

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Seiring dengan meningkatnya kesejahteraan dan derajat kesehatan penduduk akan mengakibatkan peningkatan umur harapan hidup (UHH) di Indonesia. Sejak tahun 2004 – 2015, terlihat adanya peningkatan Umur Harapan Hidup di Indonesia dari 68,6 tahun menjadi 70,8 tahun dan pada tahun 2030-2035 diprediksi akan terjadi peningkatan mencapai 72,2 tahun (Pusdatin Kemenkes RI, 2013). Menurut data Susenas (2012), jumlah lansia terbanyak adalah wanita dibandingkan laki-laki. Jumlah penduduk wanita Indonesia di atas 50 tahun yang memasuki masa menopause pada tahun 2000 mencapai 15,5 juta orang (7,6%), sedangkan pada tahun 2020 diperkirakan meningkat menjadi 30 juta orang (11,55%). Penelitian di Indonesia menyatakan bahwa rata-rata umur wanita menopause di Indonesia adalah 49,98 tahun (Yohanis, *et al.*, 2013, hlm.87). Peningkatan umur harapan hidup dan umur rata-rata wanita menopause di Indonesia akan berdampak semakin lamanya wanita hidup pada masa menopause (Astari., *et al* 2014, hlm.172).

Menopause merupakan terhentinya ovulasi akibat tidak adanya respons ovarium (indung telur) sehingga terjadi penurunan hormon estrogen dan progesteron (Astari, *et al* 2014, hlm.172). Sebelum memasuki menopause, ada istilah yang berhubungan dengan menopause, yaitu fase klimakterium. Klimakterium merupakan suatu masa peralihan yang berlangsung beberapa tahun sebelum dan sesudah menopause. Pada klimakterium juga terjadi penurunan produksi estrogen dan progesteron (Baziad 2003, hlm.118). Fungsi umum hormon tersebut adalah untuk sintesis protein dan mendorong perkembangan folikel sehingga pada masa klimakterium timbul gejala-gejala menopause seperti *hot flushes*, keringat malam, gangguan tidur, frekuensi berkemih, kekeringan vagina, daya ingat yang menurun, kecemasan, serta depresi (Elsabagh & AbdAllah 2012).

Keluhan *hot flushes* terjadi pada hampir 80% wanita. Sekitar 10-20% wanita mengalami *hot flushes* parah tak tertahankan. Hal tersebut akan menyebabkan

gangguan tidur pada malam hari yang berakibat pada gangguan aspek fisik berupa insomnia dan kelelahan (Astari, *et al*, 2014). Pada aspek sosial, sebanyak 71% wanita mengalami penurunan fungsi seksual dan libido, dan 75% tidak nyaman saat senggama sehingga menimbulkan gangguan hubungan seksual yang tidak puas antara suami istri (Sturdee & Panay, 2010). Pada aspek psikologis, penelitian yang dilakukan pada wanita menopause di Ahvaz didapat dari 1280 sampel dimana sebanyak 59,8% mengalami depresi akibat *hot flushes*, insomnia, serta hilang peran sebagai wanita. *Study of Women's Health Across the Nation* menyimpulkan salah satu penyebab kerentanan terhadap depresi selama menopause adalah karakteristik sosiodemografi (Bromberger, 2011).

Pada aspek lingkungan, penelitian oleh Elsabagh & AbdAllah (2012), didapatkan bahwa wanita klimakterium dengan pendapatan rendah tidak ada yang memiliki kualitas hidup yang baik (0%). Kemudian, menurut penelitian oleh Yakout (2011), wanita klimakterium yang tidak berpendidikan memiliki kualitas hidup yang buruk sebesar 80%. Hal tersebut menggambarkan bahwa tingkat pendapatan dan pendidikan berpengaruh pada tingkat pengetahuan (Astari, 2014). Selain itu, aktivitas fisik diketahui memiliki pengaruh baik terhadap kesehatan, termasuk gejala menopause. Terbukti pada wanita menopause, gejala *hot flushes* parah hanya dialami oleh 5% wanita dengan aktivitas yang tinggi, sedangkan 14-16% dialami wanita dengan aktivitas fisik yang rendah (Mirzaiinajmabadi, 2005, hlm. 27).

Berdasarkan uraian di atas, baik dari aspek gejala menopause, sosiodemografi, serta aktivitas fisik akan berkaitan dengan kualitas hidup. WHO mengelompokkan empat domain kualitas hidup secara umum, yaitu kesehatan fisik, sosial, psikologis, dan lingkungan (WHO, 2004). Karena wanita mengalami kekurangan hormon hampir sepertiga hidupnya, penelitian tentang kualitas hidup menjadi layak mendapat perhatian (Nisar & Soho, 2010). Berdasarkan data puskesmas kecamatan Cipondoh, terdapat peningkatan angka kunjungan pasien wanita golongan umur 45-60 tahun periode tahun 2015. Maka dari itu, peneliti tertarik meneliti hubungan karakteristik sosiodemografi, gejala menopause, dan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang.

## I.2 Perumusan Masalah

- a. Peningkatan umur harapan hidup di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 7,58% pada tahun 2011 (Pusdatin Kemenkes RI 2013) dan jumlah wanita menopause Indonesia diperkirakan meningkat menjadi 30 juta orang (11,5%) pada tahun 2020 (Astari. *et al.*, 2014).
- b. Pada aspek fisik, gejala menopause berupa *hot flushes* terjadi pada hampir 80% wanita dan sekitar 10-20% wanita mengalami gejala vasomotor parah yang menimbulkan kelelahan (Astari, *et al.*, 2014) dimana *hot flushes* parah hanya dialami oleh 5% wanita dengan aktivitas yang tinggi (Mirzainajmabadi, 2005, hlm. 27).
- c. Pada aspek sosial, sebanyak 71% wanita mengalami penurunan fungsi seksual dan libido, 75% mengalami ketidaknyamanan saat senggama sehingga menimbulkan gangguan hubungan seksual yang tidak puas antara suami istri (Sturdee & Panay, 2010).
- d. Pada aspek psikologis, wanita menopause mengalami depresi sebanyak 59,8%, diantaranya akibat *hot flushes*, insomnia, serta hilang peran sebagai wanita (Afshari, *et al.*, 2015).
- e. Pada aspek lingkungan, wanita klimakterium yang tidak berpendidikan memiliki kualitas hidup yang buruk sebesar 80% (Yakout 2011). Menurut Elsabagh & AbdAllah (2012), wanita klimakterium dengan pendapatan rendah tidak ada yang memiliki kualitas hidup yang baik (0%).

## I.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti mengambil pertanyaan penelitian yaitu “Apakah terdapat hubungan antara karakteristik sosiodemografi, gejala menopause, dan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang?”

## **I.4 Tujuan Penelitian**

### **I.4.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini secara umum untuk mengetahui hubungan antara karakteristik sosiodemografi, gejala menopause, dan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang.

### **I.4.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik sosiodemografi wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang.
- b. Mengetahui tingkat keparahan gejala menopause menurut *Menopause Rating Scale* (MRS) pada wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang
- c. Mengetahui derajat aktivitas fisik menurut WHO *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) pada wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang.
- d. Mengetahui kualitas hidup menurut WHOQOL-BREF pada wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang
- e. Mengetahui hubungan antara karakteristik sosiodemografi terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang
- f. Mengetahui hubungan antara tingkat keparahan gejala menopause menurut *Menopause Rating Scale* (MRS) terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang
- g. Mengetahui hubungan derajat aktivitas fisik menurut WHO *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang.

## **I.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Dapat memberikan informasi tentang hubungan antara karakteristik sosiodemografi, gejala menopause, dan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup wanita masa klimakterium di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Cipondoh, Kota Tangerang.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Masyarakat**

Sebagai informasi kepada ibu-ibu di Kecamatan Kota Tangerang yang diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi tentang klimakterium/menopause, sehingga dapat memberikan pemahaman dan lebih sadar akan perubahan-perubahan yang terjadi yang dapat berefek pada kualitas hidup mereka.

#### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dan menambah perbendaharaan bahan bacaan bagi mahasiswa/mahasiswi Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta sebagai referensi untuk menambah wawasan ataupun penelitian selanjutnya.

#### **3. Bagi Klinisi**

Sebagai masukan dalam memberikan konseling pada ibu premenopause dan menopause sehingga dapat memberikan manfaat terhadap mereka agar menghadapi masa tua dalam keadaan sehat, mandiri, dan berperan aktif dalam masyarakat.

#### **4. Bagi Peneliti**

Dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama pendidikan serta dapat memperoleh gambaran nyata tentang hubungan gejala menopause, karakteristik sosiodemografi, dan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup wanita klimakterium