

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami dengan Menopause Syndrome pada wanita perimenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata, Kecamatan Lumbung, Kabupaten Ciamis. Penelitian melibatkan 63 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Hasil penelitian disajikan berdasarkan analisis karakteristik responden, analisis univariat, dan analisis bivariat..

1. Gambaran Karakteristik Responden

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
40 Tahun	4	6,3
41 Tahun	10	15,9
42 Tahun	11	17,5
43 Tahun	14	22,2
44 Tahun	9	14,3
45 Tahun	15	23,8
Total	63	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia 45 tahun sebanyak 15 responden (23,8%), sedangkan hasil terendah pada usia 40 tahun yaitu sebanyak 4 responden (6,3%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas wanita yang mengalami masa perimenopause berada pada rentang usia akhir reproduktif, yaitu 43–45 tahun.

Usia merupakan faktor biologis utama yang memengaruhi munculnya gejala perimenopause dan *menopause syndrome*. Semakin bertambah usia perempuan, maka fungsi ovarium akan mengalami penurunan sehingga produksi hormon estrogen menjadi tidak stabil dan memicu berbagai keluhan fisik maupun psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Wang et al. (2023) menyebutkan bahwa peningkatan usia berhubungan dengan meningkatnya gejala menopause akibat penurunan cadangan folikel ovarium. Penelitian Fang et al. (2024) juga menjelaskan bahwa wanita usia 40 - 45 tahun lebih banyak mengalami gangguan tidur, *hot flushes*, dan perubahan suasana hati selama masa transisi menopause.

b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
S1	7	11,1
SD	19	30,2
SMA	10	15,9
SMP	27	42,9
Total	63	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMP sebanyak 27 responden (42,9%), sedangkan responden dengan pendidikan S1 sebanyak 7 responden (11,1%).

Tingkat pendidikan dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi kesehatan dan memahami perubahan yang

terjadi selama masa perimenopause. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin baik pula pengetahuan dan kemampuan dalam mengelola kondisi kesehatan yang dialami.

c. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Guru	5	7,4
Ibu Rumah Tangga	57	83,8
PNS	1	1,5
Total	63	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 57 responden (90,5%), sedangkan responden yang bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebanyak 1 responden (1,6%).

Pekerjaan dapat memengaruhi kondisi psikologis dan kualitas hidup perempuan selama masa perimenopause. Ibu rumah tangga cenderung memiliki aktivitas domestik yang tinggi sehingga dapat meningkatkan kelelahan fisik maupun stres emosional apabila tidak disertai dukungan keluarga yang baik. Penelitian Polat et al. (2021) menyebutkan bahwa dukungan sosial dan kondisi lingkungan keluarga memiliki pengaruh penting terhadap adaptasi perempuan dalam menghadapi *menopause syndrome*.

2. Analisis Univariat

a. Distribusi Dukungan Suami

Tabel 4. 4 Distribusi Dukungan Suami

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Mendukung	59	93,7
Tidak Mendukung	4	6.3
Total	63	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan suami dalam kategori mendukung sebanyak 59 responden (93,7%), sedangkan responden yang memperoleh dukungan kurang mendukung sebanyak 4 responden (6,3%).

Dukungan suami merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang penting dalam membantu perempuan menghadapi perubahan fisik dan psikologis selama masa perimenopause. Santoso et al. (2022) menjelaskan bahwa dukungan emosional, informasi, *instrumental*, dan penghargaan dari pasangan dapat membantu perempuan mengurangi stres dan meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap perubahan kesehatan. Penelitian Tuncer et al. (2025) juga menyatakan bahwa dukungan pasangan memiliki hubungan positif terhadap kualitas hidup perempuan menopause.

b. Distribusi *Menopause Syndrome*

Tabel 4. 5 Distribusi *Menopause Syndrome*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada gejala	3	4,8
Ringan	3	4,8
Sedang	32	50,8
Berat	25	39,7
Total	63	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 4.5, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami *menopause syndrome* dalam kategori sedang sebanyak 32 responden (50,8%), diikuti kategori berat sebanyak 25 responden (39,7%), kategori ringan sebanyak 3 responden (4,8%), dan kategori tidak ada gejala sebanyak 3 responden (4,8%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kategori *menopause syndrome* yang paling banyak dialami responden adalah kategori sedang.

Menopause syndrome merupakan kumpulan gejala fisik, psikologis, dan urogenital yang muncul akibat perubahan hormonal selama masa perimenopause. Penelitian Liu et al. (2025) juga menjelaskan bahwa gejala menopause yang berat dapat menurunkan kualitas hidup perempuan baik secara fisik maupun psikologis.

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan *menopause syndrome* menggunakan uji *Spearman Rank* karena data berskala ordinal.

Tabel 4. 6 Hubungan Dukungan Suami dengan <i>Menopause Syndrome</i>			
		X Total	Y Total
Spearman's rho	X_Total Correlation Coefficient	1,000	0,530
	Sig. (2-tailed) (<i>p value</i>)	-	0,000
	N	63	63
	Y_Total Correlation Coefficient	0,530	1,000
	Sig. (2-tailed) (<i>p value</i>)	0,000	-
	N	63	63

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan hasil uji *Spearman Rank* diperoleh nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,530 dengan nilai *p value* sebesar 0,000 ($<0,05$). Hasil tersebut

menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan *menopause syndrome* pada wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,530 menunjukkan kekuatan hubungan dalam kategori sedang. Artinya, semakin baik dukungan suami yang diberikan kepada wanita perimenopause maka semakin baik pula kemampuan perempuan dalam menghadapi *menopause syndrome* sehingga tingkat keparahan gejala dapat berkurang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arar & Erbil (2023) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dari pasangan dapat membantu perempuan beradaptasi terhadap perubahan hormonal dan mengurangi gangguan psikologis selama menopause. Penelitian Polat et al. (2022) juga menemukan bahwa perempuan yang memperoleh dukungan emosional dan perhatian dari pasangan cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik serta gejala menopause yang lebih ringan dibandingkan perempuan yang kurang mendapatkan dukungan keluarga.

Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan antara dukungan suami dengan *menopause syndrome* pada wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden Terhadap *Menopause Syndrome*

Usia merupakan salah. satu faktor penting yang berkontribusi terhadap timbulnya menopause syndrome. Wanita pada masa perimenopause mengalami penurunan fungsi ovarium secara bertahap yang menyebabkan kadar hormon estrogen menjadi tidak stabil. Perubahan hormonal tersebut dapat menimbulkan berbagai keluhan, mulai dari sensasi panas mendadak (hot flushes), keringat pada malam hari, kesulitan tidur, nyeri pada sendi, kelelahan, kecemasan, mudah marah, dan perubahan suasana hati. Semakin mendekati masa menopause, perubahan hormonal yang terjadi umumnya semakin nyata sehingga keluhan menopause syndrome dapat dirasakan lebih berat.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, proporsi terbesar responden berusia 45 tahun, yaitu sebanyak 15 responden (23,8%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMP, yaitu sebanyak 27 responden (42,9%). Berdasarkan karakteristik pekerjaan, mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 57 responden (90,5%), sedangkan responden yang bekerja sebagai guru sebanyak 5 responden (7,9%) dan sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebanyak 1 responden (1,6%).

Tingkat. pendidikan merupakan salah, satu faktor yang dapat memengaruhi pemahaman wanita mengenai menopause syndrome.

Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan responden, sebagian besar memiliki pendidikan terakhir SMP, yakni sebanyak 27 responden. (42,9%). Tingkat pendidikan berperan dalam memengaruhi kemampuan dari seseorang untuk menerima dan memahami, serta mengolah informasi kesehatan. Wanita dengan tingkat pendidikan yang relatif lebih rendah, seperti SD, SMP, dan SMA, cenderung memiliki keterbatasan dalam mengakses maupun memahami informasi mengenai perimenopause, gejala menopause, cara mengatasi keluhan, serta pentingnya dukungan keluarga selama masa transisi tersebut. Kondisi ini dapat menyebabkan wanita merasa cemas atau menganggap gejala menopause sebagai kondisi yang mengkhawatirkan sehingga keluhan yang dirasakan dapat menjadi lebih berat.

Karakteristik pekerjaan juga merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pengalaman wanita dalam menghadapi menopause syndrome. Sebagian besar responden dalam penelitian ini bekerja sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 57 responden (90,5%). Ibu rumah tangga memiliki beban aktivitas domestik yang cukup besar, seperti mengurus rumah, memasak, membersihkan rumah, mengurus anak maupun anggota keluarga lainnya, serta memenuhi kebutuhan keluarga sehari-hari. Beban aktivitas tersebut dapat menyebabkan kelelahan fisik dan tekanan psikologis, terutama ketika wanita sedang mengalami perubahan hormonal pada masa perimenopause. Kondisi ini berpotensi memperberat keluhan

somatik, seperti mudah lelah, nyeri tubuh, gangguan tidur, dan penurunan energi.

Salah satu karakteristik responden yang turut berkaitan dengan keparahan menopause syndrome pada wanita yang berperan sebagai ibu rumah tangga adalah ada tidaknya dukungan suami dalam pekerjaan rumah tangga. Wanita yang mendapat bantuan suami dalam menyelesaikan tugas domestik cenderung memiliki beban fisik dan psikologis yang lebih ringan selama masa perimenopause. Sebaliknya, wanita yang menanggung seluruh pekerjaan rumah tangga sendiri berisiko mengalami beban ganda, yaitu menghadapi perubahan hormonal sekaligus aktivitas domestik, sehingga gejala menopause syndrome yang dialami cenderung lebih berat.

Sebagian kecil responden dalam penelitian ini bekerja sebagai guru dan Pegawai Negeri Sipil (PNS). Pekerjaan formal umumnya memiliki tuntutan pekerjaan, tanggung jawab, dan kedisiplinan yang dapat menjadi beban tersendiri ketika wanita mengalami perubahan hormonal pada masa perimenopause. Di sisi lain, wanita yang bekerja di luar rumah memiliki kesempatan yang lebih besar untuk memperoleh informasi dan dukungan dari lingkungan kerja sehingga dapat membantu mereka beradaptasi dalam menghadapi menopause syndrome.

Menurut asumsi peneliti, karakteristik responden yang didominasi oleh tingkat pendidikan rendah dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga menggambarkan adanya kelompok wanita yang berisiko mengalami

keluhan menopause syndrome lebih berat, karena kedua faktor tersebut saling memperkuat, yakni keterbatasan akses informasi kesehatan membuat wanita kurang mampu mengenali dan memaknai keluhan yang muncul sebagai bagian dari proses alami menopause, sementara beban aktivitas domestik yang tinggi mengurangi kesempatan bagi wanita untuk beristirahat maupun mencari dukungan dari luar rumah. Kombinasi kedua kondisi ini memperkuat pentingnya peran tenaga kesehatan dan keluarga, khususnya suami, dalam memberikan edukasi serta dukungan psikologis kepada wanita perimenopause, mengingat sebagian besar responden tidak memiliki akses rutin terhadap informasi kesehatan melalui lingkungan kerja formal seperti yang dimiliki responden berprofesi guru maupun Pegawai Negeri Sipil (PNS).

2. Dukungan Suami terhadap *Menopause Syndrome*

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membantu wanita menghadapi perubahan fisik, psikologis, maupun sosial selama masa perimenopause. Pada penelitian ini, dukungan suami diukur melalui empat dimensi, yaitu dukungan emosional, instrumental, informasi, dan penghargaan. Keempat dimensi tersebut dianalisis untuk melihat bagaimana bentuk dukungan yang diberikan suami kepada wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata.

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 59 responden (93,7%) memperoleh dukungan suami dalam kategori mendukung, sedangkan 4

responden (6,3%) memperoleh dukungan suami dalam kategori tidak mendukung. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata telah memperoleh dukungan yang baik dari suami selama menghadapi masa transisi menuju menopause.

Berdasarkan jawaban responden pada setiap indikator, dukungan emosional terlihat dari perhatian suami ketika istri mengalami ketidaknyamanan menjelang menopause, kesediaan mendengarkan keluhan, memahami perubahan emosi, serta menerima kondisi istri ketika mengalami penurunan keinginan untuk berhubungan seksual. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar suami telah berusaha memberikan perhatian terhadap kondisi emosional istri. Namun demikian, masih terdapat beberapa responden yang memberikan jawaban rendah pada indikator yang berkaitan dengan pemahaman terhadap perubahan emosi dan kepedulian terhadap perasaan istri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tidak semua suami mampu memberikan dukungan emosional secara optimal. Menurut asumsi peneliti, hal ini dapat disebabkan oleh masih adanya anggapan bahwa perubahan emosi selama perimenopause merupakan hal yang wajar sehingga suami kurang menyadari bahwa kondisi tersebut memerlukan perhatian dan komunikasi yang lebih baik.

Pada dukungan instrumental, sebagian besar responden menyatakan bahwa suami membantu pekerjaan rumah ketika istri merasa lelah, membantu

memenuhi kebutuhan sehari-hari, serta memberikan bantuan ketika istri mengalami keluhan fisik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa bentuk dukungan yang paling mudah diberikan suami adalah melalui tindakan nyata yang dapat langsung dirasakan oleh istri. Akan tetapi, masih terdapat beberapa responden yang menyatakan bahwa suami belum selalu memberikan bantuan ketika dibutuhkan. Menurut asumsi peneliti, kondisi tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh kesibukan suami dalam bekerja sehingga waktu untuk mendampingi istri menjadi terbatas. Selain itu, sebagian suami mungkin beranggapan bahwa keluhan yang dialami istri merupakan proses alami sehingga bantuan diberikan hanya ketika keluhan dirasakan cukup berat.

Pada dukungan informasi, sebagian besar responden menyatakan bahwa suami memberikan saran untuk mengonsumsi makanan sehat dan menyarankan istri memeriksakan diri ke tenaga kesehatan apabila mengalami keluhan yang mengganggu. Namun demikian, masih terdapat responden yang menyatakan bahwa suami belum memberikan informasi ataupun saran mengenai cara menghadapi perubahan selama masa perimenopause. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan suami mengenai perimenopause belum sepenuhnya memadai. Menurut asumsi peneliti, kondisi ini dipengaruhi oleh masih terbatasnya edukasi mengenai perimenopause yang tidak hanya ditujukan kepada wanita, tetapi juga kepada pasangan sehingga informasi yang dimiliki suami masih terbatas.

Sementara itu, pada dukungan penghargaan, sebagian besar responden menyatakan bahwa suami tetap menghargai dirinya sebagai istri, masih menunjukkan kasih sayang, memberikan pujian, serta menerima perubahan yang terjadi selama masa perimenopause. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden tetap memperoleh penghargaan dan penerimaan dari pasangan meskipun mengalami perubahan fisik maupun emosional. Akan tetapi, masih terdapat beberapa responden yang memberikan jawaban rendah pada indikator mengenai ungkapan kasih sayang maupun pujian dari suami. Menurut asumsi peneliti, hal tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh kebiasaan dalam keluarga yang kurang terbiasa mengungkapkan apresiasi secara verbal ataupun melalui ekspresi kasih sayang, meskipun hubungan suami istri tetap berjalan dengan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Mboi et al. (2022), yang menjelaskan bahwa dukungan pasangan akan lebih efektif apabila mencakup dukungan emosional, instrumental, informasi, dan penghargaan secara menyeluruh. Santoso et al. (2022) juga menjelaskan bahwa keterlibatan suami selama masa perimenopause berperan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi wanita terhadap perubahan yang dialami serta membantu menurunkan tekanan psikologis selama masa transisi menuju menopause.

Menurut asumsi peneliti, tingginya dukungan suami pada penelitian ini dipengaruhi oleh karakteristik masyarakat di wilayah kerja Puskesmas

Pembantu Desa Sadewata yang masih menjunjung tinggi nilai kekeluargaan dan kebersamaan. Hubungan yang dekat antara suami dan istri memungkinkan suami lebih mudah mengetahui perubahan kondisi yang dialami istri sehingga lebih cepat memberikan bantuan ketika diperlukan. Namun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa masih terdapat responden yang belum memperoleh dukungan secara optimal, terutama pada aspek yang membutuhkan komunikasi, empati, dan pengetahuan mengenai perimenopause. Oleh karena itu, edukasi mengenai perimenopause tidak hanya perlu diberikan kepada wanita, tetapi juga kepada suami agar seluruh bentuk dukungan, baik emosional, instrumental, informasi, maupun penghargaan, dapat diberikan secara lebih optimal sesuai dengan kebutuhan istri.

3. Prevalensi *Menopause Syndrome*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 32 orang (50,8%), mengalami menopause syndrome kategori sedang. Selanjutnya, sebanyak 25 responden (39,7%) berada pada kategori berat, sedangkan kategori ringan dan tidak mengalami gejala masing-masing sebanyak 3 responden (4,8%). Temuan tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruh responden telah mengalami gejala menopause, dengan mayoritas berada pada tingkat keparahan sedang hingga berat.

Dominannya kategori sedang serta masih tingginya proporsi kategori berat menunjukkan bahwa sebagian besar wanita perimenopause dalam

penelitian ini telah merasakan perubahan fisik maupun psikologis yang cukup bermakna selama masa transisi menopause. Kondisi tersebut mencerminkan bahwa gejala menopause masih menjadi masalah yang banyak dialami responden dan memerlukan perhatian, terutama dalam bentuk dukungan dari orang terdekat. Secara fisiologis, gejala menopause muncul akibat penurunan kadar estrogen selama masa transisi menuju menopause, namun tingkat keparahan gejala yang dialami setiap wanita dapat berbeda karena dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Liu et al. (2025) yang menyatakan bahwa tingkat keparahan gejala menopause tidak hanya dipengaruhi oleh perubahan hormonal, tetapi juga oleh faktor psikososial, termasuk dukungan sosial yang diterima wanita selama masa perimenopause. Penelitian oleh Fang et al. (2024) juga menjelaskan bahwa wanita yang memperoleh dukungan dari pasangan cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi perubahan fisik maupun emosional selama menopause dibandingkan wanita yang menerima dukungan lebih rendah.

Pada penelitian ini, masih ditemukannya 25 responden (39,7%) yang mengalami menopause syndrome kategori berat menunjukkan bahwa sebagian wanita masih merasakan keluhan menopause dengan intensitas yang tinggi. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa dukungan suami menjadi aspek yang penting selama masa perimenopause. Dukungan emosional,

seperti perhatian, empati, dan kesediaan mendengarkan keluhan, dapat membantu wanita menghadapi perubahan emosional yang dialami. Selain itu, dukungan instrumental berupa bantuan dalam aktivitas sehari-hari maupun pendampingan saat membutuhkan pelayanan kesehatan dapat mengurangi beban yang dirasakan selama masa transisi menopause. Sebaliknya, apabila dukungan tersebut belum terpenuhi secara optimal, wanita dapat mengalami kesulitan dalam beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi sehingga gejala menopause dirasakan lebih berat.

Meskipun demikian, tingkat keparahan menopause syndrome tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan suami. Faktor lain, seperti usia, kondisi kesehatan, kualitas tidur, tingkat stres, aktivitas fisik, penyakit penyerta, serta kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap perubahan hormonal juga dapat memengaruhi munculnya gejala menopause. Oleh karena itu, hasil penelitian ini perlu dipahami sebagai kondisi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi.

Menurut asumsi peneliti, dominannya menopause syndrome kategori sedang dan masih tingginya kategori berat menunjukkan bahwa sebagian besar wanita perimenopause dalam penelitian ini masih memerlukan dukungan suami selama menghadapi masa transisi menopause. Dukungan emosional, instrumental, penghargaan, dan informasi yang diberikan suami diduga dapat membantu wanita merasa lebih tenang, lebih mudah beradaptasi dengan perubahan yang dialami, serta mengurangi persepsi terhadap beratnya

gejala menopause. Sebaliknya, apabila dukungan tersebut belum terpenuhi secara optimal, wanita cenderung menghadapi perubahan fisik dan psikologis tanpa pendampingan yang memadai sehingga keluhan menopause dapat dirasakan lebih berat.

4. Hubungan Dukungan Suami Terhadap Menopause Syndrome

Berdasarkan. hasil penelitian yang dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Rank, diperoleh nilai signifikansi (p value) sebesar 0,000 ($<0,05$), dengan koefisien. korelasi. sebesar 0,530. Hasil tersebut menunjukkan. bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan suami dan menopause syndrome pada wanita perimenopause di. wilayah kerja Puskesmas. Pembantu Desa Sadewata, dengan tingkat kekuatan hubungan yang tergolong sedang berdasarkan besaran koefisien korelasinya.

Tingkat kekuatan hubungan pada kategori. sedang. menunjukkan bahwa. dukungan suami memiliki. keterkaitan yang cukup bermakna dengan kondisi wanita selama masa perimenopause. Dukungan. suami merupakan salah. satu bentuk. dukungan. sosial yang dapat membantu wanita untuk menghadapi perubahan fisik dan psikologis selama. masa. perimenopause. Dukungan tersebut dapat. berupa. dukungan. emosional, . instrumental, informasi, . maupun. penghargaan. Perhatian, empati, penerimaan, serta bantuan. dalam. aktivitas sehari-hari. dapat membantu mengurangi beban psikologis dan kelelahan fisik yang dirasakan. Selain itu, dukungan informasi dapat meningkatkan pemahaman mengenai perubahan selama masa

perimenopause serta mendorong wanita untuk mencari pertolongan kepada tenaga kesehatan apabila keluhan mulai mengganggu aktivitas sehari-hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arar & Erbil (2023) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dari pasangan membantu perempuan beradaptasi terhadap perubahan hormonal serta mengurangi gangguan psikologis selama menopause. Dukungan pasangan memberikan rasa aman, meningkatkan penerimaan terhadap perubahan tubuh, serta membantu perempuan mengelola tekanan emosional. Hal tersebut juga didukung oleh Polat et al. (2022) yang menyatakan bahwa perempuan yang memperoleh dukungan emosional dan perhatian dari pasangan memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan perempuan yang kurang memperoleh dukungan keluarga. Dukungan tersebut membantu perempuan merasa dihargai serta meningkatkan kemampuan dalam menghadapi perubahan selama masa menopause.

Menurut asumsi peneliti, dukungan suami berperan dalam membantu wanita beradaptasi terhadap menopause syndrome, tetapi tidak dapat sepenuhnya menghilangkan gejala yang muncul akibat perubahan biologis. Penurunan fungsi ovarium dan kadar estrogen tetap menyebabkan berbagai keluhan, seperti hot flushes, nyeri sendi, gangguan tidur, perubahan suasana hati, maupun gangguan urogenital. Hal tersebut menjelaskan masih ditemukannya responden dengan menopause syndrome kategori sedang dan berat meskipun sebagian besar memperoleh dukungan suami.

Hubungan yang berada pada kategori sedang juga menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang turut berkontribusi terhadap menopause syndrome. Efektivitas dukungan tidak hanya ditentukan oleh keberadaannya, tetapi juga kualitas dan kesesuaiannya dengan kebutuhan wanita. Selain itu, faktor usia, perubahan hormonal, penyakit kronis, pola makan, aktivitas fisik, kualitas tidur, tingkat stres, kondisi sosial ekonomi, serta karakteristik individu dapat memengaruhi tingkat keparahan gejala yang dialami. Oleh karena itu, pengalaman setiap wanita dalam menghadapi masa perimenopause merupakan hasil interaksi antara faktor biologis, psikologis, dan sosial.

Kualitas dukungan yang diberikan juga dipengaruhi oleh komunikasi antara suami dan istri. Komunikasi yang terbuka memungkinkan suami memahami perubahan fisik maupun emosional yang dialami sehingga dukungan yang diberikan menjadi lebih sesuai dengan kebutuhan. Sebaliknya, anggapan bahwa masalah kesehatan reproduksi atau seksual merupakan hal yang tabu dapat menghambat wanita dalam menyampaikan keluhan yang dirasakan sehingga dukungan belum sepenuhnya optimal.

Temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya keterlibatan suami dalam meningkatkan kesehatan wanita selama masa perimenopause. Oleh karena itu, edukasi mengenai perimenopause tidak hanya perlu diberikan kepada wanita, tetapi juga kepada suami, meliputi perubahan fisiologis, gejala

menopause syndrome, bentuk dukungan yang dibutuhkan, serta kondisi yang memerlukan pemeriksaan lebih lanjut.

Tenaga kesehatan memiliki peran dalam membantu pasangan memahami bahwa menopause syndrome merupakan kondisi multidimensional yang dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial. Penanganannya tidak hanya berfokus pada gejala fisik, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi psikologis, hubungan keluarga, dan dukungan sosial. Melalui edukasi yang melibatkan pasangan, diharapkan suami mampu memberikan dukungan yang lebih tepat sesuai kebutuhan sehingga wanita dapat lebih baik dalam menerima perubahan, mengelola tekanan emosional, mempertahankan aktivitas sehari-hari, serta memanfaatkan pelayanan.