

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN  
TINGKAT KECEMASAN IBU DALAM  
MENGHADAPI MENOPAUSE  
DI DUSUN KARANGPLOSO  
SITIMULYO PIYUNGAN  
BANTUL**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana pada  
Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta



**Disusun oleh :  
TRI MISTINAH  
070201182**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2011**

## HALAMAN PENGESAHAN

# HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DUSUN KARANGPLOSO SITIMULYO PIYUNGAN BANTUL

## NASKAH PUBLIKASI

Oleh:  
**TRI MISTINAH**  
070201182

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui  
Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana  
Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta



Telah disetujui pada tanggal :  
9 Agustus 2011

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Suryani', written over a horizontal line.

Suryani, S.Kep.,Ns

# HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI MENOPAUSE DI DUSUN KARANGPLOSO SITIMULYO PIYUNGAN BANTUL<sup>1</sup>

## INTISARI

Tri Mistinah<sup>2</sup>, Suryani<sup>3</sup>

**Latar Belakang :** Menopause merupakan masalah normal yang akan dilalui dalam kehidupan semua wanita, namun menopause sering dipersepsikan berbeda-beda oleh perempuan sehingga menimbulkan kecemasan. Dampak yang ditimbulkan dari kecemasan dalam menghadapi menopause ini adalah stress, depresi dan insomnia. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah dukungan keluarga.

**Tujuan Penelitian :** Mengetahui adanya hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

**Metode Penelitian :** Penelitian ini menggunakan metode penelitian *survey analitik* dan pendekatan waktu *cross sectional*, dengan sampel seluruh populasi (*total sampling*) ibu premenopause sebanyak 62 responden. Analisa data dengan menggunakan uji statistik *kendall tau*.

**Hasil Penelitian :** Tingkat dukungan keluarga ibu dalam menghadapi menopause tergolong tinggi sebesar 72,4%, sedangkan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause tergolong rendah sebesar 53,2%. Hasil uji *kendall tau* sebesar -0,263 dengan taraf signifikan (p-value) sebesar 0,000 ( $> 0,05$ ).

**Kesimpulan :** Ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

**Saran:** Agar keluarga mempertahankan dukungan keluarga yang telah diberikan kepada responden sehingga dapat meminimalkan kecemasan menghadapi menopause.

Kata kunci : Dukungan Keluarga, Kecemasan, Menopause  
Kepustakaan : 25 buku, 5 Skripsi, 8 internet  
Jumlah halaman : i-xiv, 74 halaman, 8 Tabel, 2 Gambar, 17 Lampiran

---

<sup>1</sup>Judul skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE CORRELATION OF FAMILY SUPPORT WITH THE MOTHER  
ANXIETY LEVEL IN DEALING WITH MENOPAUSE  
IN DUSUN KARANGPLOSO SITIMULYO  
PIYUNGAN BANTUL<sup>1</sup>**

**ABSTRACT**

**Tri Mistinah<sup>2</sup>, Suryani<sup>3</sup>**

**Background :** Menopause is a normal problem that will be passed in the lives of all women, but menopause is often perceived differently by women so giving rise to anxiety. The impact of anxiety in the face of menopause is stress, depression and insomnia. One of the factors that influence the anxiety is family support.

**Research Objectives :** To investigate the relationship of family support with the mothers anxiety levels in facing menopause in the Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

**Research Methods :** This study used analytical survey research methods and cross sectional to time approach, with samples of the whole population (total sampling) premenopausal mothers were 62 respondents. Data Analyze using statistical tests Kendall tau.

**Research Findings :** The level of mothers family support in the face of menopausal is high at 72,4%, while the level of mothers anxiety in the face of menopause are relatively low at 53,2%. The Kendall tau results test of -0,263 with a significant level (p-value) of 0,000 ( $> 0,05$ ).

**Conclusion :** There is a relation of family support with the mothers anxiety level in dealing with menopausal in Dusun karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

**Suggestion :** In order for families to maintain family support has been given to the respondent so as to minimize the anxiety facing menopause.

Key words : Family Support, Anxiety, Menopause  
References : 25 books, 5 Thesis, 8 website  
Number of pages : i-xiv, 74 pages, 8 Tables, 2 Images, 17 Attachment

---

<sup>1</sup> Title of The Thesis

<sup>2</sup> Student of School of Nursing, 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta.

<sup>3</sup> Lecturer of School of Nursing, 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta.

## LATAR BELAKANG

Menopause merupakan masalah normal akan dilalui dalam kehidupan semua wanita tapi para wanita mengartikan menopause berbeda-beda. Menopause dianggap sebagai suatu bencana dan malapetaka, sedangkan wanita setelah menopause dianggap tidak berguna dan tidak menarik lagi. Menopause juga dianggap sebagai periode berhentinya haid secara alamiah yang biasanya terjadi antara usia 40 dan 50 tahun (Lestary, 2010). Sebagian orang juga menganggap datangnya menopause sebagai berakhirnya masa menyenangkan dalam hidup. Proses alami yang dilalui setiap wanita itu dipandang sebagai pertanda menjadi tua dan memudarnya kecantikan seseorang. Mereka takut karena semua itu merupakan sesuatu yang bersifat tua, sakit-sakitan dan tidak cantik lagi. Apalagi datangnya menopause ini diiringi sejumlah gejala-gejala yang mengganggu (Lestary, 200).

Keterlibatan pemerintah dan perhatian masyarakat dalam mengatasi masalah menopause antara lain bekerjasama dengan tim dari berbagai ilmu kesehatan misalnya psikologi dan spesialis obstetri ginekologi melalui kegiatan posyandu lansia sebagai tempat yang paling efektif untuk memberikan informasi tentang premenopause, menopause, dan pasca menopause (Prawirohardjo, 2005). Tidak ada upaya penanggulangan kecemasan menghadapi menopause yang dilakukan di dusun Karangploso, karena masyarakat setempat menganggap kecemasan menopause adalah hal yang wajar dan tidak memiliki dampak. Peran perawat di komunitas diharapkan dapat memberikan konseling di dusun Karangploso sebagai tempat yang efektif untuk memberikan informasi

tentang premenopause, menopause, dan pasca menopause.

Fakta menemukan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merasakan berbagai masalah atau gangguan dan sedikit dari mereka yang mendapat dukungan dari keluarga dalam menghadapi masalah atau gangguan tersebut, sedangkan sekitar 25% lainnya tidak memperlmasalahkannya. Hal ini menegaskan bahwa umumnya wanita takut menghadapi menopause karena tidak siap menerima kenyataan mengalami menopause, sehingga wanita akan melakukan berbagai cara agar dapat menghambat datangnya menopause (Achadiat, 2003). Hal tersebut menyebabkan wanita menjadi cemas, murung, dan menarik diri dari lingkungan sosial ketika mengalami menopause.

Gejala-gejala fisik yang timbul pada menopause antara lain gejalak rasa panas (*hot flushes*), keringat di malam hari, siklus haid tidak teratur, depresi, mudah tersinggung, mudah marah, kecemasan kekeringan vagina, cepat lelah, sulit tidur (*insomnia*), dan perubahan kulit (Kuntjoro, 2002).

Berhentinya siklus menstruasi dirasakan sebagai hilangnya sifat inti kewanitaannya karena sudah tidak dapat melahirkan anak lagi. Akibat lebih jauh adalah timbulnya perasaan tidak 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 (Rebecca, 2007).

Kecemasan merupakan bentuk perasaan khawatir, gelisah dan perasaan-perasaan lain yang kurang menyenangkan. Biasanya perasaan ini disertai oleh rasa kurang percaya diri,



tidak mampu, merasa rendah diri dan tidak mampu menghadapi suatu masalah. Kecemasan menghadapi menopause dapat membawa implikasi yang berbahaya karena dapat menjadikan wanita merasa bahwa kesenangan, kebahagiaan dan hidupnya telah hancur sehingga penyesuaian diri seorang wanita terhadap perubahan fisik dapat mengakibatkan tekanan kejiwaan pada wanita. Tekanan kejiwaan yang dialami oleh wanita akan mempengaruhi keadaan emosi sehingga berakibat timbulnya kecemasan. Kecemasan ini berkaitan erat dengan perubahan hormonal yang terjadi pada masa menopause (FKUI, 2003).

Dukungan keluarga menjadikan seorang wanita yang menghadapi masa menopause menjadi sangat berharga dan menambah ketentraman hidup. Dukungan keluarga merupakan dukungan yang diterima individu dari orang yang berada dalam lingkungan keluarga seperti suami, anak dan orang tua sehingga individu tersebut merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif. Manfaat dukungan keluarga yaitu menjadikan seorang wanita dalam menghadapi masa menopause lebih nyaman (Kuntjoro, 2002).

Berdasarkan studi pendahuluan di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul, hasil wawancara terhadap 10 ibu premenopause di Dusun Karangploso menunjukkan bahwa 5 dari 10 ibu premenopause mengatakan cemas dalam menghadapi menopause dikarenakan keluarga tidak memberikan informasi tentang menopause dan tidak mendapatkan dukungan dari keluarga. Sedangkan 5 ibu premenopause yang mendapatkan

dukungan dari keluarga merasa lebih nyaman, senang karena merasa diperhatikan. Dukungan keluarga yang positif akan mempengaruhi dukungan mental bagi ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian *survey analitik* dengan pendekatan waktu *cross sectional* yaitu peneliti melakukan observasi satu kali saja dan pengukuran variabel subjek hanya diobservasi satu kali saja hanya pada saat pemeriksaan (Arikunto, 2002). Penelitian ini menggunakan populasi ibu premenopause yang berusia 40-50 tahun di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul. Pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *total sampling* atau *sampling jenuh* yang berjumlah 62 responden.

Uji validitas dilakukan di Dusun Nglengis Sitimulyo Piyungan Bantul pada tanggal 14 Juli 2011 dengan responden 20, diketahui jumlah item pernyataan dukungan keluarga sebanyak 20 item hasil keseluruhan soal valid, sedangkan untuk tingkat kecemasan dengan jumlah pernyataan sebanyak 30 item hasil keseluruhan valid. Sedangkan hasil uji reabilitas yang dilakukan di Dusun Nglengis Sitimulyo Piyungan Bantul dengan 20 responden. Diketahui untuk nilai koefisien reabilitas untuk dukungan keluarga sebesar 0,951 dan untuk tingkat kecemasan 0,961 lebih besar 0,75 sehingga kuisioner tersebut dinyatakan reliabel. Analisis data menggunakan perhitungan dengan rumus korelasi koefisien *Kendall Tau* ( $\tau$ ) (Sugiyono, 2010).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Karakteristik Sampel Penelitian

Adapun karakteristik sampel penelitian berdasarkan umur, pekerjaan dan pendidikan dapat dijelaskan dalam tabel berikut :

#### a. Karakteristik Sampel Penelitian Berdasarkan Umur

Distribusi frekuensi sampel penelitian berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.1**

Distribusi Frekuensi Sampel Penelitian Berdasarkan Umur Responden

Umur	Frekuensi	Persentase
40 – 45 tahun	36	58,1
46 – 50 tahun	26	41,9
Total	62	100,00

Sumber : Data Primer, 2011

Berdasarkan tabel 4.1, karakteristik responden menurut umur responden yang paling banyak berusia 40 – 45 tahun (58,1%) dibanding usia 46-50 (41,9%).

#### b. Karakteristik Sampel Penelitian Berdasarkan Pendidikan

Distribusi frekuensi sampel penelitian berdasarkan pendidikan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.2**

Distribusi Frekuensi Sampel Penelitian Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	27	43,6
SMP	15	24,2
SMA	16	27,4
D II	1	1,6
SI	3	3,2
Total	62	100,00

Sumber : Data Primer, 2011

Berdasarkan tabel 4.3, karakteristik responden berdasarkan pendidikan terbanyak berpendidikan SD (43,6%), sedangkan paling sedikit berpendidikan D II (1,6%).

#### c. Karakteristik Sampel Penelitian Berdasarkan Pekerjaan

Distribusi frekuensi sampel penelitian berdasarkan pekerjaan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.3**

Distribusi Frekuensi Sampel Penelitian Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
IRT	27	43,6
Wiraswasta	3	4,9
Guru	2	3,2
Buruh	18	29,0
PNS	2	3,2
Tani	7	11,3
Pedagang	3	4,8
Total	62	100,00

Sumber : Data Primer, 2011

Berdasarkan tabel 4.4, karakteristik responden berdasarkan pekerjaan terbanyak sebagai ibu rumah tangga (43, 6%) kemudian paling sedikit adalah Guru dan PNS (masing-masing 3,2%).

### 2. Tingkat Dukungan Keluarga dalam Menghadapi Menopause

Distribusi frekuensi sampel penelitian berdasarkan tingkat dukungan keluarga dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.4**

### Distribusi Frekuensi Sampel Penelitian Berdasarkan Tingkat Dukungan Keluarga

Tingkat Dukungan keluarga	Frekuensi	Persentase
Rendah	1	1,6
Sedang	15	24,2
Tinggi	46	74,2
Total	62	100,00

Sumber : Data Primer, 2011

Berdasarkan tabel 4.5, tingkat dukungan keluarga terbanyak pada kategori tinggi yaitu 46 orang (74,2%), kemudian diikuti kategori sedang sebanyak 15 orang (24,2%) dan sedangkan paling sedikit pada kategori rendah 1 orang (1,6%).

### 3. Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menopause

Distribusi frekuensi sampel penelitian berdasarkan kecemasan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.5**  
Distribusi Frekuensi Sampel Penelitian Berdasarkan Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Rendah	33	53,2
Sedang	29	46,8
Tinggi	0	0,0
Total	62	100,00

Sumber : Data Primer, 2011

Berdasarkan tabel 4.6, tingkat kecemasan responden terbanyak pada kategori rendah yaitu 33 orang (53,2%), kemudian diikuti kategori sedang sebanyak 29 orang (46,8%) dan sedangkan kategori tinggi tidak ada.

### 4. Hubungan antara Tingkat Dukungan Keluarga dan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause

Tabulasi silang Untuk mengetahui dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause, dapat dilihat tabel berikut:

**Tabel 4.6**

Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

Kecemasan Dukungan Keluarga	Rendah		Sedang		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Tinggi	40	64,5%	6	9,7%	46	74,2%
Sedang	8	12,9%	3	4,8%	11	17,7%
Rendah	5	8,1%	0	0%	5	8,1%
Total	53	85,5%	9	14,5%	62	100%

Sumber : Data Primer, 2011

Tabel tabulasi silang di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan keluarga tergolong tinggi sebanyak 46 responden (74,2%) dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause tergolong rendah yaitu sebanyak 53 responden (85,5%). Sementara itu, dukungan keluarga yang tergolong sedang sebanyak 11 orang (17,7%) dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause tergolong rendah yaitu sebanyak 9 orang (14,5%).

### 5. Hasil Pengujian Hipotesis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso



Sitimulyo Piyungan Bantul. Untuk mengetahui hal itu, selanjutnya data penelitian dianalisis dengan uji *Kendall's Tau* berdasarkan data dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul. Hasil analisis data menggunakan uji *Kendall's Tau* disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.7**

Hasil Perhitungan Korelasi Antara Tingkat Dukungan Keluarga dan Tingkat Kecemasan

Hubungan	$\tau$	P	Z hitung	Z tabel
Tingkat dukungan keluarga dan tingkat kecemasan	-0,263	0,038	-3,021	-2,58

Sumber : Data Primer, 2011

Hubungan antara tingkat dukungan keluarga dan tingkat kecemasan mempunyai nilai koefisien kendall tau sebesar -0,263 dengan probabilitas  $p = 0,000$  dan nilai Z hitung (-3,021) lebih kecil dari Z tabel (-2,58) sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat dukungan keluarga dan tingkat kecemasan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa diantara responden paling banyak adalah responden dengan dukungan keluarga tinggi sebanyak 46 responden (74,2%) dengan tingkat kecemasan rendah sebanyak 53 responden (85,5%), hal ini menunjukkan bahwa apabila dukungan keluarga semakin tinggi maka tingkat kecemasan semakin rendah dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan hasil uji statistic untuk menguji antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause

dengan uji korelasi *Kendall Tau* menunjukkan koefisien korelasi  $\tau = -0,263$  dengan tingkat signifikan 0,000.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul, bahwa diantara responden paling banyak adalah responden dengan dukungan keluarga tinggi sebanyak 46 responden (74,2%) dengan tingkat kecemasan rendah sebanyak 53 responden (85,5%).

Hal ini signifikan dengan teori yang dikemukakan oleh Kuntjoro (2002) bahwa memasuki masa menopause, dukungan keluarga menjadi penting dan berharga sehingga akan menambah ketentraman hidup seorang wanita. Individu yang mempunyai dukungan yang tinggi maka akan kurang menilai situasi penuh stres dan tidak memperdulikan banyaknya stres yang dialami. Sehingga semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul. Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause selain dari faktor psikologis, status ekonomi, tingkat pendidikan dan lingkungan sosial.

Perubahan-perubahan yang terjadi menjelang menopause baik perubahan fisik maupun psikologis yang dapat menimbulkan stres fisik atau stress kejiwaan yakni kecemasan. Perubahan emosi yang tidak stabil dan kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause sangat

membutuhkan dukungan dari keluarga baik dari suami, anak-anaknya maupun dari anggota keluarga yang lain. Hal ini dikarenakan dukungan keluarga merupakan dukungan alami yang memiliki makna penting dalam kehidupan seseorang yang tidak didapatkan dari lingkungan luar. Dukungan keluarga yang positif dan cukup baik yang diperoleh merupakan kontribusi positif bagi wanita untuk menghadapi menopause.

Dukungan keluarga meliputi kemampuan keluarga memperoleh pengetahuan, pendidikan dan keterampilan. Hal ini akan mempengaruhi pola asuh dan dukungan yang dapat diberikan pada anggota keluarga lainnya (Depkes RI, 2000). Menurut Johnson dan Johnson *cit* Kuntjoro (2002), dukungan emosional dapat diberikan dengan memberikan dorongan atau motivasi yang berupa perhatian. Kepedulian yang berarti bagi individu sehingga dapat merasakan ketenangan jiwa.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi dukungan keluarga terutama suami adalah cara yang efektif untuk memberikan dukungan kepada istri yang menghadapi menopause. Semakin besar dukungan keluarga yang diberikan semakin rendah kecemasan ibu-ibu yang akan menghadapi menopause, sedangkan semakin rendah dukungan keluarga yang diberikan semakin tinggi tingkat kecemasan menghadapi menopause sehingga dapat terjadi perubahan psikologis yang menonjol yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan dan goncangan jiwa yang berat.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Nafi'ah (2009) yang meneliti tentang hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan wanita usia 40-50 tahun dalam menghadapi menopause di Jetak Selomartani Kalasan Sleman. Hasil penelitian ini

dimana responden yang mendapat dukungan keluarga cukup sebanyak 19 responden (47,5%) dan responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 19 responden (47,5%) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause.

Tidak adanya hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan yang dialami responden dalam menghadapi menopause lebih cenderung merupakan gejala psikologis. Rasa khawatir yang berlebihan tentang hal-hal yang akan datang, seperti cemas, khawatir, takut, berfikir berulang-ulang, membayangkan akan datangnya kemalangan terhadap dirinya maupun oranglain, kewaspadaan yang berlebih, diantaranya adalah mengamati lingkungan secara berlebihan sehingga mengakibatkan perhatian mudah teralih, sulit konsentrasi, merasa nyeri dan sukar tidur.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan kesimpulan yang dapat diambil antara lain :

1. Dukungan keluarga terhadap ibu premenopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul termasuk dalam kategori tinggi dengan 46 responden (74,2%) .
2. Tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul termasuk dalam kategori rendah dengan responden (53,2%).
3. Terdapat hubungan tingkat dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Dusun Karangploso Sitimulyo Piyungan Bantul.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diberikan saran kepada:

1. Bagi Institusi Pendidikan (Stikes 'Aisyiyah)  
Penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi perpustakaan Stikes 'Aisyiyah, selain itu dapat menambah pengetahuan bagi pembaca (mahasiswa) tentang dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause dengan meletakkan di rak perpustakaan dan naskah publikasi didalam komputer.
2. Bagi keluarga  
Agar meningkatkan dukungan keluarga yang telah diberikan kepada responden sehingga dapat meminimalkan kecemasan dalam menghadapi menopause.
3. Bagi Peneliti selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi terutama tentang menopause dengan mengendalikan variabel pengganggu yang pada penelitian ini belum dikendalikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2007. *Menopause*, <http://kesrepro.info>, diakses pada tanggal 15 Juni 2011.
- Arikunto, S., 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Cetakan keduabelas, Edisi revisi, Rineka Cipta, Jakarta.
- Arikunto, S., 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Cetakan keempatbelas, Edisi revisi, Rineka Cipta, Jakarta.
- Kasdu, D., 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*, Puspa Swara: Jakarta
- Kuntjoro, Z. S., 2002. *Dukungan Sosial Pada Lansia* dalam <http://www.e-psikologi.com>, diakses tanggal 30 November 2010.
- Lestary, D., 2010. *Seluk Beluk Menopause*, Gara Ilmu, Yogyakarta.
- Nafi'ah, C., 2009. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Wanita Usia 40-50 tahun dalam Menghadapi Menopause di Dusun Jetak Selomartani Kalasan Sleman*, Skripsi Keperawatan tidak dipublikasikan, Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Prawirohardjo, S., 2003. *Menopause dan Andropause*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, FKUI, Jakarta.
- Rebecca, 2007. *Menopause*, Erlangga, Jakarta.
- Setiadi, 2008. *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*, Surabaya Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Sugiyono, 2010. *Statistik Untuk Penelitian*, Cetakan keduabelas, Alfabeta, Bandung.