

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan proses alami yang dialami setiap wanita. Menopause adalah kejadian sesaat saja yaitu perdarahan haid terakhir, namun bagi sebagian wanita masa menopause merupakan saat yang paling menyedihkan dalam hidup. Ada banyak kekhawatiran yang menyelubungi pikiran wanita ketika memasuki fase ini. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merasakan menopause sebagai masalah atau gangguan, sedangkan 25% lainnya tidak mempermasalahkannya (Aprilia & Puspitasari, 2007).

Kecemasan adalah perasaan individu dan pengalaman subyektif, yang tidak dapat dialami secara langsung dan perasaan tanpa obyek yang spesifik yang dipacu oleh ketidaktahuan (Stuart, 2007). Pengetahuan tentang perubahan keadaan yang dialami oleh ibu, dapat memunculkan adanya respon nyeri sehingga menimbulkan gejala rasa tidak nyaman yang menyertai penyakit fisik yang mengancam dan keadaan emosional yang terkait (Suliswati, 2005). Sindroma menopause banyak dialami oleh wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Diperkirakan jumlah orang yang menderita kecemasan baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan antara wanita dan pria 2 banding 1 (Proverawati, 2010).

Menopause dikenal sebagai masa berakhirnya menstruasi atau haid, dan sering dianggap menjadi momok dalam kehidupan wanita. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala menopause pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun. Kebanyakan mengalami gejala kurang dari 5 tahun dan sekitar 25% lebih dari 5 tahun. Bila diambil rata-ratanya, umumnya seorang wanita akan mengalami menopause sekitar usia 45-50 tahun (Lestari, 2010). Perempuan di negara Indonesia mulai usia

50 tahun ke-atas mengalami menopause, pada tahun 2000 sebanyak 15,5 juta orang atau 7,6% dari penduduk Indonesia, pada tahun 2020 diperkirakan 30,2 juta orang atau 11,5% jumlah penduduk Indonesia (Baziad, 2004).

Gejala-gejala yang dapat timbul pada menopause adalah *hot flushes* (rasa panas dari dada hingga wajah), *night sweats* (berkeringat di malam hari), *vaginal dryness* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, *insomnia* (susah tidur), *depresi* (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek), *dyspareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan (beser) *urinary incontinence* (Andira, 2010). Perubahan kejiwaan yang dialami seorang wanita menjelang menopause meliputi: merasa tua, tidak menarik lagi, rasa tertekan karena takut menjadi tua, mudah terkejut sehingga jantung berdebar, takut tidak dapat memenuhi kebutuhan seksual suami, keinginan seksual menurun (Manuaba, 2009).

Untuk jumlah penduduk di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebanyak 3.671.264 jiwa dengan jumlah wanita yang memasuki masa menopause mencapai 4.872 jiwa (Dinkes DIY, 2011). Masa menopause memiliki konsekuensi kesehatan yang serius. Penyebabnya antara lain adalah berhentinya produksi estrogen, menurunnya daya tahan tubuh seiring dengan bertambahnya usia, juga memperberat masalah kesehatan wanita usia menopause. Ancaman resiko kesehatan yang mungkin timbul pada wanita menopause akan membawa banyak dampak, baik itu secara fisik maupun psikis. Upaya-upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi berbagai keluhan menopause dengan cara berfikir positif, olahraga, nutrisi, gaya hidup sehat, pemeriksaan kesehatan secara berkala (Widodo, 2009)

Desa Pondokrejo yang merupakan wilayah dari Kabupaten Sleman Kecamatan Tempel memiliki jumlah penduduk 38.706 jiwa. Di Dusun Karanglo memiliki jumlah penduduk 353 jiwa. Terdapat 36 wanita yang berusia 40-50 tahun, masalah-masalah yang terjadi Di Dusun Karanglo yg perlu di perhatikan pada seorang wanita dalam menghadapi menopause agar dapat menjalani masa menopause dengan lebih baik yaitu seperti,

olahraga secara teratur, dukungan keluarga, dan mendapatkan informasi kesehatan. Kesadaran masyarakat tentang kesehatan masih cukup rendah sedangkan sarana-prasarana untuk menuju tempat pelayanan kesehatan sudah cukup dekat dan mudah (Dinkes Sleman, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Dusun Karanglo terhadap 10 wanita usia 40-50 tahun dengan metode wawancara, didapatkan bahwa 6 ibu mengalami kekawatiran menghadapi menopause. masalah-masalahnya seperti rasa sakit saat berhubungan seksual, ketidak teraturan siklus haid, kulit menjadi keriput dan susah tidur. Sedangkan 4 orang wanita beranggapan bahwa menopause merupakan proses alami yang akan dirasakan oleh semua wanita dan tidak perlu dikhawatirkan. Pengetahuan tersebut diketahui dari orang tuanya sendiri dan gosip.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian tentang. Tingkat Kecemasan Ibu Umur 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Dusun Karanglo Desa Pondokrejo Tempel Sleman Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti dapat merumuskan masalah penelitian yaitu bagaimana “Tingkat Kecemasan Ibu Umur 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Dusun Karanglo Desa Pondokrejo Tempel Sleman Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Tingkat Kecemasan Ibu Umur 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Dusun Karanglo Desa Pondokrejo Tempel Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran karakteristik responden dalam menghadapi menopause berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan di Dusun Karanglo Desa Pondokrejo Tempel Sleman Yogyakarta.
- b. Diketahui tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause yang dikategorikan dalam tidak cemas, ringan, sedang, berat, panik di Dusun Karanglo Desa Pondokrejo Tempel Sleman Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat sebagai sarana untuk menerapkan teori dan ilmu yang telah diperoleh di tempat kuliah serta untuk menambah wawasan mengenai pengetahuan tentang kecemasan pada menopause.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Mahasiswa Stikes Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Menambah referensi kepustakaan dan meningkatkan pengetahuan pembaca tentang tingkat kecemasan ibu menopause.

- b. Bagi wanita umur 40-50 tahun tentang kecemasan pada menopause

Dapat meningkatkan pengetahuan ibu menopause agar dalam menghadapi menopause tidak mengalami kecemasan.

- c. Bagi institusi pendidikan

Dapat dijadikan masukan untuk menambah bahan pustaka serta meningkatkan pengetahuan dan wawasan bagi mahasiswa serta pembaca pada umumnya tentang kecemasan menghadapi masa menopause.

- d. Bagi instansi kesehatan

Dapat menjadi masukan dan sebagai acuan dalam merencanakan program wanita menopause dalam pemberian informasi tentang perubahan-perubahan atau gejala-gejala pada masa menopause.

e. Bagi peneliti

Memperoleh pengalaman yang baru, berharga dan sebagai langkah awal untuk belajar melakukan penelitian dalam pelayanan kesehatan.

f. Bagi Dusun Karanglo

Diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk kader dan tenaga kesehatan dalam perencanaan upaya menurunkan jumlah wanita yang mengalami kecemasan dalam menghadapi masa menopause.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang ada kaitannya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah :

No	Nama/judul	metode	hasil	Persamaan	perbedaan
1	Sumiarti (2010) Tingkat Kecemasan Wanita premenopaus e di Desa Pangerejo Kabupaten Purworejo.	Deskriptif dengan pendekatan Cross sectional. Wanita di Desa Pangerejo Kabupaten Purworejo berumur 40-60 tahun, sejumlah 56 responden	Tingkat Kecemasan Wanita Menopause Mayoritas mengalami kecemasan ringan yaitu 24 orang (43)% dari 56 responden	yaitu pada penelitian ini tema yang diangkat tentang permasalahan menopause, jenis penelitian dan variabel	terletak pada, jumlah sampel, tehnik pengambilan sampel waktu dan tempat penelitian
2	Riyan (2012) Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Premenopaus e dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause	Deskriptif dengan pendekatan Cross sectional. Wanita di Desa Pulutan Wonosari Gunung Kidul sejumlah 55 responden	Berpengetahuan kurang 14 responden (28%), dan berpengetahuan cukup sebanyak 8 responden (16%). Untuk tingkat kecemasan ringan Banyak 15 responden	penelitian ini yaitu pada tema yang diangkat tentang permasalahan menopause, jenis rancangan penelitian.	terletak pada, jumlah sample, variabel, tehnik pengambilan sampel waktu dan tempat penelitian

di Desa Pulutan Wonosari Gunung kidul	(30%). yang Siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 11 responden (22%) dan tidak siap Sebayak 7 responden
--	---

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA