

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Wanita mempunyai dua fase reproduksi pada kehidupannya, yaitu haid pertama (*menarche*) dan menstruasi terakhir (*menopause*). Kedua fase tersebut memiliki kesamaan dalam berbagai proses pada beberapa tahapan dan dapat dirasakan oleh kaum wanita, hal ini berhubungan dengan hormon estrogen. Ketika wanita memasuki tahap *menopause*, kadar estrogen dan progesteron mengalami penurunan sehingga dapat memberikan pengaruh pada hormon yang lain. Keadaan ini bisa menyebabkan seorang wanita mengalami gejala klinis dan psikologis yang menyebabkan terjadinya gangguan pada kegiatan sehari-harinya dan menyebabkan adanya dampak negatif pada kepercayaan diri dan kualitas hidupnya (Septiani & Muslihati, 2019).

Peralihan dari masa reproduksi ke masa non-reproduksi yang ditandai dengan tidak mengalami masa menstruasi lagi disebut juga dengan *menopause*. Wanita memasuki masa *menopause* biasanya berumur 45-55 tahun. Rata-rata wanita *menopause* di Indonesia berusia 50 tahun. Namun ada pula yang mengalaminya lebih muda atau bahkan lebih tua. Penelitian menemukan bahwa faktor genetik, hormonal serta gizi berperan penting dalam mempengaruhi waktu *menopause* ini (Puspitasari, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, prevalensi wanita *menopause* di seluruh dunia mencapai 38,9%. Artinya, dari total 4,8 miliar wanita di dunia terdapat sekitar 1,8 miliar di antaranya telah

mengalami menopause. WHO juga memperkirakan 1,2 miliar wanita berusia lebih dari 50 tahun akan mengalami menopause pada tahun 2030, serta bertambah sebesar 3% setiap tahunnya. Sedangkan menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, di Indonesia terdapat prevalensi wanita menopause sebesar 15,2%. Angka ini mengindikasikan bahwa dari jumlah total 118 juta wanita Indonesia, sekitar 18,1 juta di antaranya telah mengalami masa menopause. Diperkirakan terdapat 60 juta wanita menopause pada tahun 2025. 14 juta (7,4%) wanita di Indonesia pada tahun 2016 mengalami menopause dari jumlah total populasi (Kusumaningsih, *et al.*, 2024).

Menurut Asniah & Masyita (2023) menopause dianggap juga sebagai masa adaptasi yang merupakan salah satu fase perubahan alamiah dari kehidupan wanita. Ada yang merasakan sebagai penderitaan sehingga banyak keluhan namun ada juga yang merasa biasa dan wajar saja bahkan bahagia. Keluhan menopause antara lain *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (berkeringat di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingatan, insomnia (susah tidur), depresi (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek atau lelah), penurunan libido, *drypareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual) dan *incontinence urinary* (beser atau banyak kencing).

Menurut sejumlah ahli, banyak gejala perubahan psikologis yang muncul pada masa ini disebabkan oleh perubahan hormonal. Gejala umum yang terjadi pada wanita yang mengalami menopause adalah kecemasan yang menjadi sumber dari berbagai gejala lain yang menyertainya. Kecemasan dapat berasal dari dalam diri individu (internal) dan dari luar diri individu (eksternal).

Intensitas kecemasan dapat mempengaruhi kesiapan mental seorang wanita ketika menghadapi menopause (Asniah & Masyita, 2023).

Kecemasan yang dialami wanita menopause salah satunya karena kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal-hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik, sehingga dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan dengan suami maupun lingkungan sosialnya (Putri *et al.*, 2017). Hal ini sesuai dengan penelitian Nuriman, *et al* (2023) bahwa tingkat kecemasan dialami wanita menopause (34,9%). Didukung oleh penelitian ini dilakukan oleh Berutu (2022) menunjukkan hasil bahwa tingkat kecemasan wanita menopause dalam kategori berat (48,6%).

Beberapa kondisi yang dapat menyebabkan wanita merasa cemas dalam menghadapi menopause dikaitkan dengan usia senja dan kehidupan masa tua (seperti penampilan yang tidak menarik, tua, dan keriput, cerewet, bawel, keras kepala, pencemas). Menopause dikaitkan sebagai berakhirnya fungsi istri bagi suami karena hilangnya daya tarik dan menurunnya aktivitas seksual. Menopause juga dikaitkan dengan penyakit kejiwaan karena ada wanita yang percaya bahwa menopause menyebabkan guncangan emosi yang signifikan, yang dapat mengganggu kesehatan dan kesejahteraan jiwa (Dewi, *et al.*, 2021).

Dampak terjadinya kecemasan pada wanita menopause akan mengalami depresi, gangguan tidur, gelisah, tidak dapat menahan kencing, dan gemetar. Wanita yang merasa cemas memiliki tingkat kesiapan yang lebih rendah dalam menghadapi menopause. Tingkat kesiapan yang harus dimiliki wanita yang akan mengalami menopause adalah pengetahuan tentang menopause itu sendiri

(Dewi, *et al.*, 2021). Hasil penelitian Berutu (2022) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan wanita tentang menopause sebagian besar dalam kategori kurang (68,6%) dan tingkat kecemasan dalam kategori berat (48,6%) dan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan ( $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0.05$ ). Hasil penelitian Nuriman, *et al* (2023) secara statistik menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menopause dengan kecemasan pada wanita pramenopause di Desa Talaga wilayah kerja Puskesmas Caringin dengan ( $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ ).

Sebagian besar wanita tidak diberikan informasi yang benar terkait dengan proses menopause sehingga hanya memikirkan dampak negatif yang akan dialaminya setelah menopause. Oleh karena itu, pengetahuan wanita mengenai menopause sangat penting (Wahyuni & Ruswanti, 2018). Tingkat pengetahuan menurut Susanti & Indrajati (2022) adalah sesuatu yang berkaitan dengan proses pembelajaran dari hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek, terdapat enam tingkat pengetahuan yaitu mengetahui, memahami, penerapan, analisis, sintesis, evaluasi. Hasil penelitian Widyantari *et al.*, (2019) dalam 73 orang responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 38 orang (52%) dan kecemasan berat sebanyak 34 orang (37%) sehingga menunjukkan nilai ( $p\text{-value} = 0,0001 < \alpha 0.05$ ) yang menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu-ibu PKK di Banjar Kaja Desa Buduk Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung.

Upaya untuk mengurangi kecemasan menghadapi menopause salah satunya bisa diberikan pendidikan kesehatan untuk menambah pengetahuan

yang bisa didapat melalui media massa (surat kabar, majalah, buku), sosial media (*YouTube, Instagram, dan Tiktok*), dan internet. Selain informasi yang diperoleh dari sumber-sumber di atas, tenaga kesehatan seperti perawat sangat diperlukan di area masyarakat yang dapat berperan sebagai edukator dan konselor. Peran perawat ini diharapkan dapat memberikan konseling yang bertujuan untuk mengatasi gejala, faktor penyebab, dan upaya menghadapi menopause agar tidak menimbulkan kecemasan. (Nuriman, *et al.*, 2023).

Berdasarkan jumlah wanita usia 40-54 tahun di Provinsi Jawa Tengah menurut Badan Pusat Statistik (2022) terdapat 1.371.159 penduduk wanita usia 40-44 tahun, sebanyak 1.309.824 penduduk wanita usia 45-49 tahun dan 1.217.441 penduduk wanita usia 50-54 tahun. Berdasarkan data Dindukcapil Kabupaten Cilacap (2023) terdapat 76.091 penduduk wanita usia 40-44 tahun, sebanyak 70.010 penduduk wanita usia 45-49 tahun dan 69.284 penduduk wanita usia 50-54 tahun. Di kecamatan Maos terdapat penduduk wanita dengan usia 40-44 tahun sebanyak 1.876 orang, wanita dengan usia 45-49 tahun sebanyak 1.726 orang dan wanita dengan usia 50-54 tahun sebanyak 1.747 orang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 20 Maret 2024 di Desa Karangrena dengan melakukan wawancara kepada perangkat desa, bahwa jumlah wanita usia 40-50 tahun sebanyak 465 orang. Jumlah wanita usia 40-50 tahun di RW 1 sebanyak 75 orang, RW 2 sebanyak 93 orang, RW 3 sebanyak 70 orang, RW 4 sebanyak 111 orang, RW 5 sebanyak 47 orang dan jumlah wanita usia 40-50 tahun di RW 6 sebanyak 69 orang. Hasil wawancara terhadap 10 orang wanita usia 40-50 tahun yang sedang pada fase

premenopause adalah 8 orang tidak mengetahui dan 2 orang mengetahui apa itu menopause, tanda dan gejalanya, faktor yang mempengaruhinya, dampak dari menopause dan cara menanganinya. Dan 6 orang mengalami kecemasan dengan gejala gelisah, ketegangan fisik, nafas cepat, insomnia, konsentrasi buruk, pelupa dan kekhawatiran.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Karangrena.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah adakah hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena
- b. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena
- c. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi, gambaran secara nyata mengembangkan teori dan menambah wawasan ilmu pengetahuan terkait dengan hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena

### 2. Secara Praktis

#### a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan kontribusi dalam upaya mengkaji lebih dalam tentang bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena.

#### b. Bagi Masyarakat Desa Karangrena

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi Puskesmas Maos untuk melakukan tindakan seperti penyuluhan atau kegiatan lainnya untuk meningkatkan/mempertahankan kondisi fisik dan psikologis wanita menopause.

#### c. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya yang berkaitan dengan keluhan psikologis wanita menopause.

## **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian dengan judul hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena belum pernah dilakukan. Penelitian memiliki fokus yang sama dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian dilakukan oleh Nuriman, *et al* (2023) dengan judul hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita premenopause. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pengetahuan tentang menopause dapat membantu mengurangi kecemasan pada wanita menjelang menopause. Variabel independen tingkat pengetahuan tentang menopause dan variabel dependen tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Jenis penelitian kuantitatif dengan desainnya *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 86 orang wanita berusia 40-45 tahun. Sampel dipilih dengan menggunakan metode *Quota Sampling*. Kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRSA)* dan kuesioner tingkat pengetahuan digunakan untuk mengumpulkan data. Uji *Chi-Square* dengan nilai  $\alpha > 0,5$  digunakan untuk analisa data. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan baik (62,8%). Tingkat kecemasan ringan (34,9%). Secara statistik menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menopause dengan kecemasan pada wanita pramenopause di Desa Talaga wilayah kerja Puskesmas Caringin ( $p\text{-value } 0,000 < \alpha > 0,5$ ).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian saya adalah judul, tujuan penelitian, tempat penelitian, usia responden, metode pengambilan sampel,

dan uji statistik. Sedangkan persamaan pada penelitian ini adalah variabel dan desain penelitian.

2. Penelitian ini dilakukan oleh Lestari *et al.*, (2022) dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Yang Menghadapi Menopause. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono. Variabel penelitian ini variabel independen adalah tingkat pengetahuan wanita menghadapi menopause dan variabel dependen tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan menggunakan data primer (kuesioner) dan memakai metode penelitian *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang berusia 45-55 tahun yang menghadapi menopause dengan jumlah sampel 50 responden. Teknik yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *total sampling*. Analisa data menggunakan uji *spearman rank* dengan. Hasil uji statistik didapatkan nilai ( $\rho$ -value=0,003) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita menghadapi menopause di wilayah RT 04/05 Kelurahan Sindang Sono.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian saya adalah judul, tempat penelitian, usia responden, dan metode pengambilan sampel. Sedangkan persamaan pada penelitian ini adalah variabel, tujuan penelitian, uji statistik, dan desain penelitian.

3. Penelitian ini dilakukan oleh Antara *et al.*, (2018) dengan judul hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Pedukuhan Pugeran Maguwoharjo Sleman. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Pedukuhan Pugeran, Maguwoharjo, Sleman. Variabel pada penelitian ini adalah variabel independen tingkat pengetahuan tentang menopause dan variabel dependen tingkat kecemasan. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif analitik dengan menggunakan rancangan korelasi dan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*. Uji statistik memakai uji Spearman rank dengan tingkat kemaknaan  $\alpha=0,05$ . Hasil ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita usia 40-50 tahun di Pedukuhan Pugeran, Maguwoharjo, Sleman ( $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$ ).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian saya adalah judul, dan tempat penelitian. Sedangkan persamaan pada penelitian ini adalah variabel, tujuan penelitian, usia responden, metode pengambilan sampel, uji statistik, dan desain penelitian.

Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dengan judul hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Karangrena. Tujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi

menopause. Variabel independen yaitu tingkat pengetahuan tentang menopause dan variabel dependen yaitu tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik deskriptif kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *Cross-Sectional* dengan instrument kuesioner tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi *Rank Spearman*.

