

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menopause merupakan fase berhentinya siklus menstruasi secara alami pada setiap wanita dan dapat menyebabkan kekhawatiran karena pada saat menopause seorang wanita akan mengalami gejala-gejala, baik gejala fisik maupun gejala psikologis. Gejala-gejala ini merupakan hal yang normal dan jika dianggap sebagai hal yang menakutkan, maka akan mempersulit seorang wanita untuk menjalani masa menopause. Dengan demikian maka alangkah baiknya jika masalah menopause ini diketahui secara jelas oleh setiap wanita. Mempersiapkan diri sebelum dan sesudah menopause menjadi hal terpenting dalam menghadapi masa menopause (Fransiska, 2012).

Hasil penelitian Wijayanti (2011) yang dilakukan di Desa Jendi Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri terhadap 62 responden didapatkan bahwa seorang wanita yang akan mengalami menopause tidak cemas 1 orang (1,6%), cemas ringan 12 orang (19,4%), cemas sedang 26 orang (41,9%), cemas berat 22 orang (35,5%) dan luar biasa cemas 1 orang (1,6%). Aprilia dan Puspitasari (2007) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dari 100 wanita perimenopause ditemukan ada 53% wanita dengan tingkata kecemasan ringan, 22% wanita dengan tingkat kecemasan sedang, dan 25% wanita dengan tingkat

kecemasan berat. Hal ini menunjukkan bahwa wanita yang akan menjelang menopause memiliki tingkatan kecemasan yang berbeda-beda.

Greenberger dan Padesky (2004) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan salah satu emosi yang paling menimbulkan stres yang dirasakan oleh banyak orang. Kecemasan disebut juga dengan ketakutan atau perasaan gugup. Seseorang yang mengalami cemas, gejalanya didominasi oleh keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran), tetapi dapat pula disertai keluhan somatis (fisik). Gejala pada seseorang yang mengalami kecemasan pada keluhan psikis yaitu bimbang, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, tidak tenang, gelisah, takut sendirian, takut keramaian dan banyak orang; gangguan pola tidur. Seseorang yang mengalami kecemasan dapat dilihat juga dari keluhan somatik seperti rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdengung (tinitus), berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, sakit kepala (Hawari, 2001).

Kurniana dan Rostianti (2009) dalam penelitiannya menyatakan bahwa seorang wanita yang akan menghadapi menopause mengalami gejala kognitif, yaitu gangguan tidur, lebih cemas, grogi, panik dan sulit konsentrasi yang baru subjek alami enam bulan terakhir ini. Gejala motorik yang akan timbul yaitu dimana sekarang ini mereka lebih mudah letih apabila terlalu banyak melakukan aktifitas. Seorang wanita mengalami gejala afektif gelisah karena membayangkan bagaimana bila sudah tidak menstruasi lagi. Mereka juga merasa tidak nyaman, khawatir dan gemetaran yang berlebihan akan menghadapi menopause.

Hasil penelitian Aprilia dan Puspitasari (2007) menjelaskan bahwa dukungan keluarga terhadap wanita perimenopause akan sangat membantu dalam masa menopause. Sebagian besar responden yang mempunyai dukungan keluarga yang negatif mengalami kecemasan sedang sebesar 31,11% dan kecemasan berat sebesar 46,67%. Responden yang mempunyai dukungan keluarga yang positif mengalami kecemasan ringan sebesar 78,18% dan hanya 7,28% yang mengalami kecemasan berat. Prabandani (2009) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Disisi lain pengetahuan seorang wanita juga memiliki pengaruh tentang bagaimana menghadapi masa menopause.

Remedina (2009) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa seseorang yang sudah mengerti pengertian pre menopause, namun masih kurang mengerti kesiapan dalam menghadapi pre menopause. Pada responden yang berpengetahuan cukup sudah mengerti pengertian menopause, namun kurang mengerti proses pre menopause dan faktor-faktor yang mempengaruhi pre menopause. Responden yang berpengetahuan kurang sebagian besar kurang mengerti tentang proses pre menopause, faktor-faktor yang mempengaruhi pre menopause dan gejala pre menopause. Zasri (2013) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menopause* pada ibu usia 45-50 tahun di Kemukiman Bebesen Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2012.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 10 orang ibu di desa Ledug Kabupaten Banyumas, ada 4 ibu yang merasa cemas atau khawatir karena akan mengalami menopause yang mana mereka merasa sudah tua, tidak cantik lagi dan daya tahan tubuhnya menurun, 2 ibu yang belum tahu tentang menopause itu seperti apa tanda-tanda dan gejala sehingga mereka pun merasa biasa-biasa saja, 2 ibu merasa khawatir karena takut tidak bisa memuaskan suaminya dan 2 ibu yang mengatakan bahwa menopause adalah suatu yang terjadi secara alami pada seorang wanita.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul tentang “Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Tingkat Kecemasan menghadapi Menopause Pada Ibu di Desa Ledug Kabupaten Banyumas”

B. RUMUSAN MASALAH

Kecemasan merupakan salah satu emosi yang paling menimbulkan stres yang dirasakan oleh banyak orang. Kecemasan disebut juga dengan ketakutan atau perasaan gugup. Seseorang yang mengalami cemas, gejalanya didominasi oleh keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran), tetapi dapat pula disertai keluhan somatis (fisik). Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti merumuskan rumusan masalah yaitu “Adakah hubungan pengetahuan dan dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan ibu menjelangmenopause di Desa Ledug Kabupaten Banyumas?”.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan ibu menjelang menopause di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang menopause di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.
- b. Untuk mengetahui dukungan sosial keluarga di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.
- c. Untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.
- d. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.
- e. Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi responden

Memberikan informasi dan masukan-masukan bagi responden terkait dengan hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu, sehingga responden tidak memiliki tingkat kecemasan yang begitu berat.

2. Bagi ilmu keperawatan

Memberikan informasi dan ilmu tambahan bagi ilmu keperawatan terkait dengan bagaimana hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu, sehingga dapat diterapkan dalam lahan praktek keperawatan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat memberikan informasi dan literatur tambahan bagi peneliti selanjutnya terkait dengan bagaimana hubungan pengetahuan dan dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause pada ibu di Desa Ledug Kabupaten Banyumas.

E. PENELITIAN TERKAIT

1. Wijayanti (2011)

Dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Pada Wanita Pre Menopause di Desa Jendi Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri. Tujuan : Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan, pada wanita menopause. Metode : Penelitian ini menurut jenisnya termasuk penelitian *Quasi-exsperiment*. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia masa menopause (dimulai pada masa akhir masa reproduksi dan berakhir pada awal masa senium/lanjut usia, yaitu usia 40-50 tahun) sejumlah 973 orang di Desa Jendi Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 62 orang. Analisa deskriptif dengan tabel distribusi frekuensi. Uji statistik yang

digunakan adalah uji *Paired-Samples-t-Test* dengan derajat kepercayaan 95% atau $\alpha = 0,05$. Saran terhadap peneliti selanjutnya yaitu dapat melakukan penelitian serupa dengan variasi beberapa metode pendidikan kesehatan yang lain. Perbedaan dari penelitian ini yaitu variabel bebasnya yang digunakan adalah pendidikan kesehatan, metode yang digunakan *Quasi-experiment*, uji statistik yang digunakan uji *Paired-Samples-t-Test* sedangkan peneliti menggunakan variabel bebasnya adalah pengetahuan dan dukungan sosial keluarga, desainnya menggunakan korelasi, uji statistik menggunakan uji chi square. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian adalah sama-sama ingin mengetahui tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause dan menggunakan teknik sampling *purposive sampling*.

2. Roestamaji, Sugiarti, Widyawati (2011)

Dengan judul pengaruh kepercayaan diri dan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi menopause pada ibu rumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri dan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi menopause pada wanita. Populasi dalam penelitian ini para wanita dewasa madya, dengan rentang usia antara 40 sampai dengan 50. Penelitian ini menggunakan try out terpakai, yang berarti data uji coba alat ukur sekaligus digunakan juga sebagai data untuk analisis hipotesis penelitian. Teknik pengumpulan data berupa skala, yang terdiri atas Skala Kecemasan Menghadapi Menopause, Skala Kepercayaan Diri serta Skala Dukungan Keluarga. Hasil uji

normalitas menunjukkan bahwa: Variabel kecemasan menghadapi menopause berdistribusi normal dengan nilai *Kolmogorof - Smirnov Z* = 0.855 ($p > 0,05$), Variabel dukungan keluarga berdistribusi normal dengan nilai *Kolmogorof - Smirnov Z* = 0.971 ($p > 0,05$), dan Variabel kepercayaan diri berdistribusi normal dengan nilai *Kolmogorof - Smirnov Z* = 0.981 ($p > 0,05$). Semua analisis menggunakan bantuan SPSS (Statistical Packages for Social Science) versi 15. Saran untuk penelitian selanjutnya yaitu: apabila tertarik dengan topik yang relatif sama diharapkan dapat mengkaitkannya dengan faktor – faktor lain yang belum terungkap dalam penelitian ini. Perbedaan penelitian ini yaitu variabel bebas yang digunakan adalah kepercayaan diri, penelitian ini menggunakan try out terpakai dan menggunakan uji nilai *Kolmogorof – Smirnov*, sedangkan peneliti adalah peneliti menggunakan variabel bebasnya adalah pengetahuan dan dukungan sosial keluarga, desainya menggunakan korelasi, uji statistik menggunakan uji chi square. Persamaan dalam penelitian ini adalah variabel bebasnya menggunakan dukungan keluarga dan variabel terikatnya menggunakan kecemasan menghadapi menopause.

3. Penelitian lain yang sesuai adalah penelitian Takamatsu, Makita & Nozawa (2004), menunjukkan konseling berperan penting untuk meningkatkan perasaan positif wanita yang mengalami gangguan gejala menopause.