

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertumbuhan Usia Harapan Hidup (UHH) merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan di Indonesia. Dan menurut data yang diperoleh, bahwa Usia Harapan Hidup (UHH) di Indonesia mengalami peningkatan dari 68,6 pada tahun 2004 kemudian menjadi 70,76 pada tahun 2011, pada perempuan angka harapan hidupnya lebih tinggi sekitar 73.38, sedangkan laki-laki lebih rendah yaitu 68.26 dan di tahun 2025 diharapkan menjadi 73,7. Usia Harapan Hidup (UHH) yang semakin meningkat mempengaruhi peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia (Departemen Kesehatan RI, 2020).

Berdasarkan hasil Sensus Penduduk tahun 2020, terjadi peningkatan persentase/ jumlah penduduk lansia (60 tahun ke atas) dari 7,59% pada 2010 menjadi 9,78% di tahun 2020. Jumlah tertinggi yaitu lansia usia 60 tahun - 64 tahun dengan total 10,3 juta jiwa. Pada saat mulai memasuki usia lansia, wanita tentunya akan mengalami masa klimakterium. Klimakterium merupakan fase awal premenopaus hingga akhir menopause.

Masa pre-menopause adalah waktu sebelum periode menstruasi berakhir, biasanya sebelum gejala mulai muncul. Pre-menopause terjadi sebelum masa menopause yaitu keadaan wanita tidak mendapat haid sebelum 12 bulan. Pre-menopause terjadi dikarenakan turunnya jumlah folikel pada

indung telur sehingga hormon estrogen mengalami penurunan jumlah produksi. Akibat dari penurunan estrogen inilah menyebabkan terjadinya gejala-gejala seperti adanya rasa panas membakar di wajah (hotflus) yang sering timbul pada malam hari, kekeringan pada vagina, siklus menstruasi tidak teratur dan tanda perubahan lainnya. (Belardin, 2014).

Sindrom premenopause dan menopause dialami oleh banyak perempuan hampir di seluruh dunia. 90% wanita menopause mengeluh mudah tersinggung, merasa takut, gelisah, dan mudah marah. Kecemasan wanita memasuki masa pre-menopause meningkat tinggi yaitu 71,4%. Keadaan pre-menopause ini cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum seperti kesehatan fisik maupun kesehatan psikis/ psikologis. Dan salah satu dari masalah psikologis yang sering dijumpai oleh wanita pre-menopause yaitu gangguan kecemasan (Statistik, 2020).

Kecemasan merupakan suatu kondisi dimana kita merasakan emosi tidak menyenangkan dan bersifat subyektif. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya pemahaman tentang stressor/ stres yang dihadapi, kondisi fisik yang mengakibatkan penurunan kadar neurotransmitter di otak, dan perasaan rendah diri akibat rasa takut akan penolakan dan keyakinan bahwa tidak ada yang akan menerimanya. Jika kecemasan ini tidak ditangani dengan baik, maka kondisi akan semakin parah hingga mengganggu aktifitas sehari-hari, menyebabkan jantung berdetak lebih cepat hingga sulit bernapas, mengganggu pola tidur, dan dapat menyebabkan stres dan depresi berat (Hernawati, 2013).

Terdapat berbagai macam cara untuk mengatasi gangguan psikologis seperti kecemasan pada wanita menopause salah satunya yaitu dengan menggunakan terapi komplementer yaitu akupresure. Akupresure merupakan salah satu metode pengobatan yang berasal dari cina dengan memanfaatkan tekanan pada titik-titik *acupoint*. Akupresure dilakukan dengan memberikan tekanan di titik *acupoint* dengan menggunakan jari atau alat. Akupresure telah digunakan dalam metode terapi untuk mengobati kelelahan, kesulitan tidur, depresi, dan kecemasan (Zick et al., 2018).

Metode terapi akupresure merupakan metode pengobatan yang aman karena tidak ada proses invasi seperti pada akupunktur, mudah, murah dan mandiri karena dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain (Sudjiwanati & Suparno, 2018).

Dalam jurnalnya yang berjudul *Effects of Auricular Acupressure Therapy on Stress and Sleep Disturbance of Middle-Aged Women in South Korea*, Cha (2017) menyebutkan bahwa terapi akupresure aurikuler sebagai metode alternatif untuk mengurangi stres fisik dan psikologis pada wanita paruh baya di Korea Selatan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kao, L (2012) menyatakan bahwa hasil dari penelitian mengenai terapi akupresure konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menemukan tekanan akupresure efektif untuk mengobati kecemasan dan untuk peningkatan kualitas hidup. Studi berbasis bukti pada kemanjuran akupresure telah membandingkan kemanjurannya akupunktur nyata dan control.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik tahun 2022, jumlah penduduk lansia atau penduduk di atas usia 65 tahun saat ini yaitu sebanyak 16 juta jiwa. Dengan ini jumlah presentase lansia yaitu 9,95% dari total penduduk Indonesia sebanyak 270,2 juta jiwa yang tercatat di database. Sedangkan di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal, jumlah wanita lansia sebanyak 68 jiwa. Setelah dilakukan survey dan pengumpulan data melalui wawancara tanda pre-menopause dan pedoman kecemasan HaRS-A, didapatkan data bahwa ada 40 wanita usia 51-60 tahun yang mengalami pre-menopause. Dan dari 40 wanita tersebut didapatkan bahwa ada 30 wanita pre-menopause yang mengalami kecemasan.

Oleh karena itu, berdasarkan data dari survey yang telah dilakukan, maka peneliti tertarik mengambil penelitian dengan judul Pengaruh Pemberian Terapi Akupresure Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause Usia 51-60 Tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal.

B. Rumusan masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini yaitu “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Terapi Akupresure Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Wanita Pre-Menopause Usia 51-60 tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal? ”.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penulisan skripsi ini yaitu agar dapat mengetahui

pengaruh pemberian terapi akupresure terhadap tingkat kecemasan pada wanita pre-menopause usia 51-60 tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi akupresure pada wanita pre-menopause usia 51-60 tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi akupresure pada wanita pre-menopause usia 51-60 tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal.
- c. Mengetahui pengaruh terapi akupresure terhadap tingkat kecemasan pada wanita pre-menopause usia 51-60 tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal.

D. Ruang lingkup

Karena luasnya masalah yang diteliti dalam skripsi ini dan keterbatasan waktu, sumber daya, serta keahlian , maka ruang lingkup dalam penyusunan skripsi ini adalah :

1. Lingkup Sasaran

Sasaran atau subjek yang akan diberikan intervensi terapi akupresure wanita pre-menopause usia 51-60 tahun dengan gangguan kecemasan.

2. Lingkup Tempat

Tempat pengambilan dalam studi kasus ini adalah di Desa Lembah

Duwur Kabupaten Tegal.

3. Lingkup Waktu

Waktu pengambilan studi kasus dalam pembuatan skripsi ini yaitu dilaksanakan pada bulan Agustus 2022 - Januari 2023.

E. Manfaat penulisan

1. Bagi Klien/ Masyarakat

Penulis berharap dengan dilakukannya penyuluhan terapi akupresure, dapat membantu mengurangi dan mengatasi gangguan kecemasan pada responden/ klien. Serta dapat menambah pengetahuan dan informasi untuk wanita pre-menopause tentang terapi komplementer yaitu akupresure sehingga dapat melakukan/ menerapkan terapi akupresure secara mandiri di rumah.

2. Bagi Peneliti Lain

Penulis berharap dapat membantu peneliti lain dengan menjadikan penelitian ini sebagai bahan studi dalam pelaksanaan terapi akupresure terhadap gangguan kecemasan pada wanita pre-menopause.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penulis berharap dengan disusunnya studi kasus ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam pemberian asuhan terapi komplementer dan dapat membantu dalam meningkatkan kualitas kesehatan terutama pada wanita pre-menopause.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Penulis berharap dengan dilakukannya studi kasus ini bermanfaat untuk referensi dan dokumentasi serta dapat menjadi bahan perbandingan untuk studi kasus selanjutnya sehingga dapat berguna untuk memberikan informasi, pengetahuan serta ilmu baru di bidang kesehatan sebagai bahan referensi guna pengembangan ilmu pengetahuan dalam kebidanan.

F. Metode memperoleh data

1. Kuesioner

Menurut (Sugiyono, 2014: 230) mengatakan bahwa kuesioner merupakan teknik/ metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada klien/ responden untuk dijawab. Tujuan dari kuesioner ini yaitu untuk mengetahui validasi dari pertanyaan yang diharapkan dapat membantu peneliti dalam melakukan revisi prosedur dan untuk mengetahui hasil uji coba/ uji validitas dengan tujuan peneliti dapat mengetahui keefektifan terapi atau intervensi yang diberikan.

2. Daftar pustaka

Kumpulan sumber penelitian, pendukung teori, konsep, dan gagasan merupakan suatu definisi dari daftar pustaka. Daftar pustaka yaitu merupakan kumpulan sumber penelitian yang dicantumkan pada bagian akhir dan menjadi acuan penulisan penelitian (Zamzam, 2018).

G. Sistematika penulisan

1. Bagian awal studi kasus

Halaman Judul

Halaman Persetujuan bimbingan

Halaman Pengesahan

Halaman Persembahan Abstrak

Kata Pengantar

Daftar Isi

Daftar Tabel

Daftar Lampiran

2. Bagian utama studi kasus

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

B. Rumusan Masalah

C. Tujuan Penulisan

D. Ruang Lingkup

E. Manfaat Penelitian

F. Metode Penelitian

G. Sistematika Penelitian

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Medis

B. **BAB III KERANGKA KONSEP**

C. **BAB IV METODE PENELITIAN**

D. BAB V PENUTUP

E. Kesimpulan

F. Saran

G. DAFTAR PUSTAKA

H. LAMPIRAN