

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Jumlah perempuan diseluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 milyar orang pada tahun 2030 (WHO, 2014). Data World Health Organisation (WHO), pada abad 21 jumlah penduduk dunia yang berusia lanjut semakin melonjak. Di Wilayah Asia Pasifik, jumlah berusia lanjut akan bertambah pesat dari 410 juta tahun 2007 menjadi 733 juta pada tahun 2025 dan diperkirakan menjadi 1,3 milyar pada tahun 2050 (Murwani & Priyanti, 2014). Menurut WHO diperkirakan 77 % wanita di dunia mengalami kecemasan, 25 % dialami wanita pada masa memasuki menopause dengan berbagai gejala yang ditimbulkan. Sedangkan, di Amerika Serikat terdapat 40 juta wanita mengalami kecemasan dan depresi pada masa memasuki menopause (Lusiana, 2014).

Akhir abad ini di Indonesia telah ditemukan sebanyak 8-10 % lansia dimana jumlah wanita lebih banyak di bandingkan dengan jumlah laki-laki (Manuaba, 2012). Kemudian, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016, di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 1930 menjadi 67 tahun pada tahun 1998. Sementara perkiraan umur rata-rata usia

menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak (Dinkes RI, 2014). Jumlah penduduk wanita di Sulawesi Tenggara tahun 2016 sebanyak 1.286.159 jiwa dengan jumlah wanita kategori 50 tahun keatas sebanyak 192.618 jiwa (Profil Kesehatan Sulawesi Tenggara, 2016).

Menopause merupakan hal yang alamiah yang akan dialami setiap wanita. Menopause merupakan berhentinya menstruasi. Menopause merupakan masa yang sangat penting untuk diketahui, agar wanita bisa menerima dan menghadapi masa peralihan tanpa ada rasa takut dari tanda dan gejala menopause yang timbul serta dapat menerima perubahan-perubahan fisik atau perubahan kondisi dalam tubuh yang terjadi saat memasuki masa menopause pada seorang wanita. Sebelum wanita memasuki masa menopause ada beberapa tahap yang harus dilewati yaitu masa pramenopause, menopause dan pasca menopause. Masa ini lebih tepat disebut masa klimakterium (Guyton, 2011).

Fase menopause biasanya didahului dengan fase premenopause, dimana pada fase premenopause ini seorang wanita akan mengalami kekacauan pola menstruasi, terjadi perubahan psikologis/kejiwaan, terjadi perubahan fisik (Manuaba, 2012). Seorang wanita yang mengalami menopause alamiah sama sekali tidak dapat mengetahui apakah saat menstruasi tertentu benar-benar merupakan

menstruasinya yang terakhir sampai satu tahun berlalu (Wijayanti, 2013). Menopause biasanya terjadi pada usia antara 48-55 tahun. Namun, menopause bisa terjadi sebelum wanita berusia 48 tahun dan setelah berusia 55 tahun. Sekitar separuh dari semua wanita berhenti menstruasi antara usia 45-50 tahun seperempat lagi akan terus menstruasi sampai melewati sebelum usia 45 tahun (Kuswita, 2012).

Tanda-tanda psikologis yang sering dirasakan oleh wanita menopause antara lain merasa cemas, takut, mudah marah, mudah tersinggung, sulit berkonsentrasi, gugup, merasa tidak berguna, tidak berharga, stress dan bahkan ada yang mengalami depresi. (Proverawati & Suliswati, 2015). Sebagian besar wanita merasa takut dan cemas saat menghadapi menopause, sehingga banyak masalah yang sederhana menjadi hal yang begitu besar dan bahkan bias membuat seorang wanita menjadi putus asa menghadapi menopause. Terlebih lagi zaman sekarang ini wanita tidak mau terlihat tua atau pun menjadi tua. Apa yang dirasakan wanita menopause berbeda-beda, hal ini dikarnakan kondisi, pengetahuan dan penerimaan wanita itu sendiri. Gejala-gejala yang ditampakkan pada saat menopause seperti wajah terasa panas dan kemerahan, vagina kering dan suasana hati yang berubah-ubah. Pada beberapa wanita, gejala-gejala ini hampir tidak tampak, sedangkan pada sebagian yang lain, gejala-gejala ini dapat terasa berat dan menyusahkan (Indriani, 2010).

Seorang wanita akan mengalami ketidakstabilan emosi seiring dengan kekhawatiran perubahan pada tubuh akibat berakhirnya masa haid. Hal ini menunjukkan bahwa wanita sangat sensitive terhadap pengaruh emosional dan fluktuasi hormone (Aprilia, 2015). Wanita dengan keseimbangan psikologis emosional yang baik emosional yang baik, berpengetahuan luas dan dikelilingi keluarga yang harmonis, umumnya hanya mengalami sedikit gangguan psikologis. Wanita yang memiliki anggapan salah akan diliputi kecemasan yang berlebihan. Sehingga dapat menimbulkan gejala seperti susah tidur, mudah marah, gelisah dan cemas (Proverawati & Suliswati, 2015).

Kecemasan biasanya diperburuk dengan emosi yang tidak stabil dan tidak adanya dukungan dari pihak keluarga. Selain dua hal tersebut, keterbatasan ilmu yang dimiliki oleh ibu pra menopause menjadi salah satu factor penting yang mempengaruhi kecemasan ibu dalam menghadapi menopause. Keterbatasan informasi tersebut bias diminimalkan dengan melakukan kegiatan penyuluhan kepada ibu pra menopause.

Penyuluhan merupakan sebuah bantuan yang diberikan kepada kelompok untuk memecahkan masalah kehidupannya dengan cara yang sesuai untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Dengan tujuan antara lain membantu klien untuk membantu masalah, membantu pemenuhan kebutuhan klien meliputi menghilangkan akan perasaan yang menekan atau mengganggu dan mencapai kesehatan mental yang

positif, serta dapat mengubah sikap dan tingkah laku yang negative menjadi positif dan yang merugikan menjadi menguntungkan klien (Walgito, 2010).

Hasil studi awal yang dilakukan di Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara pada bulan Januari tahun 2019 diperoleh data jumlah wanita yang berusia 40-50 tahun sebanyak 61 wanita dari jumlah penduduk sebanyak 530 jiwa pada tahun 2019. Hasil wawancara pada beberapa wanita usia 40 hingga 50 tahun diperoleh hasil bahwa dari 10 wanita terdapat 7 wanita yang belum memiliki kesiapan dalam menghadapi menopause, sehingga merasa cemas dalam menghadapi menopause. Mereka menyatakan bahwa mereka belum mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang persiapan wanita dalam menghadapi menopause. Sehingga, mereka belum mengetahui tentang menopause dan gejala-gejala yang menyertai, serta tidak mengetahui penyebab keluhan-keluhan yang mereka alami.

Berdasarkan fenomena tersebut maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, dapat dirumuskan masalah penelitian adalah “Adakah Pengaruh Penyuluhan Tentang Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause sebelum dilaksanakan penyuluhan tentang menopause di Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause setelah dilaksanakan penyuluhan tentang menopause di Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.
- c. Mengetahui pengaruh penyuluhan tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di

Desa Pombulaa Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe  
Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Bagi Masyarakat

Untuk menambah wawasan masyarakat khususnya wanita usia subur tentang menopause sehingga dapat menjalani masa menopause dengan baik.

##### 2. Manfaat Bagi Desa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan masukan dalam perencanaan dan pelaksanaan program Kesehatan reproduksi wanita terutama pada wanita menopause.

##### 3. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk dokumentasi agar dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

#### **E. Keaslian Penelitian**

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nurma Riajati (2014) berjudul Pengaruh Penyuluhan Tentang Menopause Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Pra Menopause Di Desa Murtigading Sanden Bantul. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Nurma Riajati (2014) adalah variabel penelitian dan metode penelitian. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause dan metode penelitian dalam penelitian ini adalah *pre-eksperiment* sedangkan

variabel bebas penelitian Nurma Rijati adalah kesiapan dalam menghadapi menopause, serta metode penelitian Nurma Rijati adalah *quasi-eksperiment*.

2. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Vika Aprilia Sari (2012) berjudul Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Menopause Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Wanita Usia 40 Tahun Ke Atas Di Desa Kempleng Karangsewu Galur Kulon Progo. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Vika Aprilia Sari (2012) adalah variabel penelitian dan metode penelitian. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan dan metode penelitian dalam penelitian ini adalah *pre-eksperiment*, sedangkan variabel terikat pada penelitian Vika Aprilia Sari (2012) adalah kesiapan, dan metode penelitian dalam penelitian Vika Aprilia Sari (2012) adalah *quasi-eksperiment*.