

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menopause dan ketuaan adalah kenyataan yang dihadapi wanita. Bagi beberapa wanita menopause akan sangat menyakitkan menjadi semacam penderitaan. Berdasarkan pengalaman yang ada, bagaimana wanita melewati masa menopause apakah penuh penderitaan atau tidak semua itu tergantung pada perasaan wanita terhadap dirinya sendiri (Smart, 2010).

Menopause berarti berhentinya masa menstruasi. Dengan datangnya menopause berarti seorang perempuan dapat diartikan telah berusia lanjut. Akan tetapi bukan berarti wanita menjadi lapuk. Menopause hanyalah satu tonggak pada lintasan perjalanan yang pasti akan dialami oleh semua wanita dan menopause bukanlah suatu akhir.

Beberapa wanita, memasuki masa menopause dengan biasa. Wanita merasa sangat lega karena tidak akan direpotkan lagi dengan datangnya haid secara rutin setiap bulan sehingga mengganggu aktivitas.

Sebaliknya ada wanita yang memasuki masa menopause dengan penuh kecemasan. Wanita-wanita seperti ini sangat sensitif terhadap pengaruh emosional. Umumnya wanita tidak mendapat informasi yang benar, sehingga yang dibayangkan adalah efek negatif yang akan dialaminya setelah memasuki masa menopause. Wanita menyadari dirinya akan menjadi tua,

yang berarti kecantikannya akan memudar. Hal ini dapat menghilangkan kebanggaannya sebagai wanita (Proverawati, 2010).

Kematangan mental, kedewasaan berfikir, faktor ekonomi, budaya dan wawasan mengenai menopause akan menentukan berat ringannya seseorang menghadapi kekawatiran saat memasuki menopause. Bila seorang wanita, tidak siap mental menghadapi periode klimakterium atau fase menjelang menopause dan lingkungan psikososial tidak memberikan dukungan positif akan berakibat tidak baik. Perempuan itu akan menjadi kurang percaya diri, merasa tidak diperhatikan, tidak dihargai, merasa stress dan khawatir berkepanjangan tentang perubahan fisiknya.

Ada pula wanita yang seolah-olah ingin mengingkari ketuaannya. Dia ingin mengulang pola kebiasaannya di masa muda, sehingga muncul perilaku yang janggal yang tidak sesuai dengan umurnya. Dia menimbun dirinya dengan dandanan yang mencolok agar kelihatan seperti remaja. Manifestasi perilaku yang janggal itu menyebabkan fase klimakterium disebut usia berbahaya, karena biasanya mengakibatkan efek-efek psikologis cukup teragis.

Jika kondisi ini tidak bisa diatasi, akan berkembang menjadi stress, yang berdampak buruk pada kehidupan sosial wanita, selain itu stress akan merangsang otak yang dapat mengganggu keseimbangan hormon yang akhirnya berdampak buruk pada kesehatan tubuh (Kasdu, 2002).

Ketika memasuki masa menopause akan timbul gejala-gejala baik fisik maupun psikis yang berbeda-beda pada setiap wanita. Gejala-gejala menopause yang sering dialami seorang wanita gejalak panas 70%, susah tidur 50%, jantung berdebar-debar 40%, gangguan libido 30%, mudah tersinggung dan cepat marah 90%, depresi 70%, cepat lelah dan mudah lupa 65% (Baziad, 2003). Sindrom menopause dialami oleh banyak 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 (Proverawati, 2010).

Upaya-upaya yang bisa dilakukan wanita di masa pre menopause untuk mengurangi berbagai keluhan yang sedang dialaminya adalah dengan meningkatkan cara berfikir positif bahwa terjadinya pre menopause merupakan suatu proses alamiah yang harus diterima sebagai alur perjalanan hidup manusia, olahraga, nutrisi yang cukup terutama dengan mengonsumsi makanan yang mengandung kedelai, gaya hidup sehat dengan tidak merokok dan minum-minuman keras, pemeriksaan kesehatan secara berkala, meningkatkan kehidupan religi, menganjurkan para wanita pre menopause untuk mengikuti posyandu lansia, seminar dan informasi tentang menopause.

Pada tahun 2005, jumlah wanita usia lanjut di Asia melonjak menjadi 248 juta. Sedangkan di Indonesia, catatan WHO *Scientific Group* menunjukkan bahwa usia lanjut dari tahun 1990-2005 sebanyak 414, sehingga secara bertahap penduduk usia lanjut pada tahun 2020 sebesar 26 juta dan tahun 2025 diperkirakan 40 juta.

Diketahui juga pada Tahun 2000 harapan hidup wanita Indonesia meningkat menjadi 67,5 tahun dan kelompok usia tua mencapai 8,2% dari seluruh populasi Indonesia. Diperkirakan pada tahun 2010, usia harapan hidup wanita Indonesia akan mencapai 70 tahun. Dengan peningkatan usia harapan hidup tersebut diperkirakan akan meningkat jumlah wanita yang menopause (Proverawati, 2010).

Tentunya, sekian tahun kemudian jumlah tersebut akan semakin bertambah. Hal ini ditunjang oleh kondisi kesadaran menjaga kesehatan yang semakin baik, sehingga angka harapan hidup juga semakin meningkat (Kasdu, 2002).

Seiring dengan meningkatnya usia harapan hidup wanita Indonesia, sepertiga wanita berada pada masa menopause, memerlukan pusat pelayanan terpadu sebagai sarana pelayanan kesehatan bagi wanita. Oleh karena itu, untuk memberikan pelayanan yang memadai bagi wanita yang memasuki masa menopause, di Indonesia di buka Klinik Menopause Terpadu. Klinik ini tidak hanya melayani pemeriksaan kebidanan, tetapi juga penyakit jantung, status gizi, psikologi dan ilmu lain yang terkait dengan usia menopause. Dengan dibukanya klinik ini wanita bisa mendapatkan pelayanan yang memadai sehingga wanita tidak bingung dalam menghadapi keluhan-keluhan yang timbul akibat menopause.

Ada baiknya jika seorang wanita sudah mempersiapkan diri menghadapi masa menopause dengan pengetahuan yang memadai. Risiko timbulnya keluhan tersebut akan menurun jika wanita mempersiapkan diri

secara fisik dan psikis, sejak jauh-jauh hari. Fenomena yang terjadi di Dusun Cepoko pada wanita pre menopause yang tidak mengetahui tentang perubahan-perubahan saat menopause seorang wanita akan merasa takut menjadi tua, tidak menarik lagi, mudah tersinggung, cepat marah, sangat emosional, merasa tertekan, merasa takut kehilangan suami, kurang berkonsentrasi, susah tidur, kurang percaya diri, susah kencing bahkan sampai depresi. Sebaliknya pada wanita pre menopause yang mengetahui tentang perubahan-perubahan saat menopause seorang wanita akan merasa biasa saja dalam menghadapi perubahan-perubahan saat menopause, segala perubahan yang terjadi dapat lebih diterima dengan bijaksana, kehidupan keluarga harmonis dan tenang serta kualitas hidup akan menjadi lebih baik. Dengan demikian, masa menopause hari-harinya dapat dijalani dengan lebih baik, secara fisik dan psikis (Kasdu, 2002). Dengan pengetahuan yang benar tentang menopause akan membantu ibu menopause dalam menyikapi perubahan fisik dan psikis saat menopause (Smart, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis, bahwa di Dusun Cepoko terdapat ibu pre menopause. Diketahui bahwa sebagian ibu pre menopause belum mengetahui tentang pengertian menopause, tanda dan gejala serta perubahan fisik dan psikologinya pada saat menopause. Dari hasil wawancara peneliti terhadap 10 ibu pre menopause, peneliti menemui 2 ibu pre menopause yang mengatakan takut melakukan hubungan seksual dengan suaminya, 3 ibu pre menopause mengatakan sering pusing dan berkeringat di malam hari dan 3 ibu pre menopause mengatakan cepat marah dan

tersinggung. Keluhan-keluhan diatas sebenarnya bisa diatasi jika ibu sudah jauh-jauh hari mempersiapkan diri untuk menghadapi menopause.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Cepoko, Bantul.

## **B. Rumusan Masalah**

Bedasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam karya tulis ini adalah “Adakah hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Dusun Cepoko, Bantul, Tahun 2010 ?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Dusun Cepoko, Bantul Tahun 2010.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya karakteristik umur, pendidikan dan pekerjaan responden di Dusun Cepoko, Bantul Tahun 2010.
- b. Diketuainya tingkat pengetahuan ibu tentang menopause di Dusun Cepoko, Bantul Tahun 2010.

- c. Diketuainya kesiapan ibu menghadapi menopause di Dusun Cepoko, Bantul Tahun 2010.
- d. Diketuainya hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan ibu menghadapi menopause di Dusun Cepoko, Bantul Tahun 2010.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan tentang tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause dan dapat menjadi masukan dalam asuhan kebidanan pada ibu menopause.

2. Bagi Pengguna

- a. Bidan Dusun Cepoko

Sebagai masukan bagi bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan bagi para wanita pre menopause dalam menghadapi menopause, yaitu dengan melakukan penyuluhan kepada wanita pre menopause tentang menopause sehingga seorang wanita akan lebih siap dalam menghadapi menopause.

- b. Kader Dusun Cepoko

Sebagai masukan bagi kader dalam memberikan informasi melalui penyuluhan atau memberikan liflet kepada masyarakat saat mengikuti kegiatan posyandu lansia yang menjelaskan tentang

pengertian, tanda-tanda, perubahan fisik dan psikis saat menopause, sehingga wanita pre menopause akan lebih siap dalam menghadapi menopause serta masyarakat dan keluarga dapat memberikan perhatian lebih kepada wanita saat memasuki masa menopause.

#### **E. Keaslian Penelitian**

1. penelitian yang dilakukan oleh Setiawati, (2004) tentang tingkat pengetahuan ibu umur 40-55 tentang menopause dikampung Kauman Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengambilan sampelnya *purposive sampling*, metode penelitiannya observasional. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan peneliti sebelumnya terletak pada variabel dependennya yaitu kesiapan ibu menghadapi menopause, dan analisis dua variabelnya menggunakan rumus *Kendal Tau*, subjek penelitian ibu pre menopause usia 40-50 tahun, tempat penelitian di Dusun Cepoko. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel independennya yaitu tingkat pengetahuan tentang menopause, jenis pendekatannya *cross sectional*, metode penelitiannya observasional, teknik pengambilan sampel *purposive sampling*.
2. Penelitian yang hampir sama dilakukan oleh Andiyani, E (2004) tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada ibu-ibu pre menopause di Puskesmas Ngampilan,

Yogyakarta. Penelitian ini observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, analisis dua variabel menggunakan rumus *Kendal Tau*, teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, subjek penelitian ibu premenopause usia 45-55 tahun, metode penelitiannya observasional. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan peneliti sebelumnya terletak pada variabel dependennya yaitu kesiapan ibu menghadapi menopause, subjek penelitian ibu premenopause berumur 40-50 tahun, tempat penelitian di Dusun Cepoko, tahun penelitian Tahun 2010. Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel independennya yaitu tingkat pengetahuan tentang menopause, jenis pendekatannya *cross sectional* dan analisis dua variabelnya rumus *Kendal Tau*, metode penelitian observasional.