

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menjadi tua adalah suatu proses yang akan dialami semua manusia dengan perubahan fisik maupun psikologis pada pralansia. Perubahan tersebut banyak terjadi pada wanita, karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause, yang diawali dengan fase premenopause. Pada fase ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya perubahan (anovulatoir). Premenopause merupakan kondisi fisiologi pada wanita yang telah memasuki proses penuaan (*aging*) ditandai dengan menurunnya kadar hormon estrogen ovarium (Sulistiyawati & Proverawati, 2010).

Menopause adalah haid terakhir. Pada usia 56-60 tahun kebanyakan wanita mengalami menopause dengan rata-rata usia 51 tahun. Kejadian menopause bukanlah suatu peristiwa yang mendadak. Menopause merupakan proses yang berlangsung lama, artinya, meskipun wanita mengalami henti haid untuk selamanya pada usia 50 tahun, wanita sudah merasa bahwa siklus haidnya mulai berubah sejak berusia 40 tahun (Silalahi, 2016).

Mulyani (2013) menjelaskan fase menopause akan didahului dengan beberapa tahapan. Tahapan yang pertama adalah fase premenopause, pada fase ini biasanya terjadi pada perempuan berusia 40 tahun dan dimulainya fase klimakterum, ditandai dengan gejala yang timbul yaitu siklus menstruasi menjadi tidak teratur. Fase yang kedua perimenopause dan pasca menopause, gejala yang timbul ditandai dengan siklus menstruasi menjadi panjang.

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2030 diperkirakan ada 1,2 milyar wanita yang berusia diatas 50 tahun cenderung mengalami suatu masalah seperti perubahan hormon, fisik, dan psikologis. Perubahan ini akan terjadi seiring peningkatan usia sampai

akhirnya wanita akan mencapai titik yang dinamakan menopause (Linda & Yetti, 2019). Di Asia pada tahun 2025, jumlah wanita berusia tua akan mengalami peningkatan dari 107 juta menjadi 373 juta (Lombogia, 2014).

Di Indonesia jumlah penduduk wanita mengalami peningkatan di setiap tahunnya. Pada tahun 2016 perempuan yang memasuki fase menopause usia 45-50 tahun mencapai 6,5% kemungkinan akan terus mengalami peningkatan setiap tahunnya (Data dan Informasi Kesehatan Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016). Menurut data Dinas Kependudukan D.I.Y (2018), penduduk wanita mencapai 51%, dan jumlah penduduk yang memasuki premenopause 45-50 tahun sebanyak 138.696 jiwa. sedangkan menurut data Badan Pusat Statistik (2015), Usia Harapan Hidup (UHH) di Indonesia mencapai 70,1 tahun. Tiga provinsi memiliki harapan hidup tertinggi yakni, Yogyakarta (74,56 tahun), Kalimantan Timur (73,5 tahun) dan Jawa Tengah (73,3 tahun). Hal tersebut diartikan bahwa wanita memiliki kesempatan hidup rata-rata 20 tahun sejak awal menopause.

Pada fase menopause wanita akan mengalami berbagai gejala yang biasa disebut dengan sindrom premenopause, diantaranya keluhan fisik dan psikis. Beberapa keluhan fisik wanita premenopause yakni tubuh terasa panas (*hot flushes*), keluar keringat pada malam hari, sulit tidur (*insomnia*), iritasi pada kulit, kekeringan pada vagina, penurunan libido, sulit menahan buang air kecil, dan mengalami kenaikan berat badan. Gejala psikis yang terjadi pada fase menopause yaitu, gelisah, mudah tersinggung, tegang, sering timbul perasaan tertekan, sedih, malas, emosi yang meluap, merasa tidak berdaya dan mudah menangis (Lestary, 2010). Sindrom premenopause dialami oleh wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia (Sulistiyawati & Proverawati, 2010).

Berdasarkan penelitian Handayani (2015) di Dusun Bokoharjo Prambanan Sleman menggambarkan dari 31 responden yang menjadi

sampel penelitian, sebanyak (0%) yang mengalami kecemasan ringan, sebanyak tujuh orang mengalami kecemasan sedang (22,6%), 19 orang mengalami kecemasan berat (61,3%), dan lima orang mengalami kecemasan berat sekali (16,1%). Jadi dapat disimpulkan mayoritas responden mengalami kecemasan berat dalam menghadapi menopause yaitu sebanyak 19 responden (61,3%). Sedangkan menurut penelitian Lusiana (2014), menggambarkan dari 104 wanita pada penelitian sebagian besar mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause yaitu sebanyak 56 orang (53,8%) mengalami kecemasan, dan 48 orang (46,2%) tidak mengalami kecemasan.

Banyak dari wanita yang mengalami menopause menjadi seorang yang mudah mengalami rasa cemas (Wigati & Kulsum, 2017). Berdasarkan penelitian Lusiana (2014) faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan antara lain perubahan fisik, pengetahuan, dukungan keluarga. Sedangkan menurut Amalina (2017) faktor yang dapat memengaruhi kecemasan yaitu kepuasan pernikahan.

Menurut Silalahi (2016), dukungan sosial sebagai salah satu fungsi dari hubungan yang akan melindungi individu dari konsekuensi cemas bahkan stres. Dukungan sosial yang dimaksud disini adalah bantuan atau tindakan berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informatif. Memberikan manfaat emosional dan juga efek perilaku bagi wanita menjelang masa menopause dapat menghindari kecemasan dalam menghadapi menopause bahkan menjadi tidak terasa sama sekali. Dukungan sosial suami merupakan faktor eksternal yang paling baik dalam membantu istri dalam melalui masa menopause.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2014) menunjukkan responden yang mendapat dukungan suami tidak mengalami kecemasan menghadapi menopause sebanyak 12 orang (31,5%). Sedangkan terdapat 17 orang (44,7%) tidak mendapat dukungan suami mengalami kecemasan. Hasil uji *spearman* didapatkan nilai  $r=-0,37$  dan  $p=0,020$  ( $p<0,05$ ). Berarti terdapat hubungan antara dukungan suami

dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan suami maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami responden.

Perempuan dalam memasuki masa menopause memerlukan dukungan dari keluarga terutama dari orang terdekat seperti dukungan dari seorang suami, karena hal ini dapat menentukan dan menurunkan rasa kecemasan yang dialami oleh istrinya dalam menghadapi menopause sindrom. Permasalahan yang sering dicemaskan oleh seorang istri adalah masalah mengenai seksual, akan tetapi dampak buruknya dapat dikurangi dengan adanya dukungan dari seorang suami (Jannah dkk., 2014). Dukungan suami terhadap pasangan di fase menopause bisa dengan cara tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik, dan meyakini bahwa tidak ada yang perlu dicemaskan ketika datangnya masa menopause (Putri dkk., 2017).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti tanggal 29 Februari 2020 di Wilayah Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman di Desa Caturtunggal Dusun Papringan ditemukan wanita yang berada dalam masa premenopause sebanyak 111 jiwa. Hasil wawancara dengan lima wanita terdapat empat orang yang mengatakan bahwa merasa gelisah dan khawatir untuk menghadapi menopause karena banyak keluhan yang dirasakan seperti, mudah marah, mudah lupa, dan berat badan yang meningkat. Sedangkan satu wanita mengatakan biasa saja dengan akan datangnya masa menopause karena menganggap bahwa menopause adalah suatu kejadian yang wajar pada setiap wanita. sebagian dari wanita mengatakan kurang mendapat dukungan dari suami, seperti perhatian, karena suami sibuk bekerja.

Berdasarkan latar belakang di atas perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang dibuat, peneliti tertarik untuk mengetahui “adakah hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause di Wilayah Puskesmas Depok III Sleman?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause.

### 2. Tujuan khusus

- a. Diketahuinya dukungan suami
- b. Diketahuinya kecemasan wanita dalam menghadapi menopause
- c. Diketahuinya keeratan hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat teoritis

Sebagai acuan pembelajaran mahasiswa keperawatan khususnya departemen keperawatan maternitas dan keperawatan keluarga untuk mengetahui pentingnya dukungan dari orang terdekat terutama suami terhadap wanita di fase menopause.

### 2. Manfaat praktik

- a. Bagi wanita yang menghadapi menopause.  
Untuk memberikan pengetahuan tentang kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.
- b. Bagi suami  
Memberikan pengetahuan pada suami pentingnya memberikan dukungan kepada istri dalam menghadapi menopause.
- c. Bagi mahasiswa program studi keperawatan  
Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan menjadi rujukan mahasiswa keperawatan tentang dukungan suami

terhadap wanita yang mengalami kecemasan menghadapi menopause.

d. Bagi perawat puskesmas

Dapat memberikan pengetahuan tentang tingkat kecemasan wanita saat menghadapi menopause di wilayah puskesmas.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PEPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA