

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause adalah suatu keadaan dimana berhentinya menstruasi (amenorea) selama 1 tahun atau lebih pada wanita yang terjadi secara permanen. Menopause merupakan proses fisiologis tubuh yang normal saat seseorang memasuki usia lanjut. Sejalan dengan penambahan usia, ovarium menjadi tidak responsive yang kemungkinan disebabkan oleh penurunan jumlah folikel primedial yang dapat mempercepat datangnya masa menopause. Selain itu juga terjadi penurunan fungsi ovarium sehingga siklus seksual menurun (Fajri, 2015).

Menurut Manuaba (1999 dalam Sibagariang, 2010) *premenopause* merupakan fase dimana seorang wanita akan mengalami kekacauan pola menstruasi, terjadi perubahan psikologis/ kejiwaan, terjadi perubahan fisik. Berlangsung selama antara 4-5 tahun. Terjadi pada usia antara 48-55 tahun. Menurut Arif (1999) *Premenopause*: perdarahan tidak teratur, seperti oligomenore, polimenore dan hipermenore. Sementara menurut Prawirohardjo (2011) *premenopause* adalah suatu masa menjelang menopause yang terjadi pada umur rata-rata 40-50 tahun. Ketika perempuan mencapai umur 40-an, anovulasi menjadi lebih menonjol, panjang siklus haid meningkat.

Data World Health Organisation (WHO), pada abad 21 jumlah penduduk dunia yang berusia lanjut semakin melonjak. Di wilayah Asia Pasifik, jumlah berusia lanjut akan bertambah akan bertambah pesat dari 410 juta tahun 2007 menjadi 733 juta pada tahun 2025, dan diperkirakan menjadi 1,3 miliar pada tahun

2050 (Murwani dan Priyanti, 2014). Menurut WHO diperkirakan 77% wanita di dunia mengalami kecemasan, 25% dialami wanita pada masa memasuki menopause dengan berbagai gejala yang ditimbulkan. Sedangkan di Amerika Serikat terdapat 40 juta orang wanita mengalami kecemasan dan depresi padamasanya memasuki *menopause*, (Yerika, 2006 dalam Lusiana, 2014).

Tanda-tanda psikologis yang sering dirasakan oleh wanita menopause antara lain: merasa cemas, takut, mudah marah, mudah tersinggung, sulit berkonsentrasi, gugup, merasa tidak berguna – tidak berharga, stres dan bahkan ada yang mengalami depresi. Tanda ini akan mempengaruhi psikis wanita. Selain itu menopause akan mempengaruhi hubungan antara suami istri. Hal ini dinyatakan Pada Kuntijoro (2012) bahwa biasanya seorang istri setelah menopause dalam *menopause* kehidupan hari-harinya cenderung menjauh dari suami. Keadaan ini menyebabkan kebutuhan biologis dan psikis suami tidak terpenuhi sehingga suami akan merasakanketidakpuasan. Perubahan selama menopause akan berdampak pada kondisi psikologis sehingga di perlukan pengertian dan dan penerimaan dari keduanya (Proverawati & Suliswati, 2015).

Perubahan psikologis masa pada setiap wanita tidak sama dan sangat individual tergantung pada kehidupan psikologis emosional serta pada pandangan sebelumnya terhadap masa *menopause*. Seorang wanita akan mengalami ketidakstabilan emosi seiring dengan kekhawatiran perubahan pada tubuh akibat berakhirnya masa haid. Perubahan fisik yang dialami seorang wanita memasuki masa *menopause* dapat berubah maka suasana hati. Hal ini menunjukkan bahwa wanita sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dan fluktuasi hormon. Pada suatu penelitian di Jakarta ditemukan hubungan antara penurunan kadar estrogen dengan perubahan mood yang terjadi pada masa perimenopause (Aprilia, 2015).

Pengetahuan mengenai menopause sangat diperlukan oleh wanita karena banyak wanita merasa takut mencapai masa menopause, karena ada anggapan umum bahwa ini adalah masa yang harus dilalui menuju usia tua (Notoatmodjo, 2007).

Wanita seharusnya mengetahui tentang *menopause* yang perlu diketahui oleh pasangan suami istri, mengenai apa itu menopause, proses terjadinya menopause, gejala-gejala *menopause*, faktor yang memperlambat dan mempercepat menopause, dan terapi yang dapat digunakan dalam menghadapi *menopause*. Peningkatan pengetahuan tentang *menopause* pada wanita *premenopause*, diharapkan dapat terjadi perubahan sikap yang muncul bila *menopause* terjadi. Selain pengetahuan, peran suami juga sangat diperlukan bagi wanita dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi *menopause*. Sebab perubahan psikologis wanita *menopause* dapat memicu perasaan cemas, bahkan beberapa wanita dapat kehilangan kepercayaan diri. pada kondisi ini, suami dapat hadir untuk memberikan penguatan kepada istrinya agar dapat menerima situasi alamiah tersebut. Suami dapat berperan sebagai konselor bagi istrinya sehingga bayangan negatif tentang menopause dapat dihilangkan dari persepsi wanita. Peran suami berupa dukungan sangat penting bagi istri menjelang menopause, tetapi faktanya masih banyak suami yang menganggap bahwa *menopause* merupakan kejadian yang alami dan tidak perlu diperhatikan secara berlebihan dan mereka hanya menjadi pengamat yang pasif saja. Dengan memberikan dukungannya, seorang suami akan turut menentukan dalam meringankan beban yang dipikul oleh istri menjelang menopause (Sofia. 2003 : 14).

Hasil yang ditunjukkan dalam dukungan keluarga terhadap perubahan psikologis ibu dalam menghadapi masa menopause, menerima segala perubahan pada ibu, sabar menghadapi ibu jika emosi atau marah, membantu ibu menghadapi

segala masalah yang dirasakannya, memperhatikan kebutuhan sehari-hari, membantu ibu mencari pengobatan jika ibu sakit, memberikan kepercayaan dan tanggung jawab kepada ibu seperti menjaga menjaga cucu atau meminta pendapat ibu, menghargai dan menghormati ibu dengan mendengar atau melakukan perintah dari ibu, memperhatikan kondisi kesehatan ibu.

Dukungan yang positif dan terus dibangun pada saat istri menjelang *menopause* akan menumbuhkan semangat dan ketenangan bagi istri, sehingga akan menghadapi fase tersebut dengan tanpa beban. Dukungan suami dapat diwujudkan antara lain : dukungan informasi, dukungan emosi, dukungan penilaian, dukungan finansial. Sebaliknya, dukungan yang kurang akan semakin menambah beban seorang istri yang menjelang *menopause*.

Hasil studi pendahuluan didapatkan bahwasanya terdapat 360 orang wanita premenopause, kecemasan menghadapi *menopause* merasa kulit sudah berkerut sehingga merasa dirinya tidak cantik lagi hot flushes yang tiba-tiba membuat mereka merasa tidak nyaman dan suami tidak memperdulikannya lagi karena merasa dirinya sudah keriput sehingga ibu menyerahkan segala sesuatunya kepada Tuhan.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Ketidak pedulian suami terhadap istri yang akan menghadapi periode *menopause* dipicu oleh kurangnya pengetahuan suami dalam membantu istri untuk meningkatkan kesiapan istri dalam menghadapi periode *menopause*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di wilayah kerja Puskesmas Mangaran Kabupaten Situbondo , terdapat sebanyak 360 orang yang tengah berada pada masa premenopause. Pemberian pendidikan kesehatan

diharapkan menjadi salah satu solusi dalam menghadapi perilaku suami terhadap istri yang akan menghadapi periode *menopause*.

2. Pertanyaan Masalah

- a. bagaimanakah dukungan suami terhadap istri yang akan menghadapi menopause di wilayah kerja Puskesmas Mangaran Kabupaten Situbondo sebelum mendapat dukungan dari suami?
- b. bagaimanakah kesiapan istri dalam menghadapi menopause di wilayah kerja Puskesmas Mangaran Kabupaten Situbondo setelah mendapat dukungan suami?
- c. adakah hubungan antara dukungan suami dan kesiapan istri dalam menghadapi menopause di wilayah kerja puskesmas mangaran kabupaten situbondo?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan kesiapan istri dalam menghadapi masa *menopause* di wilayah kerja Puskesmas Mangaran kabupaten Situbondo.

2. Tujuan Khusus

- a. mengidentifikasi dukungan suami terhadap kesiapan istri dalam menghadapi masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Mangaran Kabupaten Situbondo sebelum mendapat dukungan dari suami.
- b. mengidentifikasi kesiapan istri dalam menghadapi menopause di wilayah kerja Puskesmas Mangaran Kabupaten Situbondo setelah mendapat dukungan suami.

- c. menganalisis hubungan antara dukungan suami dengan kesiapan istri dalam menghadapi menopause di wilayah kerja puskesmas mangaran kabupaten situbondo.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi institusi pendidikan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi tambahan dalam peningkatan mutu bahan ajar bidang keperawatan jiwa terutama tentang pendampingan suami terhadap istri yang akan menghadapi periode *menopause*.

2. Bagi pelayanan kesehatan

Diharapkan dapat menjadi bahan acuan dalam peningkatan pelayanan kesehatan dan keperawatan terutama dalam pemberian pendidikan kesehatan serta pendampingan untuk meningkatkan pengetahuan serta perilaku suami terhadap istri *premenopause*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharap bisa menjadi informasi dasar bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan pendampingan suami terhadap istri yang akan menghadapi periode *menopause*.

4. Bagi istri premenopause

Meningkatkan pengetahuan dan perilaku istri dalam menghadapi periode menopause. Bagi istri yang akan menghadapi menopause seharusnya mengetahui tentang menopause yang perlu diketahui oleh istri, mengenai apa itu menopause, proses terjadinya menopause, gejala-gejala menopause, faktor yang memperlambat dan mempercepat menopause, dan terapi yang dapat

digunakan dalam menghadapi menopause. Sehingga diharapkan nantinya istri dapat siap dalam menghadapi periode *menopause*.

