Coba .....	42
2. Distribusi Butir Kecemasan Menghadapi Menopause Sebelum Uji Coba .....	43
3. Distribusi Butir Skala Persepsi Terhadap Usia Lanjut Setelah Uji Coba .....	46
4. Distribusi Butir Kecemasan Menghadapi Menopause Setelah Uji Coba .....	47
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran .....	51
6. Hasil Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas .....	52
7. Rangkuman Perhitungan <i>r Product Moment</i> .....	53
8. Statistik Induk .....	53
9. Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Nilai Rata-Rata Empirik.....	55



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan bertambahnya usia, manusia akan menjadi tua, yaitu periode penutup dalam rentang hidup seseorang di saat seseorang telah beranjak jauh dari periode tertentu yang lebih menyenangkan. Pada tahap perkembangan ini, Erikson (dalam Santrock, 1997) menyebutnya dengan sebutan *Integrity versus Despair*. Pada masa-masa ini, individu melihat kembali perjalanan hidup ke belakang, apa yang telah mereka lakukan selama perjalanan mereka tersebut. Ada yang dapat mengembangkan pandangan positif terhadap apa yang telah mereka capai, jika demikian ia akan merasa lebih utuh dan puas (*integrity*), tetapi ada pula yang memandang kehidupan dengan lebih negatif, sehingga mereka memandang hidup mereka secara keseluruhan dengan ragu-ragu, suram, putus asa (*despair*).

Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan tanpa sebab khusus mengenai apa yang akan dihadapi seseorang dan kecemasan dalam menghadapi usia lanjut adalah kekhawatiran atau ketakutan yang kuat dan meluap-luap dalam menghadapi situasi tertentu (Chaplin, 2002). Individu yang merasakan kecemasan biasanya sering mengalami gangguan tidur. Individu tersebut menjadi sulit memejamkan mata dan pikiran melayang kemana-mana.

Kecemasan pada umumnya berhubungan dengan adanya situasi yang mengancam atau membahayakan. Dengan berjalannya waktu, keadaan cemas tersebut biasanya akan dapat teratasi sendiri. Namun, ada keadaan cemas yang

berkepanjangan, bahkan tidak jelas lagi kaitannya dengan suatu faktor penyebab atau pencetus tertentu. Hal ini merupakan pertanda gangguan kejiwaan yang dapat menyebabkan hambatan dalam berbagai segi kemampuan dan fungsi sosial. Mulyadi (2003).

Menurut Eldido (2008), bahwa kecemasan merupakan suatu sensasi *aphrehensif* atau takut yang menyeluruh. Hal ini merupakan suatu kewajaran atau normal saja, akan tetapi bila hal ini terlalu berlebihan maka dapat menjadi suatu yang abnormal. Sedangkan gangguan kecemasan yang menyeluruh adalah suatu tipe gangguan kecemasan yang melibatkan kecemasan persisten yang sepertinya “mengapung bebas” (*Free floating*) atau tidak terikat pada suatu yang spesifik.

Menurut Kartono (2000), faktor penyebab kecemasan menghadapi menopause disebabkan oleh dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapatkan kepuasan dan terhambat, sehingga mengakibatkan banyak konflik batin. Sedangkan menurut Coleman (dalam Syuheri, 2004), situasi yang menyebabkan kecemasan yaitu: a. Ancaman pada status atau tujuan yaitu perasaan takut pada masa yang akan datang dan kecemasan yang berasal dari kebutuhan-kebutuhan akan tanggung jawab yang akan dihadapi, b. Penyelamatan dari perasaan-perasaan terancam, c. Pengaktifan kembali trauma yang sebelumnya, d. Merasa bersalah dan takut menghadapi hukuman.

Adanya perubahan fisik yang terjadi sehubungan dengan menopause mengandung arti yang lebih mendalam bagi kehidupan wanita. Berhentinya siklus menstruasi dirasakan sebagai hilangnya sifat kewanitaannya karena sudah tidak dapat melahirkan anak lagi. Akibat lebih jauh adalah timbulnya perasaan tak

### Daftar Pustaka

- Admin.2008. *Kecemasan Menghadapi Menopause*, (online). G:\Kecemasan menghadapi menopause LiputanKITA - Berita, Artikel, Liputan, Jurnalis, Reporter, LiputanKITA Semua ada disini.htm. Akses 10 Januari 2009. 10:25 WIB.
- Al Aqshari.Y.2007.*Apakah Anda Cemas Akan Masa Depan*.Jakarta:Cendekia.
- Ardani Ardi Tristiadi,dkk. *Psikologi Klinis*. Yogyakarta. Graha Ilmu
- Ariadna, 2007. *Kecemasan Pada Wanita*, (online). <http://kopimaya.com/forum/viewtopic.php?p=9149&sid=ed678a995b278bb9394c00ead4869147>. Akses 26 Maret 2008. 19: 35 WIB.
- Atkinson.R.L.dkk.1999.*Pengantar psikologi*.Jakarta:Erlangga.
- Azwar .1999.*Penyusunan Skala Psikologi*.Yogyakarta : Penerbit Pustaka Belajar.
- \_\_\_\_\_.1992.*Validitas dan Reliabilitas*.Yogyakarta : Sigma Alpha.
- Chaplin.J.P. (dalam Kartini).2002.*kamus lengkap psikologi*.Jakarta:PT. Raja Grafindo Persada.
- Eldido.2008.*Gangguan-gangguan Kecemasan, tipe-tipe dan penanganannya*, (online).[eldido.blog.friendster.com/2008/11/170/](http://eldido.blog.friendster.com/2008/11/170/). Akses 10 Januari 2009.11:00 WIB.
- Gunarsa, S. D. 1993. *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hadi.1984.*Metodologi Research*.Yogyakarta : Liberty.
- Hadi & Pamardiningsih.2000.*Manual SPS (Seri Program Statistik)*.Yogyakarta: UGM.
- Haditono.SR.2004.*Psikologi Perkembangan; Pengantar dalam berbagai bagiannya*.Yogyakarta:Gadjah Mada Press.
- Handayani. T. 2006. *Katanya, Life Begin at Fourty*. (online) F:\vitarlenology Katanya, Life Begin at Forty!.htm. Akses 10 November 2008. 18:58 WIB.



- Hawari.D.2001.*Manajemen Stres Cemas dan Depresi*.Jakarta:Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hurlock.E.B.2000.*Psikologi Perkembangan; Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*.Jakarta:Erlangga.
- [Http://www28.indowebster.com/75e56a7056a9ff4f35e991355e641ab6.pdf](http://www28.indowebster.com/75e56a7056a9ff4f35e991355e641ab6.pdf).  
(online). akses 10 november 2008. 20:00 WIB.
- <http://klinis.wordpress.com/2008/01/02/kecemasan-menghadapi-menopause/>(online). akses 10 november 2008. 20:25 WIB.
- Kartono. K.1992.*Psikologi Wanita; Mengenal Wanita sebagai Ibu & Nenek*.Bandung:Mandar Maju.
- Mangunhardjana,A.M.2006.*Mengatasi Hambatan–Hambatan Kepribadian*. Semarang:Pustaka Kaum Muda.
- Masitah.W.2007.*Hubungan Antara Kecemasan Dalam Menghadapi Perlombaan Dengan Motif Berprestasi Pada Atlet Lempat*.Disertasi tidak diterbitkan.Medan.
- Maslim, Rusli.2001.*Diagnosis Gangguan Jiwa:Rujukan ringkas dari PPDGJ-III*. Jakarta:SKJ UNIKA ATMAJAYA.
- Morgan, H. G. 1991. *Segi Praktis Psikiatri*. Edisi Kedua (terjemahan Hartanto). Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Mulyadi.R.2003.*Kenalilah Rasa Cemas yang Tidak Rasional*, (online).  
<http://www.sinarharapan.co.id/iptek/kesehatan/2003/1114/kes1.html>.26  
Maret 2008.19:14 WIB.
- Nasution .2003.*Metode Research (Penelitian Alamiah)* Jakarta : Penerbit Bumi Aksara.
- Pakasi, L. S. 2000. *Menopause: Masalah dan Penanggulangannya* Edisi Kedua. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Psikologi. Jurnal *Hubungan Persepsi terhadap Giliran Kerja Malam dengan Stres*. No. 1 Tahun VI – 2007.Riau.Fak. Psikologi Univ. Islam Negeri Syarif Kasim Riau.
- Samhuri. A & Aning S.2005. *Bugar dan Sehat Memasuki Masa-masa Pensiun; Kiat-Kiat Mengisi Waktu Luang di Usia Lanjut*.Yogyakarta : Enigma Publishing.

- Santrock, J.W.1999. *Life Span Development:Perkembangan Masa Hidup*.Jakarta:Erlangga
- Simamora.D.2006.*Hubungan Antara Persepsi Pasien TerhadapKomunikasi Interpersonal Perawat Dengan Kepatuhan Berobat Pada Pasien TBC Di Kecamatan Medan Kota*.Disertasi tidak diterbitkan. Medan.
- Sundari.HS.S.2005.*Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*.Jakarta:Rineka Cipta
- Syuhari, L. 2004. *Hubungan Antara Kecemasan Menghadapi Menopause dengan Kepuasan dalam Hubungan Seksual pada Wanita di Kelurahan Tanjung Mulia Medan*. Disertasi tidak diterbitkan. Medan.
- Tallis, Fr. 1995. *Mengatasi Rasa Cemas (Ahli Bahasa Meitasari Tjandrasa)*. Jakarta:Arcan.
- Verdy.A.Ramadhan.2007. *Well Being Pada Lansia*. (online) G:\Verdi's Journals VJ#12-XII-2007 Well Being Pada Lansia.htm.10 November 2008. 18:16 WIB.
- Walgito . B.2002.*Pengantar Psikologi Umum*.Yogyakarta:Andi Yogyakarta.
- Zainuddin, S. K. 2002. *Menopause*. (online) www.e-psikologi.com. diunduh 1 Juni 2005.

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN

---

MOHON UNTUK DIISI

NAMA :

ALAMAT :

Salam sejahtera,

Semoga Ibu dalam lindungan Tuhan Yang Maha Esa dan semoga bahagia selalu dalam menjalani tugas sehari-hari.

Saya Fanny Sugihartanty, mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Medan, tengah menyusun skripsi guna menyelesaikan tugas akhir mata kuliah saya. Sehubungan dengan hal tersebut, maka pada kesempatan ini saya mengadakan penelitian dengan menggunakan alat ukur yang dinamakan dengan skala.

Kepada Ibu saya mohon untuk mengisi skala ini sesuai dengan kondisi yang benar-benar Ibu rasakan saat ini. Jawaban yang Ibu berikan tidak ada yang salah, semua jawaban adalah benar sepanjang jawaban tersebut sesuai dengan apa yang Ibu rasakan. Jawaban yang Ibu berikan akan kami jaga kerahasiaannya. Oleh karena itu Ibu tidak perlu merasa khawatir, karena ini hanya untuk kepentingan kuliah sekaligus untuk pengembangan ilmu pengetahuan umumnya dan psikologi khususnya, terutama tentang hubungan persepsi dengan kecemasan.

Demikian saya sampaikan, atas bantuan dan kesediaan Ibu memberikan jawaban, dengan rasa syukur saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan Ibu mengisi skala saya ini.

Hormat saya,

Fanny Sugihartanty

### PETUNJUK PENGISIAN

Terdapat 4 (empat) pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Berilah tanda checklist (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan Ibu saat ini. Sebagai pedoman saya berikan contoh pengisian sebagai berikut.

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Akhir-akhir ini, menstruasi saya menjadi tidak teratur sehingga membuat saya gelisah.		√		
2	Saya tidak memiliki masalah dengan siklus menstruasi saya			√	
3	Saya merasa takut bila saya menopause, maka suami saya akan berpaling pada wanita lain	√			
4	Menopause sama sekali tidak membuat saya mengalami kegelisahan yang mengganggu.				√
5	Saya merasa perlu minum jamu awet muda atau suntik hormon agar lebih awet muda.	√			

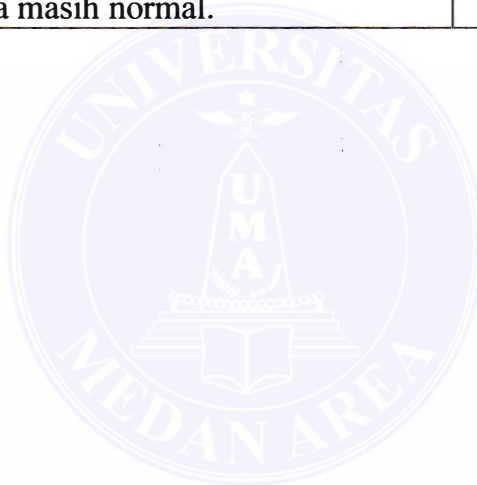
Bila Ibu setuju pada pernyataan no. 1 maka cukup berikan tanda checklist (√) pada kolom S (setuju), selanjutnya bila pada pernyataan no. 2 Ibu tidak setuju maka Ibu beri tanda pada kolom TS (tidak setuju), begitu selanjutnya untuk jawaban SS (sangat setuju) dan STS (sangat tidak setuju).

## SKALA A

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sering merasa gugup saat suami membahas tentang masa tua kami.				
2	Sekarang ini saya menjadi lebih sering berkeringat dan jantung berdebar lebih cepat.				
3	Akhir-akhir ini saya sering melamun karena memikirkan siklus menstruasi saya.				
4	Saya selalu merasa cemburu saat suami saya bercerita tentang seorang wanita yang tidak saya kenal.				
5	Saya masih merasa bugar diusia saya yang sudah berkepal empat.				
6	Saat berfikir tentang menopause, saya menjadi mual dan nafsu makan saya jadi berkurang.				
7	Anak-anak dan suami saya saat ini sering mengeluh kalau saya semakin cerewet				
8	Kualitas tidur saya sama sekali tidak terganggu walaupun saya memikirkan tentang keadaan saya saat menopause nanti.				
9	Saya pikir saat saya memasuki masa menopause nanti, saya akan sangat membutuhkan orang lain untuk membantu saya.				
10	Saya akan melakukan suntik hormon untuk memperlambat menopause.				
11	Sebenarnya saya sering merasa tersinggung saat suami mengkritik tentang berkurangnya kualitas hubungan seks yang kami lakukan.				
12	Sekarang saya menjadi lebih malas melakukan pekerjaan apapun				
13	Saya tidak pernah merasa jenuh dengan keadaan suami yang suka mengkritik tentang perubahan fisik yang terjadi pada diri saya.				
14	Saya tidak pernah marah tanpa alasan yang jelas.				
15	Datangnya masa menopause, berarti malapetaka bagi saya.				
16	Suami dan anak-anak cukup memahami perubahan yang terjadi pada diri saya.				

17	Rasanya sulit untuk mengimbangi minat seksual suami saat menopause terjadi.				
18	Saya pikir saya tidak membutuhkan bantuan orang lain dalam menghadapi menopause karena hal tersebut bukan suatu yang menakutkan bagi saya.				
19	Saya cenderung tidak bisa tidur nyenyak akhir-akhir ini karena selalu membayangkan tentang menopause.				
20	Saya tidak pernah merasa tersinggung saat suami saya mengkritik saya, karena saya menganggap dia melakukan itu agar saya menjadi lebih baik.				
21	Saya sudah tidak merasa bugar diusia saya yang sudah berkepal empat.				
22	Bagi saya masa menopause bukan menjadi masalah dalam berhubgan seksual.				
23	Pikiran-pikiran negatif tentang yang terjadi saat menopause selalu muncul dan mengganggu pikiran saya.				
24	Nafsu makan saya sama sekali tidak berubah saat ini.				
25	Saya tidak merasa cemburu saat suami saya dekat dengan wanita manapun karena saya tahu suami saya sangat mencintai saya.				
26	Saya merasa semakin mendekati menopause maka akan semakin banyak masalah yang harus saya hadapi.				
27	Saya yakin suami dan anak-anak sangat menyayangi saya sehingga saya tidak perlu cemas dalam menghadapi menopause.				
28	Saya menjadi tidak nyaman ketika membayangkan rasa sakit yang ditimbulkan oleh mulai keringnya cairan vagina saat melakukan hubungan intim dengan suami di masa menopause.				
29	Saya mulai merasa khawatir saat menyadari perubahan fisik yang merupakan tanda-tanda penuaan.				
30	Saya tidak pernah takut menghadapi menopause karena itu hal yang alami terjadi pada setiap wanita.				
31	Kesibukan sehari-hari membuat saya selalu				

	memikirkan masalah menopause yang akan saya hadapi.				
32	Saya tidak perlu minum jamu awet muda atau suntik hormon untuk awet muda karena saya senang segala hal yang alami.				
33	Saya merasa gelisah saat membayangkan kata menopause				
34	Saya tidak pernah merasa gugup atau canggung saat saya dan suami membahas tentang masa tua kami kelak.				
35	Siklus menstruasi saya menjadi kacau saat saya merasa gelisah menghadapi menopause.				
36	Saya bukan orang yang mudah berkeringat dan detak jantung saya masih normal.				



## SKALA B

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Menurut saya pada saat memasuki usia lanjut lebih baik banyak beribadah daripada mengurus urusan orang lain yang lebih muda.				
2	Mendekatkan diri pada Tuhan tidak senantiasa membuat kita bahagia diusia lanjut				
3	Saat anak-anak sudah berkeluarga maka hanya tinggal saya dan suami berdua menghabiskan sisa umur dalam kesepian.				
4	Menurut saya, individu yang berusia lanjut tidak terlalu membutuhkan perawatan khusus				
5	Saya yakin saat usia lanjut anak-anak akan memberikan perhatian yang sama dengan yang saya lakukan pada orang tua saya dulu.				
6	Menurut saya usia lanjut bukanlah merupakan masa tenang melainkan suatu penderitaan				
7	Saya lebih memilih tinggal di panti werdha dengan rekan-rekan sebaya saya nanti daripada menyusahkan anak-anak saya.				
8	Saya tidak begitu yakin bahwa pola makan yang teratur mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang saat memasuki usia lanjut				
9	Menurut saya keberhasilan anak-anak cukup membuat saya bahagia memasuki masa usia lanjut.				
10	Pengalaman dan pangkat yang tinggi tidak akan membawa pengaruh apa-apa saat saya mulai lanjut usia				
11	Saat usia lanjut saya akan merasa kesepian bila tetap membiarkan anak-anak saya hidup dengan pasangannya yang tinggal jauh dari saya.				
12	Menurut penilaian saya hadirnya cucu pada usia lanjut tidak akan berarti apa-apa bagi kehidupan usia lanjut saya				
13	Bila suami saya lebih dulu meninggal dunia maka saya akan menjalani masa tua yang sedih.				
14	Saya tidak yakin bila kondisi kesehatan mempengaruhi kondisi psikis seorang lansia				
15	Menurut agama yang saya anut, berserah diri				



	pada Tuhan akan membuat kita lebih tenang dalam kehidupan.				
16	Saya tidak yakin saat usia lanjut saya masih dapat bersyukur				
17	Saat anak-anak atau pasangan telah meninggalkan saya sendiri di usia senja, maka yang saya punya hanyalah Tuhan.				
18	Saya tidak yakin bahwa usia lanjut dekat dengan kematian yang akan membawa saya kembali pada Tuhan.				
19	Saya yakin masa tua saya akan bahagia dengan anak menantu serta cucu yang penuh perhatian dan kasih sayang.				
20	Menurut saya tidak perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi usia lanjut, karena belum tentu kita memiliki umur yang panjang				
21	Saya pikir saya akan merasa senang saat usia lanjut karena saya akan mendapatkan ketenangan karena tidak perlu lagi mengurus anak-anak yang sudah memiliki keluarga masing-masing.				
22	Keharmonisan keluarga menurut saya bukanlah modal utama dalam menentukan kebahagiaan saat usia lanjut.				
23	Bila saya terlalu aktif dalam masyarakat saat usia lanjut maka saya akan menjadi bahan omongan orang karena dianggap tidak tahu diri.				
24	Saya sangat yakin saat usia lanjut saya tidak akan mengalami kesulitan dalam bidang ekonomi.				
25	Saya akan mengikuti saran teman saya untuk melakukan perawatan tubuh yang ekstra agar tetap terlihat awet muda walaupun pada usia lanjut.				
26	Keberhasilan anak-anak tidak cukup membuat saya bahagia di masa usia lanjut, karena keberhasilan mereka akan membuat mereka melupakan saya.				
27	Saat usia lanjut saya pasti memiliki masalah ekonomi yang cukup rumit karena faktor kesehatan				
28	Saya pikir tidak perlu melakukan perawatan yang berlebihan untuk sesuatu yang alami terjadi seperti memasuki usia lanjut.				

29	Saya akan mengajak suami saya untuk melakukan berbagai perawatan agar tetap awet muda.				
30	Saya tidak yakin akan hidup bahagia tanpa suami, anak, menantu dan cucu.				
31	Saya menilai usia lanjut merupakan masa dimana kita menjadi orang yang sangat dihormati karena pengalamannya				
32	Saya tidak yakin akan bantuan Tuhan terhadap masalah yang akan saya hadapi di usia tua.				
33	Menurut saya usia lanjut adalah masa yang harus dinikmati dengan lebih mendekatkan diri pada Tuhan.				
34	Menurut penilaian saya tidak ada manusia yang bisa menikmati masa tua dengan bahagia tanpa mengingat Tuhan.				
35	Saya akan mengisi masa tua saya nanti dengan memperbanyak ibadah.				
36	Saya menilai saat usia lanjut saya akan dianggap tidak berguna dan akan dicampakkan oleh orang-orang yang lebih muda.				
37	Menurut saya bahwa setiap individu harus mempersiapkan diri dalam memasuki usia lanjut.				
38	Menurut pemikiran saya, berfikir positif merupakan obat awet muda yang paling mujarab.				
39	Keharmonisan keluarga menurut saya adalah modal utama dalam menentukan kebahagiaan saat usia lanjut.				
40	Menurut penilaian saya tidak perlu mengikuti teman-teman melakukan perawatan berlebihan agar terlihat terus awet muda.				
41	Menurut perkiraan saya pengalaman dan pangkat yang tinggi akan membuat saya semakin dihormati pada saat usia lanjut.				
42	Saya tidak sudi dicampakkan ke panti werdha oleh anak-anak saya saat saya usia lanjut.				
43	Saya yakin bahwa pola makan yang teratur akan sangat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang saat memasuki usia lanjut.				
44	Saya pikir saya tidak akan merasa kesepian sekalipun harus tinggal terpisah dengan anak-anak saya yang telah berumah tangga.				

45	Menurut penilaian saya hadirnya cucu pada usia lanjut akan membuat kehidupan usia lanjut saya menjadi lebih berwarna.				
46	Saya tidak merasa begitu sedih saat harus menjalani usia tua sendiri di sebuah panti werdha.				
47	Saya beranggapan bahwa kondisi kesehatan yang menurun mempengaruhi cara berfikir orang usia lanjut.				
48	Saya tidak mempunyai siapa-siapa termasuk Tuhan sebagai tempat untuk berkeluh kesah saat usia lanjut nanti.				
49	Perkiraan saya pada saat usia lanjut saya akan menjadi individu yang selalu bersyukur.				
50	Menurut saya tidak berguna beribadah secara ekstra saat usia lanjut karena kehidupan dimulai dari kita masih muda.				
51	Saya yakin saya masih dapat meraih kebahagiaan diusia lanjut dengan cara lebih mendekatkan diri pada Tuhan.				
52	Anak, menantu serta cucu saya tidak akan meninggalkan saya dan suami kesepian di usia senja				
53	Menurut saya benar bahwa pada usia lanjut setiap individu membutuhkan perawatan ekstra.				
54	Saya tidak yakin anak-anak saya akan memberikan perhatian yang sama seperti yang saya lakukan pada ibu saya dahulu.				
55	Sama halnya dengan ibu saya, menurut saya usia lanjut merupakan masa tenang.				
56	Saya tidak akan dianggap tidak tahu diri bila saya masih aktif mengikuti kegiatan di lingkungan sekitar rumah meskipun saya sudah tua.				