

BAB I

PENDAHULUAN

1.2 Latar Belakang

Wanita memiliki siklus hidup yang menarik, mulai dari masa prapubertas, 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 (Prawirohardjo, 2011).

Wanita yang mengalami fase premenopause mengalami beberapa perubahan fisik dan psikologis (Renidayanti, 2011). Perubahan fisik disebabkan oleh menurunnya kemampuan degenerasi sel-sel tubuh dan perubahan sekresi hormon yang akan mempengaruhi fungsi organ dan menimbulkan berbagai keluhan (Suparni, 2016). Keluhan fisik yang sering terjadi seperti ketidakaturan siklus haid, adanya semburan panas (*hot flushes*), jantung berdebar-debar, nafsu seks (libido) menurun dan beberapa perubahan fisik lainnya (Ramli dkk, 2017). Keluhan psikologis yang sering terjadi seperti mudah marah, mudah tersinggung, mudah lelah, stress, dan hingga mengalami depresi. Keluhan-keluhan fisik dan psikologis akan mulai dirasakan dalam kurun waktu 4-5 tahun sebelum seseorang mengalami menopause (Lannywati, 2009). Gejala yang banyak dirasakan adalah *hot*

flushes 40%, nyeri senggama 93,33%, keluhan pendarahan pasca senggama 84,44%, vagina kering 93,33%, inkontenensia urin 68,88%, dan keluhan psikologis yaitu cepat lelah 56,7% (Purwanti, 2017). Gejala-gejala premenopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia yaitu sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika dan 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia (Putri, 2015). Perubahan gejala fisik dan psikologis inilah yang sering mengganggu aktifitas sehari-hari serta menimbulkan dampak negatif terhadap kualitas hidup dan rasa percaya diri pada banyak wanita. Sebagian besar wanita tidak mengetahui bahwa gejala-gejala tersebut merupakan suatu proses yang alami menjelang menopause yang dapat membuat mereka menjadi cemas dan bingung mengenai gejala-gejala tersebut (Rosenthal, 2009).

Aprillia dan Puspitasari (2007) menyebutkan bahwa kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya. Hasil penelitiannya melaporkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 15,4% mengalami kecemasan ringan, 30,8% mengalami kecemasan sedang dan 53,9% mengalami kecemasan berat. Responden yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 43,6% mengalami kecemasan ringan, 23,6% mengalami kecemasan sedang dan 32,7% mengalami kecemasan berat. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik 84,4% mengalami kecemasan ringan, 15,6% mengalami kecemasan sedang dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat. Semakin rendah pengetahuan yang dimiliki seorang wanita maka semakin tinggi tingkat kecemasannya. Cemas dalam menghadapi menopause pada

ibu berdampak pada ketidaknyamanan pada diri ibu, kurang percaya diri, ibu merasa tidak berguna, perasaan menyalahkan diri sendiri dan bahkan menarik diri apabila tidak tertangani dengan baik (Suryani, 2014). Kecemasan yang dialami ibu premenopause juga akan memperparah keadaan fisik ibu yang sedang mengalami perubahan akibat masa premenopausenya, karena seseorang yang dalam keadaan cemas akan merasakan gejala-gejala seperti sakit kepala, sesak nafas, sakit perut, mual, bahkan hingga muntah (Musa'adah, 2016).

WHO memperkirakan ditahun 2030 nanti ada 1,2 miliar wanita yang berusia di atas 50 tahun yang dikategorikan dengan wanita usia lanjut (wulan). Sebagian besar dari mereka (sekitar 80 persen) tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi wanita menopause meningkat sekitar tiga persen. Perkiraan kasar menunjukkan akan terdapat sekitar 30-40 juta wulan dari seluruh jumlah penduduk Indonesia yang sebesar 240-250 juta (Achadiat dalam Sullelu, 2010).

Menurut data BPS tahun 2014, jumlah penduduk pada masa premenopause 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). Proyeksi penduduk Indonesia pada tahun 2000-2013 oleh badan pusat statistik, jumlah penduduk perempuan berusia diatas 50 tahun adalah 16,9 juta orang. Bahkan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60juta perempuan berusia lanjut (BPS, 2012). Indonesia menduduki lima besar negara dengan jumlah penduduk usia lanjut terbanyak yakni 18,1%, sehingga angka masalah usia lanjut termasuk masalah nasional, dengan meningkatnya jumlah penduduk dan usia harapan hidup tersebut diperkirakan akan banyak jumlah perempuan yang mengalami premenopause serta berbagai perubahan fisik dan psikologis yang akan menimbulkan kecemasan (Handayani, 2015)

Daerah yang memiliki jumlah penduduk premenopause tertinggi di Kota Padang pada tahun 2019 yaitu Kecamatan Koto Tengah yaitu 5.470 orang dan yang terendah di Kecamatan Padang Barat yaitu 958 orang. Dari 13 Kelurahan di Kecamatan Koto Tengah, Kelurahan Lubuk Buaya merupakan kelurahan yang paling banyak jumlah penduduk usia premenopause yaitu 745 orang (BKKBN, 2019).

1.3 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan pengetahuan ibu tentang perubahan fisik dan psikologis saat premenopause dengan kecemasan ibu menghadapi premenopause di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang?

1.4 Tujuan penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang perubahan fisik dan psikologis saat premenopause dengan kecemasan ibu menghadapi premenopause di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan ibu premenopause di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang
- 2) Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang perubahan fisik pada saat premenopause di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang
- 3) Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang perubahan psikologis pada saat premenopause di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang
- 4) Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang perubahan fisik dan psikologi pada saat premenopause dengan tingkat kecemasan ibu premenopause
- 5) Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang perubahan psikologi pada saat premenopause dengan tingkat kecemasan ibu premenopause

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

- 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.

- 2) Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti tentang hubungan pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologis pada saat premenopause dengan kecemasan ibu dalam menghadapi 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.

1.5.2 Bagi Bidang Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi peneliti lain tentang bagaimana pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologis pada saat premenopause dapat membantu ibu menghadapi menopause tanpa adanya gangguan kecemasan.

1.5.3 Bagi Institusi Kesehatan dan Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pelayanan kesehatan bahwa pendidikan terkait premenopause sangatlah penting sehingga dapat mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah atau mengatasi kecemasan pada wanita yang mengalami perubahan fisik dan psikologis pada saat premenopause.