

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan salah satu dari tahapan kehidupan normal yang terjadi pada setiap wanita. Selama periode ini, kesuburan wanita berhenti. Banyak wanita menganggap menopause itu menakutkan, hal ini dikarenakan mereka berasumsi bahwa semakin tua mereka, semakin tidak sehat dan tidak cantik lagi. Wanita membutuhkan pengetahuan untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi masa menopause sehingga mereka dapat memahami dan mempersiapkannya, apabila telah sampai pada fase menopause mereka sudah paham dan siap dalam menghadapi menopause (Ratnaningsih, 2021).

Sekitar 476 juta perempuan di seluruh dunia, menurut Organisasi Kesehatan Dunia, mengalami menopause (Wibowo & Nadhilah, 2020). Menurut proyeksi WHO, akan ada 1,2 miliar perempuan dengan rentang usia di atas 50 tahun di dunia pada tahun 2030. Jumlah wanita pasca menopause semakin bertambah sekitar 3% per tahun, dan mayoritas dari mereka (80%) berada di negara berkembang (Kusumawati, 2019). Indonesia memiliki populasi 273,5 juta jiwa pada tahun 2020, 17,2 juta di antaranya adalah perempuan. Sebanyak 2,59 juta perempuan di Provinsi Jawa Barat berusia antara 45 dan 50 tahun, dibandingkan dengan 89.979 perempuan di Kabupaten Ciamis (BPS, 2020).

Sebagian besar wanita tidak menyadari kemungkinan efek yang akan terjadi pada saat memasuki fase menopause. Ketidaktahuan tersebut didasarkan pada keyakinan bahwa menopause adalah gejala alami (Rudi Karmi, 2021). Perubahan selama menopause antara lain berupa menurunnya produksi hormon seks wanita, yaitu estrogen dan progesteron di ovarium. Keluhan menopause pada setiap wanita sangat bervariasi. Keluhan ini termasuk insomnia, hot flashes, keringat malam, pusing, sakit kepala terus-menerus, nyeri sendi, stres yang tidak dapat dijelaskan, hubungan seksual yang menyakitkan,

kekeringan pada vagina, dan banyak lagi. Beberapa perubahan yang terlihat adalah menurunnya sistem reproduksi, penurunan kekuatan otot, penurunan kekencangan payudara, meningkatnya resiko osteoporosis dan penyakit jantung. Adapun perubahan lain berupa gangguan psikologis yaitu kecemasan, ketakutan, pemikiran yang berulang, kewaspadaan yang berlebihan, dan depresi (Damayanti, 2020).

Wanita mengalami kecemasan dan ketidakstabilan emosi akibat perubahan tubuh akan berakhirnya menstruasi. Sama seperti halnya hormon tubuh seseorang berubah maka suasana hati juga akan berubah. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh emosional dan fluktuasi hormonal (Aprilia & Puspitasari, 2017). Kecemasan pada wanita dapat mempengaruhi datangnya menopause. Penyebab kecemasan adalah keluarga, dan dukungan keluarga mempengaruhi keadaan psikologis wanita. Selain dukungan keluarga faktor yang mempengaruhi adalah pendapatan dan pendidikan. Kecemasan menopause akan teratasi dengan baik apabila faktor keluarga, pendapatan dan pendidikan baik (Setiyani & Ayu, 2019).

Ketika wanita dengan rentang usia 50-an mereka akan mengalami kecemasan akan menopause. Ketika kecantikan wanita memudar, mereka akan merasakan rasa cemas, bahkan gelisah karena penurunan libido sehingga mereka takut ditinggalkan suami. Hal ini bisa diatasi dengan memaksimalkan pemahaman wanita dalam menghadapi menopause melalui pendidikan kesehatan, sehingga dapat mengatasi kekhawatiran yang dialaminya (Utami & Dwihestie, 2022).

Kesiapan ibu ketika akan menopause juga didorong oleh beberapa faktor seperti tingkat pendidikan dan pengetahuan tentang menopause, faktor sosial ekonomi, budaya dan lingkungan yang mempengaruhi gaya hidup wanita dalam mengatasi riwayat berhentinya menstruasi yang dapat mempengaruhi kondisi psikologi dan usia (Nababan, 2022).

Terdapat sejumlah ayat Al Qur'an yang berkaitan dengan menopause yaitu pada surah An Nur ayat 60 :

QS. An Nur ayat 60

وَالْقَوَاعِدُ مِنَ النِّسَاءِ الَّتِي لَا يَرْجُونَ نِكَاحًا فَلَيْسَ عَلَيْهِنَّ جُنَاحٌ أَنْ يَضَعْنَ ثِيَابَهُنَّ غَيْرَ مُتَبَرِّجَاتٍ بِزِينَةٍ وَأَنْ يَسْتَغْفِرْنَ خَيْرٌ لَّهُنَّ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

Artinya: Dan perempuan-perempuan tua yang telah terhenti (dari haid dan mengandung) yang tiada ingin kawin (lagi), tiadalah atas mereka dosa menanggalkan pakaian mereka dengan tidak (bermaksud) menampakkan perhiasan, dan berlaku sopan adalah lebih baik bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Bijaksana (Al Qur'an, n.d.)

Pada ayat di atas ada kata *fa laisa alaihinna junahun*, yang maksudnya tiadalah atas mereka dosa. Kalimat ini menerangkan kalau terdapat rukhsah ataupun perlakuan spesial untuk wanita menopause dalam perihal melindungi serta menutupi auratnya. Karena mereka tidak lagi mempunyai keinginan bersenggama dan tidak lagi memiliki daya tarik diizinkan menanggalkan sebagian pakaiannya yang biasa dipakai perempuan untuk menutupi seluruh aurat seperti *haus coat* (pakaian lapang yang menutupi seluruh badan) dan lain sebagainya. Tetapi tidak boleh membuka aurat yang biasa tertutup rapi seperti dada, betis, paha dan lain-lainnya. Bila ingin tetap berpakaian lengkap seperti biasa, maka hal itu lebih baik baginya, akan lebih terhormat apabila masih memperhatikan dan mementingkan apa yang baik dipakai baginya sebagai wanita.

Setiap wanita mengalami menopause selama hidupnya dan akan menghadapi berbagai risiko kesehatan. Beberapa wanita merasakan menopause itu hal yang wajar dialami dan perlu dikhawatirkan. Untuk kesehatan wanita harus mendapatkan perhatian yang dapat meningkatkan harapan hidup dan pencapaian kebahagiaan dan kesehatan mental. Fenomena yang kebetulan terjadi beberapa orang menganggap keluhan saat menopause sebagai hal yang perlu diperhatikan fisiologis, oleh karena itu tidak diperlukan perawatan bahkan

jika ibu berpengetahuan luas sudah cukup untuk mengatasi penyebabnya (Susanti & Indrajati, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Sukajaya di Kecamatan Rajadesa, Kabupaten Ciamis pada November 2022 menunjukkan bahwa 6 dari 10 ibu mengatakan mengalami perubahan kejiwaan yaitu berupa rasa takut menjadi tua, mudah tersinggung, merasa tidak menarik lagi, takut tidak dapat memenuhi kebutuhan seksual suami, rasa takut suami akan menyeleweng. Data tersebut didapatkan dari 332 orang wanita dengan usia 45-50 tahun di Desa Sukajaya. Berdasarkan latar belakang diatas penulis ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Masa Menopause di Desa Sukajaya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas didapatkan rumusan masalah yakni “Bagaimana Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Desa Sukajaya?”.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini dibedakan menjadi 2 tujuan yaitu, tujuan umum dan tujuan khusus :

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Masa Menopause Di Desa Sukajaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause di Desa Sukajaya
- b. Untuk mengetahui kesiapan ibu dalam menghadapi masa menopause di Desa Sukajaya
- c. Untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kesiapan ibu dalam menghadapi masa menopause di Desa Sukajaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan maternitas dan dapat menjadi referensi ataupun masukan bagi peneliti-peneliti lain yang akan melakukan penelitian.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan wawasan dan referensi, dan dapat digunakan sebagai masukan data perpustakaan dan juga dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya.

b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi peneliti selanjutnya terutama yang berkaitan dengan pengetahuan tentang Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kesiapan Ibu dalam Menghadapi Masa Menopause.

c. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan bahan edukasi terhadap keluarga dengan para ibu dalam menghadapi masa menopause agar tidak terjadi kecemasan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
R.Tri Rahyuning Lestari, Putri Handayani, Maelia Unayah, Rita Dwi Pratiwi	The Relationship Between The Level Of Knowledge and The Level Of Anxiety Of Women Facing Menopause.	Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono.	Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan menggunakan data primer (kuesioner) dan memakai metode penelitian Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang berusia 45-55 tahun yang menghadapi menopause dengan jumlah sampel 50 responden. Teknik yang digunakan adalah non-probability sampling dengan metode total sampling. Analisa data menggunakan uji spearman rank.	Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita menghadapi menopause di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono dengan nilai (p -Value=0,003) (Lestari <i>et al.</i> , 2022)
Dwi Ratnaningsih	Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi.	Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan wanita usia subur 36-49 tahun dengan kesiapan menghadapi menopause di Dusun Kwadungan Lor II, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi	Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan desain observasional dan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian adalah 87 wanita usia subur usia 36-49 tahun di Dusun Kwadungan Lor II, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur yang diambil dengan total sampling. Variabel bebas adalah tingkat pengetahuan wanita tentang menopause. Variabel terikat adalah kesiapan menghadapi menopause. Pengumpulan data menggunakan kuesioner.	Ada hubungan antara tingkat pengetahuan wanita tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada wanita usia subur usia 36-49 tahun di Dusun Kwadungan Lor II, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur. (Ratnaningsih, 2021)
Diana Juliana, Dwi Aggraini, Nurul Amalia	Hubungan antara karakteristik wanita dengan keluhan pada masa menopause di wilayah kerja UPK Puskesmas	Mengetahui hubungan antara karakteristik wanita dengan keluhan pada masa menopause di wilayah kerja Puskesmas UPK Perumnas II	Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian ini sebanyak 96 responden dan menggunakan teknik pengambilan sampel	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur saat menopause ($p=0,031$, OR=5,527), tingkat pengetahuan ($p=0,009$, OR=4, 575), riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal ($p=0,004$, OR=7,730)

Perumnas Pontianak.	II	Kota Pontianak. Jenis	yaitu purposive sampling. Analisa data menggunakan uji Chi Square.	dengan keluhan pada masa menopause. Tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan ($p=0,107$, $OR=2,510$), pekerjaan ($p=0,345$, $OR=1,796$). Keluhan masa menopause tidak sama pada setiap wanita, tergantung pada kesiapannya dan bagaimana cara ia menyikapinya. (Juliana <i>et al.</i> , 2021)
------------------------	----	--------------------------	---	--

Persamaan dengan ketiga penelitian diatas adalah variabel penelitian, metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif. Perbedaan dengan ketiga penelitian diatas adalah judul penelitian, lokasi penelitian, rancangan penelitian, populasi dan sampel penelitian.