

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan masalah normal yang akan dilalui dalam kehidupan semua wanita tapi para wanita mengartikan menopause berbeda-beda. Wanita setelah menopause dianggap tidak menarik lagi. Sebagian orang juga menganggap datangnya menopause sebagai berakhirnya masa menyenangkan dalam hidup (Ferdiansyah & Dewi, 2024).

Sebelum terjadinya fase menopause biasanya di dahului fase premonopause, dimana fase ini merupakan peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan. Sebagian besar wanita mengalami gejala premenopause pada usia empat puluh tahun dan mencapai puncaknya pada usia lima puluh tahun. Menurunnya kadar estrogen menyebabkan gejala premenopause, yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan wanita dan bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga. Masalah yang muncul adalah hilangnya masa kesuburan dan munculnya perubahan yang menyebabkan kecemasan dan kekhawatiran pada wanita (Kemenkes RI, 2023).

Sindrom premenopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 sekitar 25 juta wanita diseluruh dunia mengalami menopause. Sebagian besar dari mereka sekitar 80% tinggal di negara berkembang dan setiap tahunnya populasi perempuan menopause meningkat sekitar 3% artinya

kesehatan perempuan khususnya patut mendapatkan perhatian sehingga akan meningkatkan angka harapan hidup dan tercapainya kebahagiaan serta kesejahteraan secara psikologis (Ningsih & Sari, 2024).

Hasil *Study of Women's Health Across the Nation* (SWAN) di Amerika Serikat menunjukkan bahwa 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 (Harahap et al., 2024).

Pada tahun 2023 jumlah ibu dalam menghadapi menopause di Indonesia sebanyak 10.130.800 jiwa, jumlah tertinggi di Jawa Barat yaitu 3.565.500 jiwa, Jawa Tengah yaitu 2.699.400 jiwa. Di Indonesia sendiri pada tahun 2025 ada 60 juta ibu dalam memasuki menopause. Di Jakarta di temukan 58,3% ibu dalam menghadapi menopause mengalami kecemasan sedang sampai berat, yang berhubungan dengan rendahnya dukungan keluarga dan kurangnya pengetahuan tentang premenopause (Lestari, 2022).

Berdasarkan data *Badan Pusat Statistik* (BPS) Provinsi Sumatera Barat tahun 2023 melaporkan jumlah ibu dalam menghadapi menopause di Provinsi ini sebanyak 370.600 jiwa. Dimana Kota Padang di urutan tertinggi ibu dalam menghadapi menopause dengan 62.500 jiwa, di ikuti kabupaten Pesisir Selatan sebanyak 37.100 jiwa (BPS, 2023).

Daerah yang memiliki jumlah ibu dalam menghadapi menopause tertinggi di Kota Padang adalah Kecamatan Koto Tangah yaitu 23.174 orang, kurunji 17.371 orang. Dari 13 Kelurahan di Kecamatan Koto Tangah, Kelurahan Lubuk Buaya merupakan kelurahan yang paling banyak jumlah ibu dalam menghadapi menopause yaitu 1.960 orang, Padang Sarai sebanyak 1529 dan Perupuk Tabing 1426 orang. sehingga ini menjadi pertimbangan peneliti untuk melakukan penelitian di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang (BPS, 2023).

Data menunjukkan bahwa dukungan keluarga belum selalu optimal. menunjukkan bahwa meskipun 48,7% ibu dalam menghadapi menopause memperoleh dukungan keluarga yang tinggi, masih ditemukan ibu yang mengalami kecemasan sebesar 7,7%, menggambarkan bahwa dukungan keluarga masih perlu diperkuat agar mampu berfungsi secara efektif (Refisiliyani, 2022)

Wanita yang berada Pada masa menghadapi menopause seringkali mengalami kecemasan karena persepsi yang timbul dari informasi yang diterimanya. Ada informasi yang benar tetapi adapula informasi yang bersifat mitos. Kebanyakan perempuan selama menopause sangat memikirkan masalah tertentu, yang dapat meningkatkan kecemasan mereka (Putri, 2022).

Dampak dalam menghadapi menopause mencakup efek jangka pendek dan jangka panjang. Efek jangka pendek terlihat dalam perubahan fisik, seperti kulit yang mulai kendur, peningkatan sensitivitas terhadap sinar matahari dapat menyebabkan pigmentasi dan penggelapan, dan pelemasan otot wajah, yang menyebabkan kulit menjadi kendur. Wanita mungkin mengalami

banyak perubahan psikologis, seperti persepsi diri yang lebih tua, kehilangan rasa menarik, depresi akibat penuaan, meningkatnya kecenderungan mudah tersinggung, kekhawatiran tentang kemampuan seksual mereka, perasaan tidak berharga, dan merasa diri mereka sebagai beban bagi keluarga (Lita F, 2025).

Adapun faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu dalam menghadapi masa menopause diantaranya pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, kondisi ekonomi dan gaya hidup. Faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan ibu dalam menghadapi menopause di antaranya perubahan fisik, kesehatan umum, tingkat pendidikan, keturunan, lingkungan, gangguan saraf panca indra, gangguan konsep diri. Dari berbagai faktor tersebut, dukungan keluarga merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap tingkat kecemasan, karena peran keluarga dapat memberikan rasa aman dan perhatian emosional (Hilda et al., 2022).

Pada ibu dalam menghadapi menopause, dukungan keluarga mempengaruhi relevansi tidaknya kepada kecemasan. Pendampingan keluarga bagi ibu dalam menghadapi menopause merupakan suatu bentuk perhatian. Disfungsi keluarga dan kurangnya dukungan akan memperburuk kecemasan dan berdampak negatif pada lingkungan, termasuk rasa tidak aman dan malu saat bertemu dan berbicara dengan orang baru. Oleh sebab itu, keluarga sumber dukungan bagi anggota keluarga yang lainnya (Refisiliyani, 2022).

Wanita dalam menghadapi masa menopause merasa lebih dihargai dan merasa lebih tenang dalam hidup mereka ketika mereka mendapat dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan dukungan yang diterima seseorang dari orang yang berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, anak dan

orang tua sehingga merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informatif (Sari & Lestari, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Refisiliyani, 2022), dengan judul “Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu perimenopause dalam menghadapi menopause di Desa Danau Usung, Kecamatan Murung “, Ibu yang menopause memiliki tingkat dukungan keluarga yang tinggi (48,7%) sedangkan mengalami tingkat kecemasan yang rendah (7.7%).

Penelitian yang dilakukan oleh (Iliwandi, 2022), hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden, sebagian besar mengalami kecemasan menghadapi menopause dalam taraf sedang, yaitu sebanyak 58 orang (8,2%) berdasarkan usia, yang mengalami kecemasan menghadapi menopause pada tingkat sedang adalah berusia 46-50 tahun dengan $p\text{ value} = 0.000 < 0.05$ yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause di Semarang (Iliwandi, 2022)

Berdasarkan hasil survei awal yang peneliti lakukan pada tanggal 27 Oktober 2025 di Puskesmas Lubuk Buaya dari 10 orang ibu dalam menghadapi menopause terdapat 7 orang ibu mengalami tingkat kecemasan sedang dan 3 ibu mengalami tingkat kecemasan ringan, sedangkan dukungan keluarga 6 orang ibu mendapat dukungan kurang dan 4 orang mendapatkan dukungan cukup. Dukungan keluarga yang dimaksud pada penelitian ini mencakup dukungan emosional.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah Ada Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025?.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi Menopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025 .

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi Menopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- b. Diketahui distribusi frekuensi dukungan keluarga dalam menghadapi monopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- c. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi Menopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi Menopause, tentang dukungan keluarga dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu dalam menghadapi menopause.

b. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan ajar, referensi penelitian, dan literatur tambahan di bidang psikologi dan sumber rujukan bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian selanjutnya.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan bagi bidan dalam memberikan konseling, bimbingan, serta edukasi kepada ibu dalam menghadapi menopause mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam menurunkan tingkat kecemasan, sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan terutama dalam aspek promotif dan preventif.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini tentang Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi menopause di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025. Variabel Independen adalah Dukungan Keluarga, sedangkan Variabel Dependen yaitu Tingkat Kecemasan Ibu dalam menghadapi menopause. Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain deskriptif analitik, menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan September 2025 - Februari 2026 di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu dalam menghadapi menopause yang berkunjung ke Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang 1 bulan terakhir terdiri dari 239 orang. Sampel yang diambil sebanyak 38 orang, dengan metode pengambilan sampel secara *Accidental sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis data secara *Univariat*, *Bivariat* menggunakan uji statistik *Chi-Square*.