

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai akibat dari penurunan hormon ovarium atau kurangnya aktivitas folikel ovarium, menopause terjadi ketika siklus bulanan berhenti secara permanen (Nur Cory & Wahyuni, 2018). Penurunan kadar estrogen, yang terlibat dalam seksualitas reproduksi dan dapat mengganggu kehidupan sehari-hari wanita, merupakan ciri khas menopause, yang biasanya dimulai pada wanita berusia 40 tahun ke atas (Nurkholimah & Ismarwati, 2022).

Menopause datang dengan sejumlah gejala, termasuk siklus menstruasi yang tidak teratur, serta perubahan fisik dan mental. Pada tahun-tahun menjelang menopause, sejumlah gejala dapat muncul karena kurangnya hormon estrogen dan hormon lainnya, yang pada gilirannya menyebabkan penurunan fungsi ovarium (Fatimah et al., 2021).

Beberapa gejala fisik menopause termasuk *hot flashes*, kelelahan yang ekstrem, periode menstruasi yang tidak teratur atau tidak ada sama sekali, dan lain-lain. Mengalami periode menstruasi yang tidak teratur adalah salah satu penyakit fisik yang paling umum. Kemudian ada masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental, seperti stres, kekhawatiran, kemarahan, dan perasaan serupa lainnya. Ada perbedaan antara masalah kesehatan fisik dan mental perempuan (Meilan & Huda, 2022).

Beberapa perubahan mental yang dialami perempuan selama menopause termasuk peningkatan iritabilitas, kecemasan, dan depresi. Ketika orang terlalu mengkhawatirkan hal-hal yang sebenarnya tidak ada, hal ini dapat bermanifestasi secara fisik dalam berbagai cara, termasuk kurangnya energi,

sulit tidur, pusing, jantung berdebar-debar, dan gejala serupa lainnya. Setelah itu, orang akan merasa cemas akan masalah di masa depan, sulit fokus atau mengambil keputusan, dan mengalami gejala-gejala tersebut. Karena semua kecemasan yang menyertai menopause, hal ini dapat menjadi momen tersulit dalam hidup seorang perempuan (Mahmudah1 et al., n.d., 2022).

Tingkat kecemasan berhubungan secara signifikan dengan gejala menopause, menurut penelitian di Kecamatan Tanah Sereal, Kota Bogor, yang dilakukan oleh Agustina dan Nawati (2021). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa dibandingkan dengan perempuan dengan tingkat kecemasan ringan atau sedang, mereka yang memiliki tingkat kecemasan tinggi memiliki kemungkinan 4,7 kali lebih besar untuk mengalami masalah menopause ($p\text{-value} = 0,002$).

Pramesti (2019) menemukan bahwa di antara wanita menopause di wilayah kerja Puskesmas Pegirian, Kecamatan Semampir, Surabaya, sebanyak 41 orang (atau 39,8%) melaporkan tingkat kecemasan sedang dan 43 orang (atau 41,7% dari total keseluruhan) melaporkan keluhan sedang. Hubungan antara tingkat kecemasan wanita menopause dengan tingkat keluhan yang dialami ditunjukkan oleh hasil uji statistik Spearman Rho yang menunjukkan nilai signifikan $p = 0,049$, lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Ketika indung telur wanita berhenti memproduksi cukup banyak hormon estrogen dan progesteron untuk mempertahankan menstruasi, kondisi ini dikenal dengan istilah menopause. Tingkat kesiapan seorang wanita dalam menghadapi menopause dapat dipengaruhi oleh usia, tingkat pendidikan, status sosial, budaya lingkungan, riwayat kesehatan, dan variabel lingkungan. Agar siap secara fisik, mental, dan spiritual untuk mengatasi kekhawatiran, elemen-elemen pengetahuan dapat meringankan gejala depresi dan kecemasan.

Estrogen yang rendah menghasilkan berbagai macam gejala pada wanita, meskipun sifat yang tepat dari gejala-gejala ini dapat sangat bervariasi dari satu orang ke orang lain karena dampak biologis dan kepekaan individu. Dampaknya

meliputi berbagai masalah kesehatan fisik dan mental, termasuk tetapi tidak terbatas pada: kecemasan, depresi, insomnia, gangguan fungsi kognitif, dan keluhan somatik seperti nyeri punggung, nyeri otot dan tulang, serta nyeri di daerah kemaluan (Baziad, 2003, dikutip dalam Riyadina Woro, 2019).

Wanita yang menderita kecemasan gejala menopause dapat memperoleh manfaat dari pengobatan penggantian hormon, psikoterapi, pengobatan alternatif, edukasi, dan intervensi farmasi. Sebagai permulaan, pemberian esterogen dapat meringankan gejala-gejala seperti penurunan kepadatan tulang dan rasa panas di berbagai tempat di tubuh yang dialami perempuan ketika kadar hormon mereka rendah.

Tablet, tablet hisap, atau suntikan adalah metode pemberian hormon esterogen. Wanita yang mengalami gejala menopause selama atau setelah menopause dapat merasakan kelegaan dengan penggunaan hormon TSH. Kedua, pengobatan alternatif, seperti tekanan atau pijat refleksi, dapat membantu wanita selama masa menopause dengan memberikan prosedur yang mudah diikuti dan meredakan gejala-gejala tertentu yang dapat mereka atasi sendiri.

Rafida (2022) mengutip proyeksi Organisasi Kesehatan Dunia yang menunjukkan bahwa jumlah wanita menopause di Asia akan melonjak dari 170 juta pada tahun 2025 menjadi 373 juta. Setengah dari seluruh wanita Inggris mengalami menopause antara usia 45 dan 65 tahun, menurut Menopause Statistics dan Trends (Kellen Dorsch, 2022). Diperkirakan 60 miliar wanita akan mengalami menopause pada tahun 2027, berdasarkan data dari femtech. Terdapat 270 juta orang yang tinggal di Indonesia pada tahun 2020, dengan 133 juta di antaranya adalah perempuan, menurut BPS Pusat.

Menurut BPS Pusat tahun 2020, setengah dari populasi perempuan berusia antara 50 dan 54 tahun, dan 49,2% berusia antara 45 dan 49 tahun. Terdapat 270 juta orang yang tinggal di Indonesia pada tahun 2020, dengan 133 juta di antaranya adalah perempuan, menurut BPS Pusat. Menurut BPS Pusat tahun 2020, setengah dari populasi perempuan berusia antara 50 dan 54 tahun, dan

49,2% berusia antara 45 dan 49 tahun. Pada tahun 2024, akan ada 12,4 juta orang yang tinggal di Provinsi Banten, dengan 6.110,54 perempuan.

Menurut data statistik BPS, terdapat 370.210 perempuan di Provinsi Banten yang berusia antara 45 hingga 49 tahun dan 431.950 perempuan di provinsi ini yang berusia antara 50 hingga 54 tahun. Dari sepuluh perempuan menopause yang disurvei, dua orang melaporkan mengalami gangguan menstruasi, tiga orang melaporkan berkeringat di malam hari, dua orang melaporkan nyeri otot, dua orang melaporkan sering buang air kecil, dan satu orang melaporkan gangguan tidur, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Cadasari.

Ada 10 ibu-ibu di wilayah Puskesmas Cadasari mengalami menopause dan menderita kecemasan karena hal-hal yang terjadi di sana. Ketakutan yang sering mereka rasakan tentang kejadian di masa depan adalah akar dari kekhawatiran ini (Afradipta, 2021).

Penelitian ini memiliki keterbaruan (novelty) dalam hal variabel baru yang mempengaruhi kecemasan seperti faktor lingkungan. Maka ini memberikan kontribusi teoritis tambahan terhadap pemahaman terhadap kecemasan pada masa menopause.

Hal ini memotivasi tujuan utama penelitian ini yaitu membandingkan tingkat kecemasan wanita menopause dengan jumlah keluhan yang diterima oleh Puskesmas Cadasari di Kecamatan Cadasari Kabupaten Pandeglang.

1.2.Rumusan Masalah

Masa menopause merupakan fase alami dalam kehidupan perempuan yang ditandai dengan berakhirnya siklus menstruasi, biasanya terjadi pada usia 45–55 tahun. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), sekitar 75% perempuan menopause mengalami gejala fisik dan emosional, seperti hot flashes, insomnia, nyeri sendi, serta gangguan mood dan kecemasan. Salah satu

aspek psikologis yang paling sering muncul adalah kecemasan, yang dapat memperburuk persepsi individu terhadap keluhan fisik yang dialami.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan dengan tingkat kecemasan tinggi cenderung melaporkan lebih banyak dan lebih berat keluhan selama menopause dibandingkan yang memiliki tingkat kecemasan rendah. Tingkat kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat memperparah pengalaman menopause dan menurunkan kualitas hidup ibu menopause. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ibu menopause dengan tingkat keluhan yang mereka alami ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kecemasan Ibu menopause dengan tingkat keluhan yang dialami di Puskesmas Cadasari.

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden Ibu menopause berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, penghasilan.
- b. Mengetahui Tingkat kecemasan Ibu menopause di Puskesmas Cadasari
- c. Mengetahui Tingkat keluhan wanita menopause di Puskesmas Cadasari
- d. Mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan jumlah keluhan wanita menopause di wilayah kerja Puskesmas Cadasari.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Bagi Pelayanan

Tujuan dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan indikator dalam tingkat keluhan ibu menopause sehingga dapat mengintervensi keluhan yang terjadi pada ibu menopause.

1.4.2. Manfaat Bagi Ilmu Pengetahuan/Keperawatan

Penulis memiliki cita-cita yang tinggi untuk penelitiannya, yang menurutnya akan berkontribusi pada kemajuan ilmu keperawatan maternitas dan ilmu keperawatan secara umum, dan berfungsi sebagai dasar untuk penelitian-penelitian di masa depan dalam bidang ini.

1.4.3. Manfaat Bagi Profesi

Para penulis penelitian ini bercita-cita untuk memberikan dampak positif pada perawatan kesehatan fisik dan mental wanita menopause dengan memberikan perhatian pada pentingnya menjaga keseimbangan yang sehat di antara keduanya pada masa ini.

1.4.4. Manfaat Bagi Ibu Menopause

Penelitian ini diyakini akan menambah pemahaman kita tentang kecemasan wanita menopause dan sejauh mana mereka menderita karenanya.

1.4.5. Manfaat Bagi Peneliti

Para peneliti yang tertarik dengan korelasi antara kekhawatiran wanita menopause dan jumlah keluhan yang diterima oleh perawat bersalin akan merasa terbantu dengan penelitian ini.

1.4.6. Manfaat Bagi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan akademik dalam bidang Kesehatan reproduksi dan psikologi. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi mahasiswa, dosen, dan tenaga pendidik di Universitas MH Thamrin dalam memahami keterkaitan antara kondisi psikologis (kecemasan) dengan keluhan fisik maupun emosional pada ibu menopause.