

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan peningkatan usia, wanita sering menghadapi berbagai masalah kesehatan. Masalah yang terjadi dapat berupa perubahan fisik maupun psikologis. Salah satunya adalah ketidaksiapan wanita dalam menghadapi menopause yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang menopause. Hasil *Study of Women's Health Across the Nation (SWAN)* di Amerika Serikat menunjukkan bahwa masa menopause berhubungan dengan tekanan psikologi, dimana sebanyak 47% mengalami stres dan cemas diawal tahap perimenopause (Budiarti & Citra, 2016).

Perimenopause merupakan fase peralihan antara pramenopause dan pascamenopause. Fase ini ditandai dengan siklus haid pada wanita > 38 hari dan < 18 hari. atau mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Biasanya dimulai beberapa tahun sebelum menopause dan umumnya dimulai usia 40 tahun atau bisa juga lebih awal ketika ovarium berhenti melepaskan telur. Sebanyak 40% wanita mengalami siklus haid anovulatorik yaitu siklus haid yang terjadi tanpa adanya proses ovulasi atau pelepasan sel telur dari kandung telur. Kesiapan wanita perimenopause dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor meliputi pengetahuan, pendidikan, sosial ekonomi, budaya lingkungan, riwayat kesehatan, dan usia. Faktor pengetahuan dapat menurunkan angka depresi dan kecemasan yang berlebihan sehingga dapat meningkatkan kesiapan secara fisik, psikis dan spiritual (Rudi Haryono, 2017)

Menopause merupakan tahap yang normal dalam kehidupan. Secara fungsional, menopause bisa dianggap sebagai sindrom hilangnya hormon estrogen (Saimin, Hudfaizah, & Hafizah, 2018) Proses menopause ini akan memakan waktu 3 hingga 5

tahun sampai dinyatakan lengkap ketika seorang wanita telah berhenti haid selama 12 bulan. Proses menopause ini telah dijelaskan pula dalam QS At-Talaq Ayat 4.

Surat At-Talaq Ayat 4

وَأَلْيٰ يَبْسُنَ مِنَ الْمَحِيضِ مَن نَّسَأَلِكُمْ إِنِ ارْتَبْتُمْ فَعِدَّتُهُنَّ ثَلَاثَةُ أَشْهُرٍ وَاللّٰى لَمْ يَحِضْنَ ۗ وَأُولٰٓئِكَ الْأَحْمَالُ أَجَلُهُنَّ
أَن يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ ۗ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِّنْ أَمْرٍ يُسْرًا

Arab-Latin: Wal-lā`i ya`isna minal-mahḍi min nisā`ikum inirtabtum fa`iddatuhunna salāsatu asy-huriw wal-lā`i lam yahidn, wa ulātul-aḥmāli ajaluhunna ay yaḍa'na ḥamlahunn, wa may yattaqillāha yaj'al laḥu min amrihī yusrā

Artinya: Dan perempuan-perempuan yang tidak haid lagi (monopause) di antara perempuan-perempuanmu jika kamu ragu-ragu (tentang masa iddahnya), maka masa iddah mereka adalah tiga bulan; dan begitu (pula) perempuan-perempuan yang tidak haid. Dan perempuan-perempuan yang hamil, waktu iddah mereka itu ialah sampai mereka melahirkan kandungannya. Dan barang siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Allah menjadikan baginya kemudahan dalam urusannya.

Badan Kesehatan Dunia, WHO (*World Health Organization*) memperkirakan usia harapan hidup orang Indonesia adalah 75 tahun pada tahun 2025, Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal menopause. Data dari WHO tahun 2020 jumlah wanita di dunia yang memasuki fase menopause diperkirakan mencapai 1,42 milyar orang (WHO, 2020)

Jumlah wanita menopause di Indonesia tahun 2020 sebanyak 15,5 juta orang bahkan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta wanita mengalami menopause. Sebagai salah satu kota berkembang di Pulau Jawa, Kota Semarang mempunyai jumlah penduduk 1,595,187 jiwa pada tahun 2020. Data penduduk wanita usia 40 tahun mencapai 61.953 jiwa dan usia 50 tahun mencapai 45.403 jiwa.

Data proyeksi penduduk wanita pada kota Tangerang sendiri yaitu mencapai 43,323 jiwa. Data penduduk wanita usia 40-55 tahun 2019 mencapai 1.544 jiwa. Wanita memiliki angka harapan hidup ini lebih besar, bisa lima tahun lebih tinggi. Peningkatan angka harapan hidup ini menyebabkan bertambahnya populasi penduduk wanita. Meningkatnya jumlah penduduk wanita tersebut berpengaruh terhadap jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang memasuki usia menopause (Wulandari, 2019)

Menurut penelitian Estiani tahun 2018 tentang hubungan pendidikan dan pengetahuan wanita perimenopause terhadap sikap menghadapi menopause dalam penelitiannya menyatakan bahwa pengetahuan tentang menopause merupakan faktor yang menentukan dalam upaya menyesuaikan dengan perubahan dalam siklus kehidupan yang akan dialami setiap wanita dan tidak perlu menimbulkan ketidaksiapan yang berlebihan dalam menghadapi dan menjalani masa menopause.

Pengetahuan diperoleh dari informasi secara lisan ataupun tertulis dari pengalaman seseorang, fakta atau kenyataan dengan mendengar radio, melihat televisi, serta dapat diperoleh dari pengalaman berdasarkan pemikiran kritis Mekanisme koping wanita dalam menghadapi menopause dipengaruhi oleh pengetahuan dengan tingkat pendidikan, kedewasaan berpikir, faktor sosial ekonomi, budaya mengenai menopause, dan kematangan mental. Bila seorang wanita tidak siap mental menghadapi fase menopause dan lingkungan psikososial tidak memberikan dukungan positif akan berakibat tidak baik dan berdampak pada kualitas hidup. Kualitas hidup ini meliputi aspek fisik, aspek fisik, aspek hubungan sosial dan aspek lingkungan (E Mazida, 2022)

Kualitas hidup dalam aspek fisik meliputi perubahan kesehatan fisik seperti cepat lelah, pusing, insomnia dan berkeringat, yang mempengaruhi aktivitas sehari – hari, aspek psikis meliputi suasana hati yang sensitif, susah berkonsentrasi, kecemasan yang berlebihan tanpa disadari penyebabnya, aspek hubungan sosial meliputi kurangnya

penerimaan dan dukungan sosial dari keluarga maupun orang terdekat sehingga dapat menimbulkan masalah rumah tangga, dan aspek lingkungan yang meliputi interaksi dengan lingkungan yang kurang baik seperti komunikasi dengan teman dan tetangga. Semua aspek kualitas hidup tersebut dapat menimbulkan keluhan dari ringan hingga berat dan memperburuk masalah kesehatan jika tidak ditangani dengan baik dan benar (E Mazida, 2022)

Pengetahuan yang cukup tentang menopause dapat membantu wanita perimenopause menyiapkan dirinya menjalani masa menopause, melalui pengetahuan ini merupakan salah satu peran dalam mempengaruhi keputusan seorang wanita untuk berperilaku sehat nantinya. Pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk tindakan seseorang yang berasal dari hasil tidak tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan untuk mempertahankan dan mengembangkan hidup. Pengetahuan dapat mempengaruhi tingkat kesiapan menghadapi menopause karena tingkat pengetahuan mempengaruhi seseorang dalam pengembangan nalar dan analisa, karena dengan daya nalar yang baik akan memudahkan untuk meningkatkan pengetahuan, salah satu cara yang baik dalam rangka memberikan informasi dan pesan kesehatan (E Mazida, 2022)

Wanita lebih siap dan mandiri secara fisik, psikis, dan spiritual dengan berbekal pengetahuan yang baik sebelum atau yang sedang memasuki fase perimenopause dengan segala perubahan yang terjadi. kesiapan psikis meliputi berpikiran positif melalui penerimaan yang baik dan menghindari stress, dan spiritual dengan lebih mendekatkan diri, memperkuat ibadah sehingga menimbulkan penerimaan yang positif (E Mazida, 2022)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 4 Maret 2023 di Bidan Farida di kota Tangerang terhadap 10 orang ibu usia 40-55 tahun perimenopause didapatkan

hasil yaitu 6 orang belum mengetahui apa itu menopause disertai dengan tanda gejalanya, 2 orang mengetahui tentang menopause tetapi tidak mengetahui tanda gejala serta perubahan fisik maupun psikis yang terjadi, 1 orang mengetahui tentang menopause beserta tanda gejala karena sering berkonsultasi dengan dokter terkait masalah kesehatan usia menopause dan 1 orang mengatakan belum mengetahui mengenai menopause dan beranggapan gejala menopause merupakan gejala kehamilan seperti berhentinya siklus haid, mudah lelah, dan perubahan suasana hati.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menjelang Menopause pada Ibu Perimenopause di Kota Tangerang.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan uraian di atas maka dirumuskan suatu permasalahan “Apakah ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimenopause di Kota Tangerang?”

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimenopause di Kota Tangerang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan pada ibu perimenopause di Kota Tangerang.
- b. Mengidentifikasi kesiapan ibu perimenopause yang meliputi kesiapan fisik, psikis, dan spiritual pada ibu perimenopause di Kota Tangerang.

- c. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimenopause. di Kota Tangerang.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu, pengetahuan, informasi, dan sebagai sumber bacaan mengenai hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimenopause. Hasil penelitian ini dapat memberikan perbandingan dalam melakukan penelitian serupa yang berhubungan dengan hubungan pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimeopause.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat penelitian ini bagi institusi pendidikan adalah dapat dijadikan sebagai tambahan bahan referensi kurikulum mata kuliah asuhan kebidanan tentang perimenopause yaitu Hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimenopause.

b. Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat selama menempuh pendidikan dan dapat memperoleh gambaran nyata mengenai hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause pada ibu perimenopause di Kota Tangerang.

c. Bagi Responden

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan responden tentang hubungan pengetahuan dengan kesiapan menjelang menopause.

D. Sistematika penulisan

Agar mempermudah dalam mengetahui tentang pembahasan yang ada pada skripsi ini secara menyeluruh maka sistematika penulisannya adalah sebagai berikut:

a. Bagian utama skripsi

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan, dan materi skripsi.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisikan landasan teoritis, hasil penelitian yang relevan, kerangka pemikiran, kerangka konseptual dan hipotesis penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini berisikan rancangan penelitian, variabel penelitian, definisi konseptual, definisi operasional, kriteria inklusi, eksklusi, Teknik pengumpulan data, instrument penelitian, validitas dan reliabilitas, pengolahan dan analisis data, prosedur penelitian, waktu dan lokasi penelitian, dan etika penelitian.

b. Bagian Akhir Skripsi terdiri dari daftar pustaka dan lampiran.