

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Setiap wanita akan melalui masa menopause dalam siklus hidupnya, dan menghadapi berbagai bahaya bagi kesehatan. Menopause adalah hal yang alami, sebagian wanita menganggap bahwa menopause adalah sesuatu yang mengkhawatirkan. Kesehatan wanita memerlukan perhatian khusus sehingga akan meningkatkan harapan hidup, mencapai kebahagiaan, dan kesejahteraan psikologis (Susanti & Indrajanti, 2022).

Menopause adalah istilah yang berasal dari kata Yunani “bulan” dan secara *linguistic* lebih tepat disebut “*menocease*” yang menandakan akhir menstruasi. Menopause adalah fase transisi dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan penurunan produksi hormon wanita (progesteron dan estrogen), penurunan aktivitas menstruasi yang akhirnya berhenti, dan ketidakmampuan ovarium menghasilkan sel telur (Misrina & Nuzula, 2021).

Menopause merupakan suatu gejala dalam kehidupan wanita yang menandakan akhir menstruasi dalam waktu satu tahun terakhir tidak terjadi menstruasi (Setyowati, 2018). Menopause biasanya dimulai sekitar usia 40 tahun dan mencapai puncaknya sekitar usia 50 tahun, saat menstruasi seorang wanita berhenti sepenuhnya (Atikah, 2020). Umumnya, menopause terjadi sekitar usia 51 tahun, namun juga bisa terjadi antara usia 40 hingga 45 tahun, dan masih dianggap sebagai rentan waktu normal (Holland, 2015) dalam (Fadhilla, 2023).

Badan Pusat Statistika (BPS) menyatakan bahwa jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2023 mencapai 278,8 juta jiwa. Jumlah tersebut meningkat 1,1% dibandingkan pada tahun lalu yang sebanyak 275, 7 juta jiwa. Berdasarkan klasifikasi jumlah penduduk di Indonesia, terdapat 14.787.721 jiwa secara

keseluruhan. Jumlah wanita dalam rentang usia 45-49 tahun adalah sebanyak 8.485.479 jiwa, sementara wanita dalam rentang usia 50-54 tahun berjumlah 7.327.347 jiwa. Kemudian, untuk rentang usia 55-59 tahun, jumlah wanitanya adalah 5.970.949 jiwa. Selanjutnya, dalam rentang usia 60-64 tahun, terdapat 4.398.429 jiwa wanita. Rentang usia 65-69 tahun memiliki jumlah wanita sebanyak 3.084.716 jiwa, sedangkan untuk usia 70-74 tahun, jumlah wanitanya adalah 2.208.376 jiwa. Dan akhirnya, untuk usia 75 tahun ke atas, terdapat sebanyak 2.726.944 jiwa wanita (BPS, 2023).

Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta menyatakan bahwa pada tahun 2022 sebanyak 84,8 juta jiwa (30,75%) tergolong usia tidak produktif dengan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause sekitar 400.759 jiwa dengan rata-rata usia 45-49 tahun dan jumlah wanita usia menopause sekitar 351.290 jiwa dengan rata-rata usia 50-54 tahun (BPS DKI Jakarta, 2022). Menurut perkiraan WHO, pada tahun 2030, akan ada 1,2 miliar perempuan yang berusia di atas 50 tahun di seluruh dunia, dengan 80% di antaranya tinggal di negara-negara berkembang. Jumlah perempuan yang mengalami menopause diperkirakan meningkat sebesar 3% setiap tahun (Sartika dkk., 2023).

Studi epidemiologi menyatakan bahwa fenomena yang menunjukkan persentase wanita yang mengalami gangguan kualitas hidup akan meningkat seiring dengan keluhan fisik dan keluhan psikologis yang terjadi pada wanita menopause. Secara umum, dengan meningkatnya jumlah wanita menopause, berbagai masalah dapat menyebabkan peningkatan masalah kesehatan. Peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) pada wanita semakin meningkat sedangkan usia menopause cenderung berlangsung lebih awal, akibatnya 1/3 kehidupan wanita mengalami menopause yang mengakibatkan peningkatan keluhan fisik dan keluhan psikologis (Baziad, 2020).

Menopause menyebabkan lebih dari 80% wanita mengalami keluhan fisik dan psikologis yang beragam, sehingga menurunkan kualitas hidup mereka (Baziad,

2022). Pada masa menopause, hormon estrogen dan progesterone akan mengalami penurunan yang menyebabkan keluhan fisik dan keluhan psikologis dari tingkat ringan hingga berat yang menimbulkan ketidaknyamanan. (Waluyo, 2021). Keluhan fisik yang terkait dengan menopause meliputi *hot flushes*, berkeringat pada malam hari, kekeringan vagina, penurunan daya ingat, gangguan tidur, depresi, mudah lelah, penurunan libido (hasrat seksual), rasa sakit saat melakukan hubungan seksual (Wardani, 2019).

Menopause juga menimbulkan keluhan psikologis karena wanita menganggap menopause sebagai tanda penuaan, berkurangnya daya tarik fisik dan seksual, serta pandangan bahwa orang tua dianggap sebagai individu dalam masyarakat yang tidak produktif, yang semakin menambah beban hidup mereka. Wanita menjadi murung, tidak dicintai, tersinggung dan mudah marah karena hal yang dirasakan tersebut. (Susanti & Indrajati, 2022). Keluhan psikologis juga memiliki dampak pada interaksi sosial, kesulitan terhubung dengan orang lain karena perilaku curiga yang berlebihan, kurangnya konsentrasi, dan sulit membuat keputusan (Mustopo, 2022).

Keluhan selama menopause sangat berbeda-beda dan bersifat pribadi untuk setiap individu karena dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia saat menopause, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, gaya hidup seperti merokok atau konsumsi alkohol, budaya, serta riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal (Juliana, 2021). Studi menunjukkan bahwa sekitar 75% wanita yang mengalami menopause akan menganggapnya sebagai suatu permasalahan atau gangguan, sementara sekitar 25% lainnya tidak menganggap menopause sebagai masalah (Syalfina, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Juliana dkk (2021) diperoleh hasil bahwa ada hubungan umur menopause, riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal dengan keluhan masa menopause dan tidak ada hubungan tingkat pendidikan, status pekerjaan dengan keluhan masa menopause. Selain itu penelitian yang dilakukan

oleh Sari & Istighosah (2019) di Desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan merokok dengan keluhan pada masa menopause.

Penelitian yang dilakukan oleh Fadhila dkk (2023) dengan judul “Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Menopause Pada Kelompok Prolanis di Aisyah Medical Center (AMC) Lampung, Indonesia” ditemukan bahwa salah satu kurangnya penelitian adalah hubungan antara riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal dengan keluhan pada wanita Prolanis di Aisyah Medical Center (AMC) Lampung, Indonesia. Meskipun terdapat beberapa faktor penelitian yang menyoroiti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan keluhan menopause seperti usia saat menopause, tingkat pendidikan, dan status pekerjaan, namun hubungan antara riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal dengan keluhan menopause masih perlu diteliti lebih lanjut. Dengan mengeksplorasi celah ini dapat dimanfaatkan oleh peneliti untuk dilakukan penelitian mendatang agar mendapatkan pembaharuan dalam memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.

Berdasarkan hal di atas maka diperlukan peran perawat maternitas dalam mengatasi keluhan menopause yang dirasakan bisa menjadi edukator atau pendidik, penasehat, pemberi layanan asuhan, dalam memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan terutama pada masa menopause sehingga dapat mempengaruhi pandangan dan kemampuan dalam mengurangi ketidaknyamanan seperti gangguan tidur, *mood swing*, dan keluhan lainnya yang terjadi pada masa menopause (Bunsal et al, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2024 di Puskesmas Kecamatan Makasar dari hasil pengisian kuesioner serta wawancara yang dilakukan kepada 10 wanita menopause ditemukan bahwa wanita sudah menopause usia 45-55 tahun dengan keluhan dan karakteristik yang berbeda-beda, diantaranya mengalami keluhan fisik dan keluhan psikologis, yaitu : *hot flushes*

(20%), jantung berdebar-debar (20%), gangguan tidur, (40%), perubahan mood (50%), mudah marah (30%), rasa cemas (20%), penurunan kinerja secara umum (30%), masalah seksual (30%), sering buang air kecil (30%), rasa kering atau terbakar pada vagina (10%), dan nyeri persendian (50%).

Adapun karakteristik wanita tersebut diantaranya adalah sebagai berikut : (100%) sudah menikah dan tidak bekerja. Tingkat pendidikan wanita terdiri dari tidak tamat SD (10%), tamat SD (20%), tamat SMP (20%), tamat SMA (20%), dan tamat Perguruan Tinggi (10%). Selain itu, sebanyak 80% wanita memiliki riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal sebelum menopause terbanyak menggunakan KB Suntik dan rata-rata pemakaian berlangsung selama 3 bulan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Pada Masa Menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Menopause adalah suatu gejala dalam kehidupan wanita yang menandakan berakhirnya siklus menstruasi dan penurunan ovarium yang menyebabkan penurunan kadar hormon esterogen sehingga menimbulkan keluhan fisik dan psikologis seperti *hot flushes*, jantung berdebar-debar, gangguan tidur, *mood swing*, kelelahan fisik dan mental, masalah seksual, masalah saluran kencing, kekeringan pada alat kelamin, ketidaknyamanan sendi dan otot. Beberapa faktor yang berhubungan dengan keluhan menopause diantaranya usia menopause, pendidikan, dan pekerjaan. Wanita dengan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal juga menjadi faktor penting mengalami keluhan menopause.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti ingin mengetahui apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan pada masa menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan pada masa menopause di Kecamatan Makasar Jakarta Timur

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi usia pada wanita menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar
- b. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi status pernikahan pada wanita menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar
- c. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi pendidikan pada wanita menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar
- d. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi pekerjaan pada wanita menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar
- e. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal pada wanita menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar
- f. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi keluhan menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur
- g. Mengetahui hubungan usia menopause dengan keluhan menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur
- h. Mengetahui hubungan status pernikahan dengan keluhan menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur
- i. Mengetahui hubungan pendidikan dengan keluhan menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur
- j. Mengetahui hubungan pekerjaan dengan keluhan menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur
- k. Mengetahui hubungan riwayat penggunaan kontrasepsi hormonal dengan keluhan menopause di Puskesmas Kecamatan Makasar Jakarta Timur

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari dibangku pendidikan, meningkatkan pengetahuan dan mendapatkan pengalaman langsung dengan melakukan penelitian di bidang keperawatan maternitas khususnya mengenai faktor- faktor yang berhubungan dengan keluhan pada masa menopause.

### **1.4.2 Manfaat Bagi Responden**

Penulis berharap penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat memberikan memberikan informasi untuk menurunkan keluhan yang dialaminya.

### **1.4.3 Manfaat Bagi Instansi Pendidikan**

Penulis berharap penelitian ini dapat menjadi bahan bacaan (referensi) yang bermanfaat bagi mahasiswa/i, sebagai literatur ilmiah diperpustakaan institusi Universitas MH Thamrin, khususnya bidang keperawatan maternitas.

### **1.4.4. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan**

Penulis berharap penelitian ini dapat membantu profesi keperawatan dalam menjalankan perannya yaitu memberikan edukasi yang efektif terhadap wanita menopause.

### **1.4.5. Manfaat Bagi Tempat Penelitian**

Penulis berharap penelitian ini dapat dijadikan landasan untuk merumuskan strategi edukasi yang lebih efektif serta diharapkan juga dapat membantu pihak puskesmas dalam merancang program intervensi yang tepat terhadap keluhan menopause.