BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause bisa disebut juga mempersiapkan pensiun, wanita transisi dari usia subur ke usia lanjut. Periode ini ditandai dengan berhentinya menstruasi karena estrogen tidak lagi diproduksi. Menurut data WHO pada tahun 2025 jumlah wanita menopause di Asia akan mengalami peningkatan dari angka 107 juta orang menjadi 373 juta orang. Kementrian Kesehatan RI memperkirakan jumlah penduduk Indonesia adalah 262,6 juta orang pada tahun 2020 30,3 juta wanita mengalami menopause. Usia rata-rata adalah 49 tahun, sedang mengalami menopause (Wardani, 2019).

Dampak masalah kesehatan pada wanita menopause baik secara fisik dan psikologis, salah satu diantaranya yaitu ketika wanita merasa cemas dan takut untuk memasuki masa menopause. Perubahan tersebut dapat memengaruhi status dan perasaan untuk mengambil keputusan yang berharga. Tentu saja akan mempengaruhi kualitas hidup seseorang (Wardani, 2019).

Ketidaknyamanan fisik yang paling sering di jumpai adalah siklus menstruasi yang tidak teratur, berkeringat banyak, dada sesak, pusing, libido menurun (dorongan seks), kesulitan tidur *(insomnia)*, tekanan darah tinggi, kelelahan, nyeri tulang belakang, pengeroposan tulang, sirkulasi terganggu, dan obesitas menyebabkan penambahan berat badan (akumulasi lemak). Keluhan psikologis yang dirasakan adalah perasaan cemas, takut, mudah marah, emosional kurangnya kontrol, sulit berkonsentrasi, gugup, perasaan kekurangan, kesepian, kelelahan, merasa tidak berguna, stres, atau bahkan depresi. Terjadi 4-5 tahun sebelum menopause (Meilan & Huda, 2022).

Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause, ada beberapa faktor yang mempengaruhi, seperti tingkat pendidikan dan pengetahuan tentang menopause, faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi tubuh dan kesehatan. Kesehatan, budaya dan lingkungan sangat mempengaruhi gaya hidup wanita

mengatasi riwayat berhenti menstruasi yang dapat mempengaruhi kondisi psikologi dan usia. Apabila pengetahuan seorang wanita semakin tinggi maka akan semakin siap dalam menghadapi proses menopause (Nabban, 2022).

Bagi wanita yang mengalami menopause perlu dukungan dari orang-orang terdekat, seperti dari suami, teman dan keluarga. Sebuah bentuk dukungan untuk kepercayaan diri pada wanita yang mengalami menopause, mendukung orang bagian terdekat adalah dukungan sosial yang bisa memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau pengaruh membantu orang dengan sikap penerimaan pada mereka, yang berasal dari individu atau kelompok (Asifah, 2021).

Penulis menegaskan dalam Al-quran terdapat ayat yang menjelaskan wanita menopause, yaitu dalam surat At-Talaq ayat 4, yang berbunyi:

وَٱلَّٰٓـِٔي يَئِسۡنَ مِنَ ٱلۡمَحِيضِ مِن نِّسَآئِكُمۡ إِنِ ٱرۡتَبۡتُمۡ فَعِدَّتُهُنَّ ثَلَٰثَةُ
أَشۡهُرٖ وَٱلَّٰٓـِٔي لَمۡ يَحِضۡنَۚ وَأُوْلَٰتُ ٱلۡأَحۡمَالِ أَجَلُهُنَّ أَن يَضَعۡنَ حَمۡلَهُنَّۚ
وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجۡعَل لَّهُۥ مِنۡ أَمۡرِهِۦ يُسۡرٗا ٤

Artinya : "Dan perempuan-perempuan yang tidak haid lagi (monopause) di antara perempuan-perempuanmu jika kamu ragu-ragu (tentang masa iddahnya), Maka masa iddah mereka adalah tiga bulan; dan begitu (pula) perempuan-perempuan yang tidak haid. dan perempuan-perempuan yang hamil, waktu iddah mereka itu ialah sampai mereka melahirkan kandungannya. dan barang -siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Allah menjadikan baginya kemudahan dalam urusannya". (QS. At-Talaq: 4).

Ayat diatas menjelaskan 'iddah wanita yang sudah tidak menjalani haidh (menopause). Yakni wanita yang sudah berhenti haidhnya karena usianya sudah tua. 'Iddahnya adalah tiga bulan sebagai ganti dari tiga kali quru' (suci) bagi wanita yang masih menjalani haidh. Sebagaimana hal itu sudah dijelaskan oleh ayat Al-Qur'an dalam surah al-Baqarah. Demikian juga anak wanita yang masih kecil, yang belum menjalani haidh, bahwa 'iddahnya sama seperti 'iddah wanita yang sudah tidak menjalani haidh, yaitu tiga bulan.

Masa tua merupakan fase terakhir yang akan dihadapi dan dialami manusia. Fase ini telah dikemukakan dalam HR. At-Tirmidzi dan Ibnu Majah yang berbunyi:

صَلَّى اللهِ رَسُوْلُ قَالَ قَالَ عَنْهُ اللهُ رَضِيَ هُرَيْرَةَ أَبِيْ عَنْ
وَسَبْعِيْنَ سِتِّيْنَ بَيْـنَ مَا أُمَّتِـيْ أَعْمَارُ" : وَسَلَّمَ عَلَيْهِ اللهُ
ذَلِكَ يَجُوْزُ مَنْ وَأَقَلُّهُمْ

"Dari Abu Hurairah Radhiyallahu anhu, bahwa sesungguhnya Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda : "Usia umatku (umat Islam) antara 60 hingga 70 tahun. Dan sedikit dari mereka yang melewatinya". (HR. At-Tirmidzi dan Ibnu Majah. Shahihul Jaami' no. 1073).

Berdasarkan hal ini, siapa saja yang telah melewati usia 40 tahun hingga akhir hayatnya, maka sesungguhnya dia telah di fase-fase terkhir kehidupan. Sebagaimana kehidupan manusia yang umumnya akan berakhir pada kisaran 60 hingga 70 tahun.

Berdasarkan jurnal yang ditemukan dari penelitian Kusumawati dengan judul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Berangas Timur Kab. Barito Kuala". Bahwa pengetahuan ibu tentang menopause yang baik sebanyak 26 ibu, cukup sebanyak 53 ibu, dan kurang sebanyak 21 ibu (Kusumawati, 2019). Sedangkan pada jurnal yang berjudul "Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause". Tingkat pengetahuan ibu tentang menopause di RT 09 RW 04 Kelurahan Krincing Kecamatan Secang Kab. Magelang, didapatkan mayoritas tingkat pengetahuan 'kurang' (48,5%). Cukupnya pengetahuan ibu tentang menopause dikarenakan beberapa faktor diantaranya kurangnya informasi tentang menopause, rendahnya tingkat pendidikan, kurangnya pengalaman ibu yang belum menopause dan usia. Berdasarkan kesiapan menghadapi menopause dalam kategori 'kurang siap' (54,5%) (Susanti, 2022).

Berdasarkan hasil study pendahuluan Kamis 17 November, dari 5 orang ibu yang diberikan pertanyaan mengenai pengetahuan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause, 3 orang menjawab tidak tahu, 1 orang menjawab cukup tahu, 1 orang menjawab tahu mengenai pengetahuan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause. Berdasarkan hal-hal diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis". Dikarenakan melalui study pendahuluan masih kurangnya pemahaman mengenai pengetahuan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause dan perlu adanya pemberian informasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah pada penelitian ini adalah: "Apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis.

2. Tujuan Khusus
   a. Mengetahui tingakat pengetahuan tentang kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis.
   b. Mengetahui kesiapan ibu menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis.
   c. Mengetahui Hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoris

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu keperawatan khususnya dalam ilmu yang terkait sistem reproduksi. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi ilmiah khususnya untuk keilmuan keperawatan maternitas.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi responden

      Dengan adanya hasil penelitian ini dapat memberikan informasi lebih tentang tingkat pengetahuan dan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause juga meningkatkan pengetahuan serta sikap positif untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause baik secara fisik, mental maupun psikologinya, di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis.

   b. Bagi Institusi Pendidikan

      Dengan adanya penelitian ini memberikan informasi kepada mahasiswa ilmu keperawatan mengenai hubungan kesiapan dalam menghadapi menopause.

   c. Bagi Peneliti

      Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi penelitian ilmiah pada bidang yang sama di masa yang akan datang.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, yang berkaitan dengan penelitian ini tercantum sebagai berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul penelitian	Metode penelitian	Tujuan	Sampel dan populasi	Hasil penelitian
Sixtia Kusumawati (2019)	Hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Berangas Timur Kab. Barito.	Deskriptif analitik dengan rancangan cross sectional.	Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Desa Berangas Timur.	Sampel dalam penelitian ini adalah 100 pasien wanita berusia 20 tahun atau sudah menikah di Desa Berangas Timur Kab. Barito Kuala. Analisis data menggunakan uji korelasi Spaerman's rank dengan derajat kepercayaan 95% dan derajat kemaknaan < 0,05.	Pengetahuan ibu tentang menopause yang baik sebanyak 26 ibu (26%), cukup sebanyak 53 ibu (53%), sedangkan kurang sebanyak 21 ibu (21%). Hal ini dipengaruhi oleh tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan SMP selain itu pengetahuan responden juga dipengaruhi oleh umur, pekerjaan dan sumber informasi yang didapat baik dari keluarga, teman dan petugas kesehatan.
(Susanti, 2022)	Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause.	Deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectiona.	Untuk menganalisis hubungan pengetahuan menopause dengan tingkat kesiapan menghadapi menopause.	Populasi yang digunakan adalah seluruh ibu yang berusia di atas 40-49 tahun di RT 09 RW 04 Kelurahan Krincing Kecamatan Secang Kabupaten Magelang sejumlah 33 orang. Sampel diambil dengan teknik total sampling.	Tingkat pengetahuan ibu tentang menopause adalah kurang (48,5%) dan tingkat kesiapan menghadapi menopause adalah kurang siap (58,5%).

(Meilan & Huda, 2022).	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan dalam Menghadapi Masa Menopause.	kuantitatif bersifat analitik dengan desain Cross Sectional dengan.	untuk mengetahui faktor -faktor yang mempengaruhi kesiapan ibu dalam menghadapi masa menopause.	sampel 32 orang ibu dengan usia 40-50 tahun dan Teknik pengambilan dengan purposive sampling.	Tingkat Pendidikan (nilai p 0,039), tingkat pengetahuan (nilai p 0,015) dan tingkat keluhan (nilai p 0,039) dengan kesiapan ibu menghadapi masa menopause.

Peneliti pertama Sixtia Kusumawati (2019) dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Berangas Timur Kab. Barito. Memiliki persamaan dengan peneliti yaitu sama-sama metode deskriptif dan judul yaitu Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Menopause di Posyandu Sukasari Dahlia 2 Kecamatan Ciamis". Perbedaan dengan peneliti yaitu memiliki perbedaan tempat dan lokasi penelitian, jumlah populasi dan sampel.

Peneliti kedua Susanti (2022) dengan judul Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause. Memiliki persamaan dengan peneliti yaitu sama-sama metode deskriptif. Perbedaan dengan peneliti yaitu peneliti "Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Menopause" sedangkan peneliti kedua Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause dan memiliki perbedaan tempat dan lokasi penelitian, jumlah populasi dan sampel.

Peneliti ketiga Meilan Huda (2020) dengan judul Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan dalam Menghadapi Masa Menopause. Memiliki persamaan dengan peneliti sama-sama meneliti tentang kesiapan menghadapi menopause. Perbedaan dengan peneliti yaitu peneliti menggunakan metode deskriptif kuantitatif sedangkan peneliti ketiga menggunakan metode kuantitatif bersifat analitik, memiliki perbedaan tempat dan lokasi penelitian, jumlah populasi dan sampel.