

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut data dari WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2030 mendatang diperkirakan 1,2 milyar wanita diatas 50 tahun dan sebagian besar tinggal di negara berkembang. Proporsi di Asia diperkirakan akan mengalami peningkatan dari 107 juta menjadi 373 juta di tahun 2025 (Koeryaman, M., 2018). Indonesia memiliki jumlah penduduk wanita berusia di atas 50 tahun adalah 15,9 juta orang dan pada tahun 2025 diperkirakan mencapai 60 juta perempuan mengalami menopause (Nabila & Dkk., 2019). Menurut data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat (2020), tahun 2020 penduduk wanita sebanyak 24.670.543 dengan kelompok wanita usia 45-54 tahun sebanyak 3.075.280 orang.

Total penduduk wanita di kota Bandung kelompok usia 45-54 tahun sebanyak 160.421 (BPS, 2020). Pada tahun 2023 di Kecamatan Rancasari terdapat penduduk wanita sebanyak 7.933 orang. Berdasarkan data yang diperoleh oleh Kelurahan Mekarjaya terdapat 1.931 orang wanita usia 40-54 tahun atau hampir 25% dari total penduduk wanita dan data yang diperoleh dari Kader Posbindu RW 05 Kelurahan Mekarjaya terdapat wanita usia 40-55 tahun sebanyak 171 orang atau 23% dari total keseluruhan penduduk wanita.

Koeryaman (2018) menyebutkan berdasarkan hasil survey pada penelitian di Indonesia, 70% wanita berusia 45-54 tahun mengalami berbagai gejala

perimenopause. Berat ringannya gejala yang dialami akan berdampak pada kualitas hidupnya (Nurlina, 2021).

Bayaknya pengakuan atas adanya kontribusi hormon terhadap kesejahteraan wanita perimenopause. Peran dari faktor psikososial memperkuat dampak kesehatan mental yang negatif akibat dari fluktuasi hormon pada ovarium. Individu yang terpapar stressor psikososial ini rentan mengalami penyakit mental sebagai suatu respons karena fluktuasi hormon perimenopause. Penelitian menunjukkan bahwa terlepas dari pentingnya pemicu hormon, intervensi perilaku dapat efektif dalam pencegahan dan pengobatan dari masalah kesehatan mental perimenopause dan dapat mengurangi kesulitan dalam menjalani gejala perimenopause (Wardani, 2022).

Menurut Laverack (2020) dalam bukunya menyebutkan bahwa kesejahteraan meliputi keadaan sosial, fisik dan mental serta menggambarkan suatu kondisi keberadaan yang memuaskan. Ditandai dengan kesehatan, kebahagiaan serta kemakmuran. Kesejahteraan fisik seseorang dikaitkan dengan berbagai konsep seperti berfungsinya tubuh, kebugaran fisik dan kemampuan untuk melakukan berbagai tugasnya. Pada kondisi mental, kesejahteraan mental ini melibatkan berbagai konsep seperti efikasi diri, kemampuan seseorang dalam beradaptasi dilingkungannya dan masyarakat tempat mereka bekerja.

Menurut WHO dalam Nurlina (2021) kualitas hidup merupakan sebuah persepsi seseorang mengenai posisi kehidupannya dalam konteks budaya dan sistem nilai yang berlaku ditempat dimana ia tinggal dan berhubungan terhadap tujuan harapan, standar dan kepedulian. Cramer dalam Nurlina (2021)

mendefinisikan bahwa kualitas hidup seseorang merupakan suatu keadaan yang menggambarkan kesejahteraan fisik, mental sosial dan bukan berarti tidak ada penyakit atau kelemahan. Seseorang yang memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi menunjukkan semakin besar kualitas hidupnya.

Ariani (2021) menyebutkan ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita perimenopause diantaranya adalah status pernikahan, pendidikan, penghasilan, asuransi kesehatan, nilai dan kepercayaan pada keluarga dan pasangannya, jenis kelamin, umur, etnis ras dan faktor kesehatan. Wanita dalam masa ini memiliki berbagai keluhan yang memiliki pengaruh pada kualitas hidupnya. Menurut Astari dalam Ariani (2021) menyebutkan ada 80% wanita yang melaporkan keluhannya pada masa ini yang tidak menyenangkan yang secara signifikan dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Menurut suheimi dalam ariani (2022) 70% wanita mengalami *hot flushes* dan 30% hingga 40% mengalami gangguan tidur, gejala ini adalah gejala vasomotor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup, mengganggu aktivitas kerja serta dapat memperburuk kecemasan dan depresi. Menurut Avers dalam Ariani (2022) kualitas hidup seorang wanita yang berada pada masa ini menurun akibat dari belum siapnya menerima perubahan tersebut.

Oleh sebab itu perlunya wanita beradaptasi terhadap gejala yang diaminya dengan memiliki pengetahuan dan diberikan penatalaksanaan untuk meminimalisir terjadinya resiko yang serius akibat dari masuknya masa perimenopause, dengan alternatif sebagai upaya pencegahan terhadap timbulnya ketidaknyamanan pada fase perimenopause adalah melalui penanganan non farmakologi, meliputi

pengaturan nutrisi, pengaturan aktivitas fisik, pengaturan aktifitas seksual, istirahat, relaksasi dan manajemen stress serta emosi (Koeryaman, M., 2018).

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk mengatasi perubahan tantangan dan kesulitan dalam hidup, faktor-faktor resiliensi ini tampaknya memiliki efek positif pada pengalaman gejala menopause dan dikaitkan dengan penyesuaian psikologis selama transisi menopause (Suss, H., Ehlert, 2022). Menurut Reivich dan Shatte dalam Rahmawati (2022) resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam merespon keadaan sulit secara sehat serta mampu untuk tetap produktif walaupun dihadapkan pada situasi tidak baik yang dapat memicu datangnya stress. Karakteristik personal seseorang yang resilien yaitu memiliki regulasi emosi yang baik, daya tahan terhadap stress, fleksibel dan mampu menerima perubahan, memiliki hubungan yang lekat dengan orang lain dan memiliki kontrol diri.

Temuan saat ini menunjukkan bahwa gejala menopause bervariasi di berbagai substansi perimenopause. Selain itu, dukungan dan resiliensi keluarga yang lebih tinggi secara signifikan dikaitkan dengan lebih sedikit gejala menopause (Zhao et al., 2019). Pada penelitian yang dilakukan oleh King (2022) terdapat hasil di antara 457 wanita perimenopause yang paling sering melaporkan gejalanya. Setelah menyesuaikan untuk fase reproduksi, kami menemukan bahwa wanita dengan resiliensi yang lebih besar memiliki gejala intensitas yang lebih sedikit/lebih rendah (King et al., 2022).

Suss dkk dalam penelitiannya yang berjudul *Psychosocial factors promoting resilience during the menopausal transition* hasil penelitiannya mengungkapkan

bahwa resiliensi psikososial terkait dengan kesejahteraan dan kesehatan psikologis wanita selama perimenopause. Dari temuan ini menentukan perlunya mempertimbangkan variabel resiliensi sebagai titik awal potensi untuk mendorong kepuasan hidup yang lebih tinggi, menurunkan stress, meningkatkan kesehatan mental dan mencapai keluhan menopause lebih ringan pada wanita perimenopause (Süss et al., 2021).

Hasil studi pendahuluan di lingkungan RW 05 Kelurahan Mekarjaya pada awal penelitian di bulan Maret 2023 kepada sepuluh orang wanita usia perimenopause, dilakukan wawancara empat ibu mengaku tidak tahu apa itu menopause dan sebagian besar lainnya mengaku tidak tahu gejala-gejala dan perubahan yang terjadi di usia perimenopause. Wawancara selanjutnya tujuh ibu mengaku memiliki rasa cemas, takut pada pikirannya sendiri, mudah tersinggung, terdapat enam ibu yang mengaku perasaannya mudah berubah, dan dari sepuluh orang wanita memiliki berbagai keluhan fisik seperti berkeringat, sakit kepala, sering buang air kecil, gangguan fungsi seksual dll. Setelah dilakukan wawancara tujuh orang ibu merasa ini adalah masalah dengan adanya gejala yang dialaminya mengganggu aktivitas sehari-harinya seperti ketidaknyamanan bergerak akibat nyeri dibagian tertentu, kesulitan beristirahat, kelelahan, komunikasi terhambat akibat ibu mengalami perubahan *mood* yang gampang tersinggung.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui lebih dalam dan meneliti mengenai Hubungan tingkat resiliensi dengan gejala perimenopause pada wanita perimenopause di RW 05 Kelurahan Mekarjaya Kota Bandung.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan tingkat resiliensi dengan gejala perimenopause pada wanita perimenopause di RW 05 Kelurahan Mekarjaya Kota Bandung?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat resiliensi dengan gejala perimenopause pada wanita perimenopause di RW 05 Kelurahan Mekarjaya Kota Bandung.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini yaitu

a. Untuk mengetahui karakteristik responden RW 05 Kelurahan Mekarjaya.

b. Untuk mengetahui tingkat resiliensi wanita perimenopause di RW 05 Kelurahan Mekarjaya Kota Bandung.

c. Untuk mengetahui tingkat gejala perimenopause di RW 05 Kelurahan Mekarjaya Kota Bandung.

d. Untuk mengetahui hubungan tingkat resiliensi dengan gejala perimenopause pada wanita perimenopause di RW 05 Kelurahan Mekarjaya Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah memberikan informasi serta dapat

digunakan untuk menambah wawasan bagi pembaca mengenai resiliensi khususnya pada wanita perimenopause untuk dijadikan sebagai penatalaksanaan dalam mengurangi gejala yang dialaminya saat masa perimenopause.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Wanita Perimenopause

Dapat menambah pengetahuan mengenai gejala perimenopause serta dapat mengetahui tingkat kemampuan resiliensi pada dirinya.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian dapat dijadikan sebagai acuan pengembangan teori ilmu pengetahuan kebidanan khususnya pada tingkat resiliensi dengan gejala perimenopause.

c. Bagi Penulis

Sebagai pengaplikasian ilmu yang telah didapatkan selama menempuh Pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan khususnya di bidang Kebidanan. Sebagai tambahan pengetahuan tentang hubungan tingkat resiliensi dengan gejala perimenopause, sebagai tambahan pengalaman dalam memperluas wawasan dan pengetahuan

E. Sistematika Penulisan

Pada penyusunan skripsi ini dengan judul “Hubungan Tingkat Resiliensi dengan Gejala Perimenopause pada Wanita Perimenopause di RW 05 Kelurahan

Mekarjaya Kota Bandung”.

Dimulai dari Bab I yang merupakan Pendahuluan, bab ini terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II yaitu Tinjauan Pustaka, bab ini menjelaskan tentang teori-teori yang berisi tentang pembahasan Resiliensi dan Perimenopause, hasil penelitian yang relevan, kerangka pemikiran, dan hipotesis.

Bab III Metode penelitian, dalam bab ini penulis mengemukakan tentang metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti dalam melakukan penelitian, definisi konseptual, variabel penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel, tehnik pengolahan data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, tempat dan waktu, analisis univariat dan bivariat, dan hasil penelitian.

Manuskrip berisikan dari keseluruhan isi dari penelitian, meliputi abstrak, pendahuluan, metode penelitian, hasil penelitian, pembahasan, kesimpulan dan saran, dan daftar pustaka.