

BAB I

PENDAHULLUAN

A. Latar Belakang

Seiring bertambahnya usia wanita, menopause merupakan proses normal yang ditandai dengan berhentinya menstruasi. (Sandra, 2013) Menopause terjadi karena produksi hormon seks wanita (yaitu, estrogen dan progesteron di ovarium) berkurang, yang menyebabkan perubahan fisik, psikologis, dan seksual. (Daln, 2010)

Menopause dikenal dengan istilah haid atau akhir dari menstruasi, sering dianggap sebagai hal-hal buruk dalam hidup seorang wanita. Kebanyakan wanita memulai gejala menopause usia 40-50 tahun. Walaupun bukan merupakan penyakit, namun kejadian ini memengaruhi kehidupan perempuan, terutama yang terlibat dalam banyak melakukan aktivitas, dapat dianggap sebagai hambatan fisik atau psikologis. (Matjino, 2019)

Menopause terjadi ketika ovarium tidak merespons hormon di otak, menyebabkan sel telur matang secara teratur. Kondisi ini menurunkan kadar estrogen dan progesteron. Penurunan kadar hormon dapat menyebabkan perubahan fisik dan psikologis. Gangguan kesehatan tersebut disebabkan oleh hilangnya hormon estrogen yang berperan aktif dalam sistem kerja tubuh wanita. Perubahan yang terjadi saat ini adalah perubahan pada tubuh, mulai dari rambut, mata, kulit hingga organ tubuh lainnya. Perubahan fisik akibat berkurangnya produksi estrogen dan progesteron dapat menimbulkan berbagai gejala, baik yang berkaitan dengan organ reproduksi maupun organ lainnya. Perubahan

menopause juga akan mempengaruhi kesehatan mental perempuan. (sandra, 2013)

Dalam penanganan menopause, mekanisme coping wanita dipengaruhi oleh pengetahuannya tentang pendidikan, kematangan berpikir, factor social ekonomi, budaya yang berkaitan dengan menopause, Dan kematangan psikologis. Apabila perempuan tidak memiliki kemampuan psikologis dalam menghadapi menopause, dan lingkungan psikososial tidak dapat memberikan dukungan yang positif maka akan berdampak negatif dan mempengaruhi kualitas hidup, yang meliputi aspek fisik, fisik, sosial dan lingkungan. Kualitas hidup fisik meliputi perubahan kesehatan fisik yang memengaruhi aktivitas sehari-hari, seperti kelelahan, pusing, susah tidur, dan berkeringat. Aspek psikologis meliputi emosi sensitif, kurang perhatian, kecemasan berlebihan karena alasan yang tidak diketahui, dan hubungan sosial. Aspek tersebut antara lain kurangnya penerimaan dan dukungan social bagi keluarga dan orang yang dicintai sehingga menimbulkan masalah keluarga, serta masalah lingkungan, termasuk interaksi dengan lingkungan yang tidak menguntungkan, seperti komunikasi dengan teman dan tetangga. Jika tidak ditangani dengan baik, semua aspek kualitas hidup dapat menyebabkan ketidaknyamanan ringan dan parah serta memperburuk masalah kesehatan. (Juliastuti, 2011)

Respon wanita terhadap beratnya keluhan menopause bergantung pada Ciri-ciri wanita menopause tersebut. Keluhan tentang menopause dipengaruhi oleh kondisi menstruasi, Jumlah anak (paritas), usia menopause, kontrasepsi hormonal, indeks massa tubuh (IMT), tingkat pendidikan, pekerjaan, status perkawinan dan status sosial ekonomi. (Maita, Nurlisis & Pitriani 2013)

Dengan datangnya menopause dini, berbagai kecemasan yang dialami perempuan mengungkapkan bahwa aktivitas seksual yang dialaminya tidak terganggu, rentang fisik umumnya lebih baik bagi perempuan menopause yang sudah berkeluarga, rutin berolahraga, dan memiliki gejala menopause ringan. Selama ini, orang memiliki persepsi menopause yang sangat berbeda, baik secara artistik, ilmiah, maupun dalam hal pengaruhnya terhadap nilai kehidupan. Perbedaan persepsi ini terkadang menimbulkan mitos yang membingungkan. (Indarwati & Maryatun 2019)

Menopause adalah penderitaan umum dan konsekuensi dari kesehatan fisik dan mental, yang terkadang parah atau perlu ditanggapi dengan serius. Namun anehnya, masalah menopause jarang diatasi bahkan oleh dokter belakangan ini karena dianggap normal pada wanita yang lebih tua. Dengan demikian, wanita tidak menyadari bahwa berbagai gejala tidak menyenangkan yang dialaminya adalah menopause atau gejala awal menopause. (Makahanap, Kundre, & Bataha 2014)

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan angka harapan hidup masyarakat Indonesia pada tahun 2025 adalah 75 tahun. Artinya wanita rata-rata memiliki kesempatan untuk hidup 25 tahun setelah menopause. Diperkirakan pada 2013, jumlah perempuan dunia yang memasuki masa menopause akan mencapai 1,42 miliar orang. Semua wanita biasanya mengalami menopause pada usia 45-55 tahun. Sementara itu, di Amerika Serikat, wanita berusia antara 50 dan 52 tahun mengalami menopause.

Di Indonesia, jumlah wanita menopause adalah 15,5 juta pada tahun 2013, dan diperkirakan 60 juta wanita akan mengalami menopause pada tahun 2025

juga. Sebagai salah satu kota berkembang di Pulau Jawa, Kota Semarang pada tahun 2015 berpenduduk 1.595.187 jiwa. Data jumlah penduduk perempuan 40 tahun 61.953 dan perempuan 50 tahun 45.403 menarache, penggunaan kontrasepsi, social ekonomi, budaya dan lingkungan, status gizi, psikologis (ansietas, stres). Wanita menopause biasanya merasa cemas dan cemas saat memasuki masa menopause. Hal ini disebabkan menurunnya fungsi seksual wanita dan adanya perubahan kenyamanan saat berhubungan seks dengan pasangan. Ini biasanya mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan oleh karena itu berdampak negatif pada kualitas hidup dan kepercayaan diri. (Atikah, 2016)

Pada tahun 2013, Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan total penduduk perempuan di Jawa Tengah adalah 6.161.607, sedangkan penduduk perempuan berusia 50-59 tahun diperkirakan menopause 916.446 jiwa. Sedangkan pada tahun 2015 terdapat 6.318.990 jiwa dan jumlah penduduk perempuan berusia 50-59 tahun sebanyak 1.041.614 jiwa. Pada tahun 2014 jumlah perempuan di Calta Sula adalah 1.039.681, sedangkan jumlah perempuan usia 50-59 adalah 138.813. (Indarwati, 2019)

Pendidikan kesehatan masyarakat dapat dilakukan melalui berbagai organisasi dan organisasi publik. Oleh karena itu, dengan menggunakan konsep pendidikan kesehatan, pendidikan kesehatan dapat diartikan sebagai upaya atau kegiatan yang membantu individu, kelompok atau masyarakat untuk meningkatkan keterampilan (perilaku) untuk mencapai kesehatan yang optimal atau maksimal. Outcame dalam pendidikan kesehatan adalah perilaku yang bermanfaat bagi kesehatan. Baik berupa pengetahuan tentang kesehatan maupun pemahaman tentang kesehatan, kemudian kesadaran, yaitu sikap positif terhadap

kesehatan yang pada akhirnya di gunakan untuk meningkatkan kesehatan. (Juliastuti, 2011)

Berdasarkan Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah RW 03 Desa Gaji Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. Peneliti mewawancarai 5 wanita dan menemukan bahwa 4 ibu mengatakan menopause adalah penghentian menstruasi, dan 2 orang yang diwawancarai mengatakan bahwa berat badan mereka bertambah dan sulit tidur. Dan mereka tidak tahu apa itu menopause, responden hanya bisa mengalami kecemasan menopause karena mereka tidak mengetahui penyebabnya. Kemudian ada 1 responden yang mengetahui apa itu menopause responden tersebut mampu menjawab bahwa menopause adalah berhentinya menstruasi dan ia merasa semakin hari semakin susah untuk tidur dan merasa gelisah. Peneliti mengambil ibu usia 45-50 atau yang di kategorikan ibu menopause. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut peneliti akan melakukan penelitian dengan judul ” **pengaruh pendidikan kesehatan menopause terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi menopause**”

B. Rumusan Masalah

Menopause merupakan sebuah kondisi pada perempuan dimana mengalami fase terakhir saat menstruasi wanita berhenti total selama minimal 12 bulan, Selama menopause, wanita akan mengalami perubahan, perubahan tersebut terjadi pada perubahan fisik dan psikis, salah satunya adalah kecemasan yang dialami wanita. Jika kecemasan ini ditangani dengan benar, mungkin itu kesehatan wanita yang bersangkutan serta mengganggu psikologinya. Melihat

dampak dari kecemasan pada wanita ini, diharapkan wanita mampu mengatasi kecemasan agar tidak menimbulkan masalah kesehatan, maka disini terdapat peran perawat sebagai *educator*, yaitu untuk melakukan edukasi mengenai Perubahan fisik dan psikologis selama menopause dan pengelolaannya. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik pada “Bagaimana Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menopause terhadap Kecemasan Ibu Menopause Di RW 03 Desa Gaji Kecamatan Guntur Kabupaten Demak?”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan ibu menopause.

2. Tujuan khusus

- a. Seperti kita ketahui bersama, karakteristik demografi responden meliputi usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, status kebidanan, penggunaan KB (hormonal atau non-hormonal).
- b. Di ketahuinya tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause sebelum menerima pendidikan kesehatan di RW 03 Desa Gaji Kecamatan Guntur Kabupaten Demak.
- c. Tingkat kecemasan ibu setelah menerima paket pendidikan kesehatan
- d. Diketuinya perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan Setelah menerima paket pendidikan kesehatan
- e. Diketuinya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi peneliti

Hasil dari para peneliti ini adalah menambah pengalaman berharga dan menambah wawasan dalam meneliti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan dalam menghadapi masa menopause

2. Bagi responden

Di harapkan dapat memberi sumbangan pengetahuan menopause bagi para wanita yang akan menghadapi masa menopause untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan dalam menghadapi masa menopause

3. Bagi lembaga pendidikan ilmu keperawatan.

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan dalam ilmu keperawatan yang dapat di terapkan atau dilakukan khususnya pada bidang keperawatan khususnya maternitas, sehingga untuk tenaga kesehatan khususnya keperawatan dapat meningkatkan asuhan keperawatan di kalangan ibu menopause guna tentukan dampak pendidikan kesehatan pada tingkat kecemasan menopause.