HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU PREMENOPAUSE DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE DI DESA BANGSRI KARANGPANDAN

Mutik Mahmudah[1],Siskana Dewi Rosita[2]
[1,2]Prodi D3 Kebidanan STIKes Mitra Husada Karanganyar,
Email : mahmudah_mutik@yahoo.com[1],cisca_rose@yahoo.co.id[2]

ABSTRACT *Old age in women is identical to the climacteric phase, namely the transition period between the reproductive period to the non-reproductive period. Decreased levels of estrogen and progesterone cause both physical and psychological changes. Menopause will interfere with physical and psychological health which can have long-term effects if not treated seriously, so that it can cause women entering menopause to experience anxiety. Psychological complaints are very individual in nature and can be influenced by socio-cultural, educational, environmental and economic factors. Anxiety experienced by women approaching the age of menopause, one of which is due to concerns in dealing with situations that have never been experienced before and anxiety about things that may arise such as physical complaints in the form of sweating at night, headaches, cessation of sexual desire, feeling no longer beautiful, so that it is feared that it will affect her husband's and social relations. This study was to determine the relationship between knowledge of premenopausal mothers with anxiety facing menopause in Bangsri Karangpandan Village. The research design used was an analytical survey research with a cross sectional approach. The sample of this study amounted to 49 respondents. The instrument used is a questionnaire. Data analysis using Chi Square statistical test. The results of statistical tests using Chi Square showed that the p value was 0.000 <0.05 and the contingency coefficient value C = 0.560, the closeness in this study is the sufficient contingency coefficient. There is a relationship between knowledge and anxiety facing menopause in Bangsri Karangpandan Village in 2021. In order to provide information and input to increase knowledge and skills about readiness to face menopause in Bangsri Karangpandan*.

Keywords: Menopause Anxiety, Knowledge, Premenopause

ABSTRAK Masa lanjut usia pada wanita identik dengan fase klimakterik, yaitu masa peralihan antara masa reproduksi menuju masa yang tidak reproduktif. Penurunan kadar estrogen dan progesterone menyebabkan terjadinya perubahan baik fisik maupun psikologis. Menopause akan mengganggu kesehatan fisik maupun psikologis yang dapat menimbulkan dampak jangka panjang apabila tidak ditangani dengan serius, sehingga dapat mengakibatkan prempuan memasuki menopause mengalami kecemasan. Keluhan psikologis sifatnya sangat individual dapat dipengaruhi oleh social budaya, pendidikan, lingkungan dan ekonomi. Kecemasan yang dialami perempuan menjelang usia menopause salah satunya karena kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya belum pernah dialami dan cemas akan hal-hal yang mungkin muncul seperti keluhan fisik berupa keluar keringat pada malam hari, sakit kepala, berhentinya hasrat seksual, merasa sudah tidak cantik lagi, sehingga dikhawatirkan akan mempengaruhi hubungan suami maupun sosialnya. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu premenopause dengan kecemasan menghadapi menopause di Desa Bangsri Karangpandan. Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional.* Sampel penelitian ini berjumlah 49 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data menggunakan uji statistik Chi Square. Hasil uji statistik dengan menggunakan Chi Square diperoleh hasil bahwa p value sebesar 0,000 < 0,05 dan nilai koefisien kontingensi C = 0,560, keeratan pada penelitian ini yaitu koefisien kontingensi cukup. Ada hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan menghadapi menopause di Desa Bangsri Karangpandan tahun 2021. Agar memberikan informasi dan masukan untuk menambah pengetahuan dan keterampilan tentang kesiapan menghadapi menopause di Bangsri Karangpandan .

Kata Kunci : Kecemasan Menopause, Pengetahuan, Premenopause

PENDAHULUAN

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2030 diperkirakan ada 1,2 miliar wanita yang berusia diatas 50 tahun dan sebagian besar mereka tinggal di negara berkembang. Pada tahun 2013, nilai Angka Harapan Hidup (AHH) Indonesia mencapai 70,07 tahun lebih tinggi dari nilai Angka Harapan Hidup (AHH) tahun 2012 (69,87tahun) (Profil kesehatan indonesia, 2014). Wanita menopause di Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2012 sudah mencapai 3,9 ribu jiwa (10,73%) dari jumlah penduduk DIY (Profil DIY, 2013). Menopause biasanya terjadi antara usia 45 dan 55 tahun, dengan usia rata-rata 52 tahun. Namun, bisa juga terjadi di usia yang cukup senja- sampai usia 60 tahun. Namun ada juga yang memasuki usia menopause sebelum 48 tahun atau sesudah 48 tahun. Sebagian besar wanita mulai mengalami gejalanya pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50-an (Nurjani, 2016). Sindrom premenopause banyak dialami oleh wanita hampir diseluruh dunia, seperti 70-80% wanita di Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina, dan 10% wanita di Jepang dan Indonesia. Ketika terjadi menopause, wanita Eropa dan Amerika estrogennya menurun drastis di banding wanita Asia yang kadar estrogennya moderat. Jumlah Wanita Menopause di Asia, menurut data WHO pada tahun 2025 melonjak dari 107 juta jiwa akan menjadi 373 juta jiwa (Tulung, 2014).

Menurut Undang-Undang No. 25 tahun 2016 tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019 memutuskan Pengaturan Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019 bertujuan untuk memberikan acuan bagi pemerintah pusat, pemerintah daerah, dan pemangku kepentingan lain berupa langkah-langkah konkrit yang harus dilaksanakan secara berkesinambungan dalam rangka peningkatan derajat kesehatan lanjut usia untuk mencapai lanjut usia yang sehat, mandiri, aktif, produktif dan berdayaguna bagi keluarga dan masyarakat. Dalam melaksanakan Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019, Pemerintah Pusat dan Pemerintah Derah dapat melibatkan peran serta lintas sektor dan masyarakat (Permenkes RI, 2016).

Jumlah ibu premenopause di Desa Bangsri Karangpandan berjumlah 197 orang. Studi pendahuluan yang telah dilakukan melaporkan bahwa pada 7 orang didapatkan belum mengetahui tentang menopause dan mengalami kecemasan dalam menghadapi menopause. Studi yang telah dilaporkan membuktikan bahwa responden masih belum memahami tentang kondisi menopause. Pada kegiatan posbindu belum pernah dilakukan pemberian pendidikan kesehatan tentang premenopause dan menopause.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini ibu premenopause dengan usia 45- 50 tahun berjumlah 197 responden di Desa Bangsri Karangpandan. Sampel yang digunakan dalam penelitian diambil 25% dari keseluruhan jumlah populasi. Sehingga di dapat jumlah sampel penelitian ini berjumlah 49 orang. Sampel penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan di Desa Bangsri Karangpandan, program kegiatan yang ada di berupa posyandu Lansia. Posyandu lansia dilakukan satu bulan sekali dengan kader, sedangkan penanggungjawab posyandu lansia bidan Desa setempat. Pelayanan setiap pertemuan posyandu lansia diadakan pemeriksaan rutin berupa pengukuran berat badan, tinggi badan, tekanan darah yang dilakukan oleh kader, pemberian obat dan cek laborat seperti gula darah dan kolestrol dilakukan oleh penanggungjawab posyandu lansia.

1. Karakteristik Responden

a. Responden terbanyak berdasarkan umur adalah responden usia 45 tahun dengan tidak cemas yaitu sebanyak 14 responden (28,6%) dari jumlah total 49 responden.

b. Responden terbanyak berdasarkan pekerjaan dengan kecemasan adalah responden pekerjaan ibu rumah tangga yang tidak cemas yaitu sebanyak 14 responden (28,7%) dari jumlah total 49 responden.

c. Responden terbanyak berdasarkan jumlah anak dengan kecemasan adalah 8 responden(16,2 %) dengan jumlah anak lebih dari 1 dengan tidak cemas yaitu sebanyak 25 responden (51,1%) dari jumlah total 49 responden.

d. Responden terbanyak berdasarkan pendidikan dengan kecemasan adalah 6 responden(12,1%) dengan pendidikan Dasar dengan tidak cemas pendidikan menengah yaitu sebanyak 18 responden (36,7%) dari jumlah total 49 responden.

e. Responden terbanyak berdasarkan pendidikan dengan pengetahuan adalah responden dengan pendidikan Menengah dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 17 responden (34,7%) dari jumlah total 49 reponden.

2. Analisa Univariat

a. Hasil analisa data univariat menunjukan bahwa responden terbanyak berdasarkan pengetahuan adalah responden dengan pengetahuan baik yaitu 36 responden (73, 5 %) dari jumlah total 49 responden.

b. Hasil analisa data univariat tabel 7 menunjukan bahwa responden terbanyak berdasarkan kecemasan adalah responden dengan tidak cemas sebanyak 38 responden (77,7%) dari jumlah total 49 responden.

3. Analisa Bivariat

Hasil analisa bivariat menunjukan bahwa responden terbanyak terdapat pada responden ibu pengetahuan baik dan tidak mengalami kecemasan sebanyak 26 responden (53,1%), sedangkan ibu pengetahuan cukup dan mengalami kecemasan 7 responden (14,2%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* diperoleh hasil bahwa *p value* sebesar 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan ada hubungan pengetahuan ibu pre menopause dengan kecemasan menghadapi menopause di Bangsri Karangpandan. Nilai koefisien kontingensi *C* = 0,560,

keeratan hubungan koefisien kontingensi cukup.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Premenopause Menghadapi Kecemasan Menopause Di Bangsri Karangpandan

   Responden terbanyak berdasarkan umur adalah responden usia 45 tahun dengan tidak cemas yaitu sebanyak 14 responden (28,6%) dari jumlah total 49 responden.

   Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa wanita dengan usia 40-45 tidak berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause. Hal ini sependapat oleh Mulyani (2013), bahwa premenopause adalah Fase terjadi pada usia 40 tahun dan dimulainya fase klimakterium. Fase ini timbul ditandai dengan siklus menstruasi menjadi tidak teratur, perdarahan menstruasi memanjang, jumlah darah menstruasi menjadi lebih banyak, dan adanya rasa nyeri saat menstruasi.

   Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca. Hal tersebut sesuai dengan Anisa (2011), bahwa kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Premenopause Menghadapi Kecemasan Menopause Di Bangsri Karangpandan

   Responden terbanyak berdasarkan pekerjaan dengan kecemasan adalah responden pekerjaan ibu rumah tangga yang tidak cemas yaitu sebanyak 14 responden (28,7%) sedangkan pekerjaan ibu ruma tangga yang mengalami kecemasan yaitu 3 responden (6,2%). Hasil penelitian menunjukkanwanita bekerja atau tidak bekerja akan meghadapi menopause, ibu rumah tangga memiliki kesibukan dengan urusan rumah tangga sehingga dapat mengalihkan keluhan-keluhan yang dapat dirasakan menjelang menopause.

   Menurut Darmojo (2011) menunjukkn bahwa wanita mempunyai aktivitas sosial di luar rumah akan lebih banyak mendapatkan informasi baik misalnya melalui bersoasialisasi dan berinteraksi dalam kegiatan berbelanja, posyandu, pengajian, selain dari media cetak dan eltektronik yang dapat mengurangi kecemasan menghadapi menopause.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Anak ibu Premenopause Menghadapi Kecemasan Menopause Di Bangsri Karangpandan

   Responden terbanyak berdasarkan jumlah anak dengan kecemasan adalah responden dengan jumlah anak lebih dari 1 dengan tidak cemas yaitu sebanyak 8 responden (16,2%). Hasil penelitian mVenunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki jumlah anak lebih dari 1, sehingga dalam sebuah keluarga akan memberi dukungan dan peran positif dari suami dan anggota keluarga dalam

mengatasi kecemasan menghadapi menopause. Hal ini sesuai dengan Aprillia (2007), bahwa dukungan keluarga memberikan arti tersendiri bahwa peran wanita sebagai seorang istri atau ibu masih diperlukan dalam kehidupan rumah tangga.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Premenopause Menghadapi Kecemasan Menopause Di Bangsri Karangpandan

   Responden terbanyak berdasarkan pendidikan dengan kecemasan adalah responden dengan pendidikan Menengah dengan tidak cemasyaitu sebanyak 18 responden (36,7%). Hal ini sesuai dengan jurnal penelitian Aprillia (2007) menunjukkan bahwa pengaruh tingkat pendidikan seseorang dalam memberikan respon terhadap suatu yang datang baik dari dalam maupun dari luar.

   Responden terbanyak berdasarkan pendidikan dengan pengetahuan adalah responden dengan pendidikan Menengah dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 17 responden (34,7%) dari jumlah total 49 reponden.

   Penelitian tersebut wanita yang mempunyai pendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dibandingkan mereka yang berpendidikan lebih rendah atau mereka yang tidak berpendidikan. Kecemasan adalah respon yang dapat dipelajari. Dengan demikian pendidikan yang rendah menjadi factor penunjang terjadinya kecemasan.

5. Pengetahuan Ibu Premenopause Menghadapi Menopause Di Bangsri Karangpandan

   Berdasarkan hasil analisa data univariat menunjukan bahwa responden berdasarkan pengetahuan adalah responden dengan pengetahuan baik yaitu 36 responden (73,5%) sedangkan pengetahuan cukup sebanyak 13 responden (26,5%). Hal ini menunjukkan tingkat pengetahuan ibu premenopause di Bangsri Karangpandan sebagian besar ibu dengan pengetahuan baik.

   Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian oleh Sriregar (2017) menunjukkan bahwa pengetahuan baik berjumlah 23 responden (40,0%). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berpendidikan sampai pendidikan sekolah menengah. Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pulak pengetahuannya.

   Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan makin mudah proses penerimaan informasi. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Seseorang yang berpendidikan rendah dapat menerima informasi secara luas jika aktif dalam bersosialisasi.

   Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Nomnafa (2016), menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berada dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 27 orang (67,5 %) dan paling sedikit dalam kategori baik yaitu sejumlah 5 orang (12,5 %). Penelitian tersebut menunjukan responden memiliki pengetahuan

dengan pendidikan Sekolah Menengah Atas.

Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar ibu pengetahuan baik walaupun status pendidikan rendah dikarenakan sumber informasi yang didapatkan melalui bersoasialisasi dan berinteraksi dalam kegiatan berbelanja, posyandu, pengajian, selain dari media cetak dan eltektronik yang dapat meningkatkan pengetahuan respondendalam penelitian ini.

6. Kecemasan Menghadapi Menopause Di Bangsri Karangpandan

Berdasarkan hasil analisa data univariat menunjukan bahwa responden berdasarkan kecemasan adalah responden dengan tidak kecemasan sebanyak 38 responden (77,7%) sedangkan responden dengan kecemasan 11 responden (22,3%).

Kecemasan timbul karena adanya ancaman yang mengganggu individu. menjelaskan bahwa kecemasan akan mengalami keluhan-keluhan fisik seperti gangguan tidur, tidak mampu santai, kelelahan, nyeri kepala, pening, dan jatung berdebar-debar, selain itu individu terus-menerus merasa takut akan kemungkinan masalah dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan (Bandiyah S,2015).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hermawati (2011), menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi menopause diperoleh bahwa 42 responden (66,7%) yang mempunyai tingkat kecemasan tidak cemas (antisipasi). Penelitian tersebut tidak semua wanita akan mengalami kecemasan dalam menghadapi masa premenopause dan menopause. Hal ini sangatlah wajar bila dilihat dari segi sosial-budaya yang positif maupun lingkungan tempat dia berada dan juga mendapatkan dukungan dari orang- orang yang ada di sekelilingnya terutama keluarga. Di mana juga bila seseorang lebih mendekatkan diri dengan beribadah dan mengikuti kegiatan-kegiatan lainnya seperti pengajian maka jiwa mereka akan lebih tenang dan siap dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi seiring dengan bertambahnya usia.

Menurut Hermawati (2011), yaitu masa menopause dianggap sebagai sesuatu yang patut disyukuri karena tidak semua orang diberi umur panjang dan diberi kesempatan untuk lebih banyak bertaubat, beribadah, dan beramal shaleh. Oleh karena itu, wajar bila perempuan-perempuan yang mempunyai pandangan demikian, dalam proses menjelang menopause dan seterusnya, tidak disertai dengan gejolak yang mengkhawatirkan, baik klinis, psikis, maupun sosial.

7. Hubungan Pengetahuan Ibu Pre Menopause Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause Di Desa Bangsri Karangpandan

Hasil analisa bivariat menunjukan bahwa responden ibu pengetahuan baik dan tidak mengalami kecemasan sebanyak 26 responden (53,1 %), sedangkan ibu pengetahuan cukup dan mengalami kecemasan 7 responden (14,2%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan Chi Square diperoleh hasil bahwa p value sebesar 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan ada hubungan pengetahuan ibu

pre menopause dengan kecemasan menghadapi menopause di bangsri Karangpandan. Nilai koefisien kontingensi C = 0,560, keeratan hubungan koefisien kontingensi cukup.

Penelitian ini sesuai dengan Fitriana (2010), hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan premenopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause pada wanita premenopause dengan hubungan keertan sedang. Perbedaan pada penelitian ini pada uji statistik, penelitian tersebut menggunakan uji statistik Kendall Tau didapatkan nilai π sebesar 0,439 dengan taraf signifikan (p) sebesar 0,016.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang di lakukan oleh Rina Kristiantiningtyas (2013) dengan nilai p value menunjukkan sebesar 0,000<0,05 berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan menopause dengan perilaku ibu dalam menghadapi masa menopause. Berbeda halnya dengan hasil penelitian oleh Aprillia (2007), menunjukkan bahwa hasil analisis dengan uji regresi menunjukkan nilai p = 0,025 (p < 0,05) sehingga terbukti bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause. Hasil analisis dengan uji korelasi juga menunjukkan nilai r = –0,500 yang menunjukkan hubungan yang berlawanan. Sehingga dapat ditarik kesimpulan semakin baik pengetahuan yang dimiliki wanita perimenopause maka akan semakin rendah tingkat kecemasannya.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tinggi rendahnya pengetahua seseorang tidak dapat menjadi patokan bahwa ibu preemnopause mengalami kecemasan. Semakin tinggi pengetahuan akan semakin tinggi rasa ingin tahu dan akan mencari informasi mengenai kesehatan baik dia melalui media massa atau pun melalui tenaga kesehatan, sehingga akan berkurang tingkat kecemasannya. Berbeda hal untuk status pendidikan rendah menerima sumber informasi melalui bersoasialisasi dan berinteraksi dalam kegiatan berbelanja, posyandu, pengajian, selain dari media cetak dan eltektronik yang dapat meningkatkan pengetahuan responden.

Hasil penelitian dari Suhaidah (2013), melakukan penelitian dkota yaitu puskesmas kelurahan Pulo Gebang Jakarta Timur. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hasil pengolah menggunakan *Spermen Rank* menghasilkan nilai sebesar 0,120 lebih dari nilai p= 0,05, maka disimpulkan Ho diterima yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause. Hal ini dapat disebabkan kecemasan perempuan dalam menghadapi menopause tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, tetapi banyak faktor lainnya.

Beberapa hasil penelitian bahwa tidak semua perempuan mengalami kecemasan, ketakutan bahkan depresi saat menghadapi menopause. Ada juga ibu yang tidak merasakan adanya gangguan pada kondisi psikisnya. Berat ringannya stress yang dialami perempuan dam menghadapi dan mengatasi

menopause sangat dipengaruhi oleh bagaimana penilaiannya terhadap menopause. Penilaian individu terhadap peristiwa yang di alami ada yang negatif dan ada yang positif.

SIMPULAN

Hasil penelitian di Desa Bangsri Karangpandan didapatkan hasil Pengetahuan ibu premenopause di Bangsri Karangpandan menunjukkan bahwa pengetahuan baik yaitu 36 responden (73,5%) sedangkan pengetahuan cukup sebanyak 13 responden (26,5%). Kecemasan menghadapi menopause Pada Ibu Premenopause di Bangsri Karangpandan menunjukkan bahwa tidak cemas sebanyak 38 responden (77,7%) sedangkan responden dengan kecemasan 11 responden (22,3%). Ada hubungan antara pengetahuan ibu premenopause dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Bangsri Karangpandan dengan nilai p = 0,000<0,05 dan kontingensi koefesien cukup C=0,560. Diharapkan responden selalu menambah pengetahuan dan keterampilan tentang kesiapan menghadapi menopause di Bangsri Karangpandan.

DAFTAR PUSTAKA

Aprillia dan Puspita. 2007. Faktor yang mempengaruhi Kecemasan pada Wanita Premenopause vol 4 no 1; 35-42. *The Indonesian Journal of Public Health* dalam https://media.neliti.com/media/publications/3876-ID-faktor-yang-mempengaruhi-tingkat- kecemasan-pada-wanita-perimenopause.pdf diakses tanggal 20 November 2017

Darmojo dan Martono. 2012. *Buku Ajar Geriatri:Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Hermawati, 2011. Hubungan Karakteristik Wanita Premenopause Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause Di Banda Aceh Vol. II No. 2. *Jurnal Nasional* dalam http://jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/download/6373/5236 diakses tanggal 10 Mei 2018

_____. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI

Muhammad I. 2016. *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah*. keenam ed. Suroyo RB, Hendri M, R, editors. Medan:Cita Pustaka Media Perintis.

Muhammad I. 2016. *Pemanfaatan SPSS Dalam Penelitian Bidang Kesehatan Umum*. keenam ed. Suroyo RB, Hendri M, R, editors. Medan: Cita Pustaka Media Perintis

Mulyani Ns. 2015. *Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Pertengahan.* kedua ed. Yogyakarta: Nuha Medika.

Nomnafa, Paulina. 2016. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu"* Vol. 07 No. 02 halm 176-184 dalam https://media.neliti.com/media/publications/137869-ID-hubungan-tingkat-pengetahuan-ibu tentang.pdf diakses

tanggal 19 Januari 2018

Shuaidah D. 2013. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Pulo Gebang Jakarta Timur.Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah , Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. *Naskah Publikasi* dalam http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/.../1/dedeh%20suhaidah-fkik.pdf diakses tanggal 20 November 2017

Tulung O, Kundur Rm, Silolonga. 2014. Hubungan Sikap Ibu Premenopause Dengan Perubahan yang Terjadi Menjelang Masa Menopause di Kelurahan Woloan 1, Kecamatan Tomohan Barat , Kota Tomohon. *Skripsi*. Manado: Sam Ratulangi Manado University, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dalam https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5169 diakses tanggal 20 November 2018