

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Penelitian**

Perkembangan wanita usia lanjut (lansia) di Indonesia dari tahun ketahun cenderung meningkat. Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah wanita usia lanjut di Indonesia berjumlah 18,57 juta jiwa, meningkat sekitar 7,93% dari tahun 2000 yang sebanyak 14,44 juta jiwa. Diperkirakan jumlah wanita usia lanjut di Indonesia akan terus bertambah sekitar 450.000 jiwa per tahun. Dengan demikian, pada tahun 2025 jumlah wanita lansia akan bertambah sekitar 34,22 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2010). Jumlah wanita usia lanjut lebih banyak di dibandingkan dengan laki-laki salah satu penyebabnya ialah usia harapan hidup wanita di Indonesia (71 tahun) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (67 tahun). Data Survei Sosial Ekonomi Nasional (2009) terdapat 10,4 juta lansia perempuan dan 8,8 juta lansia laki-laki.

Pada tahun 2010, jumlah wanita usia 45-55 tahun di Jawa Barat yang akan memasuki menopause mencapai 2,35 juta jiwa, sedangkan jumlah di kota Bandung 129.247 jiwa. Namun menurut proyeksi penduduk di Jawa Barat tahun 2010-2020 oleh Badan Pusat Statistik, jumlah penduduk wanita yang berusia 45-55 tahun adalah 61.357,7 jiwa. Dengan semakin meningkatnya penduduk wanita yang akan memasuki menopause maka semakin banyak pula masalah yang akan timbul dari fisik maupun psikis, sindroma menopause dan kecemasan dalam menghadapi menopause dialami oleh banyak wanita hampir diseluruh dunia hampir 70-80% wanita Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina, 10% wanita di Jepang dan di Indonesia diperkirakan jumlah orang yang menderita kecemasan akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk wanita (Hawari,2006).

Perubahan dan tanda-tanda dari premenopause adalah terjadinya perubahan, baik perubahan fisik maupun perubahan psikis yang disebabkan oleh penurunan produksi hormon estrogen. Perubahan fisik meliputi ketidakteraturan siklus haid, perasaan panas (*hot flushes*), kekeringan vagina, perubahan kulit, keringat di malam hari, sulit tidur (*insomnia*), perubahan pada mulut, kerapuhan tulang, badan menjadi gemuk, dan munculnya gejala penyakit (Kasdu, 2002). Tidak hanya perubahan fisik yang terjadi pada masa premenopause, perubahan-perubahan psikis akan muncul pada saat ini. Masalah-masalah yang timbul dari perubahan ini menimbulkan rasa cemas pada kebanyakan wanita. Kecemasan yang dialami oleh wanita usia 45-55 tahun ini dilihat dari adanya kenyataan bahwa terdapat banyak mitos tentang menopause. Keadaan ini mengakibatkan gangguan psikomatik, seperti cepat marah, merasa khawatir terus-menerus, merasa tidak percaya diri, depresi hingga menangis, bahkan ada yang tidak mau bertemu orang lain. Berdasarkan pernyataan di atas hasil penelitian sebelumnya pada tahun 2011 di Kota Sukabumi yang dilakukan pada 29 responden didapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan ibu usia 40-50 tahun dalam menghadapi premenopause ialah 21% cemas ringan, 3% cemas sedang, 31% cemas berat dan 45% panik.

Premenopause adalah masa di mana tubuh mulai bertransisi menuju menopause, keluhan klimakterik timbul, hormon estrogen masih dibentuk. Bila kadar estrogen menurun, maka terjadi pendarahan yang tidak teratur. Premenopause merupakan wanita yang berusia 45-55 tahun mengalami ketidakteraturan dalam siklus haid dan sebagian besar mengalami perubahan fisik yang merupakan akibat dari menopause. Masa ini bisa terjadi selama dua hingga delapan tahun, ditambah satu tahun di akhir periode menuju menopause. Gejala ini alamiah, karena merupakan tanda dan proses berhentinya masa reproduksi. Pada periode ini, umumnya tingkat produksi hormon estrogen dan progesteron berfluktuasi, naik dan turun tak beraturan. Siklus menstruasi pun bisa tiba-tiba memanjang atau memendek. Biasanya, masa premenopause ini terjadi di usia 40-an, tapi banyak juga yang mengalami perubahan ini saat

usianya masih di pertengahan 30-an (Kartono, 2007 ). Menurut Bambang AR (2003) dalam Mahayuni (2007), usia rata-rata wanita mencapai menopause alami atau berhentinya haid adalah umur 50 tahun. Menurut Depkes (2005), pada usia 50 tahun wanita memasuki masa menopause sehingga terjadi penurunan atau hilangnya hormon estrogen yang menyebabkan perempuan mengalami keluhan atau gangguan yang seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari.

Menopause berasal dari bahasa Yunani, yaitu kata *men* yang berarti bulan dan *peuseis* yang berarti 'penghentian sementara'. Sebenarnya, secara linguistik kata yang lebih tepat adalah *menocease* yang berarti 'masa berhentinya menstruasi'. Dalam pandangan medis, menopause didefinisikan sebagai masa penghentian haid untuk selamanya. Masa menopause ini tidak bisa serta merta diketahui, tetapi biasanya akan diketahui setelah setahun berlalu (Andira, 2010). Pada saat menopause sudah mendekat, siklus menstruasi dapat terjadi dalam waktu-waktu yang tidak menentu dan bukan hal yang aneh apabila menstruasi tidak datang selama beberapa bulan. Pada usia empat puluh tahun, beberapa perubahan hormon yang dikaitkan dengan pre-menopause mulai terjadi. Penelitian telah membuktikan bahwa pada usia empat puluh tahun banyak wanita yang mengalami perubahan-perubahan dalam kepadatan tulang dan proses menstruasi yang lebih sedikit atau lebih pendek waktunya dibanding biasanya. Menurut Chen (2008) dalam suatu kajiannya yang melibatkan lebih dari 2.700 wanita, kebanyakan di antara mereka mengalami transisi pre-menopause yang berlangsung antara 2-8 tahun.

Banyak wanita yang memasuki usia menopause tidak mengalami keluhan apapun akan tetapi meski wanita tersebut tidak mengalami keluhan namun dampak jangka panjang dari defisiensi estrogen ini adalah timbulnya osteoporosis dan akibatnya meningkatkan kejadian patah tulang, penyakit jantung koroner, demensia, stroke dan kanker usus besar (Ali, 2003). Melihat kondisi diatas dengan menurunnya kadar estrogen yang menimbulkan dampak jangka panjang ini, dapat mengakibatkan wanita menopause mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan salah satu gejala yang ditemukan pada masa menopause. Stuart dan Laraia (2005) mendefinisikan kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Rasa khawatir, gelisah, takut, was-was, tidak tenang, panik dan sebagainya merupakan gejala umum akibat cemas. Seringkali cemas menimbulkan keluhan fisik berupa berdebar-debar, berkeringat, sakit kepala, bahkan gangguan fungsi seksual dan lain-lain. Kecemasan yang dialami wanita menopause salah satunya dikarenakan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal-hal yang mungkin muncul menyertai berakhirnya masa reproduksinya (Kasdu, 2002). Mereka juga cemas dengan berakhirnya masa reproduksi yang dapat menghilangkan kebanggaannya sebagai wanita, sehingga di khawatirkan akan mempengaruhi hubungannya dengan suami ataupun keluarganya. Hubungan keluarga yang tidak harmonis akan mengakibatkan tingkat kecemasan ibu menjadi berat.

Kecemasan menghadapi premenopause menurut Burn (2007), bahwa kebanyakan wanita premenopause sering mengalami depresi dan kecemasan dimana kecemasan yang muncul dapat menimbulkan insomnia atau tidak bisa tidur. Setiap orang mempunyai keyakinan dan harapan yang berbeda-beda. Situasi yang membuat cemas adalah situasi yang mengandung masalah tertentu yang akan memicu rasa cemas dalam diri seseorang dan tidak terjadi pada orang lain. Perubahan-perubahan psikis yang terjadi pada masa menopause akan menimbulkan sikap yang berbeda-beda antara lain yaitu adanya suatu krisis yang dimanifestasikan dalam simptom-simptom psikologis seperti: depresi, mudah tersinggung, dan mudah menjadi marah, dan diliputi banyak kecemasan. Adanya perubahan fisik yang terjadi sehubungan dengan menopause mengandung arti yang lebih mendalam bagi kehidupan wanita. Berhentinya siklus menstruasi dirasakan sebagai hilangnya sifat inti kewanitaannya karena sudah tidak dapat melahirkan anak lagi. Akibat lebih jauh adalah timbulnya perasaan tak berharga, tidak berarti dalam hidup sehingga muncul rasa khawatir akan adanya

kemungkinan bahwa orang-orang yang dicintainya berpaling dan meninggalkannya. Perasaan itulah yang seringkali dirasakan wanita pada masa menopause, sehingga sering menimbulkan kecemasan (Kartono, 2007).

Kecemasan menghadapi premenopause adalah perasaan gelisah, khawatir dari adanya perubahan perubahan fisik, sosial maupun seksual sehubungan dengan menopause. Namun tingkat pengetahuan pun merupakan salah satu faktor timbulnya kecemasan pada setiap Ibu yang akan mengalami menopause, hasil penelitian sebelumnya tentang hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi premenopause yang dilakukan di Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Surabaya (2007) didapatkan hasil bahwa responden yang berpengetahuan kurang mengalami kecemasan berat sebesar 53,85%, pengetahuan cukup mengalami kecemasan sedang 30,8% dan pengetahuan baik mengalami kecemasan ringan 15,4%.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari kepada 10 responden melalui wawancara ditemukan 7 responden khawatir, gelisah bahkan takut yang disebabkan cemas akan tanda gejala yang dirasakan akhir-akhir ini, sedangkan 3 responden menganggap menopause tidak perlu dicemaskan karena responden merasa hal tersebut merupakan proses alami yang akan dialami oleh setiap wanita. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kecemasan Ibu Usia 45-55 tahun dalam menghadapi Premenopause di Rw 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Kota Bandung”.

## **B. Identifikasi Masalah dan Perumusan Masalah**

Perubahan fisik maupun psikis pada wanita usia 45-55 tahun menimbulkan rasa cemas. Kecemasan yang dialami oleh wanita usia 45-55 tahun ini dilihat dari banyaknya mitos tentang menopause yang mengakibatkan terjadinya gangguan psikomatik pada kebanyakan wanita. Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dirumuskan masalah, “Bagaimanakah kecemasan ibu usia 45-55 tahun dalam

menghadapi premenopause di RW 02 kelurahan Sukarasa kecamatan Sukasari kota Bandung?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi gambaran kecemasan ibu usia 45-55 tahun dalam menghadapi premenopause di RW 02 Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari kota Bandung.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat dijadikan sarana pengembangan ilmu Keperawatan Maternitas, Keperawatan Jiwa, dan Keperawatan Gerontik.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Masyarakat**

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang tanda gejala premenopause agar dapat mencegah terjadinya kecemasan pada wanita yang akan menghadapi menopause.

##### **b. Bagi Tenaga Kesehatan / Perawat**

Sebagai dasar pengembangan standar pelayanan bagi wanita premenopause sehingga akan meningkatkan mutu pelayanan atau asuhan keperawatan khususnya bagi klien wanita yang akan menghadapi menopause dengan cemas di klinik, keluarga dan masyarakat.

##### **c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan Ibu dalam menghadapi Premenopause.

## **E. Struktur Organisasi Karya Tulis Ilmiah**

Sistematika penulisan karya tulis ilmiah ini adalah:

- Bab I** : Pendahuluan : Berisi tentang :  
Latar Belakang Penelitian, Identifikasi dan rumusan Masalah,  
Tujuan Penelitian dan Struktur/Sistematika Penulisan
- Bab II** : Kajian Pustaka,  
Kerangka berfikir : Berisi tentang : Konsep Kecemasan Konsep  
Premenopause, Konsep Kecemasan dalam Menghadapi  
Premenopause
- Bab III** : Metodologi Penelitian  
Lokasi dan Subjek Penelitian, Desain Penelitian, Metode  
Penelitian, Definisi Operasional, Instrumen Penelitian, Teknik  
Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data.
- Bab IV** : Hasil Penelitian dan Pembahasan
- Bab V** : Kesimpulan dan Saran