

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siklus hidup manusia normal dimulai dari tahap bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa hingga lansia, baik itu laki-laki maupun perempuan. Dalam proses hidupnya perempuan akan mengalami banyak fase pertumbuhan dan perkembangan, dimana ada satu fase yang akan dilalui oleh setiap perempuan secara alamiah yaitu menopause. Menopause merupakan proses terhentinya *ovulasi* yang disebabkan tidak adanya respon *oosit* indung telur (*ovarium*) ditandai dengan penurunan hormon *estrogen* dan *progesterone* (Mulyani, 2013). Fase ini juga ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi selama 1 tahun (Astari dkk, 2014). Fase ini diperkirakan terjadi saat perempuan berumur 45 tahun ke atas (Wulandari dkk, 2009).

Menurut Mulyani (2013) fase menopause akan didahului dengan beberapa tahapan. Yang pertama yaitu fase premenopause biasanya terjadi pada perempuan usia 40 tahun dan dimulainya fase *klimakterium*, gejala yang timbul ditandai dengan siklus menstruasi menjadi tidak teratur. Dan yang kedua perimenopause yaitu fase peralihan antara masa pramenopause dan pasca menopause, gejala yang timbul ditandai dengan siklus menstruasi menjadi lebih panjang.

Data dari WHO (*World Health Organization*) menunjukkan bahwa pada tahun 2030 diperkirakan 1,2 miliar perempuan yang memasuki masa menopause dan sebagian besar tinggal di Negara berkembang. Sedangkan di asia pada tahun 2025 akan mengalami kenaikan dari 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa (Muniroh dan Mahmudah, 2013). Di Indonesia jumlah penduduk perempuan mengalami peningkatan tiap tahunnya. Pada tahun 2016 perempuan yang memasuki fase premenopause usia 45-50 tahun mencapai 6,5% kemungkinan akan terus meningkat setaip tahunnya (Data dan Informasi Kesehatan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016). Meningkatnya jumlah penduduk perempuan terjadi hampir disemua provinsi Indonesia, salah satunya di provinsi D.I.Y Yogyakarta menurut data kependudukan jogja,

(Dinas kependudukan DIY, 2018) penduduk perempuan mencapai 51%, dan jumlah penduduk perempuan yang masuk usia pre menopause 45-50 tahun sebanyak 138.696 jiwa.

Pada fase menopause perempuan akan mengalami berbagai gejala yang disebut dengan sindrom premenopause, yang meliputi keluhan fisik dan psikis. Beberapa keluhan fisik perempuan premenopause diantaranya tubuh terasa panas secara tiba-tiba (*hot flushes*), keluar keringat pada malam hari, sulit untuk tidur, iritasi pada kulit, mengalami kekeringan pada vagina, penurunan libido, sulit untuk menahan buang air kecil, dan mengalami kenaikan berat badan (Lestary, 2010). Menurut Mulyani (2010) dijelaskan bahwa perempuan menopause mengalami penurunan libido disebabkan oleh beberapa faktor antara lain kelelahan akibat kualitas tidur berkurang di malam hari, adanya perubahan pada vagina seperti kekeringan yang membuat daerah genitalia terasa sakit, perubahan hormonal yang menyebabkan menurunnya gairah seks, citra tubuh yang tidak baik dan penurunan neurotransmitter di dalam otak yang akan mempengaruhi perilaku seksual.

Keluhan psikis yang dialami perempuan premenopause diantaranya gelisah, mudah tersinggung, tegang, depresi, cemas, suasana hati tidak menentu, sedih, malas, emosi yang meluap, merasa tidak berdaya dan mudah menangis (Lestary, 2010). Menurut penelitian Nurpatminingsih (2016) masalah-masalah psikologis lebih banyak muncul pada perempuan yang memasuki usia menopause dibandingkan usia lainnya. Berkurangnya kemampuan pada masa menopause dan kurangnya pengetahuan tentang menopause menyebabkan terjadinya perubahan sosial perempuan, dampaknya adalah muncul kecemasan terhadap peran perempuan menopause di masa mendatang. Keluhan fisik dan psikis pada perempuan menopause yang biasa disebut dengan sindrom menopause, menurut World Health Organization (WHO) insiden pre menopause atau sindrom pre menopause dialami oleh perempuan hampir di seluruh dunia, sekitar 70%-80% perempuan Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia.

Berbagai keluhan yang dialami oleh perempuan yang menjelang menopause membutuhkan perhatian dan kesiapan dalam menghadapi menopause.

Kesiapan menghadapi menopause itu penting seperti siap secara fisik, psikologis, dan spiritual karena akan mempengaruhi kecemasan perempuan yang menghadapi menopause (Sagitawening, 2018). Berdasarkan penelitian Sabatini (2016) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan antara lain tingkat pengetahuan, tingkat aktivitas atau pekerjaan, tingkat dukungan keluarga, dan tingkat pendidikan. Sedangkan menurut Nurpatmaningsih (2016) faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan adalah sosial ekonomi, kondisi kesehatan, umur, sikap, dukungan keluarga, pengetahuan dan gaya hidup.

Berdasarkan penelitian Sasrawita (2017) di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru dengan jumlah responden perempuan pre-menopause sebanyak 100 orang, mendapatkan hasil 40 orang (40%) pengetahuan kurang tidak siap menghadapi menopause, 13 orang (13%) pengetahuan kurang siap menghadapi menopause, dan 23 orang (23%) pengetahuan baik tidak siap menghadapi menopause, 24 orang (24%) pengetahuan baik siap menghadapi menopause. Hasil uji statistic diperoleh hasil p value 0,011 artinya p value < 0,05 dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu pre-menopause dengan kesiapan istri menghadapi masa menopause.

Ketidaksiapan perempuan dalam menghadapi fase menopause akan menyebabkan rasa cemas. Fase menopause tidak bisa dihindari, namun gejala yang timbul masih bisa dikurangi jika dipersiapkan secara fisik maupun psikis (Proverawati, 2010). Perasaan kecemasan yang dialami perempuan dimasa menopause, mendorong perempuan untuk mencari bantuan dan dukungan dari keluarga serta teman-temannya. Adanya bantuan berupa dukungan akan membuat perempuan merasa lebih tenang dan lega sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasannya (Silalahi, 2016).

Menurut penelitian Silalahi (2016) dukungan sosial sebagai salah satu fungsi dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari

dampaknya yaitu cemas bahkan stress. Perempuan difase menopause yang tidak mendapat dukungan sosial dan tidak mampu beradaptasi dengan perubahan pada dirinya mulai menarik diri dari lingkungan, sehingga terkadang muncul rasa tidak percaya diri dan merasa sudah tidak berguna lagi karena merasa dirinya tua. Tujuan dari dukungan sosial yaitu memberikan perhatian, kenyamanan pada orang lain, merawatnya dan menghargainya.

Perempuan dalam menghadapi menopause membutuhkan dukungan dari orang terdekat seperti dukungan dari seorang suami biasanya berupa sikap, dorongan, tindakan dan penerimaan. Dukungan suami adalah hal yang penting karena akan menurunkan kecemasan istri dalam menghadapi masa menopause. Permasalahan yang sering dicemaskan oleh istri adalah masalah mengenai seksualitas, akan tetapi dampak buruknya dapat dikurangi dengan adanya dukungan dari suami (Jannah, 2014). Dukungan suami terhadap pasangannya difase menopause bisa dengan cara perhatian yang lebih, tidak menuntut istrinya untuk tampil dengan kesempurnaan fisik, meyakinkan pasangannya mengenai menopause baik secara ucapan maupun tindakan, akan sangat membantu pasangannya untuk meyakini bahwa tidak ada yang perlu dicemaskan ketika hal tersebut tiba (Silalahi, 2016).

Menurut penelitian dari Susanti (2014) di wilayah kerja Polindes Tebalo Manyar Gresik didapatkan hasil bahwa responden yang mendapatkan dukungan dari suami sebanyak 12 orang (31,5%) tidak mengalami kecemasan. Sedangkan 17 orang (44,7%) yang tidak mendapatkan dukungan dari suami mengalami kecemasan. Hasil uji *Spearman* didapatkan nilai $r = -0,376$ dan $p = 0,020$ ($p < 0,05$), berarti terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan perempuan pre-menopause.

Hasil studi pendahuluan peneliti di Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman, diperoleh hasil bahwa desa Nogotirto adalah desa dengan masyarakat berpenduduk terbanyak perempuan premenopause sebesar 128 jiwa (Badan Statistik Kabupaten Sleman, 2017). Studi pendahuluan dilakukan dengan cara mewawancarai 10 orang perempuan usia 40-49 tahun yang bekerja dan tidak bekerja di Dusun Karang Tengah, Nogotirto, Gamping, Sleman Yogyakarta,

didapatkan 3 dari 10 orang tersebut siap dengan adanya menopause karena mereka mengetahui tanda dan gejala menopause yaitu menstruasi yang sudah tidak teratur lagi, cepat berubah-ubah keadaan emosionalnya dan mereka mengetahui cara penanganannya seperti dialihkan dengan cara olahraga ringan namun rutin dilakukan, mengkonsumsi buah dan susu. Sedangkan 7 dari 10 orang tersebut mereka tidak siap dengan adanya menopause karena kurangnya pengetahuan tentang tanda dan gejala menopause seperti *hot flush* atau terasa panas pada bagian leher, muka dan dada, perubahan menstruasi, perubahan emosi yang sering berubah-ubah, khawatir pola seksual suaminya tidak terpenuhi. Sehingga mereka tidak melakukan persiapan apapun seperti olahraga secara teratur, makan buah, sayur dan susu, karena kurang pengetahuan dan sibuk dengan pekerjaannya.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan dukungan suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause di Dusun Karang Tengah, Nogotirto, Gamping Sleman Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang dibuat, maka peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan dukungan suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause di Dusun Karang Tengah, Nogotirto, Gamping Sleman Yogyakarta.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini diketahui hubungan dukungan suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui dukungan suami pada istri yang menghadapi menopause.
- b. Diketahui kesiapan istri menghadapi menopause.
- c. Diketahui keeratan hubungan dukungan suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai acuan pembelajaran mahasiswa keperawatan khususnya departemen maternitas keluarga untuk mengetahui pentingnya dukungan sosial dari orang terdekat terutama suami terhadap perempuan difase menopause.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Ibu yang menghadapi menopause

Untuk menambah pengetahuan dan kesiapan ibu dalam menghadapi masa menopause.

b. Bagi suami

Memberi pengetahuan suami tentang pentingnya dukungan terhadap istri yang menghadapi masa menopause.

c. Bagi Program Studi Keperawatan

Meningkatkan pengetahuan dan menjadi rujukan mahasiswa keperawatan tentang penelitian dukungan sosial keluarga terhadap perempuan yang mengalami *sindrome premenopause*.