

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Proses menua (*aging process*) sebagai salah satu sasaran pembangunan kesehatan, adalah proses alami yang dialami oleh setiap manusia yang disertai dengan adanya penurunan kondisi fisik, psikologi yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan ini cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum maupun kesehatan jiwa secara khusus pada lanjut usia (Koentjoro, 2002).

Bagi sebagian wanita, masa tua sering diasumsikan sebagai masa yang menakutkan. Kekhawatiran ini mungkin didasari dengan adanya pemikiran bahwa masa tua akan membuatnya tidak berguna, hilangnya fertilitas, dan terjadinya penurunan kesehatan. Padahal, masa menopause merupakan salah satu fase yang terjadi pada masa ini. Munculnya rasa kekhawatiran yang berlebihan dapat menyebabkan mereka sulit dalam menjalaninya (Kasdu, 2004).

Menopause adalah hal alami yang terjadi pada setiap wanita. Istilah menopause berarti masa berhentinya menstruasi. Tahap ini adalah keadaan normal yang terjadi pada wanita antara umur 40-60 tahun. Rata-rata menopause dimulai pada usia 52 tahun. Kebanyakan wanita memasuki periode menopause tiga sampai lima tahun lebih awal dari menopause yang sebenarnya (Life challenge, 2007).

Menopause terjadi ketika ovarium berhenti memberikan respon terhadap hormon-hormon tertentu dari otak, sehingga pematangan sel telur terhenti secara teratur. Keadaan ini menurunkan kadar estrogen dan progesteron (dua hormon seks reproduksi yang diproduksi oleh ovarium). Penurunan kadar hormon ini menyebabkan gejala-gejala menopause (Women's Health Concern, 2007).

Pada tahun 2003, jumlah wanita di dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 milyar orang. Saat ini Indonesia baru memiliki 14 juta wanita menopause. Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 1995- 2005 oleh badan pusat statistik jumlah wanita berusia 50 tahun adalah 15,9 orang. Bahkan diperkirakan pada tahun 2025 jumlah wanita yang menopause mencapai 60 juta orang (Indocostia, 2007).

Perubahan dalam kehidupan ini akan mengganggu kestabilan emosi (Lazaruz, dalam Cristiani, 2000). Menurut penelitian Robertson (dalam Christiani, 2000) di Menopause Clinic Australia, dari 300 pasien usia menopause terdapat 31,3% pasien mengalami depresi dan kecemasan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Meitasari (2009) yang melakukan penelitian di daerah Purworejo, Jawa Tengah didapatkan hasil bahwa dari total 40 responden, 40% mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause. Dalam penelitian tersebut tingkat kecemasan dikaitkan dengan tingkat pengetahuan, dan kesimpulan yang didapat ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan responden tentang menopause dengan kecemasan ibu menghadapi menopause.

Gejala-gejala psikologis pada masa menopause adalah : perasaan murung, kecemasan, iritabilitas dan perasaan yang berubah-ubah, labilitas emosi, merasa tidak berdaya, gangguan daya ingat, konsentrasi berkurang, sulit mengambil keputusan dan merasa tidak berharga (Glasier & Gebbie, 2006).

Gejala-gejala fisik yang dapat timbul pada menopause adalah semburan rasa panas (*hot flushes*) dan keringat pada malam hari, insomnia, kelelahan, kekeringan kulit dan rambut, sakit dan nyeri pada persendian, sakit kepala, palpitasi (denyut jantung cepat dan tidak teratur) dan berat badan bertambah (Women's Health Concern, 2007). Gejala ini akan menimbulkan perubahan pada *body image*.

Body image (gambaran diri) adalah bagian dari konsep diri yang mencakup sikap dan pengalaman yang berkaitan dengan tubuh, termasuk pandangan tentang maskulinitas dan femininitas, kegagalan fisik, daya tahan, dan kapabilitas. Gambaran diri berkembang secara bertahap selama beberapa tahun sejalan dengan anak belajar mengenai tubuh dan struktur mereka, fungsi, kemampuan, dan keterbatasan mereka. Gambaran diri dapat berubah dalam beberapa jam, hari, minggu dan bulan bergantung pada stimuli eksternal pada tubuh dan perubahan aktual dalam penampilan, struktur atau fungsi. Cara orang lain melihat tubuh kita juga mempunyai pengaruh (Potter & Perry, 2005).

Banyak faktor dapat mempengaruhi gambaran diri seseorang, seperti munculnya stressor yang dapat mengganggu integrasi gambaran diri. Kegagalan fungsi tubuh, seperti stroke, kebutaan, tuli, arthristis, multiple sklerosis, diabetes, inkontinensia dapat mengakibatkan depersonalisasi yaitu tidak mengakui atau

asing dengan bagian tubuh. Pada wanita menopause yang sering terjadi adalah inkontinensia urin (Kozier et al, 2004; Potter & Perry, 2005).

Body image berhubungan dengan kepribadian, cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologinya. Pandangan yang realistis terhadap dirinya menerima dan mengukur bagian tubuhnya akan dirasa aman, sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri (Keliat, 1998).

Pandangan seseorang mengenai menopause sangat mempengaruhi perubahan psikologis pada masa menopause. Pandangan ini dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam diri individu serta faktor yang berasal dari lingkungan sosial. Pada masyarakat yang mengagungkan kemudaan dan kecantikan, menopause dapat menjadi ancaman (Budiman, dalam Christiani 2000). Mitos yang timbul di masyarakat dan *stereotype* tentang menopause dapat menimbulkan kecemasan, sedangkan wanita yang memahami tentang menopause dapat berfikir secara wajar serta dapat menerima hal-hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar karena menopause adalah peristiwa alami yang akan dialami oleh wanita (Bromwich, 2010).

Beberapa wanita mengalami menopause sebagai transisi yang mulus dengan sedikit ketidaknyamanan fisik, dimana beberapa wanita yang lain mengalami banyak gejala-gejala yang tidak nyaman seperti rasa panas, keringat tengah malam, perubahan *mood*, pendarahan berat tidak teratur, pengeroposan tulang, dan pengeringan vagina (yang dapat menyebabkan hubungan intim yang menyakitkan). Sebanyak 80% wanita mengalami menopause dengan reaksi fisik

negatif. Wanita mengalami gejala yang lebih buruk lagi bila mereka tengah berada dibawah stres emosi yang sangat kuat (Spencer, 2008).

Keluhan psikis sifatnya individual yang dipengaruhi oleh sosial budaya, pendidikan, lingkungan dan ekonomi. Keluhan fisik maupun psikis ini tentu saja akan mengganggu kesehatan wanita yang bersangkutan termasuk perkembangan psikisnya. Selain itu juga bisa mempengaruhi kualitas hidupnya. Banyak wanita yang mengeluh bahwa dengan datangnya premenopause mereka akan menjadi pencemas (Proverawati, 2010).

Kecemasan yang muncul pada wanita yang mengalami sindrom premenopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi suatu situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Wanita seperti ini sangat sensitif terhadap pengaruh emosional akibat fluktuasi hormon. Umumnya mereka tidak mendapat informasi yang benar sehingga yang dibayangkannya adalah efek negatif yang akan dialami setelah masa premenopause dan menopause. Keadaan ini dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungannya dengan suami maupun lingkungan sosialnya (Proverawati, 2010).

Data yang di dapat di kelurahan, jumlah total penduduk Dusun Pucang Blater 1450 penduduk, terdiri dari 734 (50,63%) pria dan 716 (49,37%) wanita. Jumlah wanita umur premenopause (40-52 tahun) di dusun Pucang Blater adalah 124 orang atau 17,31% dari jumlah total wanita di Dusun Pucang Blater. Dari hasil studi pendahuluan terhadap 10 wanita umur premenopause di dusun Pucang Blater didapatkan hasil bahwa banyak persepsi yang salah tentang perubahan (fisik & psikis) yang terjadi pada masa premenopause, kebanyakan wanita pre

menopause mengatakan bahwa masa pre menopause adalah masa yang tidak berguna dan tidak bermanfaat sehingga sebagian wanita di dusun tersebut mencemaskan akan datangnya masa premenopause. Berdasarkan tingkat pendidikan, karakteristik individu dan status pernikahan yang berbeda sehingga *body image* (cara mereka memandang dirinya) dalam menghadapi masa premenopause juga berbeda, maka penulis tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan *body image* dengan tingkat kecemasan pada wanita premenopause di Dusun Pucang Blater Kecamatan Bawang Kabupaten Banjarnegara.

B. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah diuraikan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Adakah hubungan antara *body image* dengan tingkat kecemasan pada wanita dalam menghadapi masa premenopause di Dusun Pucang Blater Bawang Banjarnegara?”

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *body image* dengan tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi masa premenopause.

2. Tujuan Khusus

2.1 Diketahui *body image* pada wanita dalam menghadapi masa premenopause.

2.2 Diketahui tingkat kecemasan pada wanita dalam menghadapi masa premenopause.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Penulis

Bagi penulis, informasi dan data hasil penelitian dapat menambah ilmu dan pengetahuan khususnya mengenai kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

2. Bagi Stikes A. Yani

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause dan juga dapat menambah koleksi kepustakaan institusi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan dan informasi di Dinas Kesehatan Banjarnegara untuk perencanaan kesehatan reproduksi wanita khususnya pada masa premenopause.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut tentang kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

E. KEASLIAN PENELITIAN

1. Safitri (2009) melakukan penelitian pada 125 responden dengan judul “Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Menopause Pada Wanita di Kelurahan Titi Papan Medan tahun 2009”. Jenis penelitian ini adalah survey yang bersifat *deskriptif analitik* yang mendapatkan hasil bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi menopause adalah usia menarche, jumlah anak, usia terakhir melahirkan, kontrasepsi, kebiasaan merokok dan riwayat penyakit, sedangkan status pekerjaan, beban pekerjaan, status perkawinan, konsumsi alkohol, terhadap wanita menopause di Kelurahan Titi Papan Kota Medan tidak berpengaruh.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel independen, karakteristik responden dan metode penelitian. Persamaan dengan penelitian ini pada jenis penelitian dan analisa data yang digunakan.

2. Meitasari (2009) dengan judul penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Menopause dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Kepuh Kecamatan Kutoarjo tahun 2009” dengan menggunakan metode *deskriptif korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian yaitu ibu-ibu usia 40-55 tahun di Desa Kepuh dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 40 orang. Teknik analisis untuk mengetahui hubungan menggunakan uji statistik *Kendal Tau*. Didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi tentang menopause sebanyak 21 orang (52, 50%), sedangkan tingkat kecemasan ringan sebanyak 16 orang (40%). Kesimpulan yang didapat bahwa ada hubungan yang signifikan antara

tingkat pengetahuan responden tentang menopause dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel independen, subjek penelitian, analisa data, karakteristik responden dan tehnik pengambilan sampling. Persamaan dengan penelitian ini adalah pada metode penelitian yang digunakan.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA