

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehidupan manusia terdiri dari lahir, hidup kemudian meninggal. Pada perempuan terdapat siklus kehidupan yaitu balita, menarch (haid pertama pada perempuan), usia subur, pra-menopause, peri-menopause, menopause dan pasca-menopause.

Menopause dikatakan sebagai episode terakhir siklus haid perempuan. Menopause dibagi dalam 4 masa yaitu pra-menopause, peri-menopause, menopause, dan pasca-menopause

Pra-menopause diawali sejak perempuan berumur 40-49 tahun (John Rambulangi, 2005). Secara medis pra-menopause adalah suatu kondisi fisiologis pada perempuan yang telah memasuki proses penuaan (aging), yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen ovarium yang sangat berperan dalam hal reproduksi (tidak teraturnya haid, sakit saat haid) dan seksualitas. Penurunan kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para perempuan, bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga (Hery Winarsi, 2004). Gejala tersebut disebut sindroma menopause, yang meliputi *hot flushes* (semburan panas dari dada hingga wajah), *night sweat* (keringatan di malam hari), *dryness vaginal* (kekeringan vagina), penurunan daya ingat, *insomnia* (susah tidur), depresi (rasa cemas), *fatigue* (mudah capek), penurunan libido, *dyspareunia* (rasa sakit ketika berhubungan seksual), dan *incontinence urinary* (beser). Bisa juga disertai nyeri kepala/vertigo, infeksi saluran kemih, kanker rahim, kanker payudara, osteoporosis, dan penyakit jantung koroner (Varner and Younger, 1995).

Peri-menopause merupakan masa peralihan antara masa pramenopause dan menopause, dimulai saat timbulnya gejala klimakterium dan berakhir satu tahun setelah menopause yang ditandai perubahan endokrin, biologis, dan gejala klinis pada masa ini akan timbul berbagai keluhan yang berhubungan dengan siklus haid

(Siti Setiati, 2006). Pada usia tersebut sebenarnya perempuan masih produktif dalam membantu perekonomian keluarga namun akibat timbulnya sindroma menopause maka akan sangat mengganggu aktivitasnya.

Menopause didefinisikan sebagai periode terakhir dari haid pada perempuan, umumnya terjadi pada usia 50-51 tahun. Sindroma menopause dialami oleh banyak perempuan hampir di seluruh dunia, sekitar 70-80% perempuan Eropa, 60% di Amerika Serikat, 57% di Malaysia, 18% di Cina, 10% di Jepang dan Indonesia (Hery Winarsi, 2004). Menurut penelitian Samil di Jakarta diketahui 12% yang mengalami sindroma menopause (Siti Setiati, 2006).

Dari beberapa data tampak bahwa salah satu faktor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makannya. Perempuan Eropa dan Amerika mempunyai estrogen yang lebih banyak daripada Asia. Ketika terjadi menopause, perempuan Eropa dan Amerika estrogennya menurun drastis dibanding perempuan Asia yang kadar estrogennya moderat. Hal ini disebabkan pada usia tua konsumsi pangan hewani pada perempuan Eropa dan Amerika tetap banyak seperti masa remaja. Berbeda dengan orang Asia yang tetap mengkonsumsi pangan yang banyak mengandung isoflavon. Asupan makanan dari sayuran, kacang-kacangan produk fermentasi kedelai (mengandung isoflavon) termasuk tahu dan tempe merupakan faktor yang menentukan berbagai masalah yang timbul akibat berhentinya haid. Dengan demikian keluhan menopause akan sangat menonjol jika pola makannya salah (cenderung mengkonsumsi *non* sayur, *fast food*, atau makanan awetan).

Kondisi lingkungan yang sehat dan udara tidak berpolusi juga merupakan faktor yang menentukan berbagai masalah yang timbul akibat berhentinya haid. Polusi lingkungan yang mengandung radikal bebas akan merusak hormon (estrogen dan progesteron) yang menyebabkan dipercepatnya berhentinya haid atau menopause, juga akan merusak enzim dan DNA sehingga perlu adanya asupan pangan yang banyak mengandung enzim super oksida dimutase (SOD) untuk melindungi DNA dan kesehatan sel (Sri Kumalaningsih, 2008).

1.2 Identifikasi masalah

Apakah pengetahuan, sikap, perilaku, dan faktor lainnya mempengaruhi perempuan dalam memasuki menopause.

1.3 Maksud dan Tujuan

Maksud penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku perempuan dalam memasuki siklus menopause.

Tujuan penelitian :

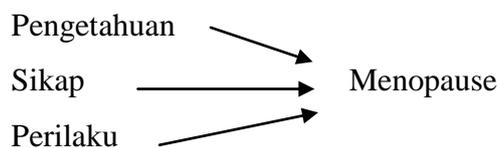
1. Umum : untuk mengetahui gambaran faktor-faktor perempuan dalam memasuki menopause.
2. Khusus : mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam memasuki menopause.

1.4 Kegunaan Penelitian

Umum : memberikan masukan pada penelitian lanjut yang sejenis secara lebih mendalam di kemudian hari.

Peneliti : mengetahui gambaran perempuan menopause dalam menghadapi menopause.

1.5 Kerangka Teoritis



1.6 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah observasional deskriptif menggunakan kuisioner melalui kunjungan ke rumah-rumah pada perempuan usia 40-51 tahun yang berjumlah 30 orang (*whole sampel*).

1.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi : RW 01 Kelurahan Ledeng Kecamatan Cidadap Kotamadya Bandung
(wilayah kerja Puskesmas Cipaku).

Waktu: Pengambilan data dilakukan pada periode Desember 2008-Maret 2009.