

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk yang tumbuh dan berkembang secara berkesinambungan mulai dari sejak lahir hingga akhir hayat. Manusia yang tumbuh dan berkembang dapat diketahui dari semakin bertambahnya ukuran fisik, sedangkan perkembangan dapat mencerminkan sikap yang identik mengenai gejala psikologis yang muncul. Menurut Hurlock (2007), perkembangan manusia tidak hanya berakhir dengan tercapainya kematangan fisik, namun perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan.

Seiring pertumbuhan dan perkembangan manusia menuju dewasa, usia dewasa madya merupakan masa hidup manusia yang paling menakutkan. Di mana pada masa ini, seseorang mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial yang sedikit demi sedikit menurun sehingga kurang mampu melakukan aktivitasnya sehari-hari. Menurut Santrock (2002), perubahan-perubahan fisik yang terjadi sepanjang hidup, mempengaruhi sikap, proses kognitif, dan perilaku individu. Hurlock (2007) juga mengatakan bahwa baik pria maupun wanita selalu mengalami ketakutan, karena penampilannya pada masa ini akan menghambat kemampuannya untuk mempertahankan pasangan mereka atau mengurangi daya tarik lawan jenis.

Masing-masing tahapan tersebut mempunyai tugas perkembangan dan karakteristik yang berbeda-beda. Melalui tahap-tahap perkembangan tersebut, maka dapat dijelaskan bahwa menjadi tua pada manusia adalah suatu hal yang

pasti terjadi dan tidak dapat dihindari. Sejak memasuki usia dewasa madya, secara alami organ dan sistem tubuh akan mengalami kemunduran dan perubahan. Oleh sebab itu, Hurlock (2007) menggolongkan bahwa usia dewasa madya berkisar antara usia 40 - 60 tahun, yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik maupun mental.

Perubahan fisik maupun mental pada dewasa madya bergantung pada bagaimana mempergunakan kemampuan mentalnya, sedangkan perubahan fisik yang terjadi pada dewasa madya meliputi perubahan penampilan, perubahan dalam kemampuan indera, perubahan keberfungsian fisiologis atau organ-organ tubuh, perubahan pada kesehatan, dan perubahan seksual (Hurlock, 2007). Sejauh ini, penyesuaian fisik yang paling sulit dialami oleh pria maupun wanita pada usia dewasa madya terdapat pada perubahan-perubahan pada kemampuan seksual mereka. Wanita memasuki masa menopause, sedangkan pria memasuki masa andropause. yaitu masa menurunnya proses fisiologis yang ditandai dengan penurunan hormon testosteron dan seluruh fungsi tubuh sehingga muncul gejala-gejala fisik maupun psikologis seiring dengan semakin menuanya usia pria tersebut.

Menurut Hill (2010), andropause merupakan perubahan hormon yang bersamaan dengan proses penuaan, termasuk menurunnya dorongan seks. Perubahan hormon tersebut menyebabkan seorang pria mati rasa, tidak hanya merasa lebih tua, tetapi juga merasa tidak perkasa. Pangkahila (2006) juga menambahkan bahwa andropause merupakan suatu kondisi di mana terjadi

penurunan fisik, psikologis dan seksual pada pria yang dihubungkan dengan berkurangnya hormon testosteron dalam plasma darah akibat proses penuaan.

Jumlah pria yang mengalami andropause di Indonesia belum ada data resmi. Akan tetapi ada beberapa penelitian terdahulu menyebutkan angka kejadian andropause di beberapa daerah. Seperti penelitian yang dilakukan Taher (dalam Umam, 2010) menyebutkan bahwa 70,94% responden di Jakarta mengalami andropause. Gunadarma (dalam Umam, 2010) juga melaporkan bahwa sebanyak 51,67% pria usia diatas 30 tahun di kota Surakarta telah mengalami andropause. Dengan bertambahnya angka harapan hidup, maka jumlah penderita andropause akan meningkat dengan pesat.

Seiring dengan semakin bertambahnya usia, pria yang mengalami andropause cenderung merasa gelisah, takut menghadapi masa tua, terlebih lagi pria andropause merasa mengalami penurunan terkait dengan kemampuan seksualnya. Pada masa andropause, pria memandang kehidupannya dengan lebih negatif sehingga pria andropause memandang hidupnya dengan ragu-ragu, suram, dan putus asa. Hal ini akan membuat pria andropause tidak dapat menerima kondisi dirinya yang semakin menua (Hill, 2010).

Keadaan takut dan gelisah yang dialami oleh pria andropause semakin diperburuk dengan adanya mitos-mitos yang beredar di masyarakat terkait dengan andropause. Di mana mitos tersebut berupa anggapan seseorang yang memandang andropause sebagai masa yang paling menakutkan sehingga dapat membawa pria menjadi semakin takut dan gelisah dalam menghadapi hidupnya. Sebagaimana yang disampaikan oleh Saryono (2010), bahwa setiap pria pasti akan mengalami

andropause, dan hal tersebut bukanlah mitos melainkan fakta yang akan dihadapi oleh setiap pria. Hill (2010) juga menambahkan bahwa ketakutan yang dialami pria andropause tersebut merupakan kegelisahan dari pikiran yang tidak menyenangkan, ditandai dengan adanya rasa khawatir dan perasaan tidak tenang yang tidak dapat dihindari.

Bahkan bukan hanya mitos saja, banyak pria yang memiliki ketakutan dan kegelisahan terhadap perubahan fisik dan mentalnya, sebagian menjadi sangat tertekan, atau terperangkap pada pola perilaku negatif yang menghalangi kemampuan-kemampuan mereka melebihi kesulitan emosional mereka pada tahap kehidupan, terlebih lagi menurunnya kemampuan seksual. Pria andropause merasa tidak bahagia dan tidak punya harapan untuk masa depan (Hill, 2010).

Kebanyakan pria yang berada pada situasi ini cenderung menceritakan kondisi yang dialaminya tersebut kepada teman sebayanya yang memiliki keluhan yang sama dengan dirinya. Bahkan sebagian pria ada yang memilih untuk memeriksa dirinya ke dokter sembari berkonsultasi terkait dengan perubahan serta keluhan yang dialaminya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hill (2010) yang mengatakan bahwa, ketika seorang pria usia dewasa madya mengunjungi seorang dokter tanpa ada tanda-tanda yang pasti, keluhan-keluhan tertentu dan tidak ada alasan yang dapat dilihat dengan mudah untuk mencari bantuan medis, andropause barangkali yang menjadi alasannya. Dapat disimpulkan bahwa pria tersebut telah mengalami andropause.

Ketika pria telah mengetahui bahwa dirinya mengalami andropause, pria menjadi semakin takut dan gelisah terhadap kondisi yang dialaminya. Terlebih

lagi jika pasangan tidak mau atau menolak kondisi pria yang telah mengalami andropause. Hal tersebut membuat pria menjadi minder karena takut tidak mampu lagi membahagiakan pasangan, terlebih lagi dalam melakukan hubungan seksual. Pangkahila (2006) mengatakan bahwa perubahan yang terjadi pada pria andropause tidak hanya berakibat pada kekecewaan terhadap dirinya sendiri, tetapi juga bisa menyebabkan ketidakbahagiaan bagi pasangan suami istri dalam suatu perkawinan.

Kebanyakan pria yang berada pada situasi ini beranggapan bahwa dirinya sudah tidak perkasa lagi, sehingga kemampuannya dalam membahagiakan pasangan menurun dibanding dulu di saat belum mengalami andropause. Sebagaimana yang disampaikan oleh Hill (2010) bahwa, beberapa pria yang mengalami andropause menganggap bahwa mereka telah kehilangan masa depannya.

Anggapan tersebut semakin membuat pria andropause menjadi khawatir terhadap masa depannya, bahkan pria andropause menganggap bahwa kehidupan terbaik mereka telah hilang. Berikut adalah kutipan wawancara singkat yang dilakukan peneliti dengan informan H pada 02 Mei 2017 terkait dengan kekhawatiran informan H terhadap masa depannya.

“Saya merasa ada sesuatu yang berubah dalam hidup saya mas. Mulai dari fisik yang semakin menurun gak karuan. Lemes, mudah capek saat beraktivitas dll. Lebih parahnya lagi sekarang malah susah untuk membahagiakan istri, membahagiakan dalam konteks lain lho mas, ya tidak membahagiakan karena saya tidak sekuat dulu lagi dalam berhubungan gitulah mas pokoknya. Parahnya lagi saya jadi makin kehilangan gairah lagi untuk melakukan hal seperti itu. Sampek istri saya bilang kalau saya itu payah. Sejak dari omongan itu mas saya merasa kehidupan terbaik waktu saya muda dulu telah hilang. Sekarang saya malah makin khawatir mas dengan masa depan saya, sekarang saja udah kayak gini, gimana klo umur saya udah semakin menua, makin suram masa depan saya kalau dipikir-pikir lagi tuh. Ya sudahlah mau bagaimana lagi, kalau pemberian dari Allah mau gak mau harus kita syukuri baik buruknya. Tapi alhamdulillah

istri sih sejauh ini masih nerima saja mas meski kondisi saya kayak gini.”(wawancara pada informan H, 05 Mei 2017).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dijelaskan bahwa informan H merasa khawatir terhadap masa depan terkait dengan kondisi yang dialaminya sekarang, hal tersebut terlihat dari pengakuan informan H yang mengatakan bahwa telah terjadi perubahan dalam hidupnya terkait dengan kondisi yang dialaminya, namun dari kekhawatiran tersebut informan H hanya bisa pasrah terhadap kehendak yang telah ditetapkan oleh Allah untuknya. Setidaknya informan H merasa sedikit lega karena di kondisinya yang sekarang masih mendapat dapat dukungan positif dari istri.

Selanjutnya informan R juga mengatakan hal yang hampir sama dengan informan H. Hasil wawancara awal dengan informan R pada 05 Mei 2017 menyatakan hal sebagai berikut:

“Perasaannah ngko’ yeh tak rukaruan conk, lah beremma’a poleh mon lah kabadhe’en abe’ nga’ riyah. Kabadhe’en beden lemes kabbhi, gempang lessoh, males, lajhu pas tak andhi’ ora’. Kemma wa’ tang binih lah seggut duson kiyah polanah ngkok lah tadhek nafso pole, lajhu pas ngkok ekasangghu ghi’ ngodeh se stamina full gebey ye ahubungan intim rua lah istilahna. Ngko’ torokna posang kiya conk, mak bisa ngko’ nga’ riyah. Ngko’ terro kiyah maperageh tang binih delem hal seksual jriyah. Ngko’ arassahodhi’na ngko’ riyah toron drastis mas. Ngkok lah kobeter dhe’budhi degghi’ sajen salbut ngara ngko’ polana tak sangghup poleh alayani tang binih”.

“Perasaan saya tidak karuan mas, yah mau gimana lagi kalau keadaannya sudah seperti ini. Kondisi badan lemes semua, mudah capek, males, tidak bertenaga. Dan lagi, istri sering ngambek gara-gara saya suka menolak saat diajak berhubungan seksual. Yah mau bagaimana lagi kalau saya sudah tidak bernaafsu lagi. Dikira saya masih muda yang staminanya full buat berhubungan intim gitulah istilahnya. Saya sebenarnya juga bingung mas terkait dengan diri saya. Saya merasa hidup saya itu menurun drastis. Sekarang ini saya khawatir dengan masa depan mas, mungkin bisa tambah kacau hidup saya karena tidak sanggup melayani istri (wawancara pada informan R, 05 Mei 2017).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa informan R juga memiliki kekhawatiran terhadap masa depannya, hal tersebut terjadi karena informan R merasa adanya penurunan drastis terhadap kondisi dirinya, dan terlebih

lagi informan R mengalami penurunan terkait dengan kemampuan seksualnya sehingga informan R tidak mampu melayani istrinya seperti dulu di saat masih muda.

Maka dapat dijelaskan bahwa informan H dan R sama-sama memiliki ketakutan dan kekhawatiran yang begitu besar terkait dengan masa depan, perasaan takut dan kekhawatiran yang besar tersebut menimbulkan kecemasan yang tidak dapat dihindari. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Freud (dalam Alwisol, 2010) yang mengatakan bahwa, kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Kecemasan dapat ditandai dengan kondisi mood yang negatif serta ketegangan fisik, ketakutan dan kekhawatiran pada hal-hal yang akan terjadi.

Adanya kekhawatiran dalam memandang masa depan memicu terjadinya kecemasan pada pria yang mengalami andropause. Sebagaimana yang telah diungkapkan oleh informan H yaitu:

“Gimana gak takut dan khawatir mas, kalau semua yang saya alami saat ini itu saya belum siap. Cemas saya itu mas kalau mengingat kondisi saya sekarang. Takut saya itu, takut ditinggal istri, istri takut tidak peduli lagi dengan keadaan saya yang sudah tidak mampu memberikan nafkah batin untuk dia gitu mas. Kalau sejujurnya sih saya frustrasi dengan keadaan ini. Untuk sejauh ini sih istri saya masih memaklumi kondisi yang saya alami saat ini sih mas, alhamdulillah” (wawancara pada informan H, pada 03 Mei 2017).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat dijelaskan bahwa informan H merasa frustrasi dan kecewa terhadap keadaan yang dialaminya sekarang, informan H juga merasa bingung dengan apa yang akan dilakukannya di masa depan jika kondisi ini semakin memperburuk dirinya. Informan H merasa takut dengan kondisi dirinya meskipun istri dari informan H sendiri memaklumi keadaan yang

dialami oleh informan H. Hal tersebut sesuai dengan faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Ramaiah (2003) tentang emosi yang ditekan. Emosi yang ditekan merupakan salah satu dari sumber kecemasan. Kecemasan dapat terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal. Kecemasan ini juga akan muncul jika individu menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang lama.

Selain dari emosi yang ditekan, lingkungan juga merupakan salah satu penyebab terjadinya kecemasan pada pria yang mengalami andropause. Hal ini sesuai dengan faktor lingkungan dari Ramaiah (2003) yang menyatakan bahwa lingkungan sekitar mempengaruhi cara berfikir tentang diri dan orang lain, terlebih lagi pada pasangan. Hal ini bisa disebabkan pengalaman individu dengan keluarga, dengan sahabat, dengan rekan kerja, dan lain-lain. Kecemasan wajar muncul ketika individu merasa tidak aman terhadap lingkungannya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh informan R yaitu sebagai berikut:

“Tang binih jeriya la tak ophen ka ngko’ conk, jhe’ lebele bkna keng ka tang binih, ngambul ruah pas degghi’. Saongghuna Ngko’ riyah tadhek dukungan deri lingkungan conk, tadhek oreng laen se taoh permasalahan se eadebbih ngkok’, ghun tang binih tok se taoh. Tape ye beremmah, tang binih ruah temmo aobe sifaddeh sejak ngko’ tak bisa aberri’ apa yeh... tak bisa memuaskan lah istilahna”.

“Istriku itu tidak perhatian ke saya mas. Jangan bilang-bilang ke istriku lho ya, ngambek dia nanti kalau sampe tau. Sebenarnya saya itu tidak ada dukungan dari lingkungan mas, gak ada orang lain yang tau permasalahan yang saya hadapi, hanya istri saya yang tau. Tapi ya gimana, istriku itu tiba-tiba berubah sifatnya sejak saya tidak memberi apa yaa... gak bisa memuaskan lah istilahnya” (wawancara pada informan R, pada 05 Mei 2017).

Dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa informan R tidak mendapat dukungan, baik dari lingkungan maupun dari istrinya sendiri. Istri dari informan R terlihat cuek dan tidak peduli terhadap kondisi yang dialami oleh informan R.

Selain itu terdapat empat aspek dalam kecemasan antara lain, (1). aspek somatik yaitu berupa reaksi tubuh yang muncul terhadap adanya bahaya, (2). aspek kognitif yaitu berupa respon terhadap kecemasan dalam pikiran manusia, (3). aspek emosi yaitu berupa perasaan individu yang mengakibatkan individu secara terus menerus khawatir, merasa takut terhadap bahaya yang mengancam, (4). aspek perilaku yaitu berupa reaksi dalam bentuk perilaku manusia terhadap ancaman dengan menghindar atau menyerang.

Keempat aspek tersebut akan digunakan peneliti sebagai bahan dalam melihat kecemasan pada pria yang mengalami andropause. Dengan demikian, berangkat dari fenomena yang telah terjadi dan faktor-faktor kecemasan yang muncul tersebut peneliti tertarik untuk mengungkap Kecemasan Pada Pria yang Mengalami Andropause

1.2 Signifikansi Penelitian

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Triana Rostiana dan Ni Made Taganing Kurniati (2009) dalam jurnal yang berjudul *Kecemasan Pada Wanita yang Menghadapi Menopause*. Di mana pada jurnal tersebut, subjek penelitian merupakan seorang wanita yang tidak bekerja dan sudah mulai mengalami gejala menopause yang ditandai oleh mulai tidak teratur haidnya. Penelitian ini merupakan penelitian dalam bentuk kualitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek sulit menghadapi masa menopause karena belum siap

untuk menghadapinya dan kurangnya informasi yang didapatnya. Hal ini dapat terlihat dari gejala gangguan tidur, lebih mudah letih, cemas dan gelisah.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah, dalam penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kualitatif dengan bentuk studi kasus. Subjek merupakan wanita yang tidak bekerja dan sudah mulai mengalami gejala menopause, sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu menggunakan pendekatan kualitatif dengan bentuk fenomenologi. Subjek dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah pria yang telah pensiun dari pekerjaannya dan mengalami andropause. Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu sama-sama menggunakan metode kualitatif, dan variabel yang digunakan pun sama yaitu sama-sama menggunakan variabel kecemasan.

Selain itu, penelitian sebelumnya tentang andropause dilakukan oleh David Noor Umam pada tahun 2010 dalam skripsinya yang berjudul *Hubungan antara Andropause dengan Stres pada Pria beristri*. Di mana pada skripsi tersebut, subjek penelitian merupakan seorang pria yang telah mengalami andropause, memiliki istri yang sah, lama perkawinan 15 tahun, anak minimal 2, tinggal di desa kemiri. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan antara andropause dengan stres pada pria beristri. Penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif epidemiologi observasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Hasil penelitian didapatkan 58 subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dari 58 subjek penelitian yang telah andropause didapatkan 52 orang (89,66%) positif stres dan 6 orang (10,34%) negatif stres berdasarkan

screening GHQ. Ada hubungan positif, kuat dan sangat signifikan secara statistik antara andropause dengan stres pada pria beristri.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah, dalam penelitian sebelumnya subjek merupakan seorang pria yang telah mengalami andropause, memiliki istri yang sah, lama perkawinan 15 tahun, anak minimal 2, tinggal di desa kemiri, yang diteliti adalah hubungan antara andropause pada pria beristri, sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah tentang gambaran perilaku seksual pada pria yang mengalami andropause.

Penelitian yang dilakukan oleh David Noor Umam tersebut menggunakan metode kuantitatif epidemiologi observasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Meskipun penelitian ini juga memiliki kesamaan dalam mengungkap tentang andropause, akan tetapi variabel yang digunakan berbeda.

1.3. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, adapun fokus penelitian ini di arahkan pada bagaimanakah bentuk kecemasan pada pria yang mengalami andropause?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kecemasan pada pria yang mengalami andropause.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat berupa:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah secara teoritis (pengetahuan) bagi perkembangan disiplin ilmu psikologi, khususnya Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan.

b. Manfaat Praktis

1. Manfaat untuk subjek

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait dengan kecemasan pada saat mengalami andropause, serta dapat mengetahui langkah apa yang harus dilakukan apabila kecemasan tersebut semakin memperburuk dirinya.

2. Manfaat untuk istri

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait dengan kecemasan dan perubahan-perubahan yang dialami suami pada saat mengalami andropause, serta dapat membantu suami menyesuaikan diri dalam menghadapinya.

3. Manfaat untuk masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi kepada masyarakat untuk menambah wawasan terkait dengan kecemasan pada pria yang mengalami andropause dan diharapkan juga agar masyarakat

mampu menyesuaikan dan mengatasi kecemasan-kecemasan yang muncul pada saat mengalami andropause.

4. Manfaat untuk peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi serta dapat dijadikan bahan perbandingan untuk peneliti selanjutnya terkait dengan kecemasan pada pria yang mengalami andropause.