

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses yang merupakan bagian dari kehidupan seseorang dan sudah terjadi sejak konsepsi dalam kandungan yang berlangsung terus sepanjang kehidupan. Risiko dari perkembangan manusia sehingga menjadi tua, salah satunya adalah terjadinya menopause pada wanita (Suparni & Astutik, 2016). Menopause merupakan fase peralihan dari masa reproduktif menuju ke masa nonreproduktif yang ditandai dengan berhentinya menstruasi. Wanita umumnya mengalami menopause pada rentang usia 45-55 tahun. Sebelum terjadi fase menopause seorang wanita akan mengalami fase premenopause terlebih dahulu yang terjadi rata-rata pada usia 40-50 tahun (Rokayah et al., 2021).

Usia harapan hidup wanita di dunia semakin meningkat setiap tahunnya dan akan menjadi 76,5 tahun pada tahun 2020 (WHO, 2020). Peningkatan usia harapan hidup berarti peningkatan jumlah wanita yang berpeluang mengalami menopause (Suazini, 2018). Data World Health Organization (WHO) tahun 2020, menyebutkan jumlah wanita premenopause di Asia pada tahun 2019 mencapai 654.000.000 jiwa. Tahun 2025 jumlah wanita premenopause di dunia diperkirakan sekitar sebesar 1.2000.000.000 dengan usia rata-rata 40 - 50 tahun (WHO, 2020). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, secara nasional pada tahun 2019 jumlah wanita yang memasuki premenopause yaitu berusia antara 40 - 50 tahun sebanyak 17.210.000 jiwa. Pada tahun 2035 diperkirakan jumlah penduduk

perempuan di Indonesia yang hidup dalam umur premenopause sekitar 20.360.000 jiwa (Kemenkes RI, 2020).

Menurut data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2023 jumlah wanita premenopause (usia 40-50) di Indonesia berjumlah 19.180.000 jiwa (BPS Indonesia, 2023). Sedangkan untuk di Provinsi Bali, terdapat 326.800 wanita berusia 40-50 tahun (BPS Provinsi Bali, 2023). Kemudian untuk di Kabupaten Gianyar terdapat 77.600 wanita usia 40-50 tahun (BPS Kabupaten Gianyar, 2023). Menurut Badan Pusat Statistik Kabupaten Gianyar (2023), Puskesmas Sukawati I merupakan Puskesmas pertama dengan jumlah wanita usia 40-50 tahun terbanyak pada tahun 2023 yaitu sebanyak 4.655.

Meningkatnya usia harapan hidup serta jumlah populasi wanita yang berada pada fase premenopause memberikan kemungkinan bagi wanita untuk hidup lebih lama hingga mencapai fase menopause. Premenopause merupakan suatu fase transisi yang dialami para wanita dalam menuju masa menopause, fase ini adalah suatu kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan (aging), yang ditandai dengan menurunnya kadar hormon estrogen dari ovarium (Matjino, 2019). Pada proses ini banyak terjadi perubahan fisiologis maupun psikologis. Seringkali wanita yang berada pada fase premenopause, menghadapi perubahan yang terjadi dengan perasaan cemas, mudah tersinggung dan khawatir karena menopause identik dengan ketuaan. (Novianti & Yunita, 2019).

Tanda, gejala dan perubahan fisiologis yang menyertai menopause disebabkan oleh menurunnya kadar hormone estrogen yang menyebabkan munculnya sindrom premenopause. Sindrom premenopause terdiri dari gejala

fisiologis dan psikologis. Gejala fisiologis yang muncul meliputi, *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (berkeringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), *incontinence urinary* (kehilangan kontrol kandungkemih) serta ketidakaturan siklus haid (Nurlina, 2021). Adapun gejala psikologis yang menyertainya adalah suasana hati yang berubah ubah, mudah tersinggung, emosi labil, merasa tidak berharga, dan munculnya kecemasan, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Novianti & Yunita, 2019).

Beberapa wanita yang memasuki masa premenopause dapat menerima dengan biasa karena mereka menganggap kondisi ini sebagai bagian dari siklus hidupnya, banyak juga wanita yang mengeluh bahwa dengan datangnya premenopause mereka akan menjadi cemas (Ida Miharti & Meli, 2020). Kecemasan merupakan suatu perasaan yang berlebihan terhadap kondisi ketakutan, kegelisahan, bencana yang akan datang, kekhawatiran atau ketakutan terhadap ancaman nyata atau yang dirasakan (Saputro & Fazrin, 2017). Wanita dalam fase premenopause mempunyai berbagai keluhan, baik karena perubahan fisiologis maupun psikologis sehingga menyebabkan wanita khawatir dalam menghadapi menopause. Kecemasan ini seringkali disebabkan oleh rasa khawatir terhadap situasi yang tidak pernah mereka khawatirkan sebelumnya. Salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan pada wanita menopause adalah ketidaktahuan wanita akan tanda/gejala menopause meskipun sudah mencapai tahap ini (Puspitasari, 2020).

Masalah kecemasan pada fase pramenopause ini, akan semakin diperberat dan semakin dirasakan saat wanita tersebut dalam keadaan yang tidak tenang dan merasakan adanya beban dan tanggung jawab yang lebih tinggi.

Nurlina (2021) mengatakan, faktor psikis, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan, status pernikahan dan karier dikatakan berpengaruh terhadap peningkatan kecemasan wanita pada fase premenopause. Perubahan psikologis ini berhubungan dengan kadar estrogen yang menyebabkan berkurangnya tenaga dan gairah, berkurangnya konsentrasi dan kemampuan akademik, seperti mudah tersinggung, dan susah tidur. Masalah sosial ekonomi juga merupakan faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan sehingga mempengaruhi emosi wanita pada fase premenopause. Kecemasan yang dialami wanita premenopause akan mempengaruhi 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 (Ida Miharti & Meli, 2020).

Sindrom premenopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita di Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di China dan 10% di Jepang dan Indonesia (Matjino, 2019). Menurut Abbottabad (2010) dalam Matjino (2019) pada studinya di Pakistan, telah menemukan bahwa 78,79% perempuan sadar tentang menopause, sisanya 21,21% tidak sadar. Sedangkan 15,87% memiliki pengetahuan tentang gejala dan implikasi kesehatan menopause, sisanya 84,13% tidak. Sebagian besar wanita yang tidak menyadari menopause tidak berpendidikan dan memiliki status ekonomi yang rendah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Juminten Saimin (2017) tentang kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi masa menopause menunjukkan bahwa kelompok usia terbanyak yang mengalami kecemasan ketika akan menghadapi menopause adalah kelompok usia 40-45 tahun, yaitu sebanyak

69 responden (33,7%), kecemasan terbanyak pada kelompok tingkat pendidikan rendah yaitu 107 responden (52,2%), kelompok yang terbanyak mengalami kecemasan adalah kelompok yang tinggal dengan pasangan 60 responden (35,1%).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Puspitasari, (2020) di Desa Joho Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri tentang tingkat kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi masa menopause menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause yang berat sebanyak (40%), sedangkan yang tergolong dalam kategori sedang sebanyak (36%), sedangkan kategori rendah sebanyak (24%). Untuk gejala dan akibat yang dialami pada masa pra menopause tinggi sebanyak (76%), dan rendah (24%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 19 Februari di Desa Guwang yang masih berada di wilayah kerja Puskesmas Sukawati I dengan melakukan pendekatan dan wawancara kepada 10 wanita yang berusia 45-60 tahun, didapatkan data bahwa sebagian besar dari wanita tersebut mengalami kecemasan akan tanda-tanda pada masa premenopause ini. Tiga diantaranya mengeluhkan pernah berkeringat di malam hari, terkadang merasa panas dibagian dada dan wajah sehingga menyebabkan kesulitan untuk tidur di malam hari. Empat orang dari wanita tersebut mengalami kecemasan ketika siklus haidnya tidak lancar atau terhenti beberapa bulan. Sementara itu dua diantaranya mengatakan tidak merasakan kecemasan karena telah mengetahui masa menuju menopause ini adalah hal normal yang akan terjadi dan harus dijalani sebagai suatu proses penuaan. Dan satu orang lainnya merasakan cemas karena mengeluhkan vagina kering dan nyeri otot.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I Tahun 2023”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan suatu masalah penelitian yaitu “Bagaimanakah Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I Tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kecemasan Wanita Pada Masa Premenopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati I Tahun 2023

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik wanita premenopause berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan keluarga.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan referensi di dalam keperawatan khususnya bidang

keperawatan maternitas, selain itu, diharapkan dapat dijadikan acuan dan sumber bahan kajian untuk penelitian berikutnya yang berhubungan dengan tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause.

2. Manfaat praktis

a. Bagi penulis

Menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam merancang dan melakukan suatu penelitian

b. Bagi masyarakat

Sebagai bahan masukan dan informasi tentang tingkat kecemasan wanita dalam masa premenopause.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang membahas masalah serupa dan dapat dikembangkan sesuai dengan kondisi yang ditemukan oleh peneliti selanjutnya.