

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Wanita memiliki siklus hidup yang menarik. Mulai dari masa prapubertas, masa pubertas, masa reproduksi, masa premenopause, menopause hingga masa tua atau senium. Sebelum terjadi fase menopause, wanita terlebih dahulu mengalami fase premenopause. Premenopause merupakan suatu keadaan yang fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen dari ovarium yang sangat berperan dalam reproduksi dan seksualitas. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejala premenopause pada usia 40-50 tahun. Fase ini ditandai dengan panjang siklus haid yang meningkat dan tidak teratur (Prawirohardjo, 2011).

Premenopause merupakan masa transisi sebelum menopause yang biasanya terjadi pada wanita usia 40-50 tahun berlangsung 5-10 tahun sekitar menopause (5 tahun sebelum dan 5 tahun sesudah). Pada tahap ini wanita mengalami perubahan endokrin, somatik dan psikis yang terjadi pada akhir masa reproduktif. Dengan adanya perubahan pada endokrin tersebut maka sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktifitas wanita, dan mengancam kebahagiaan rumah tangga. Masalah yang timbul akibat premenopause ini disebut dengan *syndrom pre menopause* (Proverawati, 2010).

Hampir seluruh wanita di dunia mengalami *syndrom pre menopause*, dari beberapa studi yang ada memaparkan bahwa *syndrom pre menopause* tersebut dialami sekitar 70-80% wanita di Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina dan 10% wanita di Jepang. Penurunan hormon estrogen pada wanita Eropa lebih drastis dibandingkan dengan wanita Asia yang kadar estrogennya moderat (Proverawati, 2010). Di Indonesia sendiri telah dilakukan beberapa survei dan didapatkan hasil bahwa sekitar 70% wanita usia premenopause mengalami keluhan *syndrom premenopause* (Koeryaman, 2018).

Keluhan *syndrom premenopause* menimbulkan gejala fisik dan psikis. Gangguan psikis yang umumnya terjadi pada wanita masa transisi adalah kecemasan, takut, lekas marah, ingatan menurun, sulit berkonsentrasi, gugup, merasa tidak berguna, mudah tersinggung, stres, bahkan depresi (Proverawati, 2010). Stres adalah tanggapan seseorang secara fisik maupun mental terhadap sebuah perubahan lingkungan yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam (Yosep, 2010).

Penyebab stres adalah setiap peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang, sehingga orang tersebut harus beradaptasi untuk menanggulangi stresor yang ada (Yosep, 2010). Stres bukan hanya disebabkan faktor-faktor yang ada dilingkungan, tetapi bisa juga disebabkan oleh faktor yang ada pada diri individu itu sendiri, seperti penyakit jasmani yang dideritanya, konflik internal dan lainnya (Mulyaningsih, 2018).

Setiap manusia dari berbagai lapisan bisa saja mengalami ketegangan hidup yang diakibatkan adanya tantangan, kesulitan ancaman ataupun ketakutan terhadap bahaya hidup yang sulit terpecahkan. Begitu juga dengan wanita premenopause, jika stres yang terjadi pada wanita premenopause tidak segera ditangani maka akan menimbulkan dampak negatif bagi keluarga sehingga keharmonisan keluarga juga ikut terganggu. Selain itu jika gejala stres tidak segera ditangani maka akan menimbulkan beberapa penyakit seperti sakit kepala karena tegang, sakit kepala migrain, masalah pada lambung (*ulcus dan colitis*), penyakit jantung koroner, kanker, paru-paru, pengerasan hati, bahkan keinginan untuk bunuh diri (Wijayaningsih, 2014).

Berdasarkan *Study of Women's Health Across the Nation* di Amerika Serikat mendapatkan hasil bahwa status premenopause secara signifikan berhubungan dengan tekanan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 28,9% wanita mengalami stres (tidak siap) di awal premenopause, 20,9% di masa premenopause dan 22% pada masa postmenopause. Perbandingan dengan premenopause awal dengan wanita premenopause, wanita premenopause awal berada pada resiko yang lebih besar tekanannya (Bromberger et al., 2001). Jadi dapat dilihat bahwa Sindrom Premenopause mempengaruhi tingkat stres seseorang.

Penelitian yang dilakukan Muh. Zul Azhri Rustam pada 46 orang wanita yang mengalami Sindrom Premenopause didapatkan 12 (30,4%) wanita mengalami stres ringan dan 32 (69,6%) wanita mengalami stres

sedang. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami *syndrom premenopause* memiliki tingkat stres sedang, dan terdapat hubungan kejadian premenopause dengan tingkat stres pada ibu usia 40-55 tahun di Putat Jaya Surabaya (Rustam et al., 2016).

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Hessy di Desa Kuripan Lor Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap menyatakan bahwa dari 80,3% wanita yang mengalami *syndrom premenopause* 71,1% diantaranya mengalami stres ringan dan sekitar 28,9% mengalami stres sedang. Keadaan seperti kurangnya pengetahuan, kurang percaya diri, merasa tidak diperhatikan, tidak dihargai, dan khawatir tentang perubahan fisiknya bisa menjadi pemicu bagi ibu premenopause mengalami stres (Hessy et al., 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggia Dafran kepada 189 responden di Kabupaten Pesisir Selatan menyatakan bahwa tingkat stres wanita premenopause paling banyak berada pada kategori ringan 59,8%, stres sedang 32,3% dan berat 7,9%. Tingkat stres wanita premenopause yang berada pada kategori berat lebih banyak terjadi pada wanita yang memiliki pengetahuan yang rendah 20,7%, pengetahuan sedang 8,2% dan tinggi 1,6% (Dafran, 2015).

Beberapa survei data awal yang telah dilakukan peneliti menyatakan bahwa di Kota Padang sendiri belum ada pendataan secara berkala mengenai tingkat stres yang terjadi pada wanita premenopause, baik di Puskesmas, Dinas Kesehatan dan instansi terkait lainnya. Perlu diadakan

promosi kesehatan mengenai perubahan-perubahan yang akan terjadi pada wanita menuju masa transisi ini, sehingga mereka menjadi lebih paham dan dapat menanggulangi keluhan yang dialami sendiri dan tentunya akan memberikan *feedback* positif juga terhadap kejadian stres pada wanita premenopause.

Menurut data BPS tahun 2014, jumlah penduduk pada masa klimakterium di Indonesia sebesar 9% dari total penduduk, dan diproyeksikan akan mengalami peningkatan pada tahun 2020 menjadi 30,3 juta atau 11,5% dari total penduduk (BPS, 2015). Di Provinsi Sumatera Barat penduduk usia premenopause berjumlah 201,9 ribu penduduk pada tahun 2014 atau sekitar 5,8% dari jumlah penduduk. Jumlah ini akan terus mengalami peningkatan, pada tahun 2015 menjadi 6,1% atau 316,8 ribu wanita premenopause di Sumatera Barat (BPS, 2016). Hasil survei data BPS pada tahun 2017 menunjukkan jumlah wanita premenopause di Kota Padang sekitar 58,382 atau 7,9% dari total penduduk (BPS, 2018).

Daerah yang memiliki jumlah penduduk premenopause tertinggi di Kota Padang yaitu Kecamatan Koto Tengah yaitu 6.039 orang, Pauh 3.765 orang, Padang Selatan 3.730 orang dan yang terendah di Kecamatan Padang Barat yaitu 1.184 orang. Dari 13 Kelurahan di Kecamatan Koto Tengah, Kelurahan Lubuk Buaya merupakan kelurahan yang paling banyak jumlah penduduk usia premenopause yaitu 1.136 orang, sehingga ini menjadi pertimbangan peneliti untuk melakukan penelitian di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang (BKKBN, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan didapatkan bahwa dari 10 wanita premenopause mengalami keluhan *syndrom premenopause* yang dibuktikan dengan adanya perubahan mood yang tiba-tiba, rasa panas di dada, nyeri saat senggama, gangguan tidur, dan gangguan siklus menstruasi. Di antara 10 wanita tersebut 3 orang tidak mengalami stres dimana keadaan yang mereka alami seperti situasi kelelahan setelah beraktivitas, 4 orang dengan stres ringan ditandai dengan keadaan merasa tidak sabar saat dalam kemacetan dan mengalami penundaan yang terjadi kadang-kadang, 3 orang dengan stres sedang dibuktikan dengan keadaan seperti mengalami cepat marah karena hal sepele, sulit bersantai, mudah kesal, sulit beristirahat, mudah tersinggung dan gelisah .

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan *syndrom premenopause* dengan tingkat stress pada wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *syndrom premenopause* dengan tingkat stres pada wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan *syndrom premenopause* dengan tingkat stres pada wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

**1.3.2.1** Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

**1.3.2.2** Mengetahui distribusi frekuensi *syndrom premenopause* terhadap wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

**1.3.2.3** Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres terhadap wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

**1.3.2.4** Mengetahui hubungan *syndrom premenopause* dengan tingkat stres pada wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Peneliti**

**1.4.1.1** Penelitian ini merupakan wadah bagi peneliti untuk bisa mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang didapatkan selama pendidikan dan menjadi wadah untuk menambah pengalaman serta

melatih kemampuan dalam melakukan penelitian dibidang kesehatan.

**1.4.1.2** Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti tentang hubungan *syndrom premenopause* dengan tingkat stres pada wanita premenopause sehingga peneliti bisa mengaplikasikan hasil penelitian ini dalam kehidupan sehari-hari dan kepada masyarakat untuk membantu penurunan resiko wanita yang mengalami permasalahan pada masa premenopause.

#### **1.4.2 Bidang Keilmuan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi peneliti lain tentang bagaimana keluhan *syndrom premenopause* tersebut memberikan pengaruh bagi kesehatan jiwa terutama stres pada wanita premenopause di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

#### **1.4.3 Bagi Institusi Kesehatan dan Tenaga Kesehatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pelayanan kesehatan tentang tingkat stres pada wanita yang mengalami *syndrom premenopause* sehingga dapat mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah atau mengatasi stres pada wanita yang mengalami *syndrom premenopause*.