

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan akhir dari siklus menstruasi dan menjadi fase biologis alami yang akan dialami oleh setiap wanita seiring dengan bertambahnya usia. Fase ini menandai berakhirnya masa reproduksi dan siklus menstruasi secara permanen, sehingga menjadi bagian dari proses penuaan (Asifah & Daryanti, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO), seorang wanita dikatakan menopause apabila tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut tanpa adanya penyebab patologis yang menyertai. Menopause biasa terjadi pada rentang usia 45–55 tahun dan menjadi salah satu fase transisi penting dalam kehidupan seorang wanita, dengan rata-rata usia menopause di Indonesia sekitar 50 tahun (Kemenkes RI, 2021).

Seiring bertambahnya jumlah penduduk perempuan, jumlah wanita menopause mengalami peningkatan yang signifikan. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2030, jumlah perempuan menopause akan mencapai 1,2 miliar jiwa. Di Asia sendiri, jumlah wanita menopause diprediksi meningkat dari 107 juta pada tahun 2025 menjadi 373 juta (Nazila et al., 2023). Di Indonesia, data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi menopause mencapai 15,2% dari total populasi wanita. Angka tersebut mengindikasikan bahwa dari sekitar 118 juta wanita di Indonesia, 17,9 juta

di antaranya telah memasuki masa menopause. Di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2022 BPS mencatat 1.309.824 wanita berusia 45–49 tahun dan 1.217.441 wanita berusia 50–54 tahun, yang merupakan kelompok usia wanita mengalami menopause (Septiani, 2024).

Masa menopause ditandai oleh perubahan hormonal berupa penurunan kadar hormon estrogen dan progesteron. Penurunan kadar estrogen dan progesteron dapat memunculkan berbagai gejala baik fisik maupun psikologis yang berdampak signifikan terhadap kesejahteraan wanita (Widjayanti, 2022). Gejala fisik yang umum dialami antara lain *hot flashes* atau rasa panas mendadak yang menjalar ke tubuh bagian atas, keringat berlebihan (terutama di malam hari), gangguan tidur seperti insomnia, serta keluhan nyeri otot dan sendi. Selain itu, perubahan hormon juga berpengaruh terhadap kesehatan tulang. Fungsi seksual pun mengalami penurunan akibat berkurangnya pelumasan alami, elastisitas jaringan, dan hasrat seksual. Di sisi lain, penurunan hormon juga memengaruhi kondisi psikologis wanita, yang dapat ditandai dengan perubahan suasana hati yang drastis (*mood swing*), rasa cemas berlebihan, mudah tersinggung, kelelahan emosional, bahkan depresi. Keluhan-keluhan yang dirasakan dan tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan dampak negatif terhadap kualitas hidup wanita menopause (Sari & Susilawati, 2021)

Kualitas hidup merupakan sebuah persepsi individu terhadap posisinya dalam kehidupan, dalam konteks budaya dan sistem nilai tempat mereka hidup, serta dalam kaitannya dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian mereka. Pada masa menopause, kualitas hidup wanita sangat

dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan perubahan baik dari aspek fisik maupun psikososial. Nagler, dkk mengatakan kualitas hidup yang baik ada dalam diri individu yang menjalankan fungsi dan peran kesehariannya dengan baik dan sesuai dengan tahap perkembangan. Kualitas hidup dapat dilihat dari produktifitas kerja, dukungan sosial, intelektual, stabilitas emosi, perannya dalam kehidupan sosial, serta ditunjukkan dengan adanya kepuasan hidup yang baik dari segi materi maupun non materi (Siregar, 2018). Nazila, Salami dan Kemal (2023) menyebutkan terdapat 50% wanita yang memiliki kualitas hidup baik dan 50% memiliki kualitas hidup buruk sehingga didapatkan nilai p- value (0,047) yang mana terdapat hubungan antara menopause dengan kualitas hidup wanita.

Kualitas hidup yang kurang baik dapat menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari yang menimbulkan rasa tidak nyaman sehingga diperlukannya dukungan sosial untuk membantu meningkatkan kualitas hidup wanita menopause. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause. Dukungan sosial meliputi bantuan saran, informasi dan membantu meringankan keluhan-keluhan yang dialami yang diberikan oleh orang-orang terdekat, seperti pasangan, anak, teman, maupun komunitas (Dewi, 2018). Penelitian oleh Annah & Mashar (2020) menunjukkan bahwa wanita menopause dengan tingkat dukungan sosial yang rendah sebanyak 70,3% cenderung memiliki kualitas hidup yang rendah. Sementara itu, dukungan sosial yang baik mampu mengurangi beban psikologis, meningkatkan rasa

aman dan nyaman, serta memperkuat ketahanan emosional dalam menghadapi perubahan yang terjadi selama masa menopause (Hilmi et al., 2018). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sari & Susilawati (2021) menunjukkan bahwa 51,9% wanita menopause menerima dukungan sosial tinggi, dan 53,2% memiliki kualitas hidup baik. Hasil analisis menunjukan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kualitas hidup wanita menopause (p -value= 0,002 dan $r=0,349$). Maka semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan, maka kualitas hidup wanita menopause semakin baik.

Selain dukungan sosial, pendidikan juga memiliki peranan penting dalam menentukan kualitas hidup wanita menopause. Pendidikan adalah proses pembelajaran, pengetahuan, kemampuan, dan rutinitas dari satu generasi ke generasi berikutnya (Hetti Setiyani, 2019). Pendidikan berpengaruh terhadap cara seseorang memahami dan menyikapi kondisi kesehatan yang dialami. Peneliti Ariesti, Sutyarsih, Diatanti (2023) menyebutkan bahwa pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause (P value 0.0001). Wanita dengan tingkat pendidikan setingkat diploma atau sarjana memiliki peluang 26,1 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak menempuh pendidikan sekolah atau responden dengan pendidikan setingkat SD, SMP, dan SMA. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan kualitas hidup yang dapat dikaitkan dengan latar belakang pendidikan masing-masing individu.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2024 di Provinsi Jawa Tengah jumlah wanita usia 45-49 tahun terdapat 1.341.449 penduduk, wanita usia 50-54 tahun sebanyak 1.245.766 penduduk, dan wanita usia 55-59 tahun 1.133.546 penduduk. Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Statistik Kabupaten Cilacap melalui Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap menyebutkan jumlah wanita usia 45-49 tahun terdapat 77.578 penduduk, wanita usia 50-54 tahun sebanyak 68.861 penduduk, dan wanita usia 55-59 tahun 65.683 penduduk. Di Kecamatan Cilacap Selatan terdapat jumlah 85.099 penduduk, dengan jumlah wanita usia menopause yang cukup besar.

Kelurahan Tegalkamulyan merupakan salah satu kelurahan yang terletak di wilayah Kecamatan Cilacap Selatan. Kelurahan ini termasuk dalam kategori padat penduduk dengan keberagaman latar belakang sosial dan ekonomi masyarakatnya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 April 2025 diketahui bahwa jumlah penduduk di Kelurahan Tegalkamulyan mencapai 19.769 jiwa, dengan jumlah wanita berusia 45 hingga 55 tahun sebanyak 2.149 jiwa.

Dari hasil survei pendahuluan, diketahui bahwa jumlah wanita terbanyak dalam rentang usia 45–55 tahun berada di wilayah RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan. Namun, hingga saat ini belum ada kajian yang secara khusus mengangkat hubungan antara dukungan sosial dan pendidikan terhadap kualitas hidup wanita menopause. Hal ini menjadi dasar pertimbangan bagi peneliti untuk memilih lokasi tersebut sebagai fokus penelitian. Pemilihan RW 13 dilakukan karena wilayah ini memiliki representasi yang tinggi terhadap populasi wanita menopause, sehingga

dinilai paling sesuai untuk mengkaji secara mendalam hubungan antara dukungan sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause. Selain itu, kondisi sosial dan interaksi masyarakat di RW 13 juga dinilai cukup aktif, memungkinkan peneliti untuk memperoleh data yang lebih akurat dan relevan melalui pendekatan langsung kepada responden.

Melihat pentingnya peran dukungan sosial dan tingkat pendidikan dalam kehidupan wanita menopause, maka penelitian ini dirasa perlu dilakukan untuk mengetahui hubungan kedua faktor tersebut terhadap kualitas hidup wanita menopause. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Dukungan Sosial dan Tingkat Pendidikan dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan, Cilacap Selatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan sosial wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.
- b. Mengidentifikasi tingkat pendidikan wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.
- c. Mengidentifikasi kualitas hidup wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.
- d. Menganalisa hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.
- e. Menganalisa hubungan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan hasil penelitian dapat dimanfaatkan dan digunakan di masa mendatang bagi pengembangan

ilmu pengetahuan dan pedoman atau acuan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kualitas hidup wanita menopause.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pemahaman, wawasan serta informasi tentang pentingnya dukungan sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause di RW 13 Kelurahan Tegalkamulyan Cilacap Selatan.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pustaka dan dapat dijadikan sebagai pedoman pembelajaran serta pedoman dalam memberikan penyuluhan tentang dukungan sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause.

c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk dapat melakukan tindakan seperti edukasi atau penyuluhan untuk menambah wawasan masyarakat tentang pentingnya dukungan sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi sumber, masukan atau pertimbangan untuk penelitian selanjutnya terkait dengan hubungan dukungan

sosial dan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup wanita menopause.



E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai “Hubungan Dukungan Sosial dan Tingkat Pendidikan dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause” sepengetahuan penulis belum pernah dilakukan. Penelitian sejenis yang pernah dilakukan :

Tabel 1. 1
Keaslian Penelitian

No.	Judul (Penulis)	Metode	Variabel Penelitian dan Responden	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1.	Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause di Kelurahan Wonosari Kecamatan Ngaliyan Semarang. (Susilawati, 2021)	Desain: cross sectional Sampel : 77 orang Teknik pengambilan sampel : cluster sampling Instrument : kuesioner Analisa data : Uji korelasi spearman Variabel peneliti : - Variabel independen : Dukungan Sosial - Variabel dependen : Kualitas Hidup	Ibu menopause di wilayah Kelurahan Wonosari Kecamatan Ngaliyan Semarang.	Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause. Sebagian besar responden dengan dukungan sosial tinggi yaitu sebanyak 40 responden (51,9%) dan sebagian besar responden memiliki kualitas hidup baik sebanyak 41 orang (53,2%) Hasil penelitian menunjukan terdapat hubungan antara	Tempat penelitian, variabel yang akan diteliti dan waktu penelitian.	Desain penelitian, Teknik pengambilan sampel, dan analisa data.

				dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause (p -value=0,002 dan $r=0,349$).		
2.	Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Masa Pandemi Covid 19 (Damayanti, 2022)	Desain: cross sectional Sampel : 81 orang Teknik pengambilan sampel : cluster random sampling Instrument : kuesioner Analisa data : Uji korelasi spearman Variabel peneliti : - Variabel independen : Kesejahteraan Spiritual, Dukungan Sosial - Variabel dependen : Kualitas Hidup	Ibu menopause di wilayah Kelurahan Kejiwan, Kecamatan Wonosobo	Terdapat hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup wanita menopause (p -value=0,001; $r_s=0,363$) dan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup wanita menopause (p value=0,0001; $r_s=0,388$).	Tempat penelitian, variabel yang akan diteliti, dan waktu penelitian.	Desain penelitian, Teknik pengambilan sampel, dan analisa data.
3.	Analisa Faktor Biopsikososial yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Wanita Menopause (Ariesti et al., 2023)	Desain: cross sectional Sampel : 100 orang Teknik pengambilan sampel : Purposive Sampling Instrument : kuesioner Analisa data : Regresi Logistik Variabel peneliti :	Ibu menopause di RW I Kelurahan Sukoharjo wilayah kerja Puskesmas Bareng Kota Malang	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 2 faktor yang memiliki nilai p value < 0.05 yaitu faktor tingkat pendidikan (P value 0.0001) dan kedua faktor dukungan keluarga (P value =	Tempat penelitian, analisa data, variabel yang akan diteliti, Teknik pengambilan sampel, dan waktu penelitian.	Desain penelitian

	<ul style="list-style-type: none"> - Variabel independen : Faktor Biopsikososial - Variabel dependen : Kualitas Hidup 	0.028). Responden dengan pendidikan diploma atau sarjana memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan responden yang tidak menempuh pendidikan sekolah.		
4.	<p>Hubungan Pendidikan, Paritas, Pekerjaan dan Lama Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan Di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo (Tarigan et al, 2019)</p> <p>Desain : cross sectional Sampel : 103 orang Teknik pengambilan sampel : Purposive Sampling Instrument : kuesioner Analisa data : Uji Regresi Logistik Variabel peneliti :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Variabel independen : Pendidikan, Paritas, Pekerjaan Dan Lama Menopause - Variabel dependen : Kualitas Hidup 	<p>Perempuan Menopause Di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten</p>	<p>Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause adalah pendidikan ($p=0,003$), pekerjaan ($p = 0,001$), durasi menopause ($p = < 0,001$) Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada korelasi pendidikan, pekerjaan, durasi menopause, dengan kualitas hidup wanita menopause.</p>	<p>Tempat penelitian, analisa data, variabel yang akan diteliti, Teknik pengambilan sampel, dan waktu penelitian.</p> <p>Desain penelitian</p>