

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI DESA LAUT
DENDANG DELI SERDANG SUMATERA UTARA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna

Memenuhi Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi

DEDEK SILITONGA

15.8600.055



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2021

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 20/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)20/12/21

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan

menghadapi *Menopause* di Desa Laut Dendang Deli

Serdang Sumatera Utara

Nama : DEDEK SILITONGA

NPM : 15.860.00.55

Bagian : Psikologi Perkembangan

Disetujui Oleh

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi, Psikolog

Findy Suri, S.Psi, M.Psi

Mengetahui

Ka. Bagian

Dekan



Dinda Permatasari Harahap, M.Psi, Psikolog

Dr. R. Izzah Tashih, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tanggal Sidang Meja Hijau: 28 Juni 2021

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas

Medan Area dan Diterima Untuk Memenuhi Syarat-Syarat Guna

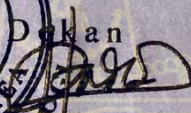
Memperoleh Drajat Sarjana (S1) Psikologi

PADA TANGGAL:

28 Juni 2021

Mengesahkan

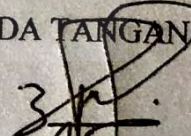
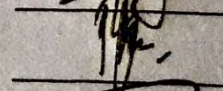
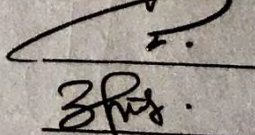
Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Dekan
(Dr. H. )
Dedek Silitonga, S.Psi, M.Psi, Psikolog

DEWAN PENGUJI

1. Hasanuddin, Ph.D
2. Babby Hasmayni, S.Psi, M.Si. Psikolog
3. Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi. Psikolog
4. Findy Suri, S.Psi, M.Si.

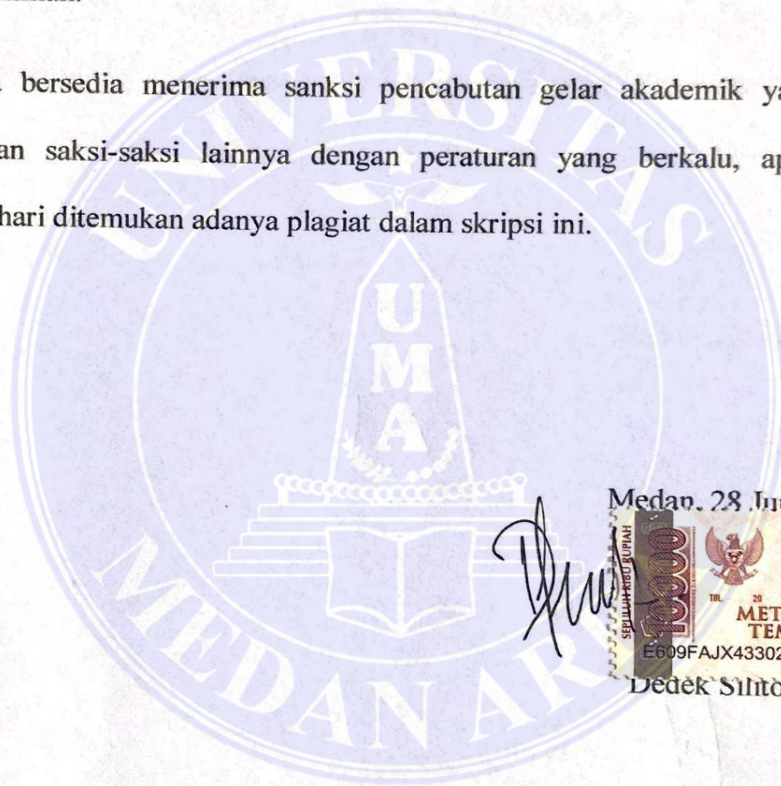
TANDA TANGAN

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penelitian skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan saksi-saksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



Medan, 28 Juni 2021



Dedek Silitonga

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Hutabalang, Tapanuli Tengah pada tanggal 13 September 1997, dari Ayah yang bernama Asrudin Silitonga dan ibu yang bernama Suharti Waruwu. Penulis merupakan anak ketiga dari lima bersaudara.

Pada tahun 2015, penulis lulus dari SMA Negeri 1 Pinangsori dan pada tahun 2015 penulis terdaftar sebagai Mahasiswa Fakultas Psikologi Medan Area. Penulis melaksanakan penelitian di Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara.



Medan, 28 Juni 2021

Dedek Silitonga

MOTTO

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (Q.S Asy Syarh Ayat 5-6)

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.

(Q.S Al-Baqarah Ayat 286)

Wahai orang-orang yang beriman, bersabarlah engkau dan kuatkanlah kesabaranmu. (Q.S Al-Imran Ayat 200)

Ketika kau bekerja keras dan gagal, penyesalan itu akan cepat berlalu. Berbeda dengan penyesalan ketika tidak berani mencoba. (Akihiko Usami-Jujou Romantica)

Jangan khawatirkan apa yang dipikirkan orang lain. Tegakkan kepalamu dan melangkahlah kedepan. (Izuku Midoriya-Boku o Hero Academia)

Untuk mendapatkan kesuksesan, keberanianmu harus lebih besar dari pada ketakutanmu. (Han Juno-Eureka Seven)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan kerendahan hati karya ini saya persembahkan kepada Allah Swt dan kepada kedua orangtua yang sangat saya sayangi.

Kepada Allah Swt,yang selalu mempermudah jalan saya untuk menyelesaikan skripsi dan selalu membantu saya menyelesaikan kesulitan dan permasalahan yang saya hadapi, tanpa Allah Swt saya tidak dapat menyelesaikannya.

Ayahanda Asrudin Silitonga,

yang tak pernah berhenti mendoakan dan memberikan saya dukungan baik moril maupun material, dan kekuatan saat saya terjatuh dan tak semangat dalam menyelesaikan skripsi.

Ibunda Suharti Waruwu,

yang tak pernah bosan menjadi tempat curhat dalam keadaan apapun, yang tak pernah berhenti mendoakan saya, memberikan semangat, dukungan dan kasih sayang kepada saya.

Terimakasih kepada abang Sahnan Alamsyah Silitonga, juga kepada kakak Samsinar Silitonga,dan adik Ade Nursafitri Silitonga dan Alvin Syah Rizky Silitonga yang senantiasa bertukar pikiran dan selalu membantu memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripski ini

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dedek Silitonga
NPM : 15.860.00.55
Program Studi : Psikologi Perkembangan
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

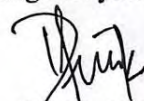
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul; **Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi Menopause Di Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Medan 28 Juni 2021

Yang menyatakan



Dedek Silitonga

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan atas kehadiran Allah Swt atas segala rahmat dan karunia-Nya, kesabaran dan kemudahan dan kelancaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dan mampu bertahan pada setiap kendala dan cobaan yang dihadapi selama menyelesaikan skripsi ini sampai dengan selesai.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerja sama yang baik dari berbagai pihak. Oleh karena itu, sudah sepantasnya dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Ibu Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
3. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog selaku Wakil Dekan Bidang Akademik fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing I skripsi saya yang telah banyak memberikan arahan, saran dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.

5. Ibu Findy Suri, S.Psi, M.Psi selaku pembimbing II skripsi saya yang telah banyak memberikan arahan, saran dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
6. Bapak Hasanuddin, Ph.D sebagai ketua pada saat sidang saya yang sudah berkenan hadir dalam sidang meja hijau saya.
7. Ibu Babby Hasmayni, S.Psi, M.Psi, Psikolog sebagai sekretaris pada saat sidang saya yang sudah berkenan menjadi notulen dalam sidang meja hijau.
8. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu dan memberikan bekal ilmu kepada peneliti demi kelancaran selesainya skripsi ini.
9. Seluruh staf bagian tata usaha Fakultas Psikologi yang juga telah banyak membantu peneliti dalam urusan administrasi.
10. Pemerintah Kabupaten Deli Serdang Kecamatan Percut Sei Tuan Desa Laut Dendang yang sudah memberikan saya kesempatan untuk melakukan penelitian terkhusus kepada Bapak Suwardi selaku Kepala Desa Laut Dendang dan para staff yang membantu.
11. Seluruh sampel peneltian yang turut berperan besar dalam kelancaran penelitian ini.
12. Kepada seluruh keluarga yang telah membantu dan memberikan semangat kepada saya dalam mengerjakan skripsi.
13. Kepada teman-teman saya Psikologi A yang telah menemani hari-hari saya selama berkuliah di Universitas Medan Area.

14. Kepada GASI selaku rumah kedua saya selama berkuliah yang telah banyak memberikan dampak baik dan juga pengetahuan. Dan juga kepada para senioran dan teman-teman semitela yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

15. Kepada Khairunnisa, Sere Bintang, Johannes Janwel, Wiby Nadia, Prinensis, Samirah, Ulfa, Dwi, Depir, Carlyn, Nila Sari, Rouzah Mutiasyah, Laila Rahmadani, Wahyu Adeliaty yang telah menemani dalam pengerjaan penelitian skripsi ini.

16. Kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sebagai masukan bagi peneliti. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 28 Juni 2021

Dedek Silitonga

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI DESA LAUT DENDANG DELI
SERDANG SUMATERA UTARA**

OLEH :

DEDEK SILITONGA

15.860.00.55

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi *menopause*. Kecemasan menghadapi *menopause* adalah perasaan cemas menjelang berakhirnya era reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik. Penelitian ini menggunakan Pendekatan Kuantitatif Korelasional. Penelitian ini menggunakan instrumen Kepercayaan Diri dan Kecemasan dengan model skala Likert. Teknik Analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Hasil analisis dengan $r = 0,602 > 0,349$ dengan arah negatif dan koefisien signifikansi $p = 0,000 < 0,050$ membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi *menopause* di Desa Laut Dendang. Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini adalah bahwa kepercayaan diri pada wanita di Desa Laut Dendang terindikasi tinggi dengan nilai rata-rata empirik yang diperoleh 216,73 dan nilai rata-rata hipotetiknya 176 sedangkan kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause* terindikasi rendah dengan nilai rata-rata empirik yang diperoleh 79,47 dan nilai rata-rata hipotetiknya 110. Sumbangan efektif kepercayaan diri terhadap kecemasan adalah $r^2 = 0,363$ sebesar 36,3% dan 63,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti, fisik, keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami serta egosentrisme.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, Kecemasan, *Menopause*

***CORRELATION SELF-CONFIDENCE WITH ANXIETY FACING
MENOPAUSE IN DESA LAUT DENDANG DELI SERDANG SUMATERA
UTARA***

DEDEK SILITONGA

15.860.00.55

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-confidence and anxiety facing *menopause* in Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara. Anxiety facing *menopause* is a feeling of anxiety towards the end of the reproductive era which means the cessation of sexual and physical desires. This study uses a Correlational Quantitative Approach. This study uses the instrument of Confidence and Anxiety with a Likert scale model. Data analysis technique using product moment correlation. The results of the analysis with $r = 0,602 > 0,349$ with a negative direction and a significance coefficient of $p = 0,000 < 0,050$ proves that there is a negative relationship between self-confidence and anxiety facing *menopause* in Laut Dendang Village. Another result obtained from this study is that the self-confidence of women in Laut Dendang Village is indicated to be high with an empirical mean score of 216,73 and a hypothetical average value of 176, while women's anxiety in facing *menopause* is indicated to be low with an average value of 176. The empirical results obtained are 79,47 and the hypothetical average value is 110. The effective contribution of self-confidence to anxiety is $r^2 = 0,363$ by 36,3% and the other 63,7% is influenced by other factors such as, physical, unusual circumstances and cannot be controlled, understanding and egocentrism.

Keywords: Anxiety, Confidence, *Menopause*

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR	
PENGESAHAN.....	Error!
Bookmark not defined.	
LEMBAR PERNYATAAN	ii
RIWAYAT HIDUP	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	Error!
Bookmark not defined.	
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	11
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I	1
PEMBAHASAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Manfaat Penelitian	11
a. Manfaat Teoritis	11
b. Manfaat Praktis	11
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Dewasa Madya	12
a. Definisi Dewasa Madya	12
b. Karakteristik Dewasa Madya	13
B. <i>Menopause</i>	16
a. Definisi <i>Menopause</i>	16
b. Faktor yang Mempengaruhi <i>Menopause</i>	17
c. Gejala-Gejala <i>Menopause</i>	18

C. Kecemasan Menghadapi <i>Menopause</i>	19
a. Definisi Kecemasan Menghadapi <i>Menopause</i>	19
b. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan.....	20
c. Aspek-Aspek Kecemasan.....	23
D. Kepercayaan Diri.....	25
a. Definisi Kepercayaan Diri.....	25
b. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri	26
c. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	27
d. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri.....	28
E. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi <i>Menopause</i>	30
E. Kerangka Konseptual	33
F. Hipotesis	33
BAB III	35
METODELOGI PENELITIAN	35
A. Tipe Penelitian.....	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian	35
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
D. Subjek Penelitian.....	37
1. Populasi	37
2. Sampel.....	37
E. Teknik Pengumpulan Data	38
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	39
1. Validitas Alat Ukur	39
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	40
3. Analisis Data	41
BAB IV	42
A. Orientasi Kancha	42
B. Persiapan Penelitian	42
1. Persiapan Administrasi.....	42
2. Persiapan Alat Ukur	43
3. Pelaksanaan Penelitian	46
C. Uji Validitas dan Reliabilitas	47
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	49
1. Uji Asumsi.....	50
2. Pengujian Hipotesis.....	53

3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	54
3. Sumbangan Efektif.....	57
E. Kriteria.....	58
F. Pembahasan.....	60
BAB V.....	63
A. Simpulan.....	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1	Distribusi aitem skala Kepercayaan Diri 44
Tabel 4.2	Distribusi aitem skala Kecemasan Wanita dalam menghadapi <i>menopause</i> 46
Tabel 4.3	Distribusi aitem skala Kepercayaan Diri setelah uji coba 48
Tabel 4.4	Distribusi aitem skala Kecemasan Wanita dalam menghadapi <i>menopause</i> setelah uji coba 49
Tabel 4.4a	Hasil uji Normalitas sebaran 50
Tabel 4.4b	Hasil uji Normalitas tiap variabel 51
Tabel 4.5	Hasil uji Lineritas Hubungan 52
Tabel 4.6	Hasil analisis Korelasi 53
Tabel 4.7a	Deskriptif dari Kepercayaan Diri 54
Tabel 4.7b	Deskriptif dari Kecemasan Wanita dalam menghadapi <i>menopause</i> 55
Tabel 4.8a	Kategorisasi dari Kepercayaan Diri 55
Tabel 4.8b	Kategorisasi dari Kecemasan Wanita dalam menghadapi <i>menopause</i> 56
Tabel 4.9	Sumbangan Efektif 57
Tabel 4.10	Rangkuman hasil perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik 58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	34
Gambar 4.1 Kurva I Kepercayaan Diri	59
Gambar 4.2 Kurva II Kecemasan Wanita dalam Menghadapi <i>Menopause</i>	60



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	SKALA KEPERCAYAAN DIRI
LAMPIRAN B	SKALA KECEMASAN WANITA DALAM MENGHADAPI <i>MENOPAUSE</i>
LAMPIRAN C	UJI VALIDITAS DAN REABILITAS “KEPERCAYAAN DIRI”
LAMPIRAN D	UJI VALIDITAS DAN REABILITAS “KECEMASAN WANITA DALAM MENGHADAPI <i>MENOPAUSE</i> ”
LAMPIRAN E	UJI NORMALITAS DAN LINERITAS
LAMPIRAN F	UJI KORELASI
LAMPIRAN G	DATA PENELITIAN “KEPERCAYAAN DIRI”
LAMPIRAN H	DATA PENELITIAN “KECEMASAN WANITA DALAM MENGHADAPI <i>MENOPAUSE</i> ”



BAB I

PEMBAHASAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai tingkatan umurnya. Semakin meningkat umurnya maka pertumbuhan dan perkembangan akan berhenti pada suatu tahap yang mengakibatkan berbagai perubahan fungsi tubuh. Perubahan fungsi tubuh tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses menua ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yang disebut fase *menopause*.

Banyak wanita yang beranggapan jika masa *menopause* adalah masa yang menakutkan, hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang usia setengah baya serta persiapan untuk menghadapi masa tersebut menjadikan penyebab timbulnya rasa takut terhadap datangnya *menopause*. *Menopause* terjadi pada usia dewasa madya ataupun usia setengah baya. Santrock (2002) berpendapat, *menopause* adalah masa diusia setengah baya, biasanya pada usia akhir 40 atau awal 50 tahun, ketika periode haid perempuan dan kemampuan melahirkan anak berhenti secara keseluruhan.

Selanjutnya usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti, diantaranya adalah banyaknya stereotip yang tidak menyenangkan tentang usia madya, yaitu kepercayaan tradisional tentang kerusakan mental dan fisik (Hurlock, 2000).

Dewasa madya adalah masa transisi, dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmaniah dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan dengan ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru (Jahja, 2011). Masa dewasa madya merupakan masa yang kedatangannya ditakuti oleh banyak orang (Mappiare, 1983).

Menopause terjadi pada akhir siklus menstruasi yang terakhir tetapi kepastiannya baru diperoleh jika seorang wanita sudah tidak mengalami siklus haidnya selama minimal 12 bulan. Hal ini disebabkan karena pembentukan hormon *estrogen* dan *progesteron* dari ovarium wanita berkurang, ovarium berhenti melepaskan sel telur sehingga aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti. Seorang wanita yang *menopause* tidak mempunyai sel telur lagi yang dapat dibuahi, bahkan siklus anovulasi ini telah berlangsung sejak fase *premenopause* (Proverawati, 2019).

Menopause berasal dari kata Yunani, yaitu kata *men* yang berarti bulan dan *peuseis* yang berarti penghentian sementara yang digunakan untuk menggambarkan berhentinya haid. Sebenarnya secara linguistik kata yang lebih tepat adalah *menocease* yang berarti masa berhentinya *menopause* (Smart, Aqila, 2010).

World Health Organization (WHO) memperkirakan setiap tahun terjadi peningkatan jumlah wanita yang mengalami *menopause* diseluruh dunia. Menurut WHO, 2010, jumlah wanita *menopause* di Asia pada tahun 2025 diperkirakan akan melonjak dari 107 juta menjadi 373 juta jiwa.

Menopause dialami oleh banyak wanita hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia (Proverawati, 2019). *Menopause* dinegara maju umumnya terjadi pada usia 47 tahun keatas karena taraf sosio-ekonomi, pendidikan, gizi, dan kesehatan dinegara maju lebih baik dibandingkan negara berkembang seperti Indonesia.

Gejala yang menyertai datangnya *premenopause* dan *menopause*, meliputi *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (berkeringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, *insomnia* (susah tidur), depresi (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek/lelah), penurunan libido, *drypareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan *incontinence urinary* (beser) (Proverawati, 2019).

Dampak *menopause* yang sering terjadi dimasyarakat diataranya kecemasan, takut, cepat marah, ingatan menurun, sulit konsentrasi, gugup, merasa tidak berguna, mudah tersinggung, stress bahkan depresi (Rostian,2009).

Kecemasan (*ansietas/anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*reality testing ability/RTA* masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak menga-

lami keretakan kepribadian/*splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal (Hawari, 2011).

Selanjutnya Feldman & Papalia (2014) berpendapat bahwa kecemasan yang muncul pada wanita *menopause* sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan.

Sedangkan Proverawati (2019) berpendapat jika kecemasan yang dirasakan oleh para wanita adalah mereka cemas menjelang berakhirnya era reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik. Kecemasan seorang wanita dalam menghadapi masa *menopause* sangat bervariasi hal ini dapat dipengaruhi dari kesiapan maupun kematangan mental dari wanita tersebut.

Berikut ini adalah kutipan wawancara peneliti dengan Ibu A (46 tahun) yang telah mengalami *menopause*, sebagai berikut:

“Saya sudah mengalami gejala menopause sejak sekitar setahun yang lalu, haid saya juga sudah tidak teratur, terkadang datang terlalu diawal kadang juga datang terlambat dan bisa selesai dalam 4 hari dan kadang juga dalam 6 hari. Saya juga merasa menjadi lebih cepat lelah, pegal-pegal, dan juga kadang tidak bisa untuk fokus, serta untuk berhubungan intim saya tidak menikmatinya lagi karena seringkali akan terasa sakit. Banyak hal yang saya takutkan dan cemaskan sejak menopause terutama cemas tidak dipedulikan oleh keluarga saya” (wawancara personal dengan Ibu A (46 tahun), 20-Juli-2019).

Berikut ini adalah kutipan wawancara peneliti dengan Ibu B (48 tahun) yang telah mengalami *menopause*, sebagai berikut:

“Saya mengalami menopause diusia saya 45 tahun, ditahun pertama saya tidaklah berat, namun masuk kepada tahun kedua dimana haid sayapun mulai tidak teratur, saya mulai mengalami kesulitan tidur pada malam hari, sangat mudah merasa panas dan lebih cepat merasa lelah yang berdampak pada kesehatan saya. Saya merasa menopause sangat menyulitkan dan memberatkan bagi saya. Akibat datangnya menopause, saya menjadi takut akan dikucilkan atau tidak diperhatikan lagi oleh anggota keluarga

khususnya oleh suami.”(wawancara personal dengan Ibu B (48 tahun), 20-Juli-2019).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada beberapa wanita lain didapatkan informasi jika mereka juga mengalami beberapa masalah seperti pada aspek psikologisnya: merasa kurang diperhatikan, mudah merasa khawatir, merasa kurang menarik dan dilupakan. Kemudian untuk fisik mulai terjadi perubahan seperti; mudah lelah, tulang sendi terasa sakit, susah berkonsentrasi, insomnia, berkeringat banyak, vagina terasa kering, kemudian dari segi kognitifnya; daya ingat mulai menurun dan sulit dalam melakukan pekerjaan sehari-hari.

Dari kutipan wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap wanita yang telah mengalami *menopause*, dapat disimpulkan bahwa wanita-wanita tersebut mengalami masa *menopause* yang sulit, dimana gejala-gejala yang diakibatkan dari *menopause* mempengaruhi fisik serta psikologisnya dan juga mempengaruhi keaktifannya dalam beraktivitas seperti biasanya.

Akibatnya banyak wanita yang merasa cemas. Fisiknya akan mengalami berbagai macam masalah baik dalam kehidupan seksual, pekerjaan, kehidupan rumah tangga dan berbagai masalah kesehatan. Kecemasan yang dialami lebih pada ketakutan akan kehilangan cinta dari suami, anak dan juga orang terdekatnya.

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa semua wanita pasti akan mengalami *menopause*, tetapi beberapa wanita tidak mampu menerima kenyataan tersebut dengan baik sehingga menimbulkan kecemasan yang berlebihan dalam menghadapi masa *menopause*. Disaat-saat seperti inilah

dukungan sosial suami, keluarga dan juga rasa kepercayaan diri sangat mempengaruhi kecemasan wanita menjelang *menopause*. Wanita yang mendapatkan dukungan dari keluarga dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi mampu menurunkan kecemasan pada wanita *menopause*.

Wanita yang tidak siap menghadapi masa *menopause* akan mengalami gejala kecemasan berlebihan yang dapat mengakibatkan gangguan psikologis dan berdampak pada keharmonisan rumah tangga. Pada wanita yang memasuki masa *menopause*, kecemasan terutama yang berhubungan dengan ketakutan tidak dapat lagi menjalankan fungsi kewanitaannya, seperti melahirkan atau melayani suami dalam berhubungan intim. Merujuk pada teori Buffering Hypothesis yang berpandangan bahwa dukungan sosial mempengaruhi kesehatan dengan cara melindungi individu dari efek negatif stress.

Hal senada dengan yang dikemukakan oleh Maspaitella (2006) bahwa apabila seseorang tidak siap mental menghadapi fase *menopausenya* dan lingkungan psikososialnya tidak memberikan dukungan moral yang positif, seringkali ia menjadi kurang percaya diri, merasa kurang diperhatikan, tidak dihargai, dan merasa stress. Namun apabila wanita tersebut merasa mampu dalam memenuhi tuntutan perannya dalam menghadapi masa *menopause*, maka wanita tersebut tidak akan mengalami kecemasan sebab wanita tersebut memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi era *menopause*.

Wanita dalam masa *menopause* mengalami semacam pertentangan antara ketakutan akan hilangnya fungsi kewanitaannya hingga berusaha melakukan berbagai cara untuk menunda periode *menopause*, usaha-usaha ini terkadang

mengancam egonya sebagai wanita sehingga menimbulkan kecemasan yang berlebihan (Ibrahim, 2005).

Kartini (2000) menyebutkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan yaitu, faktor fisik, keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami, egosentrisme dan ketidakpercayaan diri.

Dalam penelitian ini, peneliti menghubungkan dengan kepercayaan diri. Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai suatu sikap disertai penilaian atas kemampuan diri sendiri yang didasari atas pencapaian yang telah berhasil dilakukan sehingga memiliki kemampuan lebih dalam menilai kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Orang yang percaya diri mampu mendorong dirinya sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi setiap harinya.

Begitu juga ungkapan Lautser (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab.

Sedangkan Kumara (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) menegaskan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri.

Sehingga dapat dikatakan jika kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh wanita *menopause*, karena jika seseorang memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka orang tersebut tidak akan mudah merasakan kecemasan, dan juga tidak akan mudah terpengaruh pada orang lain, karena telah memiliki

pendirian yang kuat terhadap dirinya. Kecemasan wanita menopause dapat mengalami kestabilan kembali apabila wanita mempunyai kepercayaan diri yang tinggi jika selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menetralkan ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, memiliki kecerdasan yang cukup, memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup, memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing, memiliki kemampuan bersosialisasi, memiliki latar pendidikan keluarga yang baik, memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup dan selalu bereaksi positif didalam berbagai menghadapi masalah (Hakim, 2002).

Jadi, bagaimana individu dalam mempersepsikan atau menilai *menopause* akan berpengaruh pada kondisi emosi psikologisnya. Bila wanita memandang *menopause* sebagai hal yang “mengerikan” maka wanita tersebut akan menghadapi *menopause* dengan penuh kecemasan, sehingga diperlukannya kepercayaan diri yang baik pada wanita yang mengalami *menopause* agar wanita yang mengalami *menopause* terhindar dari rasa cemas yang dialaminya. Kepercayaan diri juga menjadi keyakinan individu untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dalam menghadapi berbagai masalah, termasuk dalam menghadapi masa *menopause*.

Rasa minder atau kurang percaya diri yang dialami wanita *menopause* biasanya disertai perasaan khawatir dan kegelisaan. Khawatir dan kegelisaan ini karena wanita beranggapan bahwa fungsi organ tubuhnya tidak seperti biasa dan dapat merusak kehidupannya (Ibrahim, 2005). Kurangnya percaya diri memberikan dampak pada diri wanita yaitu timbulnya kecemasan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Indrawati (2008) tentang pengaruh kecemasan pada wanita *menopause* ditinjau dari dukungan suami dan kepercayaan diri menyatakan bahwa kepercayaan diri yang rendah dapat mempengaruhi tingkat kecemasan diri seseorang. Semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin rendah tingkat kecemasan.

Berdasarkan dari uraian diatas peneliti merasa tertarik untuk meneliti permasalahan ini secara empirik dalam satu penelitian ilmiah. Untuk membuktikan lebih lanjut mengenai fenomena dari kedua variabel tersebut, menjadikan alasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi *Menopause*”, dimana penelitian ini dilakukan di Desa Laut Dendang.

B. Identifikasi Masalah

Kecemasan menghadapi *menopause* menurut Northrupz (2006) jika kebanyakan wanita menganggap *menopause* sebagai masa yang dapat membuat diri menjadi tua, lemah, dan tak berdaya, sehingga membuat wanita yang akan mengalami *menopause* menjadi cemas akan keadaan tersebut.

Berdasarkan fenomena yang dapat dilihat didesa laut dendang, dimana sebagian wanita tidak mampu untuk menerima perubahan-perubahan yang

ditimbulkan oleh datangnya *menopause*, menyebabkan mereka cenderung merasa khawatir, takut dan cemas dalam melewati fase ini, adapun perilaku yang dimunculkan seperti mudah lelah, depresi, *drypareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual), penurunan daya ingat, pegal-pegal, dan juga insomnia, perubahan-perubahan yang ditimbulkan ini tentu dapat mempengaruhi kepercayaan diri mereka.

B. Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini mengenai “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi *Menopause*”. Penelitian ini dilakukan di Desa Laut Dendang. Peneliti melakukan penelitian pada wanita yang telah mengalami *menopause* dan wanita yang memiliki kondisi fisik yang sehat. Dan penelitian ini berfokus pada wanita *menopause* yang mengalami kecemasan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka dapat disusun suatu rumusan masalah yaitu apakah ada “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi *Menopause* di Desa Laut Dendang, Deli Serdang Sumatera Utara”. Tujuan Penelitian. Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang akan dicapai adalah untuk mengetahui Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam menghadapi *Menopause* di Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara.

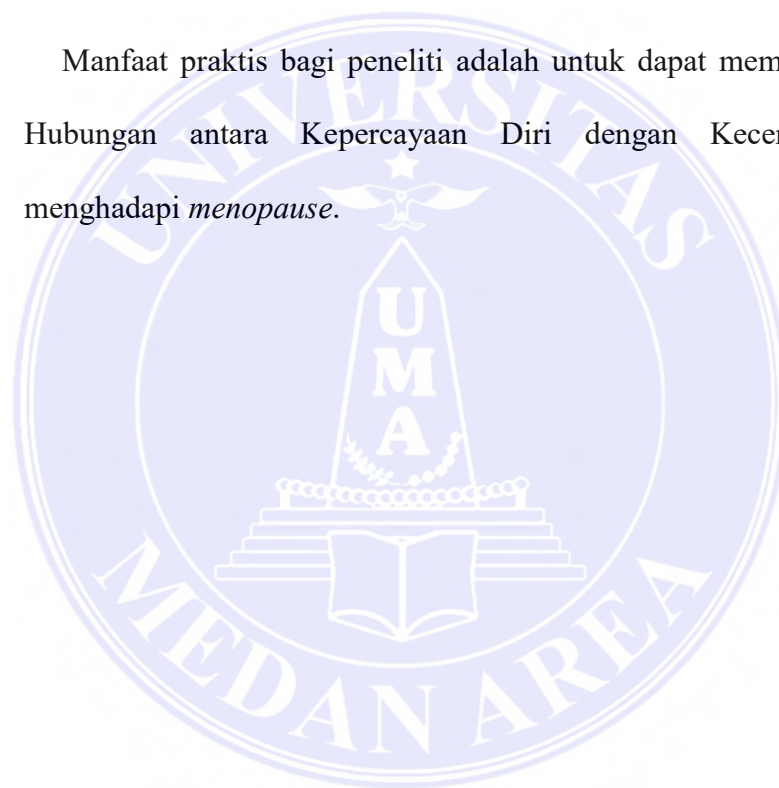
D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Adapun manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti lainnya terkait dengan Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam menghadapi *Menopause*.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis bagi peneliti adalah untuk dapat memahami tentang Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan dalam menghadapi *menopause*.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Dewasa Madya

a. Definisi Dewasa Madya

Usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti, diantaranya adalah banyaknya stereotip yang tidak menyenangkan tentang usia madya, yaitu kepercayaan tradisional tentang kerusakan mental dan fisik (Hurlock, 2000).

Dewasa madya adalah masa transisi, dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmaniah dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan dengan ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru (Jahja, 2011).

Masa dewasa madya merupakan masa yang kedatangannya ditakuti oleh banyak orang (Mappiare, 1983). Menurut Santrock (2002), masa dewasa madya adalah masa yang dimulai ketika seorang memasuki usia 40-45 tahun hingga 60-65 tahun.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa masa dewasa madya merupakan masa dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmaniah dan perilaku masa dewasanya, dan ini terjadi antara usia 40 arau awal 50 tahun.

b. Karakteristik Dewasa Madya

Menurut Jahja (2011) usia dewasa madya memiliki sepuluh karakteristik, yaitu sebagai berikut :

a. Usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti

Semakin mendekati usia tua, periode usia madya semakin terasa lebih menakutkan dilihat dari seluruh kehidupan manusia. Beberapa diantaranya ialah kepercayaan tradisional tentang kerusakan mental dan fisik.

b. Usia madya merupakan masa transisi

Pada masa ini pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku dewasanya dan memasuki masa suatu periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru.

c. Usia madya merupakan masa stres

Penyesuaian secara radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah, khususnya bila disertai dengan berbagai perubahan fisik, selalu cenderung merusak homostatis fisik dan psikologis seseorang dan membawa ke masa stres.

d. Usia madya merupakan “usia yang berbahaya”

Usia madya dapat menjadi dan merupakan bahaya dalam beberapa hal seperti, masa dimana seseorang mengalami kesusahan fisik sebagai akibat dari terlalu banyak bekerja, rasa cemas yang berlebihan, ataupun kurang memperhatikan kehidupan.

e. Usia madya merupakan “usia canggung”

Orang yang berusia madya seolah-olah berdiri diatas generasi pemberontak yang lebih muda dan generasi warga senior. Mereka secara terus-menerus menjadi sorotan dan menderita karena hal-hal yang tidak menyenangkan dan memalukan yang disebabkan oleh kedua generasi tersebut.

f. Usia madya merupakan masa berprestasi

Menurut Erikson (dalam Jahja, 2011) usia madya merupakan masa krisis dimana baik generasivitas kecenderungan untuk menghasilkan maupun stagnasi kecenderungan untuk tetap berhenti akan dominan. Menurut Erikson, selama usia madya orang akan menjadi lebih sukses atau sebaliknya mereka akan berhenti dan tidak mengerjakan sesuatu apapun lagi. Pada masa usia madya orang mempunyai kemauan yang kuat untuk berhasil dan menunggu dari masa-masa persiapan dan kerja keras yang dilakukan sebelumnya.

g. Usia madya merupakan masa evaluasi

Acher (dalam Jahja, 2011) menyatakan pada usia 20 kita akan mengikat diri pada pekerjaan atau perkawinan. Selama akhir 30-an dan awal 40-an adalah umum bagi pria untuk melihat kembali keterikatan-keterikatan masa awal ini.

h. Usia madya dievaluasi dengan standar ganda

Standar ganda ini banyak mempengaruhi banyak aspek dalam kehidupan pria dan wanita usia madya, tetapi ada dua aspek khusus

yang perlu diperhatikan, yaitu; Pertama, aspek yang berkaitan dengan perubahan jasmani, seperti terdapat kerut-kerut pada wajah dan mengendornya otot di sekitar pinggang. Kedua, standar ganda dapat terlihat nyata pada cara mereka menyatakan sikap pada usia tua.

i. Usia madya merupakan masa sepi

Umumnya orang dewasa madya menemukan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan rumah yang berpusat pada pasangan suami istri. Keadaan ini terjadi karena selama masa-masa mengasuh anak, suami dan istri selalu berkembang terpisah dan mengembangkan minat masing-masing. Periode sepi pada usia madya lebih bersifat traumatis bagi wanita dari pada pria.

j. Usia madya merupakan masa jenuh

Para pria menjadi jenuh dengan kegiatan rutin sehari-hari dan kehidupan bersama keluarga yang hanya memberikan sedikit hiburan. Wanita, yang menghabiskan waktunya untuk memelihara rumah dan membesarkan anak-anaknya, bertanya-tanya apa yang dilakukan pada usia setelah 20 atau 30 tahun kemudian.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik dari dewasa madya adalah usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti, usia madya merupakan masa transisi, usia madya merupakan masa stres, usia madya merupakan “usia yang berbahaya”, usia madya merupakan “usia canggung”, usia madya merupakan masa berprestasi, usia madya merupakan masa evaluasi, usia madya dievaluasi

dengan standar ganda, Usia madya merupakan masa sepi, dan juga usia madya merupakan masa jenuh.

B. *Menopause*

a. Definisi *Menopause*

Istilah kata *menopause* berasal dari kata men = bulan, pause = periode atau tanda berhenti, jadi *menopause* adalah berhentinya secara definitif menstruasi. Menurut Proverawati (2019) *menopause* dikenal sebagai berhentinya menstruasi yang disebabkan oleh hilangnya aktivitas folikel ovarium. *Menopause* alamiah terjadi pada akhir periode menstruasi dan sekurang-kurangnya selama 12 bulan tidak mengalami menstruasi (amenorea), dan bukan disebabkan oleh hal yang patologis.

Menurut Santrock (2002) *menopause* adalah masa diusia setengah baya, biasanya pada usia akhir 40 atau awal 50 tahun, ketika periode haid perempuan dan kemampuan melahirkan anak berhenti secara keseluruhan.

Sedangkan menurut Kumalasari & Andhyantoro (2012) *menopause* adalah keadaan wanita yang mengalami penurunan fungsi indung telur, sehingga produksi hormon estrogen berkurang yang berakibat terhentinya menstruasi untuk selamanya (mati menstruasi).

Menopause merupakan fase dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berhentinya masa subur (Sibagariang. EE. 2010). *Menopause* adalah haid terakhir, atau saat terjadinya haid terakhir. Diagnosa *menopause* dibuat setelah terdapat amenorea sekurang-kurangnya satu tahun (Prawirohardjo, 2011).

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa *menopause* adalah masa diusia dewasa madya dimana menstruasi pada wanita berhenti dan tidak dapat hamil lagi.

b. Faktor yang Mempengaruhi *Menopause*

Menurut Proverawati (2019) faktor yang berpengaruh terhadap gejala *menopause*, antara lain;

a) Faktor Psikis

Perubahan-perubahan psikologis maupun fisik berhubungan dengan kadar estrogen, gejala yang menonjol adalah berkurangnya tenaga dan gairah, berkurangnya konsentrasi dan kemampuan akademik dan timbulnya perubahan emosi. Perubahan psikis ini berbeda-beda dari kemampuan siwanita untuk menyesuaikan diri.

b) Sosial Ekonomi

Keadaan sosial ekonomi mempengaruhi faktor fisik, kesehatan dan pendidikan.

c) Budaya dan Lingkungan

Pengaruh budaya dan lingkungan sudah dibuktikan sangat mempengaruhi wanita untuk dapat atau tidak dapat menyesuaikan diri dengan fase klimakterium dini.

d) Faktor Lain

Wanita yang belum menikah, wanita karir baik yang sudah atau belum berumah tangga, *menarch* (menstruasi pertama) yang

terlambat berpengaruh terhadap keluhan-keluhan klimaterium yang ringan.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi *menopause* adalah faktor psikis, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan dan juga ada faktor lainnya.

c. Gejala-Gejala *Menopause*

Menurut Aqila (2010), gejala yang dapat menyertai datangnya *menopause* antara lain, sebagai berikut;

a) Gejala Vasomotor

Seperti *hot flashes*, kesulitan tidur, keringat berlebih, palpitasi dan gangguan punggung dan tulang.

b) Gejala Psikologis

Seperti perubahan emosi, mudah lelah, penurunan daya ingat dan mudah tersinggung, dan depresi.

c) Gejala Urogenital

Seperti vagina kering, masalah pada kandung dan saluran kemih.

Ditambahkan Proverawati (2019) jika gejala *menopause* meliputi; *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (berkeringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, insomnia (susah tidur), depresi (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek/lelah), penurunan libido, *drypareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan *incontinence urinary* (beser).

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa gejala yang disebabkan datangnya *menopause* meliputi *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (berkeringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, insomnia (susah tidur), depresi (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek/lelah), penurunan libido, *drypareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan *incontinence urinary* (beser).

C. Kecemasan Menghadapi *Menopause*

a. Definisi Kecemasan Menghadapi *Menopause*

Menurut Northrupz (2006) kebanyakan wanita menganggap *menopause* sebagai masa yang dapat membuat diri menjadi tua, lemah, dan tak berdaya, sehingga membuat wanita yang akan mengalami *menopause* menjadi cemas akan keadaan tersebut. Wanita merasa cemas menghadapi *menopause*, dikarenakan wanita yang berusia lanjut akan mengalami hidup yang kurang sehat, kurang bugar, tidak cantik lagi, dan cepat marah padahal *menopause* merupakan suatu fase kehidupan yang harus dijalani oleh setiap wanita, Boyke (dalam Northrupz, 2006).

Kemudian menurut Proverawati (2019) jika seringkali wanita yang menghadapi *menopause* dengan rasa cemas dan was-was karena *menopause* identik dengan ketuaan. Perempuan yang banyak mengalami kekhawatiran berasal dari orang-orang yang berpendidikan rendah dan perekonomian menengah kebawah.

Banyak dari ibu-ibu yang mengalami *menopause* menjadi seorang yang mudah mengalami rasa cemas. Akibat seringnya kekhawatiran yang menghantui dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah mereka khawatirkan, hal itu juga dapat menimbulkan kecemasan (Pieter & Lumongga, 2010).

Menurut Proverawati (2019), ciri kecemasan yang disebabkan datangnya *menopause* dapat dipengaruhi dari faktor psikologis, seperti ingatan menurun, kecemasan, mudah tersinggung, stress dan juga depresi.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan jika kecemasan yang muncul pada wanita yang menghadapi masa *menopause* disebabkan karena kurangnya pengetahuan, tidak adanya persiapan dan tidak mendapat informasi mengenai *menopause* sehingga tidak ada bayangan akan hal-hal yang terjadi setelah *menopause* tersebut. Mereka cemas dengan berakhirnya reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik. Mereka juga mengkhawatirkan diri mereka yang akan menjadi tua yang mengakibatkan kecantikannya memudar.

b. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Menurut Kartini (2000) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, yaitu;

a. Faktor Fisik

Pada saat emosi tidak stabil maka akan terjadi perubahan tekanan darah, nafas, bekerjanya kelenjar dan otot, keringat, serta debaran jantung.

b. Keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami

Situasi yang baru dan belum biasa dilakukan akan memaksa seseorang melakukan penyesuaian diri pada lingkungan.

c. Egosentrisme

Egosentrisme dari seseorang akan menimbulkan pemikiran-pemikiran negatif terhadap lingkungan dalam menilai dirinya.

d. Ketidakpercayaan diri

Rasa rendah diri yang menyebabkan rasa tidak mampu, tidak aman, ragu-ragu, pemalu, dan rasa kekurangan apabila dibandingkan dengan orang lain.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor kecemasan adalah faktor fisik, keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami, egosentrisme, dan ketidakpercayaan diri.

Akibat adanya perubahan fisik dan psikis pada seorang wanita *menopause* dapat menyebabkan timbulnya rasa kecemasan, yang bermanifestasi rasa ketidak nyamanan. Menurut (Aprilia & Puspitasari, 2007) kecemasan wanita *menopause* dipengaruhi beberapa faktor;

1. Usia, merupakan variabel penting bagi perempuan saat masuknya *menopause* dan tiap individu berbeda-beda dalam perjalanan hidupnya seorang perempuan yang mencapai usia 45 tahun mengalami penuaan.
2. Pengetahuan, ini dapat bersumber dari penyuluhan petugas kesehatan maupun dari berbagai media. Menurut Notoadmojo

- (2003) bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bermanfaat dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.
3. Pendidikan, tingkat pendidikan rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan terhadap *menopause*, semakin tinggi tingkat pendidikannya akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikirnya (Stuart & Sudden, 2007). Proses perubahan sikap dari tata laku seseorang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Jadi semakin tinggi pendidikan diharapkan mereka dapat berfikir secara rasional dan menahan emosi yang baik.
 4. Dukungan keluarga, faktor lain yang mempengaruhi kecemasan ialah kehadiran orang-orang terdekat dan bagaimana sikap mereka terhadap perempuan *menopause*. Perempuan yang mengalami kecemasan seringkali bergantung kepada anggota keluarga atau teman dekat untuk memperoleh dukungan. Walaupun kecemasan tetap akan dirasakan, kehadiran orang yang dicintai akan meminimalkan kesepian dan ketakutan. Apabila tidak ada keluarga atau teman, seringkali kecemasan membuat perempuan *menopause* semakin tertekan. Kehadiran suami dan anak sangat penting bagi perempuan *menopause* yang sedang mengalami kecemasan.
 5. Status pekerjaan, aktivitas wanita sehari-hari dapat mempengaruhi kualitas hidup yang dimiliki. Seorang perempuan yang berperan hanya sebagai ibu rumah tangga saja tingkat pengetahuan yang dimiliki cenderung tidak banyak perubahan. Namun demikian,

pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah atau pencaharian (Notoatmodjo, 2005). Menurut Darmojo dan Hadi (2006) seorang wanita yang mempunyai aktivitas sosial diluar rumah akan lebih banyak mendapat informasi baik misalnya dari teman bekerja atau teman dalam aktivitas sosial. Jadi status wanita bekerja atau tidak bekerja berpengaruh terhadap tingkat kecemasan itu sendiri.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan adalah hal-hal yang dapat mengancam diri seseorang baik itu yang berasal dari dalam maupun dari luar diri individu. Sedangkan faktor kecemasan bagi wanita *menopause* antara lain dipengaruhi oleh usia, pengetahuan, pendidikan, dukungan keluarga, dan juga status pekerjaan.

c. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Deffenbacher, (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016) mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan meliputi hal-hal dibawah ini;

- a. Kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya.
- b. Emosionalitas (*imosionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang.

- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami, seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan antara lain kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*imosionality*), dan juga gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*).

Kemudian ditambahkan Davidson (1990) yang mengemukakan aspek kecemasan menghadapi *menopause* sebagai berikut;

- a. Suasana hati, yaitu keadaan yang menunjukkan ketidak tenangan psikis, seperti; mudah marah, persaaan sangat tegang.
- b. Pikiran, yaitu keadaan pikiran yang tidak menentu, seperti; khawatir, sukar konsentrasi, pikiran kosong, membesar-besarkan ancaman, memandang diri sebagai sangat sensitif, merasa tidak berdaya.
- c. Motivasi, yaitu dorongan untuk mencapai sesuatu, seperti; menghindari situasi, ketergantungan yang tinggi, ingin melarikan diri dari kenyataan.
- d. Perilaku gelisah yaitu keadaan diri yang tidak terkendali seperti; gugup, kewaspadaan yang berlebihan, sangat sensitif dan agitasi.
- e. Reaksi-reaksi biologis yang tidak terkendali, seperti; berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual, mulut kering.

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan menghadapi *menopause* adalah suasana hati yang menunjukkan ketidak tenangan psikis, pikiran yang tidak menentu, motivasi untuk mencapai sesuatu, reaksi-reaksi biologis yang tidak terkendali.

D. Kepercayaan Diri

a. Definisi Kepercayaan Diri

Menurut Lautser (1992) dalam kehidupan manusia, kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab.

Menurut Willss (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu mengulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Santrock (2002) menyatakan rasa percaya diri atau *self esteem* merupakan dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri. Rasa percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri. Kemudian Anthony (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Sedangkan Aflatih (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, keyakinan akan kemampuan diri, harga diri atau gambaran diri, dan kemampuan dan keterampilan yang dimilikinya.

b. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri

Menurut Ghufron & Risnawati (2016) kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain;

a. Konsep Diri

Menurut Anthony (dalam Ghufron & Risnawati 2016) terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Anthony (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang.

Berdasarkan pendapat ahli diatas, maka dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang adalah harga diri, konsep diri, pendidikan, dan juga pengalaman.

c. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) aspek-aspek pembentuk kepercayaan diri terdiri dari;

- a. Keyakinan akan kemampuan diri, adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis, sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
- c. Objektif, adalah kesedihan orang untuk menanggung segala sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab, adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

- e. Rasional dan realistis, adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa aspek kepercayaan diri adalah memiliki keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab s rasional dan realistis.

d. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri

Menurut Hakim (2002) mengemukakan ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri sebagai berikut;

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
- c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
- h. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing
- i. Memiliki kemampuan bersosialisasi
- j. Memiliki latar pendidikan keluarga yang baik
- k. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup

1. Selalu bereaksi positif didalam berbagai menghadapi masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup, dengan sikap ini adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri diatas mencerminkan kepercayaan diri pada setiap individu, sehingga kepercayaan diri dikatakan sempurna dalam bentuk positif, apabila seorang individu memiliki ciri-ciri tersebut didalam dirinya.

Sedangkan ciri-ciri individu yang tidak memiliki kepercayaan diri menurut Hakim, (2002) adalah sebagai berikut;

- a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu
- b. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial ataupun ekonomi
- c. Sulit menetralisasi timbulnya ketegangan didalam suatu situasi
- d. Gugup dan terkadang bicara gagap
- e. Memiliki latar pendidikan keluarga yang kurang baik
- f. Memiliki perkembangan kurang baik sejak bayi
- g. Kurang memiliki kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu
- h. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya
- i. Mudah putus asa

- j. Cenderung bergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah
- k. Pernah mengalami trauma
- l. Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan tidak percaya dirinya semakin buruk.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri tersebut diatas mencerminkan individu yang tidak memiliki kepercayaan diri sehingga kepercayaan diri dikatakan tidak sempurna dan negatif.

E. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan menghadapi *Menopause*

Menopause merupakan suatu tahap dimana wanita tidak lagi mendapatkan siklus menstruasi yang menunjukkan berakhirnya kemampuan wanita untuk bereproduksi. Secara normal wanita mulai mengalami masa *menopause* antara usia 40 tahun sampai 50 tahun (Santrock, 2002).

Terjadinya *menopause* ada hubungannya dengan *menarche* (haid pertama), makin dini *menarche* terjadi maka makin lambat atau lama *menopause* datang, wanita yang *menopause* mengalami hidup yang kurang sehat, kurang bugar, tidak cantik lagi, dan cepat marah padahal *menopause* merupakan suatu fase kehidupan yang harus dijalani oleh setiap wanita, Boyke (dalam Northrupz, 2006). Northrupz (2006) juga menambahkan jika kebanyakan wanita menganggap *menopause* sebagai masa yang dapat

membuat diri menjadi tua, lemah, dan tak berdaya, sehingga membuat wanita merasa khawatir dan juga cemas serta tidak memiliki kepercayaan diri.

Kartini (2000) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, yaitu faktor fisik, keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami, egosentrisme dan ketidakpercayaan diri.

Kecemasan didefinisikan sebagai suatu kondisi emosional yang tidak menyenangkan yang datang dari dalam, bersifat meningkatkan, menggelisahkan, dan menakutkan yang dihubungkan dengan suatu ancaman bahaya yang tidak diketahui asalnya oleh individu. Perasaan ini disertai oleh komponen somatik, fisiologik, otonomik, biokimia, hormonal dan perilaku (Kusnadi, 2018).

Adanya hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi masa *menopause* adalah jika kebanyakan wanita akan memiliki sikap negatif terhadap *menopause* seperti merasa tua, kurang menarik, dan tidak nyaman dengan gejala *menopause* yang muncul. Wanita akan mengalami rasa tidak puas dan tidak terima terhadap perubahan-perubahan yang ditimbulkan dari *menopause*, wanita dengan kepercayaan diri yang rendah menunjukkan penyesuaian diri yang lebih sulit terhadap *menopause* dibandingkan dengan wanita dengan harga diri yang tinggi. Mereka lebih sering mengalami kecemasan terkait dengan gejala-gejala *menopause*.

Wanita yang memasuki masa *menopause* merasa tidak percaya diri dan mengalami ketidak stabilan emosi karena perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Wanita yang mengalami kecemasan membutuhkan dukungan

dari keluarga serta orang-orang terdekatnya, terutama suami dan juga anak-anaknya.

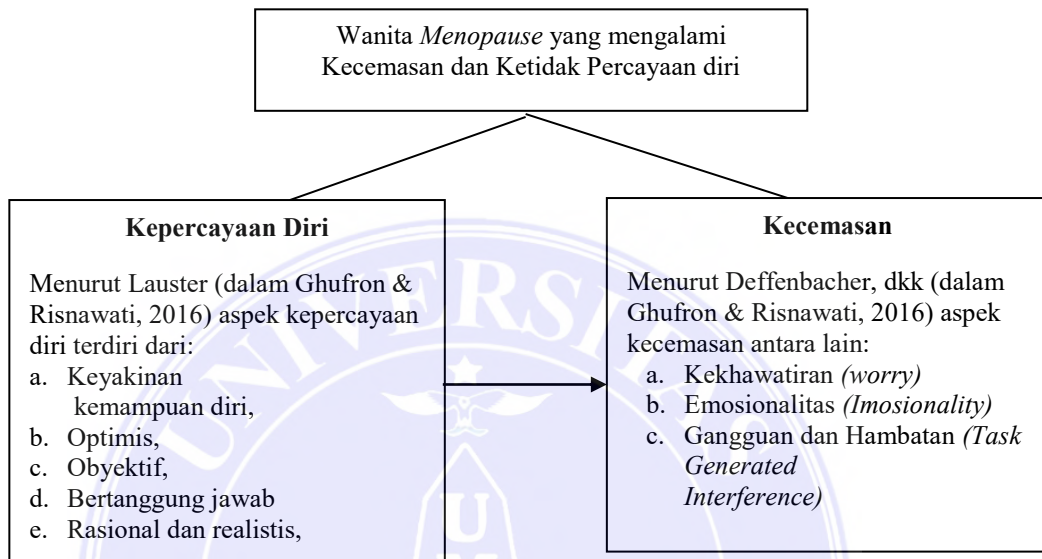
Hal ini dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2010) di RT 13 Serangan Notorprajan Ngampilan Yogyakarta dengan judul Hubungan Kepercayaan Diri dengan Tingkat Kecemasan Wanita dalam Menghadapi masa *Perimenopause* menunjukkan terdapat hubungan korelatif negatif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi masa *perimenopause*. Hal ini dapat diartikan jika semakin tinggi atau semakin kuat kepercayaan diri yang dimiliki seorang wanita yang menghadapi *menopause* maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya atau sebaliknya.

Ibrahim (2002) mengatakan bahwa wanita dalam masa *menopause* mengalami semacam pertentangan antara ketakutan akan hilangnya fungsi kewanitaannya hingga berusaha melakukan berbagai cara untuk menunda periode *menopause*, usaha-usaha ini terkadang mengancam egonya sebagai wanita sehingga menimbulkan kecemasan yang berlebihan.

Ditambahkan Soares, dkk (dalam Zuccolo, 2006) bahwa wanita yang mengalami masa *menopause* membutuhkan pengharapan, penerimaan dan toleransi dari lingkungan sosial terdekatnya, dalam hal ini adalah keluarga. Wanita yang mendapatkan penerimaan dan dukungan sosial diharapkan dapat menghadapi masa *menopausenya* dengan lebih baik.

E. Kerangka Konseptual

Variabel-variabel yang telah dikelompokkan dalam kerangka konsep dan dibentuk menjadi suatu model teoritis sebagai berikut;



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

F. Hipotesis

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah dipaparkan diatas, maka diajukan hipotesis sebagai berikut; Ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada wanita menjelang masa *menopause*, dengan asumsi semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah tingkat kecemasan bagi wanita dalam menjelang masa *menopause* dan sebaliknya jika kepercayaan diri rendah maka semakin tinggi tingkat kecemasan wanita dalam menjelang masa *menopause*.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, karena penelitian ini disajikan dengan angka-angka. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto, (2006) yang mengemukakan penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang banyak dituntut menguatkan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan hasilnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif Korelasional sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Fraenkel dan Wallen (2008) yaitu penelitian korelasional ialah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel atau lebih, tanpa ada upaya untuk mempengaruhi, maka data tersebut valid karena tidak ada manipulasi variabel.

Berdasarkan dari tingkat eksplanasinya, penelitian ini termasuk penelitian asosiatif karena penelitian ini mencari hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini berusaha mencari hubungan kepercayaan diri terhadap kecemasan pada wanita usia madya yang menghadapi *menopause*.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

- a. Variabel Bebas (X) = Kepercayaan Diri
- b. Variabel Terikat (Y) = Kecemasan dalam Menghadapi *Menopause*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel ataupun konsep yang akan digunakan. Definisi operasional digunakan untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian sebagai berikut:

1. Kecemasan yang dialami wanita *menopause* merupakan suatu bentuk emosi yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan ketakutan terhadap hal-hal yang sebelumnya belum pernah dialami, seperti periode haid serta kemampuan melahirkan anak berhenti secara keseluruhan, merasa tua dan tak berdaya.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan aspek yang telah dikembangkan menurut Deffenbacher, dkk (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) antara lain; Kekhawatiran (*worry*), Emosionalitas (*Imosionality*), Gangguan dan Hambatan (*Task Generated Interference*).

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap disertai penilaian atas kemampuan diri sendiri yang didasari, sehingga dalam melakukan tindakan tidak terlalu sering merasa cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan, dan memiliki tanggung jawab atas keputusan dan tindakan yang dilakukan.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan aspek yang telah dikembangkan menurut Ghufon & Risnawati, 2016) aspek

kepercayaan diri terdiri dari; Keyakinan, kemampuan diri, optimis, obyektif, dan bertanggung jawab, rasional dan realistis.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini sebanyak 50 orang. Data diperoleh dari Poskesdes Laut Dendang

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2014) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar *representatif* (mewakili). Pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar berfungsi.

Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 wanita, hal ini diperoleh dari ketersediaan para sampel dalam penelitian. Jumlah sampel ditentukan menurut Baley (dalam Mahmud, 2011) yang menyatakan bahwa untuk penelitian yang menggunakan analisis data statistik, ukuran sampel paling minimum adalah 30. Data diperoleh dari Poskesdes Desa Laut Dendang Kecamatan Percut Sei Tuan.

Teknik yang digunakan adalah teknik *Purposive Sampling* dengan kriteria yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah wanita yang

sehat secara jasmani dan rohani, wanita yang telah memasuki usia *menopause*, wanita yang telah menikah dan juga wanita yang telah mengalami *menopause*. *Purposive sampling* adalah salah satu teknik sampling non random sampling dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian (Arikunto, 2006). Sedangkan ciri khusus sengaja dibuat oleh peneliti agar sampel yang diambil nantinya dapat memenuhi kriteria-kriteria yang mendukung atau sesuai dengan penelitian. Kriteria tersebut biasa diberi istilah dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode skala untuk mengukur variabel yang hendak diteliti. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala model *likert*, dengan kategori menggunakan skala kepercayaan diri dan skala kecemasan.

a. Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah hasil modifikasi skala kepercayaan diri yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri Lauster (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016) yaitu sebagai berikut; keyakinan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

b. Kecemasan

Skala kecemasan yang digunakan dalam penelitian ini adalah hasil modifikasi skala kecemasan yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek Kecemasan menurut Deffenbacher, dkk (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) aspek kecemasan antara lain; kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*Imosionality*), gangguan dan hambatan (*Task Generated Interference*).

Dalam kategori penilaian pendukung (*favorable*), yaitu sangat setuju (SS)=4, setuju (S)=3, tidak setuju (TS)=3, dan sangat tidak setuju (STS)=1, dan penilaian tidak mendukung (*unfavorable*), sangat setuju (SS)=1, setuju (S)=2, tidak setuju (TS)=3, dan sangat tidak setuju (STS)=4.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Arikunto (2006) data dalam penelitian ini dapat mempunyai kedudukan yang paling tinggi, karena merupakan penggambaran variabel yang diteliti, dan berfungsi sebagai alat pembuktiaan hipotesis. Oleh karena itu benar atau tidaknya data, instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel.

1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas berkenaan dengan sejauh mana skala dapat menghasilkan data akurat yang sesuai dengan tujuan ukurnya (Azwar

& Saifuddin, 2004). Rumus korelasi *Product moment* untuk menguji analisis data sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N} \right) \left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} \right) \right\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap butir) dengan variabel Y (total subjek dari seluruh butir)
 $\sum xy$: jumlah dari hasil perkalian antara X dengan setiap Y
 $\sum x$: jumlah skor keseluruhan butir tiap-tiap subjek
 $\sum y$: jumlah skor total butir tiap-tiap subjek
 $\sum y^2$: jumlah kuadrat skor Y
 $\sum x^2$: jumlah kuadrat skor X
 N : jumlah subjek yang diteliti

Indeks validitas yang diperoleh dengan teknik korelasi *product moment* masih perlu dikorelasikan lagi untuk menghindari kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total. Hal ini dapat menyebabkan koefisien korelasi menjadi lebih besar. Untuk mengatasi hal ini, digunakan formula *part whole*.

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD y) - (SD x)}{\sqrt{\sum (SD x)^2 + (SD y) - 2(r_{xy})(SD x)(SD y)}}$$

Keterangan :

- r_{bt} : Koefisien korelasi setelah dikorelasikan dengan *part whole*
 r_{xy} : Koefisien korelasi sebelum dikoreksi
 $SD y$: Sebelum deviasi total
 $SD x$: Standar deviasi butir

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reabilitas merupakan konsistensi sebuah alat ukur bahwasanya kemampuan alat ukur tersebut jika digunakan pada subjek yang akan datang dengan subjek yang sama akan mendapatkan hasil yang sama.

Serta merupakan instrumen yang cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2006). Pada penelitian ini reliabilitas alat ukur penelitian ini digunakan teknik analisa varians yang dikembangkan oleh Hyot. Adapun rumus teknik Hyot yang digunakan adalah sebagai berikut;

$$r_{tt} = 1 - \frac{MK_1}{MK_2}$$

Keterangan :

- R_{tt} : Koefisien reliabilitas alat ukur
 MK_1 : Mean kuadrat interaksi antara aitem dengan subjek
 MK_2 : Mean kuadrat antara subjek
 l : Bilangan koefisien

3. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *Product moment* dengan tujuan utama yakni ingin melihat apakah ada Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi *Menopause* di Desa Laut Dendang.

Rumus korelasi *Product Moment* untuk menguji analisis data adalah sebagai berikut;

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N} \right) \left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} \right) \right\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap butir) dengan variabel Y (total subjek dari seluruh butir)
 $\sum xy$: jumlah dari hasil perkalian antara X dengan setiap Y
 $\sum x$: jumlah skor keseluruhan butir tiap-tiap subjek
 $\sum y$: jumlah skor total butir tiap-tiap subjek
 $\sum y^2$: jumlah kuadrat skor Y
 $\sum x^2$: jumlah kuadrat skor X
 N : jumlah subjek yang diteliti

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan pada bagian berikutnya akan dikemukakan saran-saran yang dapat digunakan bagi para pihak terkait.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan metode *Product Moment*, maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil korelasi *Pearson Product Moment* diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara Kepercayaan Diri dan perilaku Kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause*. Korelasi negatif dan signifikan antara Kepercayaan Diri dan perilaku Kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause* dapat dilihat dari nilai koefisien (r_{xy}) = -0,602 dengan $p = 0,000 < 0.05$, artinya semakin tinggi tingkat Kepercayaan Diri maka semakin rendah pula tingkat Kecemasan pada wanita-wanita yang menghadapi *menopause* di Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara.
2. Wanita-wanita yang menghadapi *menopause* di Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara memiliki nilai rata-rata 216,73 dengan tingkat Kepercayaan Diri tergolong ke dalam kategori tinggi dan Kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause* memiliki nilai

rata-rata 79,47 dengan tingkat Kecemasan para wanita tersebut tergolong kedalam kategori rendah.

3. Hasil penelitian ini secara keseluruhan dapat dinyatakan bahwa Kepercayaan Diri memiliki hubungan yang negatif terhadap Kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause* dengan signifikansi 5% (0,05) dan sumbangan efektif sebesar 36,3% variabel Kepercayaan Diri memberikan pengaruh kepada perilaku Kecemasan pada wanita-wanita dalam menghadapi *menopause* di Desa Laut Dendang Deli Serdang Sumatera Utara, sementara sisanya sebanyak 63,7% dipengaruhi oleh faktor lainnya, seperti; faktor fisik, keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami serta egosentrisme.

B. Saran

Berdasarkan dengan kesimpulan diatas, maka berikut dapat diberikan beberapa saran diantaranya:

1. Bagi Wanita

Diharapkan kepada para wanita yang menghadapi *menopause* untuk tetap semangat dalam menjalani hari-harinya penuh dengan kepercayaan diri tanpa adanya rasa rendah diri dalam menghadapi *menopause* sehingga dengan demikian tingkat kecemasan akan hal tersebut bisa ditekan sehingga para wanita tidak tertekan dalam menghadapi *menopause*, seperti melakukan hal-hal yang disenangi atau hobi seperti berkebun di perkarangan rumah, memelihara hewan

peliharaan, mengikuti kegiatan perkumpulan atau organisasi lingkungan sekitar dan lain sebagainya yang dimana hubungan sosial yang positif pula dapat meningkatkan kepercayaan diri dan menurunkan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi *menopause*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kepada para peneliti berikutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam lagi mengenai timbulnya perilaku Kecemasan wanita menghadapi *menopause* yang disebabkan oleh Kepercayaan Diri untuk lebih memperhatikan kepada faktor yang mempengaruhi perilaku Kecemasan lainnya seperti faktor fisik, keadaan yang belum biasa dan belum dapat dipahami serta egosentris.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia & Puspitasari, 2011. *Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause*. Jurnal Unair. Diakses pada 20 Januari 2021
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Azwar & Saifuddin. (2004). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Aqila, Smart. 2010. *Bahagia di usia Menopause*. Yogyakarta: A Plus Books
- Davidson, Kate M, & Ivy M, Blackburn. 1990. *Health Psychology*. Processes And Applications: New York.
- Feldman, P & Papalia, D. 2014. *Menyelami Perkembangan Manusia (Experience Human Development)*. Jakarta: Salemba Humanika
- Fraenkel, J., Wallen, N. (2008). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New Work: McGraw-Hill Higher Education
- Gail, W, S. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Alih Bahasa: Ramona P,H Kapoh & Egi Komara Yudha. Jakarta: Erlangga
- Ghufron, M, Nur & Risnawati Rini, S. 2016. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspaswara
- Hawari Dadang, Prof. Dr. dr. H.. 2001. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Badan Penerbit FKUI
- Hurlock, E, B. 2000. *Psikologi Perkembangan suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga
- Ibrahim, Z. 2005. *Psikologi Wanita*. Bandung: Pustaka Hidayah
- Indrawati. 2008. *Pengaruh kecemasan pada wanita menopause ditinjau dari dukunga suami dan kepercayaan diri*. Diakses tanggal 19 Juni 2020 dari <http://www.eprints.unika.ac.id>
- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana
- Kartini, K. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju
- Kumalasari, I & Andhyantoro, I. *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Kuntjoro, Z. S. 2002. *Menopause Kategori Lanjut Usia*. Diakses pada 20 Januari 2021
- Kusmiran & Eny. 2011. *Kesehatan Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Laura, A, King. 2014. *Psikologi Umum sebuah Pandangan Apresiatif (The Science of Pscyhology-An Appreciative View)*. Jakarta: Salemba Humanika

- Lautser.1992.*Tes Kepribadian* (Terjemahan D.H.Gulo) Jakarta: Bumi Aksara
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Pustaka Setia. Bandung
- Mappiare, Andi.tt. *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya : Usana Offsetbar
- Maspaitella, M.L., Dra., M.Psi. 2006. *Mengatasi Gangguan Emosional Pada wanita Menopause*. Disampaikan dalam simposium Nasional PERKUMPULAN MENOPAUSE INDONESIA (PERMI): Tatalaksana Menopause “Apa yang harus kita lakukan sekarang? Jurnal Diakses pada 25 September 2019
- Mila Oviani. 2010. *Hubungan Dukungan sosial Suami dan Kepercayaan diri dengan Kecemasan Ibu menjelang Menopause usia 40-55 tahun di Desa Pulorejo Kecamatan Tembelang Kabupaten Jombang*. Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Jurnal Psikologi Diakses pada 25 September 2019
- Mulyani, S, N. 2013. *Menopause: Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita diusia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Nevid, J, Rathus, S, & Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Gelora Aksara Pratama
- Northrupz, C. 2006. *Bijak disaat Menopause Menciptakan Kesehatan Fisik dan Emosional saat Menghadapi Perubahan*. Bandung: Q-Press
- Ns. Kusradi Jaya, S.Kep, 2018. *Keperawatan Jiwa*. Tangerang Selatan: Binapura Aksara
- Pieter, H, Z & Lumongga, N. 2010. *Pengantar Psikologi untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana
- Prawirohardjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kandungan Jakarta*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Proverawati Atikah, M. 2010. *Menopause dan Sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rostiana, T., & Kurniati, N. M. T. 2009. Kecemasan Pada Wanita Yang Menghadapi Menopause. *Jurnal Psikologi Volume, 3(1)*, 76. Diakses pada 25 September 2019
- Sibagariang, EE, dkk. 2010. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Buku Kesehatan
- Santrock, J, W. 2002. *Life-span Development. Perkembangan Masa Hidup Jilid dua*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Wulandari, 2010. *Hubungan Kepercayaan diri dengan Tingkat Kecemasan wanita dalam Menghadapi masa Perimenopause di RT 13 Serangan Notorprajan Ngampilan Yogyakarta*. STIKES’Aisyiyah Yogyakarta Diakses pada 25 September 2019
- Zuccolo, M.R. 2006. *Physipcyhological Correlates in Menopause*. Los Angeles. Diakses pada 27 Agustus 2021



LAMPIRAN A

SKALA KEPERCAYAAN DIRI



DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan karakter dari pengisi kuesioner.

I. Identitas:

1. Nama :
2. Status :
3. Tanggal Lahir :
4. Umur :
5. Suku Bangsa :
6. Alamat :
7. Pekerjaan :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan-pernyataan. Ibu diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala skor tersebut dengan cara memilih:

Sangat Setuju = Bila SANGAT SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Setuju = Bila SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Tidak Setuju = Bila TIDAK SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Sangat Tidak Setuju = Bila SANGAT TIDAK SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Ibu hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberikan “garis bawah” (-) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

Contoh :

No.	Pernyataan	Jawaban			
1.	Saya percaya bahwa penampilan saya masih menarik	Sangat Setuju	<u>Setuju</u>	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju

Jawaban diatas menyatakan bahwa anda “SETUJU” dengan pernyataan diatas.

Apabila ingin mengubah jawaban, anda dapat memberikan tanda satu garis mendatar (-) tepat pada jawaban anda kemudian anda dapat mengganti jawaban tersebut dengan jawaban yang lebih sesuai dengan diri anda.

Contoh :

No.	Pernyataan	Jawaban			
1.	Saya percaya bahwa penampilan saya masih menarik	Sangat Setuju	<u>Setuju</u>	<u>Tidak Setuju</u>	Sangat Tidak Setuju

Hal ini berarti anda mengubah jawaban dari ”SETUJU” menjadi “TIDAK SETUJU”

Bila anda telah selesai mengisi skala ini, mohon kesediaan anda untuk memeriksa kembali skala ini agar tidak ada pernyataan yang terlewat.

Semua jawaban dan identitas anda dijamin kerahasiaannya. Terimakasih atas bantuan dan kerjasama yang telah anda berikan.

KUESIONER

No.	Pernyataan	Jawaban			
		Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya percaya bahwa penampilan saya masih menarik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
2	Menopause membuat saya menjadi pencemas dan takut akan banyak hal.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
3	Keadaan saya diusia menopause ini tidak menghambat dan mempengaruhi cita-cita saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
4	Saya tidak menyukai semua hal tentang menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
5	Saya yakin akan kemampuan yang saya miliki.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
6	Bagi saya menopause adalah sebuah gangguan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
7	Saya telah siap menghadapi menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
8	Saya tidak menyukai haid saya berhenti	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
9	Walaupun saya menopause, aktifitas saya tidak terganggu.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
10	Saya ingin menghindari setiap perubahan yang terjadi pada saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
11	Saya yakin semua masalah dalam masa menopause ini bisa saya hadapi.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
12	Saya memiliki emosi yang tidak stabil ketika telah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
13	Saya tetap percaya diri walaupun telah memasuki usia menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
14	Saya sering berdebat ketika seseorang mencoba menghina perubahan yang terjadi pada fisik saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
15	Saya merasa was-was memikirkan tentang menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
16	Saya tidak mampu mengontrol emosi sejak menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
17	Menopause adalah hal yang alami bagi wanita.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
18	Memasuki menopause saya merasa cepat marah.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
19	Saya percaya bahwa penampilan saya masih menarik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
20	Saya tidak membutuhkan orang lain.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
21	Saya dapat menjalani menopause dengan baik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
22	Saya merasa penampilan saya tidak menarik seperti teman-teman seumurannya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
23	Saya puas dengan diri saya yang sekarang walaupun saya sudah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
24	Saya merasa tidak mempunyai masa depan, ketika memasuki usia menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
25	Memasuki menopause saya semakin giat beribadah.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
26	Saya merasa menopause hanya akan menghambat aktifitas saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
27	Memasuki masa menopause, saya akan giat berolahraga.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju

28	Saya ingin menopause tidak akan terjadi pada saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
29	Saya menikmati hidup saya saat menopause ini.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
30	Saya tidak pernah merasa yakin akan kemampuan saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
31	Seburuk apapun kondisi menopause, saya akan tetap tenang.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
32	Hari yang saya lewati terasa sangat berat.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
33	Walaupun saya sudah menopause, saya bisa mengurus diri saya sendiri	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
34	Sejak menopause saya tidak menyukai diri saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
35	Semangat saya tidak berubah bahkan ketika menopause datang.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
36	Saya menyibukkan diri dengan aktifitas yang dapat saya lakukan.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
37	Menopause sama sekali tidak mempengaruhi saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
38	Saya tidak menyukai kegiatan berolahraga.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
39	Saya mampu memenuhi semua yang saya inginkan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
40	Tidak ada kenikmatan yang saya rasakan sejak menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
41	Meskipun masa menopause menakutkan, namun saya tetap tenang dalam menghadapinya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
42	Saya tidak mudah tersinggung saat masa menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
43	Saya menikmati setiap diskusi yang membahas mengenai menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
44	Saya menerima celaan dan pujian yang diberikan sejak saya menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
45	Saya menyukai jika orang-orang disekitar saya memberikan perhatian lebih terhadap saya yang telah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
46	Memasuki masa menopause usia saya akan semakin matang dalam menghadapi masalah.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
47	Saya tidak mengalami stress atau terganggu karena menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
48	Saya mampu mengontrol emosi saya dengan baik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
49	Saya merasa bahwa diri saya sudah cukup berharga setidaknya-tidaknya sama dengan orang lain.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
50	Saya menyadari jika saya semakin lemah dan membutuhkan orang lain disamping saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
51	Saya tidak mampu menghadapi masa menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
52	Meskipun saya sudah menopause, saya tidak cemas.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
53	Saya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengurus diri saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
54	Keluhan dan perubahan yang saya alami merupakan hal yang wajar.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
55	Memasuki masa menopause saya merasa mudah	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju

	putus asa.	Setuju		Setuju	Tidak Setuju
56	Saya tidak merasa cemas menghadapi menopause	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
57	Keadaan saya menjelang menopause membuat saya tidak berdaya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
58	Saya merasa senang jika tidak lagi mendapatkan haid	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
59	Saya orang yang gagal.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
60	Saya dapat menerima perubahan yang terjadi pada saya	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
61	Menopause membuat saya dijauhi orang-orang disekeliling saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
62	Saya terganggu dengan keluhan-keluhan yang saya rasakan selama menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
63	Saya memilih-milih ketika bergaul.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
64	Saya merasa sedih, sebab menopause membuat wanita tidak menarik lagi	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
65	Gejala menopause yang saya alami sangat membebani pikiran saya sehingga saya sulit mengambil suatu keputusan.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
66	Saya tidak merasa was-was memikirkan tentang menopause	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
67	Setelah menopause saya menyadari jika saya mulai lemah.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
68	Saya merasa menopause adalah hal yang menakutkan bagi wanita	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
69	Bekerja adalah hal yang sulit untuk saya lakukan sekarang ini.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
70	Penampilan dan tubuh saya sudah tidak menarik lagi	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
71	Meskipun sudah menyiapkan diri untuk menghadapi masa menopause, saya tetap khawatir dalam menjalaninya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
72	Saya merasa tetap diterima di masyarakat walaupun saya sudah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
73	Saya selalu sabar setiap ada yang membicarakan tentang menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
74	Saya selalu bersikap positif ketika bergaul.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
75	Saya tidak suka dikasihani oleh orang lain karena saya sudah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
76	Saya tetap dapat mengambil keputusan dengan baik meskipun sedang mengalami gejala-gejala menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
77	Saya merasa stress dan terganggu karena saya telah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
78	Saya berusaha untuk tetap dapat beraktifitas seperti biasa.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
79	Saya merasa sejak menopause saya tidak berguna.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
80	Saya berusaha untuk tetap dapat bekerja.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju



LAMPIRAN B
SKALA KECEMASAN
WANITA DALAM
MENGHADAPI *MENOPAUSE*

DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan karakter dari pengisi kuesioner.

II. Identitas:

1. Nama :
2. Status :
3. Tanggal Lahir :
4. Umur :
5. Suku Bangsa :
6. Alamat :
7. Pekerjaan :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan-pernyataan. Ibu diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala skor tersebut dengan cara memilih:

Sangat Setuju = Bila SANGAT SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Setuju = Bila SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Tidak Setuju = Bila TIDAK SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Sangat Tidak Setuju = Bila SANGAT TIDAK SETUJU dengan pernyataan yang diajukan

Ibu hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberikan “**garis bawah**” (-) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

Contoh :

No.	Pernyataan	Jawaban			
1.	Saya tidak mengkhawatirkan masa menopause.	Sangat Setuju	<u>Setuju</u>	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju

Jawaban di atas menyatakan bahwa anda "SETUJU" dengan pernyataan diatas.

Apabila ingin mengubah jawaban, anda dapat memberikan tanda satu garis mendatar (-) tepat pada jawaban anda kemudian anda dapat mengganti jawaban tersebut dengan jawaban yang lebih sesuai dengan diri anda.

Contoh :

No.	Pernyataan	Jawaban			
1.	Saya tidak mengkhawatirkan masa menopause.	Sangat Setuju	<u>Setuju</u>	<u>Tidak Setuju</u>	Sangat Tidak Setuju

Hal ini berarti anda mengubah jawaban dari "SETUJU" menjadi "TIDAK SETUJU"

Bila anda telah selesai mengisi skala ini, mohon kesediaan anda untuk memeriksa kembali skala ini agar tidak ada pernyataan yang terlewat. Semua jawaban dan identitas anda dijamin kerahasiaannya. Terimakasih atas bantuan dan kerjasama yang telah anda berikan.

KUESIONER

No.	Pernyataan	Jawaban			
		Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Jantung saya berdebar normal seperti biasanya dalam menghadapi menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
2	Saya tidak mengkhawatirkan perubahan yang disebabkan oleh menopause	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
3	Tubuh saya tidak memberikan respon berlebihan bahkan ketika seseorang membicarakan menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
4	Jantung saya tidak berdebar-debar ketika saya menyadari bahwa saya sedang mengalami menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
5	Saya tidak dicintai oleh keluarga saya karena sudah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
6	Orang-orang yang berada disekeliling saya memberikan perhatian dan dukungan terhadap saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
7	Saya yakin jika dampak yang disebabkan oleh menopause dirasakan setiap wanita.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
8	Bila membayangkan masa menopause, perasaan saya gelisah.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
9	Saya dapat tidur seperti biasanya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
10	Jantung saya selalu berdebar-debar ketika seseorang membicarakan menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
11	Ada bagian dari anggota badan saya yang gemetar ketika mendengar masa menopause kurang menguntungkan bagi wanita.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
12	Saya tidak merasa khawatir meskipun nantinya akan mengalami perubahan tubuh akibat menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
13	Saya merasa sedih karena perubahan yang disebabkan oleh menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
14	Saya sering mengalami kesulitan tidur.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
15	Saya ingin lebih diperhatikan oleh keluarga saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
16	Menopause membuat saya merasa nyaman dan bebas melakukan semua kegiatan saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju

17	Saya memiliki keluarga yang selalu siap untuk membantu ketika saya dalam kesulitan dalam menghadapi masa menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
18	Berbincang mengenai menopause membuat saya menambah wawasan dan menjadi bekal ketika menjalani menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
19	Kondisi fisik saya tidak menghalangi saya untuk bekerja secara maksimal.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
20	Saya harus meningkatkan kepercayaan saya terhadap keluarga saya pada saat saya menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
21	Saya sangat sensitif terhadap apa yang orang-orang disekeliling saya katakan tentang saya karena telah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
22	Kekhawatiran saya meningkat ketika memikirkan perubahan tubuh yang akan terjadi ketika menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
23	Hanya dengan mendengar kata "menopause" jantung saya berdebar-debar.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
24	Saya mengalami mimpi tidak menyenangkan sejak menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
25	Saya tidak mengkhawatirkan masa menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
26	Saya santai saja meskipun mengalami keriput karena menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
27	Kondisi fisik saya membuat saya sulit untuk bekerja secara maksimal.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
28	Saya merasa yakin dapat menyesuaikan diri dengan baik saat masa menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
29	Saya tidak pernah mengalami mimpi buruk tentang menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
30	Suami saya tetap memperdulikan saya walaupun saya telah menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
31	Jantung saya berdetak dengan kencang ketika melihat dampak yang disebabkan menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
32	Saya lebih memilih menyendiri.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
33	Meskipun sudah menyiapkan diri untuk menghadapi masa menopause, namun saya tetap khawatir.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju

34	Aktifitas saya menjadi terbatas sejak menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
35	Keluarga tidak memberikan perlindungan terhadap saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
36	Untuk memperlambat menopause saya akan mengkonsumsi obat-obatan.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
37	Saya merasa khawatir jika banyak orang yang membicarakan tentang menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
38	Memasuki menopause keluarga semakin melindunginya saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
39	Saya tidak akan mengkonsumsi obat-obatan guna memperlambat menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
40	Walau saya menopause, saya tetap dapat melaksanakan tugas saya dalam keluarga.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
41	Daya ingat dan konsentrasi saya tetap baik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
42	Daya ingat dan konsentrasi saya mulai menurun.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
43	Saya telah gagal melaksanakan peran saya dalam keluarga dengan baik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
44	Saya tidak mampu untuk berinteraksi dengan orang lain karena adanya keriput.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
45	Saat menopause tiba saya merasa takut suami akan meninggalkan saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
46	Keluarga dan orang terdekat menjauhi saya sejak menopause.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
47	Saya mendapat dukungan keluarga dan orang terdekat dengan baik.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
48	Saya menghindari berkumpul dengan teman-teman karena perubahan fisik yang terjadi pada saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
49	Saya dapat beradaptasi dengan lingkungan dan orang lain	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
50	Saya masih dapat berinteraksi dengan teman-teman saya.	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju



RELIABILITAS**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.748	80

VALIDITAS**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM 01	480.3000	4926.148	.609	.744
ITEM 02	481.0000	4983.793	.211	.747
ITEM 03	480.1667	4938.006	.618	.744
ITEM 04	480.4333	4924.185	.647	.744
ITEM 05	480.3667	4930.861	.594	.744
ITEM 06	480.2667	4924.409	.639	.744
ITEM 07	480.4000	4929.421	.592	.744
ITEM 08	480.6333	4971.826	.251	.746
ITEM 09	480.1000	4932.162	.742	.744
ITEM 10	480.4667	4912.257	.629	.743
ITEM 11	480.5333	4911.982	.708	.743
ITEM 12	480.3667	4921.413	.595	.743
ITEM 13	480.3333	4922.437	.649	.743
ITEM 14	480.5333	4930.671	.647	.744
ITEM 15	480.1333	4944.947	.580	.745
ITEM 16	480.4667	4892.464	.742	.742
ITEM 17	480.2000	4941.338	.597	.744
ITEM 18	480.7667	4972.116	.307	.746
ITEM 19	480.1667	4928.144	.671	.744
ITEM 20	480.5000	4941.638	.563	.744
ITEM 21	480.5333	4917.706	.639	.743
ITEM 22	480.2333	4930.875	.535	.744
ITEM 23	480.2333	4922.737	.642	.743
ITEM 24	480.4333	4924.323	.646	.744
ITEM 25	481.0000	4964.966	.304	.746
ITEM 26	480.4333	4932.737	.578	.744
ITEM 27	480.2667	4927.789	.587	.744
ITEM 28	480.5667	4919.840	.615	.743
ITEM 29	481.0667	4972.133	.225	.746
ITEM 30	480.2000	4934.303	.595	.744
ITEM 31	480.3000	4942.148	.591	.745
ITEM 32	480.5000	4930.328	.664	.744
ITEM 33	480.3667	4928.723	.585	.744
ITEM 34	480.1333	4939.568	.564	.744
ITEM 35	480.2333	4938.185	.521	.744
ITEM 36	480.1667	4946.557	.539	.745
ITEM 37	480.2333	4941.357	.496	.745
ITEM 38	480.2000	4943.821	.574	.745
ITEM 39	479.9667	4951.757	.523	.745
ITEM 40	480.1667	4940.213	.598	.744
ITEM 41	480.5667	4936.668	.492	.744
ITEM 42	480.9000	4993.403	.096	.747
ITEM 43	480.2667	4944.202	.503	.745

ITEM 44	480.4000	4917.076	.662	.743
ITEM 45	480.3333	4936.713	.560	.744
ITEM 46	480.3667	4929.344	.606	.744
ITEM 47	480.3667	4936.447	.575	.744
ITEM 48	480.3667	4939.137	.581	.744
ITEM 49	481.0333	4985.068	.159	.747
ITEM 50	480.9333	4985.513	.141	.747
ITEM 51	480.2667	4940.685	.560	.744
ITEM 52	480.1000	4940.852	.521	.744
ITEM 53	480.3000	4953.114	.461	.745
ITEM 54	480.3333	4944.575	.549	.745
ITEM 55	480.6333	4948.171	.496	.745
ITEM 56	480.2333	4934.323	.604	.744
ITEM 57	480.3667	4941.689	.591	.744
ITEM 58	480.2000	4936.028	.611	.744
ITEM 59	480.1000	4944.714	.614	.745
ITEM 60	480.2000	4951.614	.534	.745
ITEM 61	480.2000	4945.338	.502	.745
ITEM 62	480.2000	4953.821	.512	.745
ITEM 63	480.0333	4956.723	.623	.745
ITEM 64	480.1667	4954.075	.500	.745
ITEM 65	480.1667	4952.626	.552	.745
ITEM 66	480.3667	4928.723	.640	.744
ITEM 67	480.9333	5082.961	-.584	.752
ITEM 68	480.3333	4949.816	.452	.745
ITEM 69	480.4333	4947.289	.539	.745
ITEM 70	480.4333	4933.909	.664	.744
ITEM 71	480.3000	4953.528	.457	.745
ITEM 72	480.4000	4942.110	.605	.744
ITEM 73	480.3000	4953.528	.517	.745
ITEM 74	480.1667	4956.695	.474	.745
ITEM 75	480.2667	4931.651	.608	.744
ITEM 76	480.2333	4938.806	.677	.744
ITEM 77	480.3000	4935.045	.563	.744
ITEM 78	480.2333	4936.530	.655	.744
ITEM 79	480.4333	4949.082	.522	.745
ITEM 80	480.7667	5046.875	-.264	.750
TOTAL	241.7000	1251.459	1.000	.966

LAMPIRAN D
UJI VALIDITAS &
RELIABILITAS
“KECEMASAN WANITA
DALAM MENGHADAPI
***MENOPAUSE*”**

RELIABILITAS**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.746	50

VALIDITAS**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM 01	188.9000	1822.852	.532	.741
ITEM 02	188.8667	1816.809	.571	.740
ITEM 03	189.0667	1832.202	.367	.742
ITEM 04	189.0000	1817.448	.618	.740
ITEM 05	189.0667	1831.582	.449	.742
ITEM 06	188.9000	1823.748	.491	.741
ITEM 07	189.0667	1821.030	.585	.741
ITEM 08	188.9000	1816.783	.562	.740
ITEM 09	188.9333	1809.926	.618	.739
ITEM 10	188.9000	1817.955	.574	.740
ITEM 11	188.9667	1810.033	.666	.739
ITEM 12	188.9000	1813.817	.576	.740
ITEM 13	189.1000	1818.783	.614	.740
ITEM 14	188.8333	1819.247	.577	.740
ITEM 15	188.9667	1817.826	.588	.740
ITEM 16	188.3000	1852.079	.095	.745
ITEM 17	188.8000	1815.683	.533	.740
ITEM 18	188.9667	1811.689	.643	.739
ITEM 19	188.8667	1831.568	.411	.742
ITEM 20	188.9000	1817.817	.576	.740
ITEM 21	188.9000	1818.369	.517	.740
ITEM 22	188.9333	1817.857	.540	.740
ITEM 23	188.9333	1809.582	.651	.739
ITEM 24	189.1000	1815.128	.574	.740
ITEM 25	188.9333	1809.306	.654	.739
ITEM 26	188.1333	1843.637	.195	.744
ITEM 27	189.0000	1820.414	.543	.741
ITEM 28	188.9333	1825.375	.515	.741
ITEM 29	188.8000	1822.993	.535	.741
ITEM 30	188.7333	1811.857	.604	.739
ITEM 31	188.5667	1821.013	.505	.741
ITEM 32	188.2667	1833.444	.313	.743
ITEM 33	188.8000	1815.752	.554	.740
ITEM 34	188.9000	1827.128	.533	.742
ITEM 35	188.1667	1831.868	.320	.743
ITEM 36	189.1333	1825.430	.541	.741
ITEM 37	188.9000	1818.024	.604	.740
ITEM 38	188.7333	1829.237	.467	.742
ITEM 39	188.9333	1818.823	.582	.740
ITEM 40	188.9667	1820.378	.583	.741
ITEM 41	188.8333	1810.833	.702	.739
ITEM 42	187.8333	1877.661	-.210	.749

ITEM 43	189.1667	1815.316	.703	.740
ITEM 44	188.8667	1812.464	.747	.739
ITEM 45	189.1333	1833.913	.434	.743
ITEM 46	188.7333	1824.547	.541	.741
ITEM 47	187.8000	1844.166	.157	.744
ITEM 48	189.1000	1830.921	.382	.742
ITEM 49	188.8667	1813.016	.656	.739
ITEM 50	189.0000	1830.345	.524	.742
TOTAL	95.3667	464.861	1.000	.944



LAMPIRAN E

UJI NORMALITAS

&

LINEARITAS

The background features a large, light blue watermark of the Universitas Medan Area logo. The logo is circular and contains a central emblem with a book, a lamp, and a star, surrounded by the text 'UNIVERSITAS MEDAN AREA'.

UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	16.60402580
Most Extreme Differences	Absolute	.175
	Positive	.175
	Negative	-.155
Kolmogorov-Smirnov Z		.956
Asymp. Sig. (2-tailed)		.320

- a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kepercayaan Diri	Kecemasan
N		30	30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	216.73	79.47
	Std. Deviation	34.791	20.799
Most Extreme Differences	Absolute	.220	.246
	Positive	.219	.246
	Negative	-.220	-.234
Kolmogorov-Smirnov Z		1.204	1.348
Asymp. Sig. (2-tailed)		.110	.053

- a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

UJI LINEARITAS

ANOVA Table

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Kepercayaan Diri	(Combined)	10617.800	22	482.627	1.753	.228
	Between Groups	4550.350	1	4550.350	16.524	.005
	* Deviation from Linearity	6067.450	21	288.926	1.049	.511
	Within Groups	1927.667	7	275.381		
	Total	12545.467	29			



UJI HIPOTESIS (UJI KORELASI)**Correlations**

		Kepercayaan Diri	Kecemasan
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	1	-.602**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
Kecemasan	Pearson Correlation	-.602**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kecemasan * Kepercayaan Diri	-.602	.363	.920	.846

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kepercayaan Diri	30	163	277	216.73	34.791
Kecemasan	30	55	109	79.47	20.799
Valid N (listwise)	30				



LAMPIRAN G
DATA PENELITIAN
KEPERCAYAAN DIRI


Item Sam pel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36		
1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	4	3	3	2	1	2	3	3	3	1	4	1	3	1	4	2	3	2	3	3		
2	1	3	3	2	3	3	1	3	3	2	1	3	2	1	2	1	3	2	2	1	1	1	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3		
3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4			
4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3		
5	4	3	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3		
6	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	1	4	3	1	2	3	3	2	1	1	3	2		
7	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	
8	4	2	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	3	1	4	4	3	4	4	3	4		
9	1	3	3	2	1	2	1	1	3	2	1	1	3	2	3	1	1	2	1	1	3	2	3	3	1	2	3	1	1	2	3	2	3	3	1	4		
10	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	4	4		
11	4	4	3	4	4	4	4	1	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4		
12	1	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	1	1	3	3	1	2	1	3	2	3	1	3	1	3			
13	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	4	2	3	4	4	3	4	3	2	2	4	2	3	4	3	4	4	3		
14	3	2	1	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	4	
15	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	
16	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3		
17	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3
18	4	2	4	2	3	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	2	2	3	3	4	4	3	1	2	2	3	3	1	3	2	1	3	2	4	2		
19	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4		
20	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	4	4	2	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3		

21	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4
22	3	2	2	3	2	1	3	1	2	3	3	2	1	3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	
23	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3		
24	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3
25	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	4	4	3	4	4	3	4	
26	3	1	2	2	3	2	2	3	3	1	3	1	2	2	3	1	3	2	3	2	2	1	2	2	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4
27	3	3	2	1	1	3	2	2	3	1	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	3	4	3	1	4	4	4	2	4	3	3	4	3	2	2	
28	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4
29	2	1	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2
30	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	4	2	3	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2

Ite m Sam pel	3 7	3 8	3 9	4 0	4 1	4 2	4 3	4 4	4 5	4 6	4 7	4 8	4 9	5 0	5 1	5 2	5 3	5 4	5 5	5 6	5 7	5 8	5 9	6 0	6 1	6 2	6 3	6 4	6 5	6 6	6 7	6 8	6 9	7 0	7 1	7 2	
1	3	3	2	4	1	3	1	2	3	2	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	
2	2	1	2	1	4	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	1	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	1	3	4	3	1	2	4	
3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	2	4	3	4	4	3	
4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4
5	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3
6	2	3	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	1	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	1	1	2	2	2	
7	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3
8	3	4	4	4	3	1	4	3	2	3	3	4	1	1	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	1	3	3	3	3	3	
9	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	1	1	1	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4
10	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	

11	4	3	4	4	3	1	4	4	4	3	4	4	1	1	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	3				
12	1	3	2	3	2	3	3	1	2	3	2	1	1	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3				
13	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	2	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	3		
14	3	3	3	3	4	1	3	3	4	3	4	3	3	1	2	4	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3			
15	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	4		
16	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2		
17	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2		
18	4	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2		
19	3	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	1	3	3	3	3	4		
20	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3		
21	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	
22	4	4	4	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	
23	4	3	4	3	1	1	3	3	2	1	3	3	1	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	
24	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
25	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	
26	3	4	4	3	2	2	3	4	3	4	2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2
27	1	3	3	3	1	3	1	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
28	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	1	2	3	4	2	4	4	
29	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	4	4	4	2	
30	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	2	3	2	4	2	2	3	4	2	2	

Item Sampel	73	74	75	76	77	78	79	80	Total
1	4	3	1	4	3	3	1	3	208
2	3	3	3	3	4	3	3	3	200
3	3	4	3	4	3	3	3	1	275
4	3	3	3	4	3	4	4	1	263
5	3	4	3	4	3	4	3	1	270
6	2	3	3	2	3	4	2	3	202
7	3	3	4	3	3	4	3	1	276
8	3	4	3	3	3	4	3	2	260
9	3	4	4	3	4	3	4	3	214
10	4	3	4	4	3	3	4	3	261
11	3	4	3	3	4	4	3	1	270
12	3	4	4	3	3	2	3	2	211
13	4	3	4	3	4	4	3	4	274
14	3	3	3	3	4	3	3	3	222
15	4	4	4	4	3	4	3	4	279
16	3	2	2	2	2	2	2	4	191
17	3	2	1	2	1	3	2	3	202
18	2	2	2	2	2	2	2	3	211
19	4	4	4	4	4	3	4	2	279
20	4	3	3	4	4	4	3	1	282
21	4	4	4	4	4	4	4	4	303
22	1	3	3	3	3	3	3	4	218
23	3	3	2	3	2	3	3	3	201
24	3	3	4	3	4	3	4	2	273
25	3	4	4	3	4	4	3	3	280
26	3	2	3	2	2	2	2	2	199
27	3	2	3	3	1	2	2	1	215
28	4	3	4	4	4	3	3	4	283
29	2	4	3	3	3	3	3	4	212
30	3	4	3	3	3	2	4	4	217



LAMPIRAN H
DATA PENELITIAN
KECEMASAN WANITA
DALAM MENGHADAPI
MENOPAUSE

Item Sampel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	3	2	3	1	2	3	4	1	3	3	2	3	2	3	3	1	3	2	3	
2	3	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	1	2	
3	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	
4	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	
5	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	2	2	
6	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	
7	2	1	1	2	1	2	2	3	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	4	1	1
8	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2
9	1	3	1	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	3	2	4	2	1	3	3	2	1	4	3	4	4	2	3	
10	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1	3	1	2	3	1	3	1	2	3	1	1	1	2	
11	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	
12	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	
13	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	
14	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1
15	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	3	1	2	1	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	
16	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	3	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	
17	3	2	3	1	2	1	2	1	1	4	2	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	1	
18	2	4	2	3	2	3	2	2	4	3	1	1	2	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	
19	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	
20	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	
21	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	
22	2	2	2	2	2	3	2	4	1	2	1	2	1	3	2	3	3	1	2	1	2	3	1	2	1	3	2	3	

23	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	4	4	4	2	4	2	3	3	2	
24	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2
25	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	
26	4	2	4	3	2	4	2	3	3	1	3	4	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	
27	3	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	4	3		
28	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	
29	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	1	3	4	1	3	2	3	2	
30	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	1	2		

Item Sampel	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	Total
1	3	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	121
2	1	2	4	2	1	2	4	2	3	3	4	3	3	2	3	3	1	4	3	3	4	2	119
3	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	4	2	1	1	2	4	1	1	2	76
4	1	1	1	3	1	2	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	80
5	2	1	3	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	4	1	2	1	1	2	1	1	2	73
6	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3	4	1	2	2	117
7	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	4	1	3	3	3	2	2	2	2	115
8	1	3	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	3	4	2	3	1	2	3	2	2	1	106
9	3	3	3	3	3	1	4	1	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	2	118
10	2	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	4	1	2	2	1	1	2	2	2	86

11	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	4	1	1	2	2	3	1	1	1	74
12	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	3	2	1	2	71
13	1	1	1	3	1	1	3	1	2	2	2	3	1	4	1	2	1	2	4	1	2	1	77
14	2	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	3	2	1	75
15	3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	123
16	1	1	2	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	2	1	72
17	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	116
18	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	113
19	1	3	2	3	2	1	1	1	1	3	1	2	1	2	1	1	1	3	1	1	2	2	69
20	1	2	1	2	1	1	3	1	1	2	1	1	2	4	1	2	1	1	4	1	1	1	72
21	2	2	1	1	1	2	3	1	1	1	2	1	2	3	1	1	1	1	4	1	1	1	71
22	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	3	109
23	2	2	1	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	1	3	1	124
24	2	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	70
25	1	1	3	4	3	2	2	2	2	3	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	80
26	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	1	3	2	2	4	1	1	2	118
27	2	3	3	2	4	1	3	1	1	2	3	1	2	3	2	2	1	2	2	1	3	2	112
28	3	2	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	74
29	3	4	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	2	2	114
30	2	2	3	3	3	3	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	4	1	3	2	116



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 260/FPSI/01.10/IX/2020
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

Medan, 15 September 2020

Yth. Kepala Desa Laut Dendang Kecamatan Percut Sei Tuan
Kabupaten Deli Serdang
Di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Dedek Silitonga
NPM : 158600055
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **Desa Laut Dendang, Kecamatan Percut Sei Tuan, Jl. Perhubungan No. 41, Laut Dendang, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang** guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Di Desa Laut Dendang Deli Serdang, Sumatera Utara*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Desa** yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih..

Wakil Dekan Bidang Akademik,


Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN PERCUT SEI TUAN
DESA LAUT DENDANG**

Jln. Perhubungan No. 41 Telp. 061-7395226

Laut Dendang, 24 September 2020

Nomor : 070/2120
Lamp : -
Perihal : Izin Pengambilan Data

Kepada Yth,
di
Tempat

Sehubungan Surat No. 260/FPSI/01.10/IX/2020, tanggal 15 September 2020,
dengan ini kepala Desa Laut Dendang memberi Izin Pengambilan Data kepada :

Nama : DEDEK SILITONGA
NPM : 158600055
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi Universitas Medan Area

Bahwa nama tersebut diatas akan mengadakan Pengambilan Data di Desa Laut Dendang.
Demikian disampaikan untuk dapat digunakan seperlunya.

Kepala Desa Laut Dendang





**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN PERCUT SEI TUAN
DESA LAUT DENDANG**

Jln. Perhubungan No. 41 Telp. 061-7395226

Laut Dendang, 14 Oktober 2020

Nomor : 071 / 2286
Lamp : -
Perihal : Telah Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth,
Kepada Bapak/Ibu Dekan Bidang Akademik
Universitas Medan Area
Di
Tempat

Sehubungan Surat Nomor : 260/FPSI/01.10/IX/2020
dengan ini kepala Desa Laut Dendang menerangkan :

Nama : DEDEK SILITONGA
NPM : 158600055
Fakultas : Psikologi
Bidang Studi : Ilmu Psikologi
Judul Skripsi : " Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan
Kecemasan Menghadapi Menopause Di Desa Laut
Dendang Deli Serdang, Sumatera Utara "

Bahwa benar nama tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian
Di Desa Laut Dendang mulai Tgl. 25 September 2020 s/d 10 Oktober 2020.
Demikian disampaikan untuk dapat digunakan seperlunya.

