

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menopause merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan akhir masa reproduksi seorang perempuan, yang biasanya terjadi pada usia 45 dan 55 tahun. Mulai usia tersebut bagian universal dan ireversibel dari keseluruhan proses penuaan melibatkan system reproduksi dimana siklus haid setiap bulannya mulai terganggu dan akhirnya menghilang sama sekali. Terganggunya atau sampai hilangnya proses haid pada perempuan tersebut disebabkan penurunan dan hilangnya hormon estrogen. (Nuratminingsih, 2016).

Kulsum (2017) juga menjelaskan bahwa saat daur haid berhenti folikel telur akan lenyap dan menjadi kurang sensitive terhadap perangsangan hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*) atau hormone yang bekerja sama untuk mengoptimalkan sistem reproduksi perempuan yang juga mengalami perubahan, masa dewasa akhir ini di sebut awal menopause. Tidak heran apabila kemudian muncul berbagai keluhan baik yang berhubungan dengan organ reproduksinya maupun organ tubuh pada umumnya.

Menurut WHO (*World Health Organization*) memperkirakan ditahun 2030 1,2 miliar perempuan yang berusia 50 tahun sebagian besar dari mereka (sekitar 80%) tinggal dinegara berkembang dan setiap tahunnya populasi perempuan menopause meningkat sekitar 3%, Sementara populasi perempuan

di Indonesia sangat tinggi. Saat ini di Indonesia menunjukkan ada 15,2 juta jiwa dari 118 juta perempuan mengalami menopause.

Berdasarkan data dari Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2017, persentase premenopause menurut kelompok usia 30-34 tahun sebanyak 9,7%, usia 35-39 tahun sebanyak 11%, usia 40-41 tahun sebanyak 12,7%, usia 42-43 tahun sebanyak 14,2%, usia 44-45 tahun sebanyak 17,1%, usia 46-47 tahun sebanyak 26,7%, dan usia 48-49 tahun sebanyak 43,1%.

Badan pusat statistik provinsi Gorontalo tahun 2018 melaporkan jumlah perempuan di Kabupaten Gorontalo sebanyak 187.087 jiwa dengan jumlah penduduk perempuan pada kelompok umur 45-49 tahun adalah 13.151 jiwa, umur 50-54 tahun sebanyak 11.169 jiwa, dengan jumlah keseluruhan 24.320 jiwa.

Data diatas menunjukkan bahwa tingginya jumlah perempuan premenopause di akibatkan oleh bertambahnya jumlah perempuan dari tahun-ketahun, yang di tandai dengan perubahan fisiologis mulai dari masa reproduksi sampai masa klimakterium, fase premenopause adalah fase yang di mulai usia 45 tahun dan mulai masuk pada fase klimakterium yang ditandai dengan siklus haid yang tidak teratur, dengan perdarahan haid jarang dan jumlah darah haid yang banyak dan kadang di sertai nyeri haid. Pada masa ini, perempuan akan mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis. (Proverawati, 2010)

Banyak perempuan yang menganggap menopause merupakan momok yang menakutkan, hal ini diakibatkan karena persepsi yang buruk yang nanti

akan terjadi. Adapun dampak yang sering terjadi dan menjadi permasalahan utama dimasyarakat diantaranya kecemasan saat menghadapi menopause. (Kulsum, 2017)

Kecemasan yang dialami perempuan premenopause salah satunya karena kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang tidak pernah dialami sebelumnya, dan juga cemas akan hal-hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik berupa berkeringat di malam hari, sakit kepala, berhentinya hasrat seksual merasa diri akan menjadi lebih tua dan terjadi penurunan fungsi tubuh, sehingga dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun dengan lingkungan sosialnya. (Wahyuni, 2018)

Sebagian perempuan premenopause akan mengalami kecemasan, hal ini akan menjadi tekanan dan makin memberatkan bila perempuan tersebut akan berfikir negatif dalam menghadapi menopause, serta timbulnya berbagai penyakit dan keluhan fisik lainnya. Dan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu usia, nilai budaya spiritual, pendidikan, pengalaman masa lalu, respon koping, dukungan sosial, tahap perkembangan, dan pengetahuan. (Trisnawati, 2019)

Kecemasan perempuan saat menghadapi menopause dipengaruhi oleh salah satu faktor yakni pengetahuan. Pengetahuan lebih akan membantu perempuan premenopause untuk menyiapkan diri dan dapat bersikap serta bertindak tepat dalam melakukan pencegahan terjadinya gangguan yang muncul saat menghadapi menopause. Pengetahuan perempuan tentang menopause juga akan sangat penting karena akan dapat menumbuhkan efek

positif terhadap penataan kondisi psikologis diperlukan kesiapan mental dan pengetahuan yang cukup akan memudahkan seseorang dalam mengontrol depresi kecemasan serta gangguan emosional. (Fitriani, 2013)

Dari banyak penelitian, ada penelitian yang menunjukkan hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh (Susilowati, 2018) tentang “Hubungan Tingkat pengetahuan dengan kecemasan pada perempuan premenopause” hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang berpengetahuan rendah paling banyak mengalami kecemasan sedangkan responden yang berpengetahuan tinggi paling banyak tidak mengalami kecemasan, ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan perempuan premenopause. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan studi literature mengenai hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause.

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang yang telah dikemukakan diatas maka peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu “ apakah pengetahuan dapat menurunkan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause”

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui penurunan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause dengan adanya pengetahuan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian (Studi Literature) ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan guna sebagai bahan masukan dalam rangka penyusunan teori ataupun konsep baru untuk pengembangan ilmu pengetahuan terutama dibidang keperawatan itu sendiri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian (Studi Literature) ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi institusi sebagai referensi untuk menambah wawasan pengetahuan yang berkaitan dengan mutu pelayanan keperawatan, serta memberikan masukan data untuk pengembangan ilmu, terutama dalam bidang keperawatan.

2. Bagi perempuan premenopause

Hasil penelitian (Studi Literature) ini dapat dijadikan sebagai referensi serta menambah wawasan perempuan dalam memahami dan meningkatkan pengetahuan perempuan tentang menopause hingga lebih siap dalam menghadapi menopause.

3. Bagi Peneliti

Sebagai referensi atau bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause.