

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, harapan hidup wanita di seluruh dunia terus meningkat setiap tahunnya, mencapai 74,2 tahun. Peningkatan ini berarti semakin banyak wanita yang berpeluang mengalami menopause (Suazini, 2018). WHO memperkirakan bahwa pada tahun 2030, sekitar 1,2 miliar wanita di atas usia 50 tahun akan ada di dunia, dengan 80% dari mereka tinggal di negara-negara berkembang. Populasi wanita yang mengalami menopause juga meningkat sebesar tiga persen setiap tahunnya (Nurlina, 2021).

Menurut Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) pada tahun 2013 yang dikutip dalam penelitian oleh Nurlina (2021), diperkirakan bahwa pada tahun 2035, jumlah wanita di Indonesia yang mengalami menopause dengan rentang usia 45-64 tahun akan mencapai 37 juta orang.. Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2020, jumlah penduduk wanita di Jawa Barat adalah 23,76 juta jiwa dengan jumlah penduduk wanita pada kelompok umur 40-44 tahun dan diperkirakan telah memasuki usia menopause sebanyak 183.090 jiwa. Jumlah penduduk wanita di kota Subang pada tahun 2020 ada sebanyak 798.069 jiwa dengan jumlah wanita yang berusia 40-44 tahun ada 60.749 jiwa (BPS: 2020).

Menopause merupakan fase peralihan dari masa reproduksi ke masa nonreproduksi yang ditandai dengan berhentinya menstruasi. Umumnya, wanita

mengalami menopause antara usia 45 hingga 55 tahun. Di Indonesia, usia rata-rata wanita mengalami menopause adalah 50 tahun. Menopause terjadi karena penurunan fungsi ovarium akibat pertambahan usia, yang mengakibatkan penurunan produksi hormon estrogen (Sasmita, 2019).

Gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita, bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga, masalah yang muncul yaitu hilangnya masa kesuburan dan meningkatnya perubahan yang menyebabkan kecemasan dan kekhawatiran pada wanita. Masalah yang timbul akibat premenopause ini disebut dengan sindrom pre menopause. Masalah yang terjadi berupa masalah fisik maupun psikologis. Sebagian wanita belum mengerti bahkan tidak mengetahui kalau mereka berada pada masa ini (Tasyabetris, 2020).

Sebagian wanita dihantui oleh istilah menopause, berpikir ketika suatu saat nanti menopause menghampirinya. Seorang wanita ditengah-tengah tahun kehidupannya dikelilingi oleh mitos-mitos yang berkembang dikalangan wanita tentang menopause. Mitos-mitos ini dapat menimbulkan banyak ketakutan dan kecemasan dalam kehidupan wanita. Terutama wanita paruh baya ketika mereka mendekati masa menopause padahal mitos itu belum tentu benar (Tasyabetris, 2020).

Banyak wanita yang mengalami menopause menjadi seorang yang mudah mengalami rasa cemas. Kecemasan ini timbul sebagai akibat seringnya kekhawatiran yang menghantui dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah mereka khawatirkan. Salah satu faktor yang menyebabkan wanita menopause merasa cemas (Tasyabetris, 2020).

Penanganan yang dilakukan untuk mencegah semua dampak akibat kecemasan pada wanita menopause, sebagian wanita menanganinya dengan melakukan meditasi, atau dengan mengelola tingkat kecemasan, tertawa, dan teknik relaksasi (Tasyabetris, 2020).

Umumnya mereka tidak mendapat informasi yang benar sehingga yang dibayangkan adalah efek negatif yang akan dialami setelah memasuki masa pre menopause dan menopause. Mereka cemas menjelang berakhirnya era reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik. Kecemasan yang berlebihan dapat menimbulkan dampak buruk bagi tubuh. Rasa yang berlebihan itulah yang memacu organ tubuh tidak stabil. Tentunya hal ini membuat wanita menopause merasa terganggu dalam menjalankan kegiatan sehari-hari (Tasyabetris, 2020).

Menambah pengetahuan para ibu yang berusia 45- 50 tahun dapat mengurangi kecemasan pada ibu dalam menghadapi masa menopause. Untuk itu tenaga kesehatan diharapkan dapat membantu mengatasi kecemasan ibu menghadapi menopause dengan memberikan penyuluhan. Penyuluhan tersebut bisa berupa penyuluhan mengenai tanda, gejala, faktor, perubahan-perubahan fisik maupun psikologi sehingga dalam menghadapi masa menopause sehingga tidak menimbulkan rasa cemas yang berlebihan (Tasyabetris, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan wawancara di Kelurahan Bukanagara pada bulan Februari 2023 terhadap 130 wanita usia 45-55 tahun yang akan menghadapi menopause,

ditemukan beberapa hasil. Beberapa wanita masih belum mengetahui secara detail tentang menopause, mereka hanya menyadari bahwa menstruasi mereka berhenti tanpa memahami sepenuhnya apa yang terjadi. Selain itu, sebagian wanita mengetahui tentang menopause dan menganggapnya sebagai hal yang biasa dalam kehidupan. Mereka tidak mengalami kecemasan karena menopause dianggap sebagai proses alami yang dialami oleh semua wanita. Beberapa wanita telah mendapatkan informasi tentang menopause melalui media sosial seperti Instagram, WhatsApp, dan Facebook. Namun, hasil studi pendahuluan ini juga menunjukkan bahwa masih ada wanita yang kurang memahami tentang menopause (pengetahuan dan pemahaman yang masih terbatas).

Penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Emy Ardiningsih (2017), yang menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan wanita premenopause dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause. Meskipun demikian, terdapat beberapa perbedaan antara penelitian ini dan penelitian Emy Ardiningsih. Perbedaan tersebut mencakup jumlah sampel sebanyak 119 responden dengan rentang usia responden antara 40 hingga 50 tahun.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Sugiarti, dkk (2018), yang menemukan hubungan positif antara tingkat pengetahuan wanita tentang menopause dan tingkat kecemasan dalam menghadapinya di RW 005 Pondok Aren, Tangerang Selatan. Namun, terdapat beberapa perbedaan dalam hal karakteristik responden, seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan.

Berdasarkan informasi di atas, peneliti menyimpulkan bahwa ketiga penelitian tersebut memiliki kesesuaian dengan temuan yang disajikan, namun terdapat perbedaan data dalam hal karakteristik responden, jumlah sampel, rentang usia responden, lokasi penelitian, dan metode uji statistik. Data yang diperoleh mengenai tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang memadai, yang kemudian berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan dan puskesmas setempat, serta minimnya paparan informasi melalui media sosial seperti Instagram, Facebook, dan WhatsApp. Faktor-faktor ini berkontribusi pada rendahnya tingkat pengetahuan responden dan kemungkinan timbulnya kecemasan saat menghadapi menopause.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Hubungan Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Perimenopause Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Desa Cupunagara Kabupaten Subang ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis apakah ada hubungan antara pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause dalam menghadapi masa menopause di Desa Cupunagara Kabupaten Subang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan tentang menopause pada wanita perimenopause.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan wanita perimenopause dalam menghadapi menopause.
- c. Menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini memiliki manfaat sebagai sumber informasi dan masukan untuk meningkatkan pengetahuan yang akurat dan relevan dalam upaya meningkatkan kesiapan ibu menghadapi menopause. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan dalam penyediaan layanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan ibu pada masa transisi menopause.

2. Bagi Mahasiswa Kebidanan

Penelitian ini memiliki manfaat sebagai referensi yang berguna dalam meningkatkan pemahaman mereka tentang hubungan antara pengetahuan tentang menopause dan tingkat kecemasan, serta tingkat kesiapan ibu menghadapi menopause pada tahap perimenopause. Penelitian ini juga dapat menjadi inspirasi untuk penelitian lanjutan atau pengembangan pengetahuan di bidang kebidanan.

3. Bagi Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat dalam mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh selama pendidikan mereka serta memperoleh pemahaman yang lebih jelas tentang hubungan antara pengetahuan dan tingkat kecemasan pada wanita pada tahap perimenopause, serta kesiapan mereka menghadapi menopause. Hasil penelitian ini dapat berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesiapan ibu menghadapi menopause dan menjadi dasar untuk penelitian lanjutan di bidang ini.