

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

(Wahyuni & Ruswanti, 2018) Manusia sepanjang hidupnya akan mengalami berbagai perubahan hingga pada masa penuaan, demikian pula halnya dengan perempuan. Fase terakhir dalam kehidupan perempuan atau setelah masa reproduksi berakhir dalam kehidupan perempuan disebut klimakterium. Klimakterium adalah suatu masa peralihan yang dialami seorang wanita dari periode reproduktif ke periode non reproduktif. Tanda gejala atau keluhan yang kemudian timbul sebagai akibat dari masa peralihan ini disebut sindrom premenopause. Periode ini berlangsung antara 5 – 10 tahun sekitar fase menopause atau 5 tahun sebelum dan 5 tahun sesudah menopause (Wahyuni & Ruswanti, 2018).

Menopause merupakan hal yang tidak bisa dihindari terutama pada wanita sebagai proses penuaan. Menopause merupakan kondisi fisiologis atau alamiah yang akan dialami oleh seluruh wanita dan terjadi karena penurunan hormon, serta tanda siklus reproduksi berhenti. Henti haid adalah tanda yang terjadi secara perlahan dari keadaan ini. Menopause dapat terjadi pada usia antara 45-59 tahun. Menopause berawal saat menurunnya fungsi ovarium akibat dari pertambahan usia (*senescence*) yang mengakibatkan sex steroid yaitu hormon estrogen dan progesteron perlahan akan menurun. Kekurangan hormon estrogen ini menyebabkan keluhan-keluhan fisik maupun psikis yang akan mempengaruhi kualitas hidup perempuan. Banyak wanita di seluruh dunia yang mengalami gejala tersebut, seperti di Eropa 70-80%, Amerika 60%, Malaysia 57%, Cina 18%, serta Jepang dan Indonesia 10% (Batmomolin A dkk, 2023).

Menopause dapat menjadi transisi penting dari perspektif sosial, maupun biologis. Secara sosial, pengalaman menopause seorang wanita dapat dipengaruhi oleh norma gender, faktor keluarga dan sosial budaya, termasuk bagaimana penuaan wanita dan transisi menopause dipandang dalam budayanya.

Jumlah wanita pascamenopause di dunia terus bertambah. Pada tahun 2021, wanita berusia 50 tahun ke atas mencapai 26% dari seluruh wanita dan anak perempuan di dunia. Angka ini meningkat dari 22% 10 tahun sebelumnya. Selain itu, wanita kini hidup lebih lama. Secara global, seorang wanita berusia 60 tahun pada tahun 2019 diperkirakan dapat hidup rata-rata 21 tahun lagi (WHO, 2022).

Menurut data WHO, pada tahun 2025 jumlah wanita menopause di Asia akan mengalami peningkatan dari angka 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa. Kemenkes RI memperkirakan penduduk Indonesia pada tahun 2020 akan mencapai angka 262,6 juta jiwa dengan jumlah perempuan yang hidup dalam usia menopause sekitar 30,3 juta jiwa dengan rata-rata usia 49 tahun yang mengalami menopause. Berdasarkan (SDKI, 2017) di negara Indonesia angka presentase wanita umur 30-49 tahun yang mengalami menopause mencapai 16,1% dengan jumlah 28.767 wanita. Proporsi wanita dengan umur 30-49 tahun yang menopause meningkat seiring dengan meningkatnya umur, dari angka 10% pada wanita umur 30-34 tahun, kemudian menjadi 17% pada wanita umur 44- 45, dan menjadi 43% pada wanita umur 48-49 tahun (Asifah & Daryanti, 2021).

Dalam perspektif biologis, status kesehatan wanita yang memasuki periode perimenopause sebagian besar akan ditentukan oleh riwayat kesehatan dan reproduksi sebelumnya, gaya hidup dan faktor lingkungan. Gejala perimenopause dan pascamenopause dapat mengganggu kehidupan pribadi dan profesional. Perubahan yang terkait dengan menopause akan mempengaruhi kesehatan wanita seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu, perawatan perimenopause memainkan peran penting dalam promosi penuaan yang sehat dan kualitas hidup (Mulyaningsih & Paramita, 2018).

Persiapan, pengetahuan, sikap tentang menopause, dan dukungan keluarga yang cukup sangatlah diperlukan wanita untuk melakukan upaya pencegahan sedini mungkin terhadap gangguan-gangguan yang akan dialami saat memasuki umur menopause. Dalam sudut pandang psikologis, perempuan yang sedang memasuki masa menopause mengalami gangguan pada tubuh, kehidupan seksual, interaksi sosial, dan kesehatan mental. Upaya yang dilakukan oleh perempuan selama masa menopause dapat mengurangi kemungkinan terjadinya gangguan fisik dan

psikologis, serta membantu mereka untuk menerima perubahan dengan lebih positif sehingga kualitas hidupnya dapat meningkat (Wulan, 2020).

Bagi beberapa wanita, premenopause merupakan momen yang menimbulkan ketakutan dan merasa penderitaan karena akan kehilangan tanda-tanda kewanitaan yang selama ini dimiliki. Dampak dari hal tersebut adalah timbulnya kecemasan menjelang menopause yang dapat berupa depresi dengan stress dan dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari (Setiyani & Ayu, 2019). Wanita lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan laki-laki. Perempuan di Indonesia lebih banyak terkena gangguan kesehatan mental daripada laki-laki. Prevalensi gangguan kecemasan atau *anxiety disorder* pada perempuan yaitu 4,5%, lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki dengan prevalensi 2,7%.

Kurangnya pengetahuan tentang menopause membuat ibu premenopause merasa tidak mampu dalam menghadapi dan mempersiapkan diri menghadapi masa menopause yang dapat menjadikan wanita premenopause gagal dalam melakukan upaya pencegahan dini agar masa menopause bisa dijalani tanpa keluhan yang berat (Susanti & Indrajati, 2022). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui tingkat pengetahuan wanita premenopause untuk mengetahui sejauh mana pengetahuannya sehingga bidan tahu apa yang harus disampaikan pada wanita perimenopause mengenai informasi tentang menopause dan membantu mereka untuk mempersiapkan dalam menghadapi gejala-gejala yang mungkin muncul pada masa menopause.

Selain pengetahuan, dukungan keluarga menjadi hal yang dapat mempengaruhi ibu premenopause dalam menghadapi menopause. Menopause dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu, yang kemudian akan mendorong ibu untuk mengatasi masalah tersebut dengan cara mencari bantuan serta dukungan dari keluarga maupun teman-temannya. Kurangnya dukungan keluarga dapat meningkatkan rasa cemas pada ibu sedangkan dengan adanya bantuan maupun dukungan akan membuat ibu merasa lebih tenang dan lega sehingga dapat menurunkan kecemasannya (R. R. P. D. Dewi & Iswandari, 2023). Oleh karena itu, mengetahui kondisi hubungan keluarga dengan ibu premenopause dapat membantu

bidan dalam memahami akar masalah dari kecemasan yang dihadapi ibu dalam menghadapi masa menopause.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada bulan Juni 2024 di PMB Y ditemukan 50% akseptor KB sudah memasuki masa perimenopause. Dari 10 pasien yang berKB ada 3 orang dengan gangguan psikologis dan mengalami kecemasan menghadapi premenopause. Berdasarkan urian di atas, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki dampak yang sering muncul pada gejala kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause (Marga, 2017). Untuk mengatasi masalah pengetahuan, perempuan dalam menghadapi premenopause dapat dilakukan dengan beberapa hal diantaranya adalah pemberian pendidikan kesehatan. Tetapi upaya itu juga masih belum terlalu berhasil dilakukan untuk menanggulangi permasalahan kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause. Maka Peneliti tertarik untuk mengangkat fenomena tersebut untuk diteliti lebih lanjut, agar dapat mengetahui lebih detail tentang “Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause pada Wanita Premenopause di PMB Y Kota Cimahi Jawa Barat Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Bertambahnya populasi wanita yang akan mengalami menopause mencapai 60 juta wanita pada tahun 2025, menjadi perhatian penting karena banyaknya perubahan fisik maupun psikologis yang dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita. Di PMB Y sendiri 50% dari total akseptor KB sudah memasuki masa premenopause atau sudah berumur 40 tahun atau lebih. Dari latar belakang tersebut didapatkan rumusan masalah berupa apakah ada hubungan pengetahuan tentang menopause dan dukungan keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita perimenopause di PMB Y.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita premenopause di PMB Y Kota Cimahi tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan tentang menopause pada wanita premenopause di PMB Y Kota Cimahi tahun 2024.
- Untuk mengetahui distribusi frekuensi dukungan keluarga pada wanita premenopause di PMB Y Kota Cimahi tahun 2024.
- Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause di PMB Y Kota Cimahi tahun 2024.
- Untuk menganalisis hubungan pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita premenopause di PMB Y Kota Cimahi tahun 2024.
- Untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita premenopause di PMB Y Kota Cimahi tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Dapat digunakan sebagai informasi untuk mempersiapkan diri sebaik-baiknya dalam menghadapi menopause.

1.4.2 Bagi Lahan Praktik

Sebagai bahan acuan untuk memberikan asuhan kebidanan yang tepat kepada wanita yang menghadapi masa menopause.

1.4.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan di bidang kesehatan yang diharapkan bisa membantu proses pembelajaran.

1.4.4 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan menambah pengalaman dalam menetapkan ilmu yang didapat selama kuliah kedalam praktik nyata.