

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tuhan menciptakan wanita sebagai makhluk yang terlahir dengan keindahan dan kelembutan. Setiap wanita akan menjaga keindahan yang telah dikaruniakan Tuhan dan akan merasakan cemas jika tidak bisa tampil indah lagi. Dalam perjalanan hidupnya, wanita mengalami banyak proses pertumbuhan dan perkembangan, sampai suatu saat pertumbuhan dan perkembangan akan terhenti pada suatu tahapan sehingga banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh wanita. Perubahan ini akan terjadi seiring peningkatan usia sampai akhirnya wanita akan mencapai titik yang dinamakan menopause dan di titik ini kecemasan akan mulai muncul karena merasa dirinya tidak indah lagi.

Kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya (Wiramihardja, 2005).

Kecemasan pada umumnya berhubungan dengan adanya situasi yang mengancam atau membahayakan. Dengan berjalannya waktu, keadaan cemas tersebut biasanya akan dapat teratasi sendiri. Namun, ada keadaan cemas yang berkepanjangan, bahkan tidak jelas lagi kaitannya dengan suatu faktor penyebab atau pencetus tertentu. Hal ini merupakan pertanda gangguan kejiwaan yang dapat menyebabkan hambatan dalam berbagai segi kemampuan dan fungsi sosial.

Mulyadi (2003). Sedangkan menurut Tallis (1995) dalam (Purwanto, 2008) menyatakan bahwa penyebab individu cemas adalah masalah yang tidak dapat terselesaikan. Sebagai contoh penuaan dan kematian.

Menopause menurut Sastrawinata (2008) dalam (Lubis, 2013) sering diartikan sebagai haid terakhir, atau saat terjadinya haid terakhir. Menopause merupakan suatu bagian dari proses penuaan pada wanita, termasuk penuaan sistem reproduksi yang menyebabkan seorang wanita tidak lagi mendapatkan haid (Curran, 2009) dalam (Lubis, 2013).

Proses menua (*Aging*), sebagai salah satu sasaran pembangunan kesehatan adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun social yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan itu cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum, maupun kesehatan jiwa secara khusus pada lanjut usia (Kuntjoro, 2002).

Untuk sebagian wanita, menjadi tua seringkali menjadi momok yang menakutkan. Kekhawatiran ini mungkin berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat, tidak bugar, dan tidak cantik lagi. kondisi tersebut memang tidak menyenangkan dan menyakitkan. Padahal, masa menopause merupakan salah satu fase yang harus dijalani seorang wanita dalam kehidupannya. Seperti halnya fase-fase kehidupan yang lain, yaitu masa anak-anak dan masa reproduksi. Namun, munculnya rasa kekhawatiran yang berlebihan itu menyebabkan mereka sangat sulit menjalani masa ini (Kasdu, 2002).

Seorang wanita yang dihantui dengan istilah menopause, berpikir ketika suatu saat nanti menopause menghampirinya. Seorang wanita ditengah-tengah

tahun kehidupannya, dikelilingi oleh mitos-mitos yang berkembang dikalangan wanita tentang menopause. Mitos-mitos ini dapat menimbulkan banyak ketakutan dan kecemasan dalam kehidupan wanita. Terutama wanita paruh baya ketika mereka mendekati masa menopause padahal belum tentu mitos itu benar.

Adapun wanita yang akan menghadapi menopause di pengajian An-Nissa ini menyadari dan merasakan bahwa seperti mengalami menopause membuat produktivitas seorang wanita menurun, merasa tidak ada daya tarik lagi dimata pasangan, tidak bergairah terhadap seks, tidak bugar, tidak cantik lagi, merasa cemas karena sering terjadi gejala panas yang tiba-tiba membuat mereka tidak nyaman, cemas timbulnya penyakit setelah terjadinya menopause pada dirinya, cemas di tinggal suami, menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung, lebih *over protectif* terhadap suami dan menjadi lebih mudah marah tanpa sebab yang jelas. Dari beberapa wanita di pengajian An-nissa ini yang dapat dilakukan secara rutin terhadap dirinya adalah dengan mengkonsumsi ramuan-ramuan herbal yang dipercaya oleh dirinya untuk selalu kelihatan bugar dan selalu sehat. Dan beberapa wanita lain di pengajian An-nissa ini adalah dengan seringnya melakukan perawatan diri kesalon/spa yang mereka percayai dapat membuat dirinya kelihatan lebih cantik dan menambah kepercayaan dirinya bahwa dirinya bisa kelihatan tetap awet muda dan dapat menyenangkan hati suami jika dirinya selalu kelihatan cantik. Adapun salah satu wanita di pengajian An-nissa ini yang merasakan kecemburuan dan kecurigaannya terhadap suami setelah mengetahui dirinya akan mengalami menopause. Ia lebih menjadi lebih *over protectif* terhadap suami dengan cara selalu membatasi aktifitas suami diluar, jika suami sedang

diluar lebih sering untuk telepon dan *sms* dan selalu mengecek handphone suami berulang-ulang dan sedikit lebih mencurigai suami jika berbicara dengan rekan wanita lainnya karena takut suami akan menyukai wanita lain. Semua yang dilakukan oleh para wanita ini adalah karena adanya kecemasan yang timbul didalam dirinya mengenai menopause dan untuk mempertahankan keharmonisan bersama pasangannya.

Menurut (Kartono, 2000), faktor penyebab kecemasan menghadapi menopause disebabkan oleh dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapatkan kepuasan dan terhambat, sehingga mengakibatkan banyak konflik batin. Sedangkan menurut (Yatim, 2001), menjelaskan faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa menopause dikaitkan dengan usia senja dan kehidupan tua, menopause dikaitkan dengan berakhirnya peran istri bagi suami dan peran ibu bagi anak-anaknya, menopause dikaitkan dengan hilangnya daya tarik seksual dan penurunan aktifitas seksual.

Menurut pendekatan kognitif, dalam ilmu psikologi, pada dasarnya gangguan emosi (takut, cemas, stress) yang dialami manusia sangat ditentukan oleh bagaimana individu menilai, menginterpretasi, atau mempersepsikan peristiwa yang dialaminya. Jadi, bagaimana individu mempersepsikan atau menilai menopause akan berpengaruh pada kondisi emosi-psikologinya. Bila wanita memandang ,menopause sebagai hal yang “mengerikan” maka iapun akan menghadapi menopause dengan penuh kecemasan, ketakutan, stres bahkan depresi (Marmi dan Margiyati, 2013)

Sebagaimana yang telah kita ketahui bahwa menopause adalah waktu yang akan datang dalam kehidupan setiap wanita. Untuk itu tidak ada salahnya jika seorang wanita mengetahui apa yang akan terjadi ketika menopause sehingga dapat mengantisipasi yang pada akhirnya menjumpai di kehidupan wanita di kemudian hari. Adanya fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **Studi Identifikasi Faktor-Faktor Kecemasan pada Wanita yang akan Menghadapi Menopause di Pengajian An-Nissa Kota Medan.**

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita yang akan menghadapi *Menopause* diantaranya yaitu lingkungan, emosi yang ditekan, dan sebab-sebab fisik (dalam Safaria dan Saputra, 2005). Menurut Kartono (dalam Mermi dan Margiyati, 2013), faktor penyebab timbulnya kecemasan pada wanita dalam menghadapi *Menopause* disebabkan oleh dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapatkan kepuasan dan terhambat, sehingga mengakibatkan banyak konflik batin.

C. Batasan Masalah

Dalam sebuah penelitian, permasalahan yang akan diteliti perlu dibatasi agar sebuah penelitian menjadi lebih terfokus dan diharapkan dapat menjawab permasalahan dengan lebih efektif dan efisien. Pada penelitian ini, fokus permasalahan yang ingin diteliti adalah membahas tentang apakah faktor -faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita yang akan menghadapi

Menoaouse. Dimana yang menjadi responden ini adalah seorang wanita usia madya dini (45-50 tahun) yang sudah menikah, masih memiliki suami dan anak dan yang akan menghadapi *Menopause*.

D. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita yang akan menghadapi *Menopause*.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat dan menguji secara empiris faktor-faktor apa yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada wanita yang akan menghadapi *Menopause*.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara umum diharapkan dapat memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan psikologi, khusus dalam psikologi perkembangan. Dan dapat memberikan masukan bagi peneliti berikutnya khususnya masalah faktor-faktor kecemasan pada wanita yang akan menghadapi *Menopause*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada masyarakat umum terutama bagi wanita yang akan menghadapi menopause agar dapat menghadapi *Menopause* dengan perasaan bahagia tanpa mengalami kecemasan yang secara otomatis akan terjadi pada seluruh wanita.

