

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause menandakan bahwa menstruasi dan reproduksi seorang wanita sudah berakhir. Menopause normalnya terjadi pada usia 45-55 tahun. Hal ini berlangsung akibat penghasil utama estradiol dan inhibin yaitu sel granulosa ovarium mengalami penurunan. Terjadinya hambatan estrogen dan inhibin pada gonadotropin, menyebabkan *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Hormone Luteinizing* (LH) mengalami peningkatan. Peningkatan hormon FSH ini mengakibatkan menstruasi memendek sampai menstruasi tidak terjadi lagi (Widiyastuti *et al.*, 2022).

Badan Kesehatan Dunia, WHO (*World Health Organization*) memperkirakan usia harapan hidup orang Indonesia adalah 75 tahun pada tahun 2025. Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal menopause. Dari data WHO (*World Health Organization*) jumlah wanita di dunia yang memasuki fase menopause diperkirakan mencapai 1,94 milyar orang. Populasi wanita yang mengalami menopause di dunia mencapai 894 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 mendatang jumlah perempuan di dunia yang memasuki masa menopause akan mencapai 1,2 milyar orang, artinya sebanyak 1,2 milyar perempuan akan memasuki usia lebih 50 tahun, dan angka itu merupakan tiga kali lipat dari angka sensus tahun 2000 hampir di seluruh dunia, sekitar 70-

80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia (WHO,2025).

Hasil Studi *of Women's Health Across the Nation* (SWAN) di Amerika Serikat menunjukkan bahwa masa menopause berhubungan dengan tekanan psikologi, dimana 28,9% mengalami stress diawal premenopause, 20,9% pada tahap premenopause, dan 22% pada tahap postmenopause. Berdasarkan hasil penelitian 75% wanita premenopause menganggap menopause merupakan suatu masalah atau gangguan, sedangkan sisanya menganggap menopause bukan suatu masalah (SWAN,2022).

Semakin meningkatnya jumlah usia menopause di Indonesia, tentunya hal ini perlu mendapatkan perhatian bagaimana kesehatan reproduksinya karena pada masa ini akan terjadi perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan berbagai macam keluhan pada kesehatan. Seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup (UHH) sebagai hasil dari pembangunan kesehatan, maka pada tahun 2020 diperkirakan terjadi peningkatan jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang berusia diatas 50 tahun dengan jumlah 29.872.900 jiwa atau 11,42% dari total jumlah penduduk Indonesia (Fatmah, 2018).

Menurut Kemenkes RI hingga saat ini wanita Indonesia memasuki masa menopause usia 40-44 tahun berjumlah 9.408.942 dan usia 45-49 tahun sebanyak 8.485.479, sehingga jumlah keseluruhan wanita usia pramenopause usia 40-49 tahun di Indonesia sebanyak 17.894.421. Meningkatnya jumlah tersebut dari tahun ke tahun sebagai akibat bertambahnya populasi penduduk

usia lanjut dan tingginya usia harapan hidup, jumlah dan proporsi. Saat ini Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4% dari total populasi yang ada. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 2003 menjadi 67 tahun pada tahun 2017. Perkiraan umur rata-rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak (Kemenkes RI,2018)

Sebesar 70% para wanita yang berusia 45 sampai dengan 54 tahun cenderung mengalami berbagai gejala seperti hot flushes, jantung berdebar-debar, gangguan tidur, depresi, mudah tersinggung, merasa takut, gelisah dan lekas marah, sakit kepala, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kurang tenaga, berkunang-kunang, kesemutan, gangguan libido, obstipasi, berat badan bertambah, dan nyeri tulang dan otot (Koeryaman & Ermianti, 2018).

Provinsi Sumatera Barat penduduk usia menopause pada tahun 2021 berjumlah 172.594 penduduk dan pada tahun 2022 berjumlah 175.669 penduduk. Jumlah ini akan terus mengalami peningkatan, pada tahun 2022 wanita menopause di Sumatera Barat (BPS, 2023).

Berdasarkan data demografi Kabupaten Lima Puluh Kota tahun 2024, diperkirakan terdapat sekitar 30.000 wanita yang telah memasuki masa menopause, atau sekitar 15% dari total penduduk wanita di daerah tersebut. Jumlah ini menunjukkan bahwa fenomena menopause merupakan isu kesehatan masyarakat yang cukup signifikan.

Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan di Puskesmas Koto Baru Simalanggang, diperoleh data bahwa jumlah kunjungan wanita premenopause pada bulan September sampai Oktober tercatat sebanyak 265 orang. Jumlah ini menunjukkan bahwa kasus kunjungan wanita dalam fase menjelang menopause cukup tinggi dan menggambarkan bahwa kebutuhan informasi serta kesiapan menghadapi masa menopause menjadi isu yang penting untuk diperhatikan. Banyaknya wanita premenopause yang datang berkunjung ke Puskesmas tersebut mengindikasikan adanya kebutuhan akan edukasi terkait perubahan fisik maupun psikologis yang dialami pada masa premenopause. Hal ini memperkuat urgensi dilakukan penelitian mengenai hubungan sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause, agar pelayanan kesehatan dan edukasi yang diberikan dapat lebih tepat sasaran sesuai kebutuhan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Koto Baru Simalanggang.

Sikap wanita terhadap menopause sangat berpengaruh terhadap cara mereka menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi, sedangkan dukungan dari keluarga, terutama pasangan, memiliki peran penting dalam menjaga kesejahteraan emosional dan kualitas hidup wanita menopause. Namun, masih banyak wanita yang memiliki sikap negatif atau kurang mendapatkan dukungan yang memadai, sehingga dapat menimbulkan gangguan psikologis maupun ketidaknyamanan fisik. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara sikap wanita dengan dukungan terhadap masa menopause, khususnya di Kabupaten Lima Puluh

Kota, sebagai dasar upaya peningkatan pengetahuan, dukungan keluarga, dan pelayanan kesehatan yang lebih responsif terhadap kebutuhan wanita menopause (Nasution, 2020).

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau objek. Menurut Newcomb dalam Notoatmodjo (2019), salah seorang ahli psikologis sosial menyatakan bahwa sikap itu merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Notoatmodjo, 2019).

Dukungan keluarga merupakan bentuk dari perilaku keluarga yang diharapkan oleh orang lain sesuai kedudukannya dalam suatu sistem. Keluarga diharapkan dapat mengambil bagian untuk berperilaku sesuai dengan fungsinya masing-masing. Dukungan keluarga merupakan bentuk dari bantuan keluarga kepada wanita yang akan memasuki masa menopause (Harmoko, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2023) tentang hubungan dukungan keluarga, pengetahuan dan sikap ibu dengan kesiapan menghadapi perubahan pada masa premenopause di Desa Kota Padang Kecamatan Semende Darat Tengah ditemukan hasil 33% tidak siap menghadapi menopause, 38,9% sikap negatif, 44,4% keluarga kurang mendukung. Ada hubungan sikap dengan kesiapan menghadapi masa menopause ($pvalue=0,000$) dan ada hubungan

dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause (pvalue=0,024).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Novitasari (2020) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan ibu menghadapi masa menopause di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang 50,8% kurang siap menghadapi menopause, 46,9% sikap negatif tentang menopause dan 46,2% keluarga kurang mendukung tentang menopause. Ada hubungan sikap dengan kesiapan menghadapi menopause (pvalue=0,023) dan ada hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi menopause (pvalue=0,002).

Penelitian lain yang dilakukan Wulan (2020) tentang faktor yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menopause di Kelurahan Gundaling 1 Kecamatan Berastagi ditemukan hasil 41,4% kurang siap menghadapi menopause, 32,8% sikap negatif, 34,5% keluarga kurang mendukung. Ada hubungan sikap dengan kesiapan menghadapi menopause (pvalue=0,000). Ada hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi menopause (pvalue=0,002).

Berdasarkan survey awal peneliti di Puskesmas Puskesmas Koto Baru Simalanggang, terhadap 10 orang wanita premenopause, dimana 7 orang belum siap menghadapi menopause dan 3 orang lagi sudah siap menghadapi menopause. Mereka mengatakan belum siap secara fisik, psikologis dan spritual yang berakibat terhadap ketakutan dan merasa cemas menghadapi menopause ini. Dari 7 orang tersebut 5 orang mengatakan menopause kondisi baru yang muncul dalam kehidupan dan itu merupakan hal yang biasa, jika

menopause suami menjauh darinya dan merasa sudah tidak cantik lagi. Dari 7 orang tersebut, 4 orang mengatakan keluarga tidak mengetahui keadaan usianya akan memasuki menopause, keluarga menganggap menopause hal yang normal untuk di lalui, keluarga tidak merespon tentang menopause ini. Berdasarkan fenomena di atas, peneliti telah melakukan penelitian tentang “Hubungan Sikap dan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka perumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause di tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Hubungan Sikap dan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kesiapan menghadapi masa menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang tahun 2025
- b. Diketahui distribusi frekuensi sikap Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang tahun 2025
- c. Diketahui distribusi frekuensi dukungan keluarga Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang tahun 2025

- d. Diketahui hubungan sikap dengan kesiapan menghadapi masa menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang tahun 2025
- e. Diketahui hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang tahun 2025

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Sebagai bahan masukan dan menambah ilmu pengetahuan, pengalaman dan kemampuan dalam menganalisa suatu masalah tentang hubungan sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang tahun 2025.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat meneliti faktor lain bagi penelitian selanjutnya dengan melihat variabel lain dengan desain yang berbeda.

2. Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan masukan bagi mahasiswa kebidanan dan menambah wawasan dan pengetahuan serta menambah referensi bahan riset metodologi penelitian.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi bagi bidan dalam meningkatkan pengetahuan ibu menopause.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup ini membahas tentang hubungan sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause di tahun 2025. Variabel independen sikap dan dukungan keluarga, sedangkan variabel dependen kesiapan menghadapi masa menopause. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan desain pendekatan *cross sectional*. Waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan September Tahun 2025 hingga Februari 2026 dan pengumpulan data dilakukan tanggal 20 november 2025 sampai 05 januari 2026 di wilayah kerja puskesmas koto baru simalanggang. Populasi pada penelitian ini seluruh wanita premenopause yang datang berkunjung ke Puskesmas berjumlah 265 orang dengan sampel 73 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Purposive sampling* yang dimana merupakan cara memilih sampel secara khusus dengan kriteria tertentu atau tujuan penelitian. Pengumpulan data melalui wawancara dan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* $p\text{-value} \leq 0,05$.