

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proporsi penduduk dunia untuk usia di atas 60 tahun mengalami peningkatan dari sebelumnya pada tahun 2015 sebanyak 12% meningkat pada tahun 2050 menjadi 22%. World Health Organization (WHO) juga memperhitungkan bahwa terdapat sebanyak 1,2 miliar wanita berusia di atas 50 tahun pada 2030 mendatang. Terdapat penambahan 1,3 juta wanita menopause di Amerika setiap tahunnya dan adanya peningkatan wanita menopause di Asia sebanyak 373 juta jiwa. Proporsi di Asia diperkirakan akan mengalami peningkatan dari 107 juta menjadi 373 juta di tahun 2025. Penduduk Indonesia memiliki Usia Harapan Hidup (UHH) mencapai 71,85 tahun pada tahun 2022 dimana angka tersebut meningkat dari tahun 2021 yaitu 71,57. Sedangkan menurut Badan Sensus Penduduk, di Indonesia jumlah setiap tahunnya mencapai 5,3 juta orang dari jumlah total penduduk perempuan Indonesia yang berjumlah 118.010.413 juta jiwa (Pusat data dan Informasi Kesehatan RI, 2015).

Menopause berasal dari Bahasa Yunani, yakni dari kata 'men' yang artinya bulan dan kata 'peuseis' yang artinya penghentian sementara. Secara linguistik kata yang lebih tepat adalah *menocease* yang berarti masa berhentinya haid. Menopause merupakan tahap dalam kehidupan wanita ketika menstruasi berhenti, dengan demikian tahun – tahun melahirkan anak juga berhenti. Wanita dikatakan telah menopause jika sudah tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan sejak menstruasi terakhir yang disebabkan oleh penurunan fungsi ovarium (Suryoprajogo, 2019).

Banyak wanita yang mengeluh bahwa dengan datangnya menopause mereka akan menjadi pencemas. Wanita yang mengalami ini sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dari fluktuasi hormon. Seiring dengan hal itu, validitas dan fungsi organ tubuhnya akan menurun. Wanita menunjukkan prevalensi lebih sering dibandingkan pria disebabkan karena terjadinya menopause yang berhubungan dengan menurunnya kadar estrogen pada wanita menopause (Bromberger, 2021).

Terdapat beberapa perubahan fisik, psikologis, dan psikososial pada masa menopause. Menurut Kathy dalam penelitian Kholifah (2022), menyatakan perubahan fisik yang dialami oleh wanita menopause akan sangat mempengaruhi perubahan psikologis. Berdasarkan penelitian Kholifah (2022), beberapa gejala fisik terjadi selama masa menopause adalah *hot flashes*, cepat lelah, vagina kering, dan nyeri senggama. Sementara untuk perubahan gejala psikologis adalah khawatir, insomnia, mudah tersinggung, dan gejala psikososial didapat dari keluhan ketidaknyamanan yang muncul membuat enggan untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan sekitar.

Kejadian menopause dapat dilihat dari sejauh mana seorang wanita menopause mampu mengatasi dan menerima perubahan dan gejala yang muncul. Agar kehidupan wanita menopause mencapai keadaan kualitas hidup yang baik maka perlu mempersiapkan dan mengetahui perubahan yang dialami dengan mengenal kejadian masa menopause itu sendiri. Penting bagi wanita menopause agar kualitas hidupnya baik, karena setiap individu berhak untuk dapat merasakan dan menikmati semua peristiwa penting dalam hidup termasuk masa menopause sehingga kehidupannya menjadi berkualitas.

Jika wanita menopause dapat mencapai kualitas hidup yang baik maka kehidupan individu pada wanita menopause tersebut akan menuju pada keadaan ketentraman dan meminimalisir gangguan ketidaknyamanan yang dirasakan. Menurut Sari dan Istighosah (2019), Olahraga dapat meningkatkan kualitas hidup bagi wanita menopause karena dapat memperbaiki mood guna mencegah stress, dapat memperbaiki postur tubuh, meningkatkan kepadatan tulang sehingga dapat melakukan aktivitas.

Terapi hormon telah menjadi pengobatan utama untuk gejala menopause. Namun, karena risiko kesehatan, banyak wanita yang memilih untuk tidak menggunakan terapi hormon (Ma et al., 2016). Sekitar 51% wanita menggunakan pengobatan alternatif dan komplementer dan lebih dari 60% berpendapat bahwa pengobatan alternatif dan komplementer efektif dalam mengatasi gejala menopause (Posadzki et al., 2016). Namun, sebagian besar wanita pengguna pengobatan alternatif dan komplementer tidak berkonsultasi dengan penyedia layanan kesehatan (Posadzki et al., 2016). Keterlibatan tenaga kesehatan dalam pengambilan keputusan bersama dengan wanita mengenai pilihan pengobatan, termasuk terapi komplementer untuk gejala menopause. Jenis pendekatan terpadu yang berpusat pada pasien ini berpotensi mengurangi risiko dalam pengobatan dan efek samping (A. Johnson et al., 2019).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik tahun 2020, jumlah penduduk Indonesia adalah sebanyak 270.203.917 jiwa, dimana 133.542.018 jiwa adalah perempuan. Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 9,78 persen dari total penduduk, naik signifikan dibandingkan jumlah lansia pada satu dekade sebelumnya yang hanya mencapai 7,59 persen (Dinkes RI, 2014). Menurut data

yang diperoleh dari Badan Pusat Statistika (BPS) jumlah penduduk di Kecamatan Kramat Jati pada tahun 2020 yaitu sebanyak 298.437 jiwa dengan jumlah penduduk perempuan sebanyak 148.098 jiwa. Sedangkan jumlah penduduk di Kelurahan Balekambang pada tahun 2020 yaitu sebanyak 27.890 jiwa dengan penduduk perempuan sebanyak 13.465 jiwa. Jumlah penduduk perempuan menurut kelompok umur 45-55 tahun di Kelurahan Balekambang yaitu sebanyak 1.566 jiwa.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti dengan wawancara yang dilakukan pada 6 wanita menopause di RT 006/05 Kelurahan Balekambang Kecamatan Kramat Jati didapatkan bahwa dari 6 wanita menopause terdapat 4 menopause mengalami gangguan ketidaknyamanan berupa *hot flashes*, gangguan tulang dan persendian, penambahan berat badan, insomnia, dan vagina kering. Sedangkan 2 menopause menyadari hanya merasakan beberapa gejala seperti *hot flashes*, insomnia, dan vagina kering. Hal tersebut merupakan gangguan masa menopause yang membuat ibu merasa ketidaknyamanan pada dirinya.

Dari pemaparan masalah di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gangguan Ketidaknyamanan pada Menopause di Balekambang RT 006/05 Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Gangguan Ketidaknyamanan pada Menopause di Balekambang RT 006/05 Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2024”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Gangguan Ketidaknyamanan pada Menopause di Balekambang RT 006/05 Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui distribusi frekuensi gangguan ketidaknyamanan pada menopause di Balekambang RT 006/05 Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2024.

1.3.2.2 Mengetahui distribusi frekuensi faktor *hot flashes*, vagina kering, berat badan, gangguan tulang dan persendian, dan insomnia pada menopause di Balekambang RT 006/05 Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2024.

1.3.2.3 Mengetahui hubungan *hot flashes*, vagina kering, berat badan, gangguan tulang dan persendian, dan insomnia dengan gangguan ketidaknyamanan pada menopause di Balekambang RT 006/05 Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.3 Bagi Menopause

Diharapkan hasil penelitian dapat dimanfaatkan khususnya bagi wanita menopause agar meningkatkan pengetahuan mengenai informasi atau gambaran gangguan ketidaknyamanan yang dialami menopause.

1.4.1 Bagi Ilmu pengetahuan

Data atau informasi hasil pengetahuan ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai ketidaknyamanan yang dirasakan oleh wanita saat menopause.

1.4.2 Bagi Instituti Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan baru dan pengembangan ilmu asuhan kebidanan sebagai referensi terkait dengan gangguan ketidaknyamanan pada menopause.

