

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menopause merupakan suatu proses alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita. Menopause adalah berhentinya menstruasi secara permanen dan dianggap sebagai suatu bagian dari perubahan yang berkaitan dengan umur. Pada saat terjadi menopause, indung telur (*ovarium*) tidak berespon lagi terhadap hormon *gonadotropin* sehingga siklus haid ini menjadi hilang atau merupakan suatu proses dimana ovulasi (pelepasan sel telur) di ovarium berhenti atau mengalami *burning out* (Guyton, 2007).

Dalam QS surat An Nur ayat: 60 Allah SWT berfirman : *"Dan perempuan-perempuan tua yang telah terhenti (dari haid dan berhenti mengandung) yang tiada ingin kawin (lagi), tiadalah atas mereka dosa menanggalkan pakaian mereka dengan tidak bermaksud menampakkan perhiasan, dan berlaku sopan adalah lebih baik bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui"*

Masa menopause ini adalah masa yang merupakan suatu proses menuju tua dimana hal ini sangat membutuhkan kesiapan mental untuk menghadapinya (Dewi, 2009). Berdasarkan survey pendahuluan dari 5 wanita yang di wawancara, mengatakan kalau menopause sering dianggap sebagai hal yang menakutkan dalam kehidupan, selain itu juga mereka tidak mengetahui cara-cara untuk mengatasi atau untuk meminimalisir keluhan

keluhan yang terjadi, juga adanya ketakutan-ketakutan tersendiri, kecemasan yang timbul karena minimnya informasi dan pengetahuan akan menopause serta perubahan yang terjadi karena adanya beberapa mitos terutama mitos negatif yang muncul. Masa ini mengingatkan wanita terhadap proses menjadi tua yang disebabkan oleh organ reproduksinya yang tidak berfungsi lagi yang sebenarnya kalau dihadapi dengan tenang tidak akan menimbulkan ketakutan tersendiri (Kasdu, 2002).

Saat terjadi menopause, kadar estrogen dan progesteron akan turun sehingga menyebabkan tubuh akan berespon terhadap perubahan ini. Biasanya tanda dan gejala menopause ini sangat individual, beberapa wanita hanya merasakan sedikit terjadi perubahan dalam dirinya. Akan tetapi bagi sebagian lain merasakan gejala dari yang normal sampai berat, namun hal ini adalah sesuatu yang normal (Guyton, 2007). Perubahan ini seperti *hot flushes* (rasa panas yang ditandai dengan kemerahan pada kulit), vagina menjadi kering, pusing, kesemutan, keringat di malam hari, penurunan libido (sex), hilangnya kendali kandung kemih (ngompol), berdebar, gejala psikis dan emosional seperti lelah, mudah tersinggung, gelisah, dan susah tidur. Efek jangka panjangnya bisa menyebabkan *osteoporosis* atau pengeroposan tulang, penyakit jantung dan pembuluh darah (Women's health, 2009).

Usia menopause sendiri sampai sekarang merupakan perdebatan sengit diantara para ilmuwan, ada yang di atas 40 tahun dan ada juga yang di bawah 40 tahun, tapi biasanya berkisar antara 35 sampai 55 tahun (Wirakusumah, 2003). Walaupun ada juga yang rata-rata menopause saat berumur 51,4 tahun

tetapi 10% wanita berhenti menstruasi pada usia 40 tahun dan 5% tidak berhenti menstruasi sampai usia 60 tahun (Bobak dkk, 2005). Di Negara maju, menopause terjadi pada usia 51 tahun ke atas (Amiruddin, 2008). Kebanyakan wanita Indonesia mengalami menopause antara usia 48 dan 52 tahun, namun umumnya, menopause terjadi pada usia antara 45 – 55 tahun dan rata – rata terjadi pada usia 51 tahun (Tiro, 2010). Jumlah dan proporsi wanita Indonesia yang berusia di atas 50 tahun dan telah memasuki menopause diperkirakan akan terus mengalami kenaikan yang signifikan dari tahun ketahun. Menurut proyeksi penduduk Indonesia tahun 2000-2010 oleh Badan Pusat Statistik, jumlah penduduk perempuan menopause usia di atas 50 tahun adalah 20,9 juta orang.

Perempuan Indonesia yang memasuki menopause sebanyak 7,4 persen dari keseluruhan populasi dimana terjadi saat berumur 48-52 tahun. Jumlah tersebut meningkat menjadi 11% pada tahun 2005, dengan lebih dari 5 juta wanita Indonesia yang telah memasuki masa menopause per tahunnya (Amiruddin, 2008). Diperkirakan pada tahun 2010 akan naik menjadi 6 juta orang dan akan terus naik lagi sebesar 14% atau sekitar 30 juta orang pada tahun 2015 (Amiruddin, 2008). Penyebab dari hal ini disebabkan karena bertambahnya populasi penduduk usia lanjut dan tingginya usia harapan hidup yaitu 67 tahun untuk perempuan dan 63 tahun untuk laki-laki. Disamping itu juga adanya derajat kesehatan masyarakat yang semakin

Penyebab dari perbedaan usia menopause pada wanita adalah tergantung dari berbagai faktor seperti usia saat pertama kali menstruasi, nutrisi, faktor keturunan, merokok, berat badan, dan gaya hidup seseorang (Wirakusumah, 2003). Namun normalnya dapat ditentukan saat haid pertama kali yang terjadi pada umur antara 10 dan 16 tahun dan berakhir saat umur 45-50 tahun tetapi. Selain itu juga faktor ras dan lingkungan seperti cuaca dan ketinggian tempat tinggal dari permukaan laut juga ternyata menentukan cepat tidaknya seorang wanita mengalami menopause, (Noor, 2001).

Telah diketahui sebelumnya bahwa menopause merupakan suatu masa peralihan menuju masa tua, maka menopause ini sendiri biasanya akan menimbulkan beberapa masalah baik pada fisik maupun psikis (Wirakusumah, 2003). Dalam masa ini wanita seringkali akan mengalami suatu depresi, atau yang dikenal dengan *menopausal depression* yang akan ditandai oleh suatu symptom yang di kenal dengan *The Emptyness Syndrome*. Sindrom ini biasanya timbul dengan bentuk perilaku yang tidak terkendali dan sulit untuk dimengerti oleh pasangan atau suaminya (Kasdu, 2002).

Secara psikis sendiri sindrom ini terjadi dikarenakan wanita mengalami kehilangan fungsi reproduksinya, selain juga karena terjadinya berbagai perubahan yang menimbulkan keluhan-keluhan fisik. Keadaan keadaan tersebut cukup mengganggu bagi sebagian wanita walaupun tidak semua mengalami hal yang sama (Tina, 1999).

Wanita yang mencemaskan menopause kemungkinan karena kurang mempunyai informasi yang benar mengenai seluk beluk menopause juga

karena statusnya sebagai ibu rumah tangga yang harus mengurus keluarga. Berdasarkan penelitian (Noor, 2001), yang dilakukan di Kabupaten Pasuruan, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kecemasan menghadapi menopause terutama pada wanita bekerja dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita tidak bekerja, dimana wanita bekerja kecemasannya lebih rendah (rata-rata 71,024) dari pada wanita tidak bekerja (rata-rata 103,585). Penelitian yang sama juga dilakukan di Kabupaten Sidoarjo dan ditemukan bahwa sebagian besar wanita yang tidak bekerja mengalami kecemasan ringan (36,2%) dan wanita bekerja tidak mengalami kecemasan (37,3%). Data ini menunjukkan bahwa wanita bekerja tidak mudah mengalami kecemasan karena wanita bekerja lebih mempunyai kesibukan yang dapat mengalihkan keluhan-keluhan yang dirasakannya menjelang menopause sehingga kecemasannya lebih rendah daripada wanita tidak bekerja.

Survey pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui teknik acak (*random*), yaitu cara mengambil sampel dimana setiap orang dalam populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel dengan cara mencari data dari Posyandu Geblagan kemudian mendatangi satu persatu dari 5 wanita yang di survey sesuai keinginan peneliti. Berdasarkan hasil dari survey pendahuluan, 3 dari 5 perempuan di Pedukuhan Geblagan telah mengalami menopause, atau sebesar 35% dari total keseluruhan jumlah penduduk dengan persentase wanita yang mengetahui seluk beluk menopause hanya sebesar 20%. Selain itu, belum pernah ada

pendidikan kesehatan yang dilakukan sebelumnya di Posyandu Geblagan baik itu dari Puskesmas ataupun dari Dinas Kesehatan setempat, untuk itu disinilah peran peneliti sebagai perawat dan *educator* (pendidik kesehatan) dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai informasi dan pengetahuan seputar menopause sehingga diharapkan wanita menopause di Pedukuhan Geblagan mempunyai pengetahuan dan informasi yang benar dan akurat tentang menopause serta meningkatkan pengetahuan wanita dan mengurangi atau meminimalkan kecemasan dan perasaan khawatir dalam menghadapi menopause.

Pendidikan kesehatan sendiri adalah salah satu upaya menyampaikan pesan kesehatan kepada individu/keluarga atau masyarakat, yang dalam hal ini adalah kelompok wanita menopause (Notoatmodjo, 2003). Setelah menerima pendidikan kesehatan, di harapkan wanita menopause di Pedukuhan Geblagan dapat memperoleh pengetahuan mengenai menopause. Pendidikan kesehatan yang di sampaikan adalah dengan memberikan penyuluhan dan pengetahuan tentang semua seluk beluk menopause dan alternatif cara penanganannya dan pemberian *Leaflet* sebagai bahan pembelajaran responden di rumah.

B. RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause di Pedukuhan Geblagan Tamantirto, Kasihan, Bantul?”

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan umum:

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita menopause di Pedukuhan Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul.

2. Tujuan khusus:

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang :

- 1) tingkat pengetahuan wanita menopause pada pre-test (sebelum diberikan pendidikan kesehatan)
- 2) tingkat pengetahuan wanita menopause post-test (setelah diberikan pendidikan kesehatan)
- 3) perbedaan tingkat pengetahuan wanita tentang menopause pada pre-test dan post-test pendidikan kesehatan

Pada kelompok eksperimen (wanita menopause) di Pedukuhan Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Institusi:

Penelitian ini bertujuan untuk dapat menambah kemajuan bagi perkembangan ilmu keperawatan kearah yang lebih berkembang dan lebih

Peneliti memperoleh pengetahuan yang lebih baik lagi seputar menopause agar berguna bagi peneliti sendiri dan juga dapat menerapkan ilmu pengetahuannya ini di dalam klinik dan masyarakat serta mengevaluasi keefektifan peran peneliti sebagai seorang pendidik kesehatan dalam dunia keperawatan.

3. Bagi Peneliti lain:

Dapat menambah pengetahuan baru dan menjadi tolok ukur bagi peneliti lain yang akan meneliti tentang kasus kasus menopause ini serta menjadi bahan penilaian apabila didalamnya terdapat kekurangan

4. Bagi Masyarakat (terutama wanita menopause).

Setelah melakukan penelitian ini peneliti berharap agar para wanita dapat mengetahui hal hal seputar menopause baik pada fisik maupun pada psikisnya, juga pengetahuannya semakin meningkat serta tidak lagi menganggap menopause sebagai suatu hal yang negatif dan menakutkan untuk dihadapi.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Sebelumnya penelitian yang saya lakukan ini hampir mirip dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuni Andriati (2006), yaitu membahas tentang menopause, hanya terdapat perbedaan baik pada tempat, waktu, tahun penelitian maupun hasil dari penelitian sebelumnya dengan yang saya lakukan. penelitian terdahulu ini meneliti tentang "hubungan klimakterium (menopause) dengan tingkat depresi pada wanita saat memasuki masa menopause di Dusun S... N... K... D...".

Pada penelitian sebelumnya, peneliti ini ingin mengetahui tentang "tingkat depresi pada wanita saat memasuki masa menopause" dengan hasil penelitian adalah: makin tinggi keluhan menopause, makin berat pula tingkat depresinya, dengan variabel bebasnya adalah keluhan menopause dan variabel terikat adalah tingkat depresi. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah tentang "pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita di Pedukuhan Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul" dan yang ingin diteliti adalah "Adakah pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita di Pedukuhan Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul" dengan variabel bebas adalah menopause dan variabel terikat adalah pengaruh pendidikan kesehatan tentang menopause terhadap tingkat pengetahuan wanita di Pedukuhan Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul".