

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Premenopause merupakan masa sebelum menopause yang ditandai dengan timbulnya keluhan-keluhan serta periode perdarahan menstruasi yang tidak teratur, masa ini dimulai sekitar usia 40 tahun. Tahap kedua adalah perimenopause adalah masa peralihan antara premenopause dan pascamenopause adalah masa yang berlangsung 3-5 tahun setelah menopause (Herawati, 2019). Menopause berasal dari kata Yunani, yang berarti “Bulan”, yang secara linguistik lebih tepat yang disebut “Menopause” yang berarti berhentinya masa menstruasi. Menopause dikenal sebagai waktu penghentian menstruasi secara permanen yang terjadi menyusul hilangnya aktivitas ovarium yang sering diartikan sebagai berakhirnya fungsi reproduksi seseorang wanita selama 12 bulan penuh (Puspitasari, 2020).

Masa premenopause dimulai sekitar umur 40-55 tahun dimana masa tersebut terjadi penurunan kadar hormon estrogen dan progesteron. Sehingga menyebabkan adanya berbagai perubahan fisik seperti menstruasi lebih sedikit, siklusnya lebih panjang, lebih pendek atau tidak beraturan sama sekali, *hot flushes* (rasa panas) dan keringat pada malam hari, kelelahan, insomnia, kekeringan kulit dan rambut, sakit dan nyeri persendian, sakit kepala, palpitasi (denyut jantung cepat dan tidak teratur), berat badan bertambah, bentuk tubuh yang berubah (Atikahdan Emi, 2020).

Dukungan suami menjadi *support system* yang berperan dalam meningkatkan semangat dan gairah wanita premenopause untuk melakukan hidup sehat dan mengurangi beban pikiran sehingga tidak mudah mengalami kecemasan (Rahwuni, Lestari & Bayhakki, 2021). Sesuai penelitian Septi & Muslihati (2020) membuktikan bahwa kecemasan diturunkan dengan adanya dukungan suami, didapatkan dari 61% keluarga memberikan dukungan baik menyebabkan sebanyak 45% wanita premenopause mengalami kecemasan ringan. Sejalan dengan penelitian Arduwino, Kusuma & Dewi (2020) menjelaskan bahwa dukungan sosial dari suaminya mempengaruhi tingkat kecemasan wanita premenopause, dimana kurangnya (73,3%) dukungan suami

menyebabkan wanita premenopause mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 56.7%. Dukungan yang kurang memperberat kecemasan menghadapi menopause.

World Health Organization (WHO) mengatakan terdapat 1,2 miliar wanita yang berusia 50 tahun ke atas di tahun 2030 nanti. Populasi wanita yang mengalami menopause akan meningkat sekitar 3% namun 80 % dari mereka merupakan penduduk yang tinggal dinegara berkembang. Berdasarkan data WHO 2020 dalam usia menopause wanita Indonesia berkisar 30, 3 juta dan akan terus meningkat setiap tahunnya (kuala, n.d.). Badan pusat statistik (2020) mengatakan, saat ini Indonesia mempunyai 14 juta wanita yang mengalami menopause atau sejumlah 9, 2% dari total populasi dengan usia 46 tahun. Wanita yang mengalami gejala yang cukup berat sehingga mempengaruhi kualitas hidup mereka dengan total penduduk wanita Indonesia sejumlah 130, 32 juta orang (BPS et al.,2020).

Kejadian kecemasan semakin meningkat seiring semakin tinggi wanita yang mengalami menopause. WHO (2020) mengungkapkan 20% (50 juta lebih) wanita premenopause mengalami depresi, cemas dan stres. Berdasarkan data Kemenkes RI (2021) didapatkan prevelensi wanita premenopause di indonesia yang mengalami kecemasan, depresi dan stres karena 8% menghadapi premenopause (6,6 juta jiwa dari jumlah penduduk wanita usia dewasa) sedangkan prevelensi di Jawa Timur di tahun 2021 4,5% (873.000 orang).

Seiring dengan meningkatnya usia harapan hidup wanita maka semakin kompleks masalah yang timbul ketika memasuki masa premenopause, baik masalah perubahan fisik hingga psikologis sehingga memerlukan dukungan keluarga terutama suami agar wanita premenopause menjadi adaptif (Indriyani, 2020). Dalam peningkatan usia banyak proses perkembangan maupun perubahan pada tubuh manusia baik itu perempuan maupun laki-laki. Saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan berhenti pada suatu tahap, sehingga akan terjadi pada proses menua, begitu pula proses menua yang akan terjadi pada ibu premenopause karena pada proses ini banyak terjadi pada perubahan fisik maupun psikologis yang akan terjadi ketika ibu seorang wanita memasuki masa premenopause hingga menopause.

Dukungan suami merupakan faktor eksternal paling baik dalam membantu istri untuk memulai masa menopause tanpa kecemasan berlebihan. Bagi seorang wanita yang memasuki masa premenopause, dukungan dari orang terdekat seperti dukungan dari suami adalah hal yang penting karena akan menentukan atau menurunkan rasa kecemasan yang dialaminya dalam menghadapi premenopause. Seseorang yang merasa cemas, jika memiliki teman atau orang lain yang mendukung, seperti suami maka kecemasannya akan berkurang (Jannah, 2020). Suami yang tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik dan dapat meyakinkan baik dalam perkataan maupun tindakan dapat membantu menghilangkan kecemasan ketika datang masa *menopause*. Wanita premenopause sangat membutuhkan dukungan suami dalam menjalani kehidupannya, dukungan suami yang kurang menyebabkan wanita premenopause merasa tidak dicintai dan mudah mengalami cemas sehingga mempercepat kejadian menopause (Hurriyah, 2020). Dukungan suami kepada wanita premenopause berhubungan dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan suami tentang menopause, dimana wanita premenopause membutuhkan dukungan yang lebih seperti kasih sayang dan perhatian (Hurriyah, 2021).

Studi pendahuluan yang telah dilakukan pada Desa Weerena di temukan wanita yang berada dalam masa premenopause sebanyak 250 wanita, berdasarkan hasil wawancara dengan tujuh orang ibu ditemukan bahwa permasalahan fisik yang di alami ibu premenopause di Desa Weerena yaitu seperti *hot flushes* dan berkeringan di malam hari yang berdampak pada ketidaknyamanan ibu dan mengganggu kualitas istirahat ibu lebih khusus pada malam hari, permasalahan seksualitas yang dialami yaitu menurun hasrat seksual dan nyeri saat senggama yang mengakibatkan seorang wanita malas untuk melakukan hubungan seksual dengan suaminya sehingga suami merasa kebutuhan seksualitasnya tidak terpenuhi. Permasalahan psikologi yang dialami seperti lebih mudah marah, mudah sedih, mudah tersinggung, ketika ada orang yang mengatakan sesuatu hal yang tidak disukai ibu premenopause tersebut menjadi tersinggung kemudian marah dan bersedih seperti saat bercanda dengan keluarga atau teman, dua dari tujuh wanita premenopause mengatakan

merasa harga dirinya kurang dikarenakan penampilannya sudah mulai berubah menjadi lebih tua dan menyebabkan suaminya bosan sehingga membuat ibu tersebut memikirkan kondisinya, dua dari tujuh ibu mengatakan tetap tenang dalam menghadapi premenopause karena suaminya juga masih tetap memberikan kasih sayang yang sama dan selalu ada disampingnya satu dari ibu juga mengatakan saat pertama kali mengalami premenopause namun dirinya tidak mengetahuinya suami kemudian mengantar untuk berkonsultasi ke Puskesmas terdekat, dua ibu mengatakan suaminya masih memberikan kasih sayang yang sama namun tidak ada perhatian khusus seperti konsultasi ke puskesmas atau tenaga kesehatan mengenai premenopause yang dihadapinya atau memberikan informasi-informasi yang diberikan terkait premenopause.

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause Dalam Menghadapi Perubahan Fisik dan psikis Di Desa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan Ibu premenopause menghadapi perubahan fisik dan psikis.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi perubahan fisik dan psikis di Desa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan suami ibu premenopause di Desa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi perubahan fisik dan psikis di Desa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya.
- c. Menganalisis hubungan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi perubahan fisik dan psikis di Desa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dikembangkan lebih luas lagi untuk menambah wawasan pengetahuan tentang dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi perubahan fisik dan psikis.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan masyarakat khususnya bagi suami dalam memberikan dukungan, perhatian serta kepedulian kepada istri agar dapat mengendalikan kecemasan ketika masa premenopause.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul	Teknik Sampling	Metode Penelitian	Hasil
1.	Minda Putri Andiani, Siska Ratu Lede	Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Suami Berkaitan Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Wanita Premenopause	<i>Purposive sampling</i>	<i>Cross sectional</i>	Tingkat pendidikan dan dukungan suami berhubungan dengan kecemasan menghadapi menopause pada wanita premenopause di Desa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya.
2.	Anggriani bulu, sasmita dewi, wulandari lende	Hubungan Dukungan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause Didesa Weerena Kabupaten Sumba Barat Daya	<i>Total sampling</i>	<i>Cross sectional</i>	Hasil penelitian di Desa Weerena menunjukkan mayoritas wanita premenopause mempunyai dukungan suami tingkat sedang, sebagian besar wanita mengalami kecemasan sedang dan adanya hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita premenopause di Desa Weerena.
3.	Desi Nurmayasari, Fitnaningsi Betristasia Endang Cahyawati	Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Premenopause Di Penduduk waimangura	<i>Total sampling</i>	<i>Survey analitik dengan pendekatan cross sectional</i>	Ada Hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan dalam menghadapi <i>premenopause</i> di Penduduk waiwangura.

No	Nama	Judul	Teknik Sampling	Metode Penelitian	Hasil
4.	Eni Kholifah, Putri Azzahroh, Anni Suciawati	Hubungan Pengetahuan Perubahan Fisik Dan Psikologis Dengan Penyesuaian Diri Wanita Premenopause	<i>Simpel random sampling</i>	<i>Analitik korelasi dengan pendekatan Cros sectional</i>	Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, perubahan fisik dengan penyesuaian diri wanita premenopause. Tidak ada hubungan yang signifikan antara perubahan psikologis dengan penyesuaian diri wanita premenopause di Desa Pukapaka.