

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan suatu proses dalam siklus reproduksi alamiah yang dialami oleh para wanita. Menopause adalah masa peralihan yang terjadi pada wanita dari masa produktif menuju masa non produktif yang disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesteron (Suparni & Astutik, 2016). Menopause, sama seperti halnya menarche dan kehamilan, dianggap sebagai peristiwa yang sangat berarti bagi kehidupan perempuan. Menarche pada remaja perempuan menunjukkan mulai diproduksinya hormon estrogen, sedangkan menopause terjadi ketika ovarium tidak lagi menghasilkan atau tidak memproduksi hormon estrogen. Pada usia 45 tahun, indung telur akan mengalami penuaan sehingga tidak lagi sanggup memenuhi hormon estrogen (Marettih, 2012).

Data dari World Health Organization (WHO) tahun 2014 yang menyatakan pada tahun 2030 jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 di Indonesia mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada.

Seluruh sistem hormonal akan mengalami kemunduran secara perlahan-lahan, dan perubahan pengeluaran hormon menyebabkan berbagai perubahan fisik dan berdampak pada kondisi psikis perempuan dalam menghadapi fase

menopause, dan secara alamiah akan berpengaruh terhadap hubungan seks suami istri (Marettih, 2012).

Dampak dari menopause dalam sistem menopause yaitu menurunnya fungsi ovarium (sel telur) mengakibatkan hormon terutama estrogen dan progesteron sangat berkurang dalam tubuh kita. Kekurangan hormon estrogen ini menyebabkan keluhan-keluhan fisik maupun psikis yang akan mempengaruhi kualitas hidup perempuan. Kualitas hidup merupakan persepsi individu mengenai keberfungsian mereka di dalam bidang kehidupan. Berbagai dampak yang dialami oleh wanita yang telah mengalami menopause antara lain merasakan pergeseran serta perubahan-perubahan fisik dan psikologis (Proverawati, 2010).

Perubahan fisik yang dapat timbul pada menopause antara lain semburan rasa panas (hot flushes) dan keringat pada malam hari, kelelahan, insomnia, kekeringan kulit dan rambut, sakit dan nyeri pada persendian, sakit kepala, palpitasi (denyut jantung cepat dan tidak teratur), berat badan bertambah, bentuk tubuh yang berubah, yang sebelumnya di anggap bagus dan kemudian mereka beranggapan bahwa tubuh mereka tidak bagus lagi (Proverawati, 2010). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Hekhmawati (2016) menunjukkan bahwa perubahan fisik yang sering terjadi pada wanita menopause yaitu hot flush (81,3%), insomnia (65,3%), vagina menjadi kering (58,7%), dan nyeri sendi (57,3%).

Perubahan fisik yang dialami pada wanita menopause tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis. Perubahan psikologis tersebut muncul karena perubahan fisik serta hormonal yang berakibat pada peningkatan

sensitivitas pada wanita (Kumalasari & Andhyantoro, 2012). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Sugiyanto (2014) didapatkan hasil bahwa perubahan fisik pada wanita menopause dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologi seperti mudah tersinggung, kecemasan, stres, daya ingat menurun dan depresi. Perubahan pada masa menopause seringkali menimbulkan rasa ketidaknyamanan ataupun kekhawatiran. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Lusiana (2014) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara perubahan fisik dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Wanita yang semula aktif dalam berbagai kegiatan di masyarakat dapat menjadi terganggu kegiatannya dikarenakan berbagai keluhan yang ditimbulkan oleh perubahan fisik masa menopause (Suparni & Astutik, 2016).

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling baik dalam membantu istri mengatasi kecemasan yang dialami. Hal ini didukung oleh data bahwa 83,87% dukungan suami berpengaruh pada tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Karena perubahan ini seringkali mempengaruhi keadaan sikis setiap wanita yang sifatnya individual, dipengaruhi oleh sosial budaya, lingkungan maupun ekonomi (Rustami, 2013). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Irsyadi (2017) didapatkan hasil bahwa penelitian ini menunjukkan nilai rata-rata hubungan dukungan suami yaitu 111 (92,5%). Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang memenuhi kriteria, yang diambil 150 responden.

Beberapa akibat dari terjadinya perubahan fisik tersebut yaitu timbulnya perasaan tidak berharga, tidak berarti, dan semacamnya, yang nanti memicu berbagai kekhawatiran lainnya. Perasaan inilah yang dirasakan oleh sebagian

besar wanita menopause sehingga perubahan-perubahan yang terjadi pada masa menopause menyebabkan beberapa wanita menopause yang mengalami harga diri rendah yang mengakibatkan penurunan kepercayaan diri saat menopause (Smart, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Candra dan Trisnadewi (2014) menunjukkan bahwa wanita menopause paling banyak memiliki kepercayaan diri rendah yang disebabkan oleh berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Wanita yang mengalami menopause menganggap menjadi salah satu tanda bahwa tubuhnya tidak semenarik dulu.

Masalah psikologis yang dihadapi seseorang yang mengalami perubahan fisik akibat menopause memerlukan suatu coping yang dapat membuat seseorang bertahan dan beradaptasi dalam menghadapinya. Mekanisme tersebut adalah cara seseorang dalam mengatasi suatu stres. Mekanisme coping adalah cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku (Nasir & Muhith, 2011).

Harga diri merupakan evaluasi terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif. Pada wanita menopause terjadi perubahan hormonal yang mempengaruhi fisik, mental, emosi, stress serta merasa cemas sehingga berpengaruh terhadap harga diri. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Ningsih (2015) populasi penelitian ini adalah wanita menopause dengan sampel sejumlah 55 responden. Hasil penelitian yang diperoleh dari 55 responden yang mengalami harga diri rendah sebanyak 30 (54,5%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 21 April 2020 di gudang UD Dwikarya di dapatkan hasil wawancara yang dilakukan

menunjukkan anggapan kognitif dan efektif yang berbeda, yaitu dari 10 wanita menopause 30% mengetahui tentang kejadian menopause, menerima perubahan pada dirinya selama menopause, merasa tenang, selalu optimis, dan 70% tidak mengetahui tentang menopause, tidak menerima perubahan pada dirinya selama menopause, tidak percaya diri, dan tidak siap menerima kenyataan mengalami menopause, cemas, dan menarik diri karena menurunnya daya tarik fisik dan seksual. Dukungan suami yang kurang dapat berdampak pada masa penerimaan masa menopause pada wanita seperti kurang percaya dirinya wanita, harga diri wanita akan rendah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Yazdkhasti, Simbar, dan Abdi (2015) dengan judul “Empowerment and Coping Strategies in Menopause Women: A Review” didapatkan bahwa kebanyakan wanita menopause fokus kepada intervensi edukasi, aktifitas fisik, dan diet yang sehat. Edukasi kesehatan adalah salah satu alternatif agar wanita dapat meningkatkan sikap dan coping yang baik dalam menghadapi menopause. Sedangkan penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ozpinar dan Cevik (2016) dengan judul “Women’s Menopause-Related Complaints and Coping Strategies” menunjukkan bahwa tingginya pengetahuan wanita tentang menopause dapat mengurangi tingkat kecemasan serta akan dapat menggunakan alternatif coping yang baik. Kunci keberhasilan seseorang dalam menjalani hidup adalah ketika seseorang mampu mempertahankan kondisi fisik, mental, dan intelektual dalam suatu kondisi yang optimal melalui pengendalian diri, serta selalu menggunakan mekanisme coping yang positif dalam menyelesaikan masalah yang terjadi (Nasir & Muhith, 2011).

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Seorang wanita menopause mengalami kemunduran dalam mengeluarkan hormonnya yang menyebabkan berbagai perubahan, salah satunya perubahan fisik dan perubahan psikologis. Apabila wanita dapat berfikir positif dan memiliki harga diri tinggi maka berbagai keluhan dapat dilalui dengan mudah. Namun sebaliknya, apabila wanita tersebut berfikir negatif dan memiliki harga diri rendah maka keluhan-keluhan baik dari perubahan fisik maupun perubahan psikologis yang muncul semakin memberatkan dan menekan hidupnya. Dukungan suami diduga berhubungan dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah dukungan suami pada wanita menopause dengan wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya?
- b. Bagaimanakah harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya?
- c. Adakah hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan suami pada wanita menopause dengan wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya.
- b. Mengidentifikasi harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya.
- c. Menganalisis hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause pada wanita bekerja di Gudang UD Dwikarya.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan sebagai bahan masukan dalam memberikan pelayanan kesehatan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan lansia khususnya pada wanita menopause.

2. Petugas Kesehatan

Diharapkan sebagai bahan masukan, bagi tenaga kesehatan secara umum dan keperawatan secara khusus untuk meningkatkan perannya dalam asuhan keperawatan pada wanita menopause, seperti memberikan motivasi kepada suami dalam mendukung istri pada masa menopause.

3. Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan aplikasi tentang hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause.

4. Peneliti Lain

Diharapkan hasil penelitian ini juga dapat bermanfaat bagi peneliti lain untuk menjadi pedoman penelitian selanjutnya, terkait hubungan dukungan suami dengan harga diri wanita menopause.

