

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Wanita yang berada pada masa premenopause seringkali mengalami kecemasan karena persepsi yang timbul dari informasi yang diterimanya (W. R. Rahmawati, 2020). Kecemasan dianggap sebagai bagian dari satu mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alamiah oleh makhluk hidup bila menghadapi sesuatu yang mengancam atau membahayakan dirinya. Kecemasan yang timbul pada wanita pre-menopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan (Nasrawati & Anwar, 2020).

Perubahan psikologis yang terjadi pada masa menopause dapat menimbulkan sikap yang berbeda, antara lain adanya krisis yang diwujudkan dalam gejala psikologis seperti depresi, lekas marah, mudah curiga, penuh dengan kecemasan, susah tidur atau tidak bisa tidur karena sangat bingung, dan gelisah. Banyak wanita premenopause mengeluh bahwa dengan datangnya premenopause mereka akan menjadi cemas, mereka cemas menjelang akhir masa reproduksi mereka dan menyadari bahwa mereka akan menjadi tua yang berarti kecantikan mereka akan memudar dan fungsi organ mereka akan berkurang, sehingga menghilangkan kebanggaan mereka sebagai seorang wanita (Irmayanti dkk., 2021). Berhentinya siklus menstruasi dirasakan sebagai hilangnya sifat inti kewanitaannya karena sudah tidak dapat melahirkan lagi. Akibat lebih jauh adalah timbulnya perasaan tak berharga, tidak berarti dalam hidup sehingga muncul rasa khawatir akan adanya

kemungkinan bahwa orang-orang yang dicintainya berpaling dan meninggalkannya. Perasaan itulah yang seringkali dirasakan wanita pada masa menopause, sehingga sering menimbulkan kecemasan (Nasrawati & Anwar, 2020).

Sindrom premenopause dan menopause dialami oleh banyak wanita hampir di seluruh dunia, sekitar 70 – 80% di Eropa, 60% di Amerika Serikat, 57% di Malaysia, 18% di Cina, dan 10% di Jepang dan Indonesia. Pada tahun 2020, diperkirakan 30,3 juta wanita akan hidup dengan menopause. Bagi sebagian wanita, menopause adalah hal yang sangat menyedihkan. Dalam beberapa penelitian menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merasakan menopause sebagai masalah atau gangguan, sedangkan 25% lainnya tidak memperlmasalahkannya (Yazia & Hamdayani, 2020). Menurut data Badan Pusat Statistik tahun 2017, jumlah wanita yang berusia 45-55 tahun mencapai 14,3 juta orang. Pada tahun 2017 jumlah penduduk di Indonesia mencapai 261,89 juta orang yang terdiri dari 130,31 juta perempuan dengan jumlah perempuan yang berusia 45-55 tahun dan jumlah wanita dengan umur menopause diperkirakan 15,8 juta orang. Pada tahun 2020 di Indonesia 30,3 juta wanita menopause(Wibowo & Nadhilah, 2020). Menurut data Badan Pusat Statistik Propinsi Jawa Timur pada tahun 2020 jumlah wanita yang memasuki masa premenopause sebesar 1,57 juta orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, menurut data Badan Pusat Statistik Kota Probolinggo tahun 2020 jumlah wanita yang memasuki usia premenopause sebesar 9.670orang.

Persiapan psikologis membantu mengurangi efek negatif pada wanita menopause. Dengan kurangnya pengetahuan, wanita khawatir memasuki masa menopause. Dampak kecemasan tersebut perlu mendapatkan penanganan. Oleh karena itu, pemahaman premenopause diperlukan untuk membantu mereka menghadapi fase ini (Lestari, 2018). Penanganan yang dilakukan untuk mencegah semua dampak akibat kecemasan pada wanita menopause, sebagian wanita menanganinya dengan melakukan meditasi, atau dengan mengelola tingkat kecemasan, tertawa, dan teknik relaksasi (Puspitasari, 2020). Oleh karena itu peneliti akan melakukan asuhan keperawatan jiwa terhadap klien dengan kecemasan yang mengalami premenopause.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana asuhan keperawatan kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause di Kelurahan Mayangan Kota Probolinggo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui asuhan keperawatan kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause di Kelurahan Mayangan Kota Probolinggo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mampu membina hubungan saling percaya
2. Mampu mengidentifikasi tentang kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause
3. Mampu mengidentifikasi cara mengatasi kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause dengan teknik relaksasi

4. Mampu memperagakan dan menggunakan teknik relaksasi untuk mengatasi kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan keterampilan menulis bagi peneliti dan juga dapat mengembangkan wawasan penelitian dalam melatih kemampuan peneliti untuk menulis asuhan keperawatan asuhan keperawatan kecemasan pada wanita yang mengalami premenopause.

1.4.2 Bagi Praktik Keperawatan

Diharapkan dapat memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif dan berpikir kritis dalam melakukan asuhan terhadap klien dengan kecemasan pada wanita premenopause.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan dan sebagai referensi bagi peserta didik di institusi pendidikan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang terhadap pengembangan ilmu kesehatan dan keperawatan khususnya di keperawatan jiwa.