

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Proses penuaan merupakan proses sepanjang hidup dan telah terjadi sejak manusia dilahirkan ke dunia. Proses penuaan menyebabkan terjadinya perubahan pada fungsi tubuh manusia seperti perubahan fisik dan perubahan psikologis. Secara khusus pada wanita, proses penuaan akan menyebabkan wanita mengalami fase *menopause* yang berdampak terhadap siklus haid. Setiap bulannya, siklus haid akan mulai terganggu dan akhirnya menghilang sama sekali (Rebecca, 2008).

Menopause adalah menurunnya fungsi generatif yang berasal dari ovarium sehingga pada pemenuhan hormon estrogen akan berkurang nantinya mengakibatkan sistem hormonal pada tubuh mengalami kemunduran (Putri et al., 2020). Kemunduran yang terjadi pada masa premenopause yaitu kemunduran di fisik serta psikisnya, kemunduran fisik ditandai pada munculnya flek hitam pada area kulit wajah, rambut beruban, menurunnya sistem pendengaran, sistem penglihatan memburuk, pergerakan melambat, serta kelainan fungsi organ reproduksi. Sedangkan kemunduran psikologis yaitu meningkatnya emosional, penurunan aktivitas seksual, penurunan minat dalam berpenampilan (Afriani & Fatmawati, 2020).

Menopause adalah fase yang pasti dihadapi dalam perjalanan hidup seorang wanita dan merupakan suatu proses alamiah sejalan dengan bertambahnya usia. Menopause bukanlah penyakit atau suatu kelainan. Menopause dikenal sebagai

berhentinya menstruasi yang disebabkan oleh hilangnya aktivitas foliker ovarium. Wanita dikatakan mengalami menopause, jika tidak mengalami menstruasi (amenorea) sekurang- kurangnya satu tahun. Sebelum terjadinya fase menopause biasanya akan diawali dengan fase premenopause (Proverawati, 2010).

Proverawati (2010) menyatakan bahwa fase menopause merupakan fase peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (anovulatoir). menopause merupakan istilah yang digunakan untuk menyatakan suatu kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan (aging) ditandai dengan adanya penurunan kadar hormone estrogen dari ovarium yang berperan dalam hal reproduksi dan seksualitas. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala premenopause pada usia 40-49 tahun. Premenopause seringkali menjadi momok tersendiri bagi wanita dan dianggap dapat mengancam kebahagiaan dan keharmonisan rumah tangga, sehingga banyak wanita menghadapi menopause dengan rasa cemas dan was-was.

Masalah yang timbul akibat menopause disebut dengan syndrome menopause. Gejala syndrome menopause meliputi hot flushes (rasa panas yang menjalar dari dada hingga wajah), night sweat (berkeringat di malam hari), dryness vaginal (kekeringan pada vagina), penurunan daya ingat, insomnia (sulit tidur), depresi (rasa cemas), fatigue (mudah lelah), penurunan libido, drypareunia (rasa sakit ketika berhubungan seksual), dan incontinence urinary (beser) (Proverawati, 2010). Syndrome premenopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia. Sekitar 70-80% dialami oleh wanita di Eropa, 60% pada wanita di Amerika, 57% pada wanita di Malaysia, 18% pada wanita di Cina dan 10% pada wanita di Jepang dan Indonesia (Proverawati, 2010). Munculnya gejala

premenopause dapat ditanggapi berbeda-beda oleh masing-masing individu. Gejala syndrome premenopause yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan kecemasan.

Gejala yang menyertai saat menopause yaitu hot flushes (rasa panas dari dada sampai wajah), night sweat (berkeringat malam hari), mengalami kenaikan berat badan, penurunan daya ingat, sulit tidur, depresi, penurunan libido (penurunan gairah seks) (Septiani & Muslihati, 2019).

WHO pada tahun 2014 menyatakan bahwa tahun 2030 nanti diperkirakan terdapat kurang lebih 1,2 miliar jumlah wanita diseluruh dunia yang akan memasuki masa menopause serta kurang lebih 80% terjadi pada negara berkembang. Pada Indonesia tahun 2025 nanti diperkirakan terdapat sekitar 60 juta perempuan menopause dan kisaran usia wanita menopause

Gangguan kecemasan merupakan hal yang sering dialami wanita yang akan menghadapi menopause. Kecemasan dianggap sebagai bagian dari satu mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alamiah oleh makhluk hidup bila menghadapi sesuatu yang mengancam atau membahayakan dirinya. Namun kecemasan ini umumnya bersifat relatif artinya ada orangnya yang cemas dan dapat tenang kembali setelah mendapat dukungan dari orang-orang di sekitarnya dan ada juga orang-orang yang terus menerus cemas meskipun orang disekitarnya memberikan dukungan.

Kecemasan yang timbul pada wanita menopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Merasa cemas dengan berakhirnya masa reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik. Apalagi menyadari bahwa dirinya akan

menjadi tua yang berarti kecantikan akan mundur. Seiring dengan hal itu vitalitas dan fungsi organ-organ tubuhnya akan menurun. Hal ini dapat menghilangkan kebanggaannya sebagai seorang wanita. Keadaan ini dikhawatirkannya akan mempengaruhi hubungannya dengan suami maupun dengan lingkungan sosialnya (Lestari, 2010).

Kecemasan pada wanita yang memasuki masa premenopause dapat diturunkan dan diatasi dengan cara mengenali gejala – gejala dan berfikir positif bahwa kondisi tersebut merupakan suatu yang sifatnya alamiah dan pasti akan dialami oleh seluruh wanita. Tentunya sikap positif ini bisa muncul jika diimbangi oleh informasi atau pengetahuan yang cukup serta kesiapan fisik, mental, spiritual. (Purwastyastuti, 2008 dalam Nurmalya, 2010)

Penelitian yang dilakukan oleh (Alit, 2016) yang berjudul Gambaran Sikap Premenopause tentang Perubahan Fisik dan Psikologis yang Terjadi Menjelang Masa Menopause di Puskesmas 1 Denpasar Selatan Hasil penelitian ini kategori berat 12 responden (20%), sedang 42 responden (55%), ringan 22 responden (25%). Penelitian mengenai hubungan perubahan fisik dengan kecemasan sudah pernah diteliti oleh (Orin, 2016) yang berjudul tentang Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan pada Wanita Menopause di Desa Waudu Puri Kabupaten Buton Utara Sulawesi Utara. Perbedaan antara penelitian ini dengan (Orin, 2016) adalah penelitian ini membahas tentang premenopause sedangkan (Orin, 2016) membahas menopause. Sampel penelitian ini menggunakan 112 responden sedangkan (Orin, 2016) dengan 63 responden.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Umi Mar'atun tahun 2014 dalam Edita Pusparatri, Ali Solikin tahun 2020 tentang "Pengetahuan Premenopause

Menggunakan Kecemasan Perempuan Menghadapi Menopause di Desa Karang Rejo Kecamatan Juwana Kabupaten Pati” dilakukan pada 14 orang perempuan premenopause diperoleh data sebesar 50% perempuan kurang paham perihal premenopause serta kecemasan dalam menghadapinya, 42,8% perempuan tidak paham perihal premenopause dan tidak ada kecemasan saat menghadapi premenopause dan 7,1% perempuan tahu tentang premenopause serta tidak ada kecemasan saat menghadapi premenopause, ini dapat disimpulkan bahwa responden berpengetahuan rendah tentang premenopause dikarenakan minimnya informasi yang diperoleh sebagai akibatnya berpengaruh pada tingkat kecemasan perempuan saat menghadapi masalah ini (Pusparatri et al., 2020).

Berdasarkan data dari Perwakilan BKKBN Provinsi Sumatera Utara tahun 2021-2023, Jumlah penduduk wanita di Indonesia sebanyak 131,9 juta jiwa. Jumlah penduduk wanita usia subur di Sumatera Utara tahun 2022 berjumlah 1.762.080 jiwa dan meningkat pada tahun 2023 berjumlah 1.798.953 jiwa Tercatat bahwa jumlah wanita usia subur dengan usia 40- 49 pada tahun 2023 terbanyak terdapat di Deli Serdang yaitu 276.772 orang sedangkan di Medan tercatat jumlah pasangan usia subur tahun 2023 sebanyak 227.062 jiwa.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada wanita berusia 45-55 tahun di wilayah kerja Puskesmas Pulo Brayan Medan, dari 10 responden ibu menopause ada 7 orang ibu mengalami perubahan fisik diantaranya mengalami perubahan pada kulitnya yaitu muncul flek hitam yang mengganggu penampilan sehingga ibu menjadi cemas dan 3 orang ibu juga mengalami perubahan fisik pada berat badannya namun tidak disertai rasa cemas karena ibu sudah banyak mendapatkan informasi tentang premenopause.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan.

1.2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan Tahun 2024

1.3. Batasan Masalah

Batasan masalah yang dibahas dalam penelitian ini terkait Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka yang menjadi rumusan masalah adalah apakah ada hubungan perubahan Fisik dengan Tingkat Kecemasan di Puskesmas Pulo Brayan Medan

1.5. Tujuan Penelitian

Menganalisis Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan banyak manfaat berbagai pihak yaitu :

1.6.1. Bagi Responden

Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan

1.6.2. Bagi Puskesmas Pulo Bryan Medan Medan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan kepada pihak Puskesmas Pulo Brayan Medan dan berguna dalam memberikan penkes tentang Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan

1.6.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan referensi tambahan untuk melakukan penelitian selanjutnya tentang Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan

1.6.4. Bagi Institusi

Menambah wawasan baru dan ilmu pengetahuan tentang Perubahan Fisik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu yang mengalami Menopause di Puskesmas Pulo Brayan Medan

