

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Dasar Teori

1. Menopause

a. Definisi

Menopause berasal dari kata *meno* yaitu menstruasi dan *pause* yang berarti stop atau berhenti. Menopause adalah peristiwa dimana pada wanita mengalami perdarahan surut (*withdrawal bleeding*) secara fisiologik pada menstruasi terakhir dalam seumur hidup, yang menunjukkan berakhirnya kemampuan berproduksi pada wanita (Ghani, 2009). Menopause adalah peristiwa berhentinya siklus menstruasi pada wanita yang terjadi secara bertahap sampai pada penurunan fungsi ovarium sehingga pada wanita ini tidak dapat lagi menghasilkan keturunan (Yatim dalam Tika Larasati, 2012).

Menurut Oktavia (2013), menyimpulkan bahwa menopause merupakan suatu keadaan berhentinya siklus menstruasi yang terjadi selama 12 bulan, hal ini diakibatkan karena hormon estrogen dan progesteron yang mengalami penurunan dimana pada fase ini akan diawali dengan fase premenopause dan berakhir sebagai fase *pascamenopause*. Menopause ditandai dengan siklus seksual yang menjadi tidak teratur dan peristiwa ovulasi sering tidak terjadi. Gejala awalnya dapat berupa siklus menstruasi yang terhenti setelah beberapa bulan sampai beberapa tahun setelah menstruasi normal. Hal ini

biasanya terjadi pada umur 40 sampai 50 tahun (Gayton, 2007). Sedangkan menurut Price (2005), menopause biasanya terjadi antara usia 45 sampai 52 tahun, Menopause adalah berhentinya siklus menstruasi pada uterus yang teratur yang merupakan peristiwa dalam *klimakterium* atau saat fungsi ovarium mengalami regresi.

b. Tahapan Menopause menurut Wirakusumah (2003).

1) Pramenopause

Fase ini ditandai dengan siklus menstruasi yang tidak teratur selama masih dalam siklus menstruasi, hal ini disebabkan karena mulai terjadinya perubahan hormon pada wanita yang mengakibatkan perubahan-perubahan pada siklus menstruasi.

2) Premenopause

Merupakan masa transisi menuju menopause yang terjadi beberapa tahun sebelum menopause yang ditandai dengan adanya *hot flush* atau perdarahan yang tidak teratur, gejala seperti ini akan muncul sampai pada saat menstruasi yang terakhir yang tidak pasti kejadiannya. Perubahan siklus menstruasi pada wanita berbeda-beda, ada yang menstruasinya lebih banyak dari biasanya tapi ada pula menstruasinya lebih sedikit. Pada fase ini biasanya ditemukan produksi hormon estrogen berkurang dan fungsi ovarium pada wanita mengalami penurunan sampai akhirnya berhenti. Pada akhir masa ini, mulai adanya penurunan fungsi pada organ tubuh terutama fungsi otak, tulang dan sistem saraf.

3) Menopause

Fase ini dihitung mulai dari menstruasi yang paling akhir sampai tidak mendapatkan menstruasi selama satu tahun. Memasuki fase ini seringkali ditandai dengan berkurangnya menstruasi secara bertahap dan hormon estrogen yang di produksi sedikit tetapi pada wanita ada juga yang mengalami siklus menstruasinya berhenti secara tiba-tiba.

4) Post menopause

Pasca menopause terjadi selama 3-5 tahun setelah menstruasi yang terakhir. Pada fase ini kejadiannya berbeda-benda antara masing-masing individu, ada yang mengalami post menopause dimulai dari fase perimenopause tapi ada pula yang mengalaminya mulai dari fase menopause.

c. Gejala-gejala menopause

Hal-hal yang biasanya terjadi pada wanita menopause adalah gejala fisik seperti siklus haid yang tidak teratur, *hot fluses* atau rasa panas dibagian wajah, leher dan dada yang terjadi selama beberapa menit, merasa berkeringat di malam hari, susah tidur, kekeringan pada vagina, dan libido menurun. Sedangkan gejala psikologis yang dialami biasanya ditandai dengan mudah tersinggung, rasa cemas dan depresi, sering lupa serta susah berkonsentrasi (Rohmatika, Sumarni & Prabandani, 2012)

Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh Rostiana & Kurniat (2009), pada seorang wanita yang akan menghadapi menopause atau premenopause, ditemukan gejala-gejala sebagai berikut :

1) Gejala Kognitif

Pada wanita premenopause gejala kognitif yang dirasakan seperti merasa semakin tua, keriput dan sudah tidak cantik lagi sehingga membuatnya merasa takut. Hal lainnya yang dikeluhkan juga adalah rasa gelisah, susah tidur dan konsentrasinya yang menurun, perasaan panik dan merasa serba salah saat melihat dirinya di depan cermin.

2) Gejala Motorik

Hal-hal yang biasanya dikeluhkan seperti rasa bergetar, menggigit kuku dan bibirnya yang dilakukan secara tidak sadar terutama terjadi ketika ia merasa takut, berada pada tempat yang ramai, lingkungan yang baru dan jika ada yang membicarakan tentang menopause.

3) Gejala Somatik

Pada wanita premenopause gejala somatik yang dirasakan seperti mengeluhkan keringat yang berlebih, jantungnya yang berdetak lebih cepat dan kencang, serta merasa tangan dan kakinya basah dan kesemutan, hal ini terjadi saat ia merasa cemas, takut

dan grogi apalagi mendengar orang lain yang membicarakan tentang menopause, wajahnya akan tampak memucat.

4) Gejala Afektif

Pada wanita premenopause gejala afektif yang dirasakan berupa cemas yang ditandai dengan rasa gelisah dan khawatir karena akan memasuki masa menopause. Gejala afektif lainnya pada wanita premenopause seperti susah untuk berkonsentrasi, merasa canggung dan gampang panik. Rasa takut yang berlebihan juga dirasakan karena memikirkan hal-hal seperti merasa tidak cantik lagi, kulit yang keriput, tua dan merasa tidak sehat sehingga menyebabkan suaminya ingin mencari wanita lain.

Dari berbagai keluhan-keluhan dan gejala di atas faktor pemicu terjadinya hal tersebut dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron yang mengalami penurunan bahkan menghilang. Sekitar 15% wanita merasakan gejala di atas cukup berat sampai membutuhkan perawatan. Biasanya pada wanita ini di berikan psikoterapi, namun apabila tindakan tersebut gagal maka akan diberikan estrogen harian dalam jumlah kecil yang dapat meredakan keluhan dan gejala yang dirasakan (Guyton, 2007).

2. Dukungan Sosial Suami

Setiap orang membutuhkan orang lain untuk menemaninya dalam kehidupannya sehingga seseorang tidak merasa sendiri, semandiri apapun seseorang pasti akan membutuhkan orang lain di sampingnya (Octavia,

2013). Seorang istri ketika mendapatkan dukungan sosial dari suami pada saat istri merasa takut menghadapi menopause dan suaminya mengerti keadaan dari perasaannya maka istri merasa bahwa suami tersebut memberikan perhatian dan kasih sayang padanya sehingga istri tidak merasa sendirian karena masih ada yang peduli dengannya (Kristiono dalam Octavia, 2013).

Seorang istri yang mendapatkan pengertian, penerimaan dan dukungan dari suami merupakan sesuatu yang berharga bagi istri yang menjalani menopause. Interaksi berupa komunikasi dan keterbukaan di antara keduanya dapat membantu istri dalam menghadapi menopause dengan lebih baik lagi. Sikap positif yang diberikan oleh suami akan memberikan pikiran yang positif pada istri bahwa adanya sosok seorang pendamping atau suami di sisinya akan membuatnya merasa masih sangat dibutuhkan dalam menghadapi kehidupan (Kasdu, 2002).

Adapun jenis-jenis dukungan sosial suami menurut (Smet dalam Prabandani, 2011)

a. Dukungan Emosional

Beberapa hal di dalamnya seperti simpati, kepedulian dan perhatian kepada orang yang membutuhkan sehingga dukungan ini memberikan rasa aman dan rasa mengasihi.

b. Dukungan Penghargaan

Penghargaan seperti ungkapan rasa hormat, dorongan untuk maju dan lebih baik lagi, dan dapat memberikan penghargaan pada seseorang

untuk menemukan hal-hal positif yang ada pada dirinya dengan membandingkan keadaan dirinya dengan keadaan orang lain, sehingga apabila orang tersebut merasakan ada hal-hal positif dalam dirinya melalui penghargaan yang diberikan oleh orang lain maka orang tersebut akan merasa mendapatkan penghargaan pada dirinya.

c. Dukungan Instrumental

Meliputi bantuan yang didapat secara langsung sesuai dengan yang dibutuhkan oleh seseorang misalnya memberikan penyediaan sarana atau memberikan pernyataan yang bersifat memotivasi.

d. Dukungan Informatif

Termasuk didalamnya pemberian nasihat secara langsung, dengan cara memberikan saran atau ide yang dapat dijadikan petunjuk dan umpan balik dari individu yang lain sehingga ia bisa bersosialisasi dengan orang-orang di sekitarnya.

3. Kecemasan

Kecemasan adalah gangguan perasaan pada seseorang yang biasanya disertai dengan perasaan takut atau merasa khawatir secara mendalam dan berkelanjutan tetapi tidak sampai menimbulkan gangguan dalam menilai sesuatu yang nyata, kepribadian seseorang ini masih ada atau tidak memberikan perubahan pada kepribadiannya akan tetapi perilakunya dapat terganggu hanya ringan dan masih dalam batas normal (Hawari dalam Prabandani, 2011). Adapun tingkat kecemasan menurut (Stuart and Sundeen dalam Prabandani 2011), terdiri atas:

a. Kecemasan ringan

Pada cemas ringan ini biasanya berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan persepsinya. Ansietas dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.

b. Kecemasan sedang

Memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

c. Kecemasan berat

Sangat mengurangi persepsi seseorang. Seseorang cenderung memusatkan sesuatu yang terinci, spesifik dan tidak dapat berfikir tentang hal lain.

d. Tingkat panik dari *ansietas*

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, orang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada Ibu premenopause menurut penelitian (Aprili & Puspitasari, 2007):

a. Pengetahuan

Dari hasil penelitiannya, dapat disimpulkan bahwa semakin baik pengetahuan Ibu premenopause maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya.

b. Sikap

Diuraikan bahwa sebagian besar Ibu premenopause yang sudah diteliti mempunyai sikap negatif terhadap menopause dengan hasil persentase untuk kecemasan sedang sebesar 33,33% dan kecemasan berat 39,40%. Dan sebaliknya, Ibu premenopause yang mempunyai sikap positif terhadap menopause mengalami kecemasan ringan sebesar 65,67% dan hanya 17,91 % yang mengalami kecemasan ringan. Artinya, semakin positif sikap Ibu premenopause maka tingkat kecemasannya semakin rendah.

c. Dukungan Keluarga

Berdasarkan data dari hasil penelitian tersebut, ditemukan Ibu premenopause yang mendapatkan dukungan dari keluarga yang negatif mengalami tingkat kecemasan sedang sebesar 31,11% dan kecemasan berat 46,67%. Begitupun sebaliknya, nilai persentasi pada Ibu premenopause yang mendapatkan dukungan keluarga yang positif, tingkat kecemasan ringan sebesar 78,18% dan hanya 7,28% yang mengalami kecemasan berat.

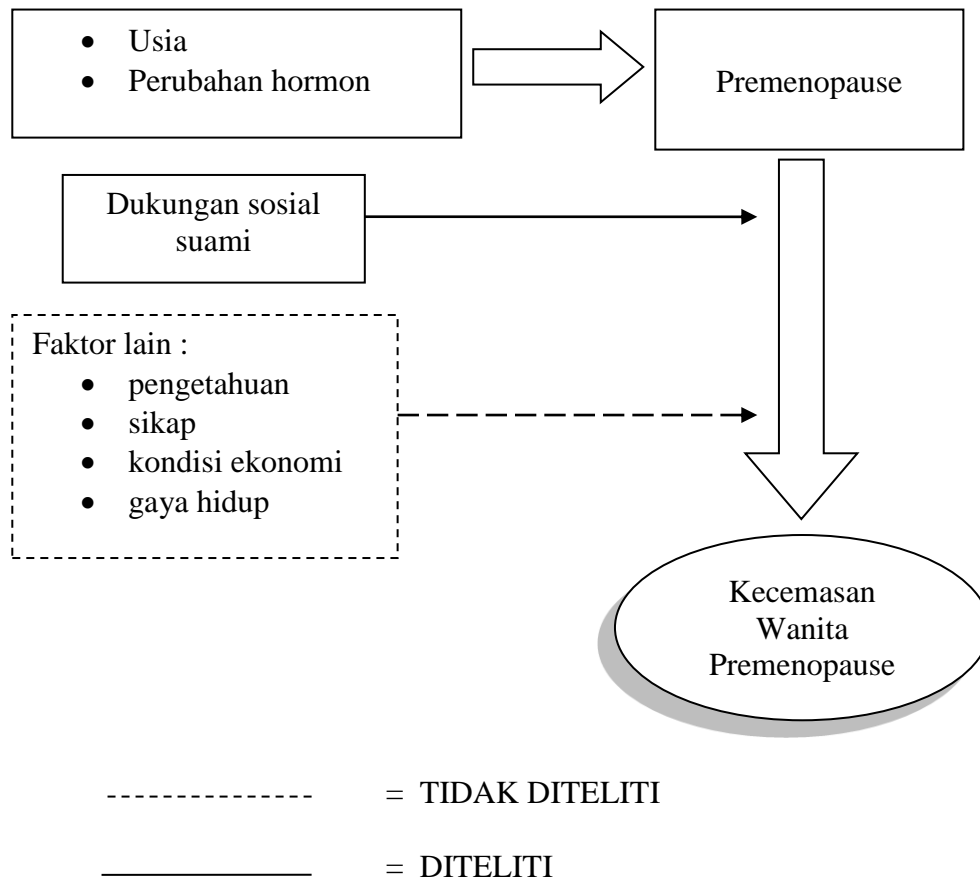
d. Kondisi Ekonomi

Pada sebagian Ibu premenopause yang mengalami kondisi ekonomi yang buruk mendapatkan kecemasan ringan sebesar 37,83% dan kecemasan berat 40,68%. Sedangkan untuk Ibu premenopause dengan kondisi ekonomi baik mengalami tingkat kecemasan ringan sebesar 61,90%.

e. Gaya Hidup

Semua orang memiliki gaya hidup masing-masing begitupun dengan Ibu premenopause. Sebagian Ibu premenopause memiliki gaya hidup yang tidak sehat mengalami kecemasan berat sebesar 93,33% sedangkan yang memiliki gaya hidup yang sehat mengalami tingkat kecemasan ringan sebesar 61,18% dan kecemasan sedang 25,88%.

B. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep

C. Hipotesis

H_0 : Tidak ada hubungan antara tingkat dukungan sosial suami dengan tingkat kecemasan pada wanita premenopause di Desa Brajan, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul, Yogyakarta.

H_1 :Ada hubungan antara tingkat dukungan sosial suami dengan tingkat kecemasan pada istri premenopause di Desa Brajan, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul, Yogyakarta.