

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Perbincangan mengenai wanita usia lanjut (wulan) dan khususnya tentang menopause tak lepas kaitannya dengan peningkatan harapan hidup penduduk. Pada tahun 1980 umur harapan hidup wanita Indonesia adalah 50,9 tahun, pada tahun 1985 menjadi 52,7 tahun. Pada tahun 2000 diperkirakan mencapai 70 tahun dan pada tahun 2010 sekitar 40% penduduk Indonesia akan mencapai usia lebih dari 60 tahun dan separuhnya adalah kaum wanita. Bila jumlah penduduk Indonesia 300 juta jiwa (dengan asumsi KB tetap berhasil) maka akan terdapat sekitar 50-60 juta wulan berusia di atas 60 tahun. Wanita yang berusia lebih dari 60 tahun, hampir 100% telah memasuki masa menopause (Kompas, Oktober 2001). Apabila melihat data dari WHO tampaknya ledakan menopause pada tahun-tahun mendatang sulit sekali dibendung. WHO memperkirakan di tahun 2030 ada 1,2 milyar wanita yang berusia 50 tahun. Sebagian besar dari mereka (sekitar 80%) tinggal di negara berkembang (Republika, Oktober 2001).

Menopause merupakan suatu fase alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita yang biasanya terjadi di atas usia 40 tahun. Kondisi ini merupakan suatu akhir proses biologis yang menandai berakhirnya masa subur seorang wanita. Dikatakan menopause bila siklus mensturasinya telah berhenti selama 1 bulan.

Berhentinya haid tersebut akan membawa dampak pada konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis (Retnowati, 2001)

Sebuah tinjauan psikologis oleh Retnowati (2001), mengatakan bahwa ada wanita pada masa menopause mengalami gangguan fisik, seksual, sosial, dan gangguan psikologis, dan ada juga wanita tanpa mengalami berbagai keluhan baik fisik, psikologis, dan sosial. Perbedaan ini dipengaruhi oleh berat ringannya stress yang dialami wanita dalam menghadapi dan mengatasi menopause sebagai akibat penilaiannya terhadap menopause.

Hasil penelitian yang dilakukan Retnowati (2001) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kecemasan menghadapi menopause pada wanita bekerja dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita tidak bekerja di Kabupaten Pasuruan. Tingkat kecemasan pada wanita bekerja lebih rendah (rata-rata 71,024) dibandingkan dengan tingkat kecemasan pada wanita yang tidak bekerja (rata-rata 103,585).

Berdasarkan temuan tersebut dapat diketahui bahwa wanita yang bekerja tidak mudah mengalami kecemasan menghadapi menopause, karena wanita bekerja lebih mempunyai kesibukan yang dapat mengalihkan keluhan-keluhan yang dirasakannya menjelang menopause, sehingga kecemasannya lebih rendah daripada wanita tidak bekerja.

Menurut pendekatan kognitif, dalam ilmu psikologis, pada dasarnya gangguan emosi (takut, cemas, setres) yang dialami manusia sangat ditentukan oleh bagaimana individu menilai dan peristiwa yang dialaminya. Beberapa mitos yang berkembang di masyarakat yang dapat menambah rasa cemas ibu

menopause adalah saat mengalami menopause, antara lain : wanita yang mengalami menopause otomatis akan “menjadi tua” atau “waktunya sudah dekat”, kehilangan daya tarik seksualnya, periode menopause sama dengan periode goncangan jiwa. Disamping itu wanita yang sangat mencemaskan menopause besar kemungkinan karena kurang mempunyai informasi yang benar mengenai seluk beluk menopause. Oleh karena itu wanita yang mengalami menopause perlu mencari informasi yang objektif mengenai segala sesuatu yang menyangkut menopause itu sendiri (Retnowati, 2001). Terlebih lagi bagi mereka yang belum mengalaminya.

Sindroma 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 dari beberapa data tampak bahwa salah satu faktor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makannya. Pola makan wanita Eropa dan Amerika dapat lebih meningkatkan kadar Estrogen di dalam tubuh dibandingkan dengan wanita Asia, sehingga ketika masa menopause tiba jumlah Estrogen drastis menurun menyebabkan tingginya sindrome menopause (Sri Kumalaningsih, 2008)

Menurut hasil penelitian Departemen Obstetri dan Ginekologi di salah satu kota di Indonesia, keluhan masalah kesehatan yang dihadapi oleh perempuan menopause terkait dengan rendahnya kadar estrogen atau androgen di dalam sirkulasi darah, sehingga muncul keluhan nyeri senggama (93,33%), keluhan pendarahan pasca senggama (84,44%), vagina kering (93,33%), dan keputihan (75,55%), keluhan gatal pada vagina (88,88%), perasaan panas pada vagina

(84,44%), nyeri berkemih (77,77%), inkontenensia urin (68,88%), (Hadrians, dkk, 2005).

Survey pra penelitian terhadap 30 orang wanita premenopause yang berkunjung di puskesmas Sumber dengan rentang usia 35-50 th, didapatkan bahwa 50% tidak pernah mendengar istilah menopause, 53% membutuhkan informasi yang benar mengenai menopause dari bidan dan dokter, 80% tidak mengetahui gejala menghadapi menopause, 84% tidak mengetahui cara memelihara kesehatan menghadapi menopause, dan 73,3% tidak mengetahui resiko penyakit setelah menopause. Melihat data yang telah dikemukakan sebelumnya dapat diketahui tingginya angka kesakitan setelah menopause dan rendahnya pengetahuan masyarakat tentang menopause, maka informasi menopause sangat diperlukan dalam mempersiapkan diri menghadapi menopause.

Informasi yang dibutuhkan adalah pengetahuan yang memadai mengenai berbagai masalah menopause dan solusinya. Wanita yang mengetahui tentang menopause serta dapat berpikir secara wajar tentang menopause, dapat menerima hal-hal yang berhubungan dengan menopause secara wajar. Wanita tersebut tentu dapat menerima kenyataan bahwa dengan bertambahnya umur, setiap wanita akan mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya, seperti menstruasi, mengandung, melahirkan dan menopause. Apabila dirinya mengalami gangguan-gangguan atau perubahan-perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan baik fisik, psikologis atau perubahan perilaku seksual yang biasa terjadi pada masa menjelang menopause, individu tersebut akan berusaha menetralsir gangguan yang timbul dengan hal-hal yang produktif (Christiani, dkk. 2000). Didukung pula oleh

Hartono (2002) yang mengatakan bahwa perlunya informasi tentang bagaimana memperlambat proses menopause dengan upaya pendekatan kesehatan, psikologis dan kecantikan. Upaya-upaya tersebut misalnya dengan mengikuti seminar-seminar tentang menopause, berkonsultasi dengan dokter atau mencari sendiri informasi dari media cetak dan elektronik.

Penelitian tentang menopause telah banyak dilakukan, yang mengaitkan pengaruh pengetahuan terhadap menopause dengan kecemasan, dari penelitian ditemukan semakin positif persepsi seorang wanita tentang menopause, maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya. Seorang wanita yang memiliki persepsi negatif tentang menopause akan menganggap menopause merupakan persoalan yang mengganggu dirinya, akibatnya muncul simtom-simtom baik simtom fisiologis atau psikologis. Penelitian lain dilakukan oleh Indrawati (2008) ada hubungan negatif antara dukungan suami dengan kecemasan istri menghadapi menopause, bahwa semakin besar dukungan suami terhadap istri dalam menghadapi menopause maka akan semakin rendah kecemasannya. Bila dilihat dari penelitian di atas masih ada kaitan lain yang dapat mengakibatkan kecemasan pada wanita dalam menghadapi menopause yaitu informasi. Diharapkan wanita premenopause dapat mempersiapkan diri menghadapi menopause, sehingga keluhan dapat dikurangi.

Berdasarkan uraian di atas, baik yang bersifat teoritis maupun hasil-hasil penelitian, dapat diasumsikan bahwa informasi tentang menopause dan kecemasan merupakan variabel yang berkaitan. Untuk mengetahui hal tersebut lebih lanjut, perlu dibuktikan secara empirik melalui kegiatan penelitian. Karena itulah,

penelitian ini mengambil tema tentang pengaruh pengetahuan menopause dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita di Kelurahan Sumber Surakarta.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: "Apakah ada pengaruh pengetahuan tentang menopause terhadap kecemasan menghadapi menopause pada wanita?"

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pada permasalahan yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pengetahuan tentang menopause terhadap kecemasan menghadapi menopause pada wanita.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik yang bersifat teoritis maupun praktis. Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk dijadikan sebagai masukan bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan yang berkaitan dengan informasi dalam menghadapi menopause.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan informasi yang benar tentang menopause kepada wanita, terutama wanita yang akan memasuki masa menopause, supaya dapat memahami apa dan bagaimana menopause tersebut dan dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause.

#### 1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian tentang pengetahuan tentang menopause sudah pernah dilakukan yaitu sebagai berikut :

1.5.1 Sumini (2009) dengan judul penelitian Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan Wanita Menghadapi Menopause di Desa Karang Rejo Kecamatan Juwana Kabupaten Pati. Hasil analisis univariat menunjukkan pada tingkat pengetahuan wanita menopause mempunyai pengetahuan sedang sebanyak 46,5% dan pada tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause mengalami tingkat kecemasan sedang sebesar 38,4%, sedangkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause dengan nilai p-value 0,037.

1.5.2 Maria Tri Wijayanti (2011) dengan judul penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Kecemasan pada Wanita Pre Menopause di Desa Jendi Kecamatan Selogiri Kabupaten

Wonogiri. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah ada perbedaan nilai rata-rata pre test dan post test baik pengetahuan maupun kecemasan. Ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan baik terhadap pengetahuan dan terhadap kecemasan. Kepada Puskesmas Selogiri disarankan untuk meningkatkan frekuensi pendidikan kesehatan khususnya tentang menopause bagi wanita pre menopause yang ada di wilayah kerja Puskesmas Selogiri

- 1.5.3 Yantika Yasmika Zasri (2012) dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause pada Ibu Usia 45-50 Tahun di Pemukiman Bebesen Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2012. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dari semua variabel yaitu pengetahuan dan sikap ada hubungan kecemasan menghadapi menopause pada ibu usia 45-50 tahun. Jadi, diharapkan kepada masyarakat khususnya ibu menopause disarankan agar lebih aktif untuk memeriksakan diri ke petugas kesehatan dan mencari informasi tentang pencegahan terhadap kecemasan dalam menghadapi menopause.