

Hubungan Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Terhadap Keadaan Psikologi Ibu Menopause Di Desa Lueng Batakecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara

Ummu Aiman¹, Marzatilla², Nada rianti³, Mirna Wati⁴
^{1,2,3,4}Universitas Bina Bangsa Getsempena

ABSTRAK

Ibu yang mengalami *menopause* mengalami banyak perubahan dalam dirinya, baik perubahan fisik maupun perubahan psikologis. Ibu merasa bahwa dirinya akan menjadi tua, tidak sehat dan tidak cantik lagi. Ibu bisa mengalami stres, kecemasan, daya ingat menurun, mudah tersinggung dan depresi. Sehingga ibu membutuhkan motivasi ataupun dorongan baik dari dalam diri ibu, keluarga maupun lingkungan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap kejadian psikologi ibu *menopause* di Desa Alue Gampong Kecamatan Tanah Luas Kabupaten Aceh Utara. Jenis penelitian ini bersifat *analitik* dengan desain studi "*cross sectional*", dengan sampel sebanyak 52 orang dari total populasi seluruh ibu *menopause* yang ada di Desa Alue Gampong Kecamatan Tanah Luas Kabupaten Aceh Utara berjumlah 52 orang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 sampai dengan 27 September 2018 dengan metode pengukuran penyebaran kuesioner. Pengolahan data dilakukan proses *editing, coding, tabulating, processing* dan *cleaning* secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil analisis univariat diperoleh bahwa sebagian besar motivasi intrinsik pada ibu *menopause* berada pada kategori motivasi kuat berjumlah 25 orang (48%), sebagian besar motivasi ekstrinsik pada ibu *menopause* berada pada kategori motivasi kuat berjumlah 24 orang (46%) dan sebagian besar keadaan psikologi ibu *menopause* berada pada kategori baik sebesar 37 orang (71%) sedangkan hasil analisis bivariat diperoleh bahwa terdapat hubungan bermakna antara motivasi intrinsik dengan keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai *p value* sebesar 0.002 dan terdapat hubungan bermakna antara motivasi ekstrinsik dengan keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai *p value* sebesar 0.001. Diharapkan kepada ibu *menopause* agar dapat menambah wawasan dan informasi mengenai motivasi dan psikologi ibu *menopause*.

Kata Kunci: Motivasi, Intrinsik, Ekstrinsik, Psikologi, *Menopause*

Abstract

Mothers who experience menopause experience many changes within themselves, both physical changes and psychological changes. Mother felt that she would grow old, unhealthy and no longer beautiful. Mothers can experience stress, anxiety, decreased memory, irritability and depression. So mothers need motivation or encouragement from within themselves, the family and the environment. The aim of this research is to determine the relationship between intrinsic and extrinsic motivation and the psychological events of menopause mothers in Alue Gampong Village, Tanah Luas District, North Aceh Regency. This type of research is analytical with a "cross sectional" study design, with a sample of 52 people from the total population of all menopausal mothers in Alue Gampong Village, Tanah Luas District, North Aceh Regency totaling 52 people. This research was conducted on 25 to 27 September 2018 with method of measuring questionnaire distribution. Data processing was carried out by editing, coding, tabulating, processing and cleaning univariately and bivariately using the chi square test. The results of the univariate analysis showed that the majority of intrinsic motivation in menopausal mothers was in the strong motivation category, amounting to 25 people (48%), most of the motivation Extrinsic motivation in menopausal mothers is in the strong motivation category totaling 24 people (46%) and most of the psychological conditions of menopausal mothers are in the good category amounting to 37 people (71%) while the results of bivariate analysis show that there is a significant relationship between intrinsic motivation and the mother's psychological condition. menopause with a *p* value of 0.002 and there is a significant relationship between extrinsic motivation and the psychological state of menopausal mothers with a *p* value of 0.001. It is hoped that menopausal mothers can add insight and information regarding the motivation and psychology of menopausal mothers.

Keywords: Motivation, Intrinsic, Extrinsic, Psychology, Menopause

*correspondence Address
E-mail: ummuai0606@gmail.com

PENDAHULUAN

Ibu yang mengalami *menopause* mengalami banyak perubahan dalam dirinya, baik perubahan fisik maupun perubahan psikologis. Ibu merasa bahwa dirinya akan menjadi tua, tidak sehat dan tidak cantik lagi. Ibu bisa mengalami stres, kecemasan, daya ingat menurun, mudah tersinggung dan depresi. Sehingga ibu membutuhkan motivasi ataupun dorongan baik dari dalam diri ibu, keluarga maupun lingkungan.

Sekitar 25 juta wanita di seluruh dunia diperkirakan mengalami menopause. Jumlah wanita usia 50 tahun ke atas diperkirakan meningkat dari 500 juta pada saat ini menjadi lebih dari 1 miliar pada 2030. Di Asia, masih menurut data *World Health Organization* (WHO), pada 2025 jumlah wanita yang berusia tua diperkirakan akan melonjak dari 107 juta ke 373 juta (Ali, 2013).

Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan *menopause*. Pada tahun 2016 saat ini di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan *menopause* atau 7,4% dari total populasi yang ada. Sementara perkiraan umur rata-rata usia *menopause* di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami *menopause* semakin banyak (Dinkes RI, 2017).

Di Provinsi Aceh pada tahun 2016 jumlah perempuan *menopause* sebanyak 24,4 juta jiwa (10%), dan pada tahun 2020 jumlah perempuan *menopause* diperkirakan mencapai 28,8 juta jiwa (Dinkes Aceh, 2017). Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2016, jumlah penduduk wanita di Kabupaten Aceh Utara sebanyak 1.039.681 jiwa dengan jumlah wanita yang berusia 50-59 tahun sebesar 138.813 jiwa (Dinkes Aceh Utara, 2017).

Secara normal wanita akan mengalami *menopause* antara 40 tahun sampai 50 tahun. Umur waktu terjadinya *menopause* dipengaruhi oleh keturunan, kesehatan umum, dan pola kehidupan. Ada kecenderungan dewasa ini untuk terjadinya *menopause* pada umur yang lebih tua (Prawirohardjo, 2014).

Seorang wanita yang mencapai umur sekitar 45 tahun mengalami penuaan indung telur, sehingga tidak sanggup memenuhi hormon *estrogen*. Sistem hormonal seluruh tubuh mengalami kemunduran dalam mengeluarkan hormon menyebabkan berbagai perubahan pada fisik dan psikis (Manuaba, 2014).

Fisik mengalami ketidaknyamanan seperti rasa kaku dan linu yang dapat terjadi secara tiba-tiba disekujur tubuh. Misalnya pada kepala, leher dan dada bagian atas. Kadang-kadang rasa kaku ini dapat diikuti dengan rasa panas atau dingin, pening, kelelahan, jengkel, resah, cepat marah dan berdebar-debar (Indiarti, 2014).

Pada masa *menopause*, wanita mengalami stres fisik dan juga mengalami stres psikologis yang mempengaruhi keadaan emosi dalam menghadapi hal normal sebagaimana yang dialami semua wanita. Perubahan psikis yang terjadi diantaranya mudah tersinggung, suasana hati yang tidak menentu, mudah lupa dan sulit berkonsentrasi (Sugiyanto, 2014).

Sedangkan menurut Andrews (2013), banyak wanita mengeluh masalah psikologis saat *menopause*, tetapi sulit untuk menentukan apakah masalah ini timbul akibat defisiensi *estrogen* atau merupakan faktor sekunder akibat gejala lain, seperti *flush* dan keringat malam. Episode keringat malam yang berkepanjangan dapat mengakibatkan gangguan pola tidur, yang akhirnya menyebabkan gangguan konsentrasi, ingatan yang kurang baik, perubahan alam perasaan, bahkan gejala fisik, seperti sakit kepala dan kelemahan.

Beberapa gejala psikologis yang menonjol diantaranya mudah tersinggung, sukar tidur, tertekan, gugup, kesepian, tidak sabar, tegang (tension), cemas dan depresi. Ada juga lansia yang kehilangan harga diri karena menurunnya daya tarik fisik dan seksual mereka, tidak dibutuhkan oleh suami dan anak-anak mereka serta kehilangan fertilitas karena fungsi reproduksi yang hilang (Kuntjoro, 2014).

Untuk menghindari perubahan dan gejolak jiwa menghadapi menopause dibutuhkan motivasi baik dari dalam diri ibu maupun dari keluarga dan lingkungan. Manfaat motivasi atau dukungan keluarga dan lingkungan menjadikan seorang wanita dalam menghadapi masa *menopause* lebih nyaman. Dukungan keluarga juga menjadi salah satu penyebab seorang wanita yang menghadapi masa *menopause* menjadi sangat berharga dan menambah ketentraman hidup (Nisa, 2015).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Kader Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya terdapat 117 KK dengan jumlah penduduk yaitu 454 orang, dimana wanita *menopause* terdapat 52 orang. Berdasarkan peninjauan awal pada 10 orang ibu menopause di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya, mereka mengatakan sering merasakan kecemasan misalnya susah tidur, gelisah, jantung berdetak kencang dan pusing. Mereka mencemaskan tentang kondisi kesehatan mereka yang semakin menurun, mereka sering mengalami reumatik, kolesterol tinggi, dll. Mereka juga kadang-kadang cemas jika ada masalah di dalam keluarga. Oleh karena itu, mereka sangat membutuhkan motivasi dari diri sendiri dan motivasi dari keluarga misalnya perhatian tentang kesehatan ibu *menopause* karena sering merasa cemas dengan kondisi kesehatan mereka sehingga mereka semangat untuk menjalankan kehidupan sehari-hari, menjaga kesehatan sendiri dan rasa cemas yang mereka rasakan bisa berkurang.

Berdasarkan uraian tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik terhadap Keadaan Psikologi Ibu *Menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2019"

METODE

Jenis penelitian ini bersifat *analitik* dengan desain studi "*cross sectional*" yaitu suatu penelitian dimana variabel *independen* (resiko) dan variabel *dependen* (efek) diobservasi sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2014). Penelitian ini untuk mengetahui hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2019.

2.HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Umur Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

Dari table 1 dapat dilihat bahwa karakteristik umur ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2022, sebagian besar berada pada kategori 51-55 tahun yaitu sebanyak 30 orang dengan persentase 58%.

No	Umur	F	(%)
1.	45-50 tahun	8	15
2.	51-55 tahun	30	58
3.	56-60 Tahun	14	27
Total		52	100

Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

No	Pekerjaan	F	(%)
1.	Bekerja	7	13
2.	Tdk Bekerja	45	87
Total		52	100

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa karakteristik pekerjaan ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019, sebagian besar berada pada kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 45 orang dengan persentase 87%.

Distribusi Frekuensi Motivasi Intrinsik Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

No	Motivasi Intrinsik	f	%
1.	Motivasi	25	48
2.	Kuat	18	35

3.	Motivasi Sedang Motivasi Lemah	9	17
----	--------------------------------	---	----

No	M Ekstrinsik	F	(%)
1.	Motivasi Kuat	24	46
2.	Motivasi	21	40
3.	Sedang Motivasi Lemah	7	14
Total		52	100
Total		52	100

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa karakteristik motivasi intrinsik ibu *menopause* di Desa Long Bata Gampong Kecamatan Kabupaten Aceh Utara tahun 2019, sebagian besar berada pada kategori motivasi kuat yaitu sebanyak 25 orang dengan persentase 48%.

Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

No	Pendidikan	F	(%)
1.	Tinggi	9	17
2.	Menengah	39	75
3.	Dasar	4	8
Total		52	100

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa karakteristik pendidikan ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019, sebagian besar berada pada kategori menengah yaitu sebanyak 39 orang dengan persentase 75%.

Distribusi Frekuensi Motivasi Ekstrinsik Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

Dari tabel 5 dapat dilihat bahwa karakteristik motivasi ekstrinsik ibu *menopause* di Desa Alue Gampong Kecamatan TanahLuas Kabupaten Aceh Utara tahun 2019, sebagian besar berada pada kategori motivasi kuat yaitu sebanyak 24 orang dengan persentase 46%.

Distribusi Frekuensi Keadaan Psikologi Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

No	Keadaan Psikologi Ibu <i>Menopause</i>	F	(%)
1.	Baik	37	71
2.	Buruk	15	29
Total		52	100

Dari tabel 6 dapat dilihat bahwa keadaan *menopause* di Desa Alue Gampong Kecamatan TanahLuas Kabupaten Aceh Utara tahun 2019, sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 37 orang dengan persentase 71%.

Distribusi Frekuensi Hubungan Motivasi Intrinsik Terhadap Keadaan Psikologi Ibu *Menopause* Di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022

No.	Motivasi Intrinsik	Keadaan Psikologi Ibu <i>Menopause</i>				p-value
		Baik		Buruk		
		f	%	f	%	
1.	Motivasi Kuat	24	96	1	4	0.002
2.	Motivasi Sedang	8	44	10	56	
3.	Motivasi Lemah	5	56	4	44	
Jumlah		37	71	15	29	

Dari tabel 5.7 diketahui bahwa dari 37 ibumenopause(71%) dengan keadaan psikologi baik yang mempunyai motivasi instrinsik kuat sebesar 24 orang (96%), motivasi sedang sebesar 8 orang (44%) dan motivasi lemah sebesar 5 orang (56%) sedangkan dari 15 ibu *menopause* (29%) dengan keadaan psikologi buruk yang mempunyai motivasi

intrinsik kuat sebesar 1 orang (4%), motivasi sedang sebesar 10 orang (56%) dan motivasi lemah sebesar 4 orang (4%). Dari hasil penelitian juga didapatkan motivasi instrinsik ada hubungan secara signifikan terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai signifikan (p) sebesar 0.002 yang artinya $p = value < 0.05$ menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi intrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause*.

Analisa Univariat

1. Umur

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik umur ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019 sebagian besar berada pada kategori 51-55 tahun yaitu sebanyak 30 orang dengan persentase 58%.

Menurut teori Wawan & Dewi (2014), umur adalah usia individu yang dihitung mulai dari dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir.

Menurut asumsi penelitian usia ibu *menopause* mayoritas pada kategori "51-55 tahun" karena pada usia tersebut banyak ibu *menopause* yang mengalami keadaan psikologi yang baik.

2. Pekerjaan

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik pekerjaan ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019 sebagian besar berada pada kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 45 orang dengan persentase 87%.

Menurut Wawan dan Dewi (2014), pekerjaan merupakan suatu cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Pekerjaan dilakukan untuk menunjang kehidupan pribadi maupun keluarga. Bekerja dianggap kegiatan yang menyita waktu.

Menurut asumsi peneliti, mayoritas ibu *menopause* tidak bekerja, karena mereka lebih memilih menjadi ibu rumah tangga sehingga banyak waktu yang dihabiskan untuk keluarga.

3. Pendidikan

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik pendidikan ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun

2019 sebagian besar berada pada kategori menengah yaitu sebanyak 39 orang dengan persentase 75%. Menurut Wawan dan Dewi (2014), pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang terhadap pola hidup terutama dalam motivasi sikap. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah untuk penerimaan informasi.

Menurut asumsi peneliti pendidikan ibu *menopause* mayoritas pada kategori menengah karena masih banyak ibu-ibu *menopause* yang berpikir menyelesaikan pendidikannya sampai tingkat SMU saja kemudian lebih memilih menikah.

4. Motivasi Intrinsik

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik motivasi intrinsik ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019 sebagian besar berada pada kategori motivasi kuat yaitu sebanyak 25 orang dengan persentase 48%.

Menurut Prabu (2013), motivasi intrinsik adalah motivasi yang mendorong seseorang untuk berprestasi yang bersumber dalam diri individu tersebut.

Menurut asumsi peneliti motivasi instrinsik ibu *menopause* mayoritas pada kategori motivasi kuat karena ibu *menopause* pada usia tersebut menyadari sering mengalami sakit, susar tidur dan mudah tersinggung sehingga ibu membutuhkan dukungan dari diri sendiri .

5. Motivasi Ekstrinsik

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik motivasi ekstrinsik ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019 sebagian besar berada pada kategori motivasi kuat yaitu sebanyak 24 orang dengan persentase 46%.

Menurut Uno (2014), motivasi ekstrinsik timbul karena adanya rangsangan dari luar individu, misalnya dalam bidang pendidikan terdapat minat yang positif terhadap kegiatan pendidikan timbul karena melihat manfaatnya.

Menurut asumsi peneliti motivasi ekstrinsik ibu *menopause* mayoritas pada kategori motivasi kuat karena keluarga juga menyadari bahwa ibu *menopause* pada usia tersebut juga membutuhkan dukungan dari keluarga sehingga gejala psikologisnya yang dialaminya dapat berkurang.

6. Keadaan Psikologi Ibu *Menopause*

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik keadaa psikologi ibu *menopause* di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara tahun 2019 sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 37 orang dengan persentase 71%.

Menurut Hekhmawati (2016), psikologi masa *menopause* adalah salah satu tahap psikologi perkembangan maksudnya adalah psikologi perkembangan merupakan cabang dari psikologi yang mempelajari

proses perkembangan individu, baik sebelum maupun sesudah kelahiran sampai kematangan perilaku.

Menurut asumsi peneliti keadaan psikologi ibu *menopause* mayoritas pada kategori baik karena ibu *menopause* berusaha untuk memotivasi dirinya sendiri salah satunya dengan menjaga kesehatannya dengan baik dan ibu *menopause* jugamendapatkan dukungan dan perhatian dari keluarganya.

2. Analisa Bivariat

1. Hubungan Motivasi Intrinsik terhadap Keadaan Psikologi Ibu *Menopause*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi intrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai $p = 0.002$ sehingga $p < 0.05$, yang berarti bahwa motivasi intrinsik mempunyai hubungan terhadap keadaan psikologi ibu *menopause*.

Hal ini sesuai dengan teori Sugiyanto (2014), motivasi atau dukungan informatif, emosional, penghargaan dan instrumental merupakan cara mengatasi gangguan psikologis pada ibu yang mengalami *menopause*. Oleh karena itu ibu membutuhkan motivasi atau dukungan baik dari dalam dirinya sendiri. Menurut Manuaba (2014), *menopause* merupakan suatu proses peralihan dari masa produktif menuju ke masa non produktif. Sehubungan dengan terjadinya *menopause* pada lansia maka biasanya hal itu diikuti dengan berbagai gejala atau perubahan yang meliputi aspek fisik maupun psikologis yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan lansia tersebut.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yohana Amanda (2013) di Dusun IV Desa Patumbak Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang, meneliti hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *monopause* dengan jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan desain studi "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan motivasi intrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *monopause* dengan dengan nilai $p\text{-value} = 0.001$.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Rika Safriani (2010) di Desa Patumbak Kampung Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang, meneliti hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan jenis penelitian *analitik* dengan metode "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan motivasi intrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *monopause* dengan dengan nilai $p\text{-value} = 0.000$.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Devi Masrini (2012) di Desa Labuhan Haji Kecamatan Banten, meneliti

hubungan hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan jenis penelitian *analitik* dengan metode "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan motivasi intrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan dengan nilai *p-value* = 0.007.

Menurut asumsi penulis, motivasi intrinsik pada kategori motivasi kuat sangat mempengaruhi keadaan psikologi ibu *menopause* pada kategori baik karena jika ibu mempunyai dorongan yang baik dari dalam ibu sendiri menjadikan seorang ibu dalam menghadapi masa *menopause* lebih nyaman misalnya dengan menjaga kesehatannya dengan baik, mengatur pola makan dan rajin mengikuti senam lansia dan ibu lebih tenang dalam menerima keadaan tidak adanya haid, kulitnya tidak kencang lagi dan tidak cantik lagi.

2. Hubungan Motivasi Ekstrinsik terhadap Keadaan Psikologi Ibu *Menopause*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai *p* = 0.001 sehingga *p* < 0.05, yang berarti bahwa motivasi ekstrinsik mempunyai hubungan terhadap keadaan psikologi ibu *menopause*.

Hal ini sesuai dengan teori Sugiyanto (2014), ibu membutuhkan motivasi atau dukungan untuk mengurangi gangguan psikologis pada ibu, bukan hanya dari dalam dirinya sendiri, tetapi dari keluarga ataupun lingkungannya.

Menurut Lestary (2013), sebagian orang juga menganggap datangnya *menopause* sebagai berakhirnya masa menyenangkan dalam hidup. Proses alami yang dilalui setiap wanita itu dipandang sebagai pertanda menjadi tua dan memudarnya kecantikan seseorang. Mereka takut karena semua itu merupakan sesuatu yang bersifat tua, sakit-sakitan dan tidak cantik lagi. Apalagi datangnya *menopause* ini diiringi sejumlah gejala-gejala yang mengganggu.

Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Prissy Verasita (2017) di Dusun Cambahan Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta, meneliti hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan desain studi "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan motivasi ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan dengan nilai *p-value* = 0.001.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Rika Safriani (2010) di Desa Patumbak Kampung Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang, meneliti hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan jenis penelitian *analitik* dengan metode "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan motivasi ekstrinsik

terhadap keadaan psikologi ibu monopause dengan dengan nilai $p\text{-value} = 0.005$.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Devi Masrini (2012) di Desa Labuhan Haji Kecamatan Banten, meneliti hubungan hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan jenis penelitian *analitik* dengan metode "*cross sectional*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan motivasi ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu monopause dengan dengan nilai $p\text{-value} = 0.003$.

Menurut asumsi penulis juga, motivasi ekstrinsik pada kategori motivasi kuat sangat mempengaruhi keadaan psikologi ibu *menopause* pada kategori baik karena jika ibu mempunyai dorongan yang baik dari suami, keluarga dan lingkungan menjadikan seorang ibu lebih semangat dalam menghadapi masa *menopause* misalnya suami selalu memberikan perhatian kepada ibu, suami dan keluarga selalu memperhatikan kesehatan ibu *menopause*, segera membawa ibu berobat jika sakit sehingga ibu merasa tenang, menjaga pola makan ibu *menopause*, sering mengajak ibu berdiskusi atau berbicara dan ibu sering mengikuti pengajian bersama tetangga di sekitar lingkungan tempat ibu tinggal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu di Desa Lueng Bata Kecamatan Baktiya Kabupaten Aceh Utara dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas motivasi intrinsik ibu *menopause* pada kategori motivasi kuat sebanyak 25 orang (48%), mayoritas motivasi ekstrinsik pada kategori motivasi kuat sebanyak 24 orang (46%) dan mayoritas keadaan psikologi ibu *menopause* pada kategori baik sebanyak 37 orang (71%).

Maka dapat disimpulkan adanya hubungan yang bermakna antara motivasi intrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai $p\text{-value} = 0.002 < \alpha = 0.05$ dan adanya hubungan yang bermakna antara motivasi ekstrinsik terhadap keadaan psikologi ibu *menopause* dengan nilai $p\text{-value} = 0.001 < \alpha = 0.05$.

Menurut asumsi penulis, motivasi intrinsik pada kategori motivasi kuat sangat mempengaruhi keadaan psikologi ibu *menopause* pada kategori baik karena jika ibu mempunyai dorongan yang baik dari dalam ibu sendiri menjadikan seorang ibu dalam menghadapi masa *menopause* lebih nyaman misalnya dengan menjaga kesehatannya dengan baik, mengatur pola makan dan rajin mengikuti senam lansia dan ibu lebih tenang dalam menerima keadaan tidak adanya haid, kulitnya tidak kencang lagi dan tidak cantik lagi.

Menurut asumsi penulis juga, motivasi ekstrinsik pada kategori motivasi kuat sangat mempengaruhi keadaan psikologi ibu *menopause* pada kategori baik karena jika ibu mempunyai dorongan yang baik dari suami, keluarga dan lingkungan menjadikan seorang ibu lebih semangat dalam menghadapi masa *menopause* misalnya suami selalu memberikan perhatian kepada ibu, suami dan keluarga selalu memperhatikan kesehatan ibu *menopause*, segera membawa ibu berobat jika sakit sehingga ibu merasa tenang, menjaga pola makan ibu *menopause*, sering mengajak ibu berdiskusi atau berbicara dan ibu sering mengikuti pengajian bersama tetangga di sekitar lingkungan tempat ibu tinggal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, Y. (2013). *Hubungan Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik terhadap Keadaan Psikologi Ibu Menopause*. Medan : Fakultas Keperawatan USU
- Baihaqi, dkk. (2015). *Psikiatri(Konsep Dasar dan Gangguan-Gangguan)*. Bandung : Refika Aditama
- Dinkes Aceh (2017). *Profil Kesehatan Aceh Tahun 2016*.
- Dinkes Aceh Utara (2017). *Profil Kesehatan Aceh Utara Tahun 2018*
- Glasier, A. & Gebbie, A. (2013). *Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC
- Hekhmawati, S. (2016). *Gambaran Perubahan Fisik dan Psikologis pada Wanita Menopause di Posyandu Desa Pabelan*.
- Julita, S. Dan Ramayani (2013). *Pengaruh Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik terhadap Kesiapan Mental Wanita Pra Menopause Menghadapi Menopause di Desa Tibang Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh*.
- Manuaba, I.B.G. (2014). *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta : EGC
- Masrini, D. (2012). *Hubungan Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik terhadap Keadaan Psikologi Ibu Menopause di Desa Labuhan Haji Kecamatan Banten*.
- Noorma, N. (2017). *Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Wanita Monopausedi Klinik Bank Tabungan Pensiunan Nasional Kota Makassar*.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

- Prabu, A. (2013). *Pengaruh Motivasi Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional Kabupaten Muara Enin, Jurnal Manajemen dan Bisnis Sriwijaya*
- Prawirohardjo, S (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Safriani, R. (2010). *Hubungan Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik terhadap Keadaan Psikologi Ibu Menopause di Desa Patumbak Kampung Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang*.
- Setiadi (2013). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Sugiyono (2013). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV. Alfabeta
- Uno, H. (2014). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta : Bumi Aksara
- Verasita, P (2017). *Pengaruh Penyuluhan tentang Menopause terhadap Motivasi dalam Berhubungan Seksual pada Wanita Menopause di Dusun Cambahan Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta*
- Wade, C. & Carol, T. (2013). *Psikologi*. Jakarta : Erlangga
- Wawan, A. & Dewi, A. (2014). *Teori Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha medika