

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN KECEMASAN WANITA BEKERJA DI RS RK CHARITAS PALEMBANG DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE

***Srimiyati**

*Staf Pengajar STIKes Perdhaki Charitas Palembang

ABSTRACT

Background: Facing the menopausal sometimes inflict to different perceptions premenopausal women.

Goal: This study aims to determine the relationship between husband support the level of maternal anxiety in the face of menopause RSRK Charitas.

Methods: The research design using observational analytic with cross sectional design, the sample size of 63 premenopausal women, was taken using the method of probability sample. The population in this study were premenopausal mothers aged 45-50 years who have a husband. HARS research instruments using the instrument. Data analysis was performed with univariate and bivariate analysis with Spearman Rho test.

Result: Most of the support of her husband in the mother facing menopause in both categories as much as 29 respondents (46%). The levels of maternal anxiety in the face of menopause in the medium category as much as 29 respondents (46%). Signifikan relationship between maternal anxiety husband support with facing menopause p value 0.003.

Conclusion: Husband support maternal anxiety associated with menopause face. Is recommended to health workers in Rome Catholic Charitas Hospital planning and implementing menopausal health education to reduce anxiety facing the menopausal.

Keywords: Anxiety menopause, husband support.

PENDAHULUAN

Masa menopause dalam kehidupan wanita dapat membuat mereka merasa takut dan cemas. Hal itu terjadi ketika mulai proses perubahan hormonal yang mendasari perubahan emosional diikuti perubahan peran sosial dan struktur

keluarganya (Purwoastuti, 2008). Kecemasan atau anxiety merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan adanya rasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas. Kecemasan dengan intensitas yang intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif justru malah

akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu terhadap keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan (Sudrajat, 2009).

Menopause sendiri diartikan sebagai tahap akhir proses biologi yang dialami oleh wanita berupa penurunan hormon wanita yaitu estrogen dan progesteron dari indung telur. Disebutkan pula bahwa menopause adalah jika seorang wanita sudah tidak mengalami menstruasi selama 1 tahun. *Sebagian wanita dapat melewati menopause dengan mulus sekitar 25%, wanita yang mengalami menopause dengan reaksi negative sekitar 80%, yang merasa begitu menderita hingga memerlukan pertolongan medis maupun psikologis sekitar 40% (Atikah, 2009).* Berakhirnya menstruasi atau haid sering menjadi momok

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Peneliti melakukan pengukuran terhadap variabel bebas (dukungan suami) dan variabel tergantung (kecemasan wanita menghadapi menopause) dilakukan satu kali dalam waktu bersamaan (Sastroasmoro, 2008). Penelitian dilaksanakan di RS RK Charitas Palembang mulai tanggal 10 sampai 26 Maret 2015. Populasi penelitian adalah adalah wanita premenopause yang bekerja di RS RK Charitas tahun 2015.

Sampel penelitian ini adalah wanita premenopause usia 45-50 tahun mempunyai suami, 1 tahun terakhir masih menstruasi secara teratur selama

12 bulan berturut-turut. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 64 responden, dengan menggunakan *probability sampling*. Alat pengumpul data menggunakan uji kuesioner, dengan menggunakan uji statistik korelasi *Spearman Rho*.

HASIL PENELITIAN

1. Usia

Hasil analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dari masing-masing variable. Variabel independen yang terdiri dukungan, sedangkan variable dependennya adalah kecemasan menghadapi menopause. Adapun hasil penelitian disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia di RS RK Charitas tahun 2015

Usia	Jumlah	%
45 tahun	8	12,70
46 tahun	10	15,90
47 tahun	9	14,30
48 tahun	8	12,70
49 tahun	8	12,70
50 tahun	20	31,70
Jumlah	63	100,0

Dari tabel 1 menggambarkan bahwa sebagian besar usia responden pada penelitian ini berusia 50 tahun yaitu sebanyak 20 orang (31.70%). Sedangkan yang yang berusia 49 tahun, 48 tahun dan 45 tahun masing-masing 8 orang (12.70%). Sementara yang berusia 47 tahun sebanyak 9

orang (14.305) dan 46 tahun sebanyak 10 orang (15.90%).

2. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan wanita premenopause dikategorikan menjadi tiga yaitu pendidikan dasar, menengah dan pendidikan tinggi yang disajikan pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan pendidikan formal di RS RK Charitas tahun 2015

Tingkat pendidikan	Jumlah	%
Dasar	11	17,5
Menengah	27	42,9
Tinggi	25	39,7
Jumlah	63	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan hasil penelitian tingkat pendidikan formal. wanita premenopause dengan tingkat Pendidikan Dasar sebanyak 11 responden (17.50%). Sedangkan yang memiliki tingkat Pendidikan Menengah berjumlah 27 responden (42.90%) dan Pendidikan Tinggi 25 responden (39.70%).

3. Jumlah anak

Jumlah anak yang dimiliki oleh responden dikelompokkan menjadi dua yaitu jumlah anak < 2 dan > 3 anak yang ditampilkan pada tabel 3 dibawah ini.

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan jumlah anak yang dimiliki wanita yang bekerja di rumah sakit RK Charitas Palembang Tahun 2015

Jumlah Anak	Jumlah	%
1-2 anak	43	68,3
3 anak	20	31,7
Jumlah	63	100,0

Berdasarkan tabel 3 menggambarkan wanita yang mempunyai anak 1 sampai 2 orang anak sebesar 43 responden (68,3%) sedangkan yang mempunyai anak 3 orang atau lebih sebanyak 20 responden (31,70%).

4. Dukungan suami

Dukungan suami kepada wanita dikategorikan menjadi tiga yaitu kurang, cukup dan baik. Distribusi dukungan suami ditampilkan pada tabel 4 dibawah ini:

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan dukungan suami di rumah sakit RK Charitas Palembang Tahun 2015

Dukungan Suami	Jumlah	%
Kurang	17	27,0
Cukup	29	46,0
Baik	17	27,0
Jumlah	63	100,0

Berdasarkan tabel 4 di atas bahwa responden yang merasa cukup mendapat dukungan dari suami sebesar 29 responden (46%) sedangkan yang merasa kurang mendapat dukungan suami dan merasa mendapat dukungan baik dari suami masing-masing sebanyak 17 responden (27%).

5. Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause

Tingkat kecemasan wanita yang menghadapi menopause pada penelitian ini dikategorikan menjadi tiga yaitu kecemasan rendah, kecemasan sedang dan kecemasan berat, hasil distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menopause di rumah sakit RK Charitas Palembang Tahun 2015

Tingkat Kecemasan	Jumlah	%
Ringan	6	9,5
Sedang	29	46,0
Berat	28	44,4
Jumlah	63	100,0

Berdasarkan tabel 5 di atas bahwa tingkat kecemasan responden sedang 29 responden (46%), berat 28 orang (44,4) dan ringan 6 orang (9,5%).

Berdasarkan hasil analisis dua variabel untuk melihat hubungan antara variabel dukungan dengan kecemasan. Hasil analisis menunjukkan hubungan yang signifikan sebagaimana tersaji pada tabel 6 dibawah ini.

Tabel 6 Hubungan antara Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Wanita Bekerja di rumah sakit RK Charitas Dalam Menghadapi Menopause Tahun 2015

Dukungan	Kecemasan						Total		p value	Spearman's rho
	Ringan		Sedang		Berat		n	%		
	n	%	n	%	n	%				
Kurang	2	11,8	2	11,8	13	76,5	17	100	0,003	-248
Cukup	1	3,4	20	69,0	8	27,6	29	100		
Baik	3	17,6	7	41,2	7	41,2	17	100		
Jumlah	6	9,6	29	46,0	28	44,4	63	100		

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 6 di atas sebanyak 13 (76.5%) responden dengan dukungan suami kurang mengalami kecemasan berat.

Sedangkan diantara responden yang menerima dukungan cukup ada sebanyak 8 (27.60%) yang mengalami kecemasan berat. Sementara itu ada

sebanyak 7 responden (41.20%) menerima dukungan baik merasakan kecemasan berat.

Uji *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,003$ maka dapat disimpulkan terdapat hubungan, dan hubungan keduanya secara statistic bermakna. Selanjutnya derajat hubungan antara keduanya dilakukan uji Spearman Rho (ρ). Hasil uji didapatkan nilai sebesar -0.248 artinya hubungan keduanya tidak kuat dan arah hubungannya berlawanan.

PEMBAHASAN

Pembahasan hasil penelitian yang dilakukan peneliti adalah membandingkan hasil penelitian dengan beberapa hasil penelitian terdahulu. Dengan demikian terlihat adanya korelasi dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Hasil penelitian yang dibahas Peneliti mencakup karakteristik responden yang terdiri dari: usia, tingkat pendidikan, dan jumlah anak.

1. Usia

Responden yang terlibat pada penelitian berusia antara 45-50 tahun dan sebesar 31.7%. berusia 50 tahun. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berada pada ambang menopause. Menurut penelitian Data Angkasa (2006) wanita di Indonesia akan mengalami menopause pada usia sekitar 50 tahun, rata-rata usia 48.97 tahun. Hal ini menarik untuk didiskusikan karena terdapat kesamaan antara usia responden penelitian ini dengan

penemuan Data Angkasa (2006) yaitu usia menopause wanita Indonesia rata-rata 48.97 tahun. Menurut Proverawati (2010) wanita pada usia 45-50 tahun sedang beradaptasi terhadap perubahan fisiologis akibat fluktuasi hormon estrogen sejak usia 40 tahun. Perubahan fisiologi yang muncul antara lain pola menstruasi tidak teratur, selanjutnya masuk dalam periode berhentinya haid. Wanita mulai mengalami gejala *pre menopause* pada usia 40-an tahun dan mencapai puncak pada usia 50 tahun saat terjadi menopause.

Dari uraian di atas bisa dicermati bahwa apabila proses menopause kurang dipahami dengan baik sejak masa pramenopase bahwa menopause adalah proses alami, maka akan berdampak negative terhadap diri wanita yang akan mengalaminya. Dampak negative dapat berupa rasa takut, cemas, merasa belum siap menerima menopause. Hal ini sangat memungkinkan semakin usia seseorang mendekati menopause kecemasannya akan semakin tinggi.

2. Tingkat pendidikan

Wanita pramenopause dalam penelitian ini sebanyak 42.9% berpendidikan sederajat SMA. Hal ini menunjukkan tingkat pendidikan responden sudah cukup tinggi dipandang dari segi pendidikan formal dasar. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Srimiyati (2015) sebanyak 56% tingkat pendidikan responden wanita premenopause mencapai tingkat pendidikan lanjut. Tingkat pendidikan akan menentukan tingkat pengetahuan, pemahaman dan

wawasan seseorang terhadap hal-hal yang bermanfaat dalam kehidupannya. Sementara menurut Sukarni 2000, *cit* Aprilia, 2008, semakin lanjut pendidikan seseorang semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya karena dengan memiliki tingkat pendidikan lanjut seseorang lebih mudah menerima dan memproses informasi. Peneliti berpendapat bahwa tingkat pendidikan dapat mempengaruhi penerimaan terhadap datangnya masa menopause. Di samping itu tingkat pendidikan bisa mempengaruhi daya penalaran dan analisis seseorang. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan menengah atas apabila dibarengi dengan daya nalar yang baik akan mudah dalam memahami suatu obyek tertentu. Oleh karena itu seseorang yang berpendidikan menengah cenderung lebih mudah menerima menopause. Seseorang yang berpendidikan menengah pada umumnya memiliki keinginan untuk tahu lebih banyak dan berupaya untuk memperoleh pengetahuan melalui belajar otodidak, non formal dari berbagai sumber misalnya media. Semakin banyak mendengar, membaca informasi dan menggunakan penalaran dalam memahami pengetahuan, maka perilakunya akan lebih langgeng. Dengan kata lain ibu yang memahami dengan baik dan positif maka akan mudah menyambut masa menopause, serta berperilaku sesuai dengan yang ia pahami.

3. Jumlah Anak (Paritas)

Hasil penelitian ini sebanyak 68.30% responden memiliki anak 1-2 orang. Hasil penelitian yang dilakukan

oleh Bernard 2000 *cit* Data Angkasa, 2006 menunjukkan bahwa ada hubungan antara menopause dengan reproduksi yaitu paritas. Sementara menurut Yatim (2011) kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi wanita dan memperlambat penuaan tubuh. Semakin sering seseorang melahirkan maka semakin lama wanita tersebut memasuki menopause.

Analisis peneliti adalah *Anti-Mullerian Hormone* (AMH) berperan dalam inhibitor proses *initial recruitment*. Berkurangnya AMH akan mengurangi *follicle pool* dan mencetuskan menopause (Kevenaar, 2007; Hansen, 2008). AMH dapat meningkatkan sensitivitas folikel terhadap kehadiran hormon FSH di ovarium maka kehadiran hormon AMH akan memperlambat usia menopause. Berkaitan dengan hal tersebut pengaruh paritas terhadap usia menopause dikendalikan oleh reseptor hormon AMH. Seiring dengan perubahan hormonal menjelang menopause, kadar progesterone sangat tinggi meningkatkan ekskresi reseptor AMH. Meningkatnya jumlah reseptor AMH akan memperkuat efek inhibisi proses *initial recruitment* folikel primordial sehingga memperlambat kejadian menopause.

4. Dukungan

Hasil penelitian ini responden merasa memperoleh dukungan social dari suami sebanyak 46% menyatakan dukungan suami cukup. Sementara 27% responden merasa didukung

baik. Dukungan berupa dukungan fisik, emosional dan informasi dari suami akan meminimalkan kecemasan wanita premenopause. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jean Hailes Foundation 2009 *cit* Sudarmiati S, (2009) bahwa wanita yang memiliki masalah dengan suami/partner beresiko memiliki keluhan mood saat amenopause. Demikian pula wanita yang memiliki interaktif negative dalam keluarga cenderung memiliki banyak keluhan saat menopause. Sebaliknya wanita yang memiliki interaksi positif terhadap keluarga maka akan memandang suami sebagai pendukung (Dilaway, 2008 *cit* Sudarmiati S, 2009). Demikian juga menurut Astrini (2007) menyatakan bahwa semakin positif persepsi dukungan sosial yang diterima maka akan semakin rendah rendah tingkat kecemasan memasuki masa menopause. Penelitian ini melengkapi penelitian yang dilakukan oleh Price et.al, (2007) menyatakan bahwa wanita menopause membutuhkan untuk dimengerti.

Berdasarkan uraian di atas Peneliti mempunyai dugaan kuat bahwa bahwa wanita premenopause dalam proses memasuki masa transisi setidaknya dipengaruhi oleh dukungan sosial, harapan dan pengalaman keluarga. Seorang wanita pramenopause sangat dimungkinkan untuk belajar dari pengalaman ibunya. Apabila ibu tidak mengalami keluhan pada masa menopause, maka wanita premenopause beranggapan pula bahwa dirinya demikian pula. Support orang terdekat/suami memberikan makna dan arti mendalam bagi wanita

pada masa transisi transisi menjelang menopause.

5. Analisis Hubungan Dukungan suami terhadap Kecemasan Wanita Premenopause

Berdasarkan uji *Chi square* diperoleh hasil *p value* < 0.05 artinya ada hubungan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita menghadapi menopause, secara statistik hubungannya bermakna. Menurut Darajat (2000) kecemasan merupakan situasi paling sering dihadapi manusia sebagai manifestasi proses emosi yang bercampur baur ketika sedang mengalami pertentangan batin. Demikian pula halnya dengan menopause yang menimbulkan pertentangan batin antara keinginan pribadi dengan yang terjadi. Situasi ini bagi banyak wanita menimbulkan rasa tidak percaya diri, takut dan merasa tidak nyaman terhadap perubahan yang terjadi dalam dirinya. Dukungan suami berupa bantuan nyata memiliki manfaat emosional dan perilaku bagi istri/wanita pra menopause sebagai penerima dukungan. Dukungan sosial dari suami berupa informasi, nasehat verbal dan non verbal meningkatkan keyakinan bagi wanita sebagai istrinya memperoleh kesempatan untuk mengatasi masalah dalam menghadapi perubahan reproduksi dalam dirinya. Hasil penelitian ini sejalan dengan Indrawati (2008) bahwa semakin tinggi dukungan suami maka semakin rendah kecemasan wanita dalam menghadapi pra menopause.

Berdasarkan hasil uji Spearman Rho (ρ) didapatkan nilai sebesar – 0.248 dengan nilai probabilitas 0.050

artinya bahwa derajat hubungan antara kedua variabel tidak kuat. Sementara itu nilai uji bertanda negative (-) tanda ini menunjukkan arah/sifat hubungan kedua variabel adalah berlawanan artinya semakin tinggi dukungan suami maka tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause semakin ringan.

Kecemasan merupakan reaksi terhadap ancaman, hambatan terhadap keinginan pribadi atau perasaan tertekan. Kecemasan juga merupakan akar berbagai macam problem yang dihadapi. Pengalaman dalam kehidupan nyata bahwa kecemasan merupakan kondisi yang pernah dialami oleh hampir semua orang, hanya saja tingkatannya berbeda. Kecemasan sebagai tantangan dalam kehidupan yang sering dialami setiap manusia dapat dimaknai secara positif apabila dijadikan sebagai motivator.

Bagi kaum wanita selain mengalami kecemasan menghadapi menopause, juga adanya kenyataan bahwa anak-anak telah dewasa, mandiri menimbulkan rasa kehilangan peran sebagai ibu, kesepian, serta perubahan fisik bisa menambah gelisahannya. Dari berbagai fenomena yang terjadi dapat disimpulkan bahwa antara usia dengan kecemasan menghadapi menopause terdapat hubungan yang positif yaitu semakin seseorang mendekati menopause, maka kecemasannya akan semakin besar.

Menopause sebagai masa transisi ini merupakan situasi krisis bagi kehidupan seorang wanita. Bagaimana wanita menanggapi dan menerima menopause sangat

dipengaruhi oleh, tingkat pendidikan, support yang dirasakan dan pengalaman dari rekan sekerja. Persamaan reaksi menghadapi menopause bisa disebabkan oleh karena kesamaan tingkat pendidikan formal, berada dalam lingkungan komunitas kerja yang sama. Wanita yang memiliki komunitas sebaya bisa membantu menepis rasa takut menghadapi hilangnya kemampuan reproduksi saat menopause.

Dukungan dan sikap positive dari orang terdekat/patner/suami meningkatkan kesiapan wanita menghadapi menopause. Sikap menerima menopause dan proses penuaan sebagai proses alami sangat membantu wanita premenopase dan pasangan melewati masa krisis dan meminimalkan rasa takut maupun cemas. Dari sudut pandang wanita, apabila menganggap menopause sebagai kesempatan untuk meningkatkan keimanannya tidak lagi direpotkan dengan datangnya menstruasi, dengan sendirinya menjadi menerima.

Dari uraian di atas peneliti menyimpulkan bahwa ada hubungan negative antara tingkat kecemasan menghadapi menopause dengan dukungan. Dengan demikian peneliti memiliki dugaan kuat bahwa dukungan yang memadai berperan dalam mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi menopause. Semakin tinggi dukungan yang diterima seorang wanita, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi masa menopause.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian tentang hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita yang bekerja di rumah sakit RK Charitas dalam menghadapi menopause, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Dukungan suami terhadap wanita dalam menghadapi menopause dalam kategori cukup sebanyak 29 responden (46%).
2. Sebagian besar tingkat kecemasan wanita dalam menghadapi menopause dalam kategori sedang dengan prosentase (46%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan wanita yang bekerja di rumah sakit RK Charitas Palembang dalam menghadapi menopause dengan p value 0,003.
4. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,350 menggambarkan bahwa hasil penelitian memiliki arah hubungan negatif artinya semakin tinggi dukungan suami maka tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause semakin rendah. Kekuatan hubungan keduanya pada tingkat sedang.

SARAN

1. Bagi responden
Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai kondisi menopause yang dihadapinya sehingga kondisi yang dicemaskan dapat diantisipasi menjadi lebih baik.
2. Bagi institusi pendidikan
Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam seminar atau diskusi dalam perkuliahan.

3. Bagi Masyarakat
Bagi suami, keluarga, dan masyarakat perlu peningkatan pengetahuan mengenai hal-hal yang berhubungan dengan ibu menopause dengan cara mengikuti penyuluhan-penyuluhan atau media informasi lain.
4. Bagi peneliti
Perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh stressor psikososial terhadap kecemasan pada wanita menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Nur Isyana & Nunuk P. 2007. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya* (4/1), 470-471.
- Astrini, Nunik. 2007. *Hubungan Persepsi Dukungan Sosial Yang Diterima Wanita Dewasa Madya Dengan Tingkat Kecemasan Ketika Memasuki Masa Menopause*. Skripsi. <http://www.adln.lib.unair.ac.id>. Diambil tanggal 09 Maret 2015.
- Baziad, A. 2003. *Menopause dan andropause*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.
- Badan Koordinasi Keluarga Berencana. Profil KKB Desa. 2011. online. www.aplikasi.bkkbn.go.id diakses 06 Maret 2015 pukul 08.16.
- Bernard L, Lisa B. 2000. Factors Associated With Early

- Menopause. *Review. Maturitas*, (35), 3 – 9.
- Bobak, I.M., Lowdermilk, D.L., Jensen. M.D., Perry. S.E. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta : EGC.
- Dahlan. M S. 2014. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat* Edisi 6. Jakarta : Epidemiologi Indomedia
- _____. 2012. *Membuat Proposal Penelitian Bidang Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta : Sagung Seto
- _____. 2010. *Perhitungan Besaran Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Sagung Seto.
- Darajat, Z. 2007. *Menghadapi Masa Menopause (mendekati Usia Tua)*. Jakarta : Bulan Bintang
- Data Angkasa. 2006. *Profil Perempuan Menopause di Indonesia dan Pengetahuan Mengenai Terapi Sulih Hormon*. Tesis. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Departemen Kesehatan RI. 2006. *Terjadi pergeseran umur menopause*. diakses tanggal 10 Maret 2015 dari <http://www.depkes.go.id/index.php?option>
- Dillaway, H.E. 2008. *Why can't you control this?" How women's interactions with intimate partners define menopause and family*. *Journal of Women & Aging*. (20/1,2), 47 – 64.
- Hawari. 2002. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hidayat, A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisis*. Jakarta: Salemba Medika
- Karyanti, 2002. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Terhadap Istri Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause*. Thesis. Semarang Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata, tidak diterbitkan.
- Kuntjoro, Z.S. 2002. *Menopause*. diakses pada 18 Januari 2016, dari http://www.e-psikologi.com/epsi/artikel_detail.asp?id=189
- Kuntjara, E. .2005. *Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause Di Perumahan Griya Cipta Laras Wonogiri*. Thesis. Surakarta Fakultas Kedokteran Universtas Sebalas Maret, tidak diterbitkan.
- Llewellyn-Jones ; Mira, M y McNeil, D. 1997. *Menstruation, Menstrual Protection Ang Menstrual Cycle Problems, The Knowledge, Attitudes Adn Practices Of Young Australian Women* . *Journal Medical of Australia* (142), 247 – 251.
- Llewellyn, Jones. 2005. *Setiap Wanita Indonesia:* Delapratasa Publishing
- Lianawati. 2008. *Menyambut Menopause Tanpa Cemas*. Suara

- Pembaharuan Daily. Diakses tanggal 9 Maret 2015. <http://suaraperempuan.com/New/2008/08/17/psikologi/psi02.htm>
- Mangoenprasodjo, A. 2004. *Siapa Takut Menopause: Kiat Memasuki Masa Paruh Baya Tanpa Rasa Was-was dan Cemas*. Yogyakarta: Thinkfresh.
- Proveawati, A. 2009. *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Price, Sylvia A. 2006. *Patofisiologi Konsep Klimis Proses-proses Penyakit*, edisi 6 Vol 2. Jakarta: EGC.
- Purwoastuti, E. Th. 2008. *Menopause, Siapa Takut?*. Yogyakarta: Kanisius.
- Rostiana, T. 2009. *Kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause*. Skripsi. Depok Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma, tidak diterbitkan.
- Riwidakdo, Handoko. 2013. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendekia Press
- Sastroasmoro, Sudigdo. 2008. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto
- Stuart, G.W and Sundeen. S.J. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa* edisi 5. Jakarta: EGC
- Sudrajat . 2011. Pengaruh Lingkungan terhadap individu. Diakses pada 5 Oktober 2015 <http://www.usu.ac.id>
- Sudarmiati. Sari. 2009. *Pengaruh Sosial Budaya Karawang Pada Respon Dan Mekanisme Koping Wanita Yang Mengalami Menopause: Studi Grounded Theory*. Tesis. Depok: Universitas Indonesia Fakultas Ilmu Keperawatan Program Studi Magister Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Maternitas, tidak diterbitkan.
- Varney, H. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Yatim. F. 2011. *Haid Tidak Wajar Dan Menopause*. Jakarta: Pustaka