

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE  
DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA  
PERIMENOPAUSE DI DUSUN SONOPAKIS LOR  
RT 2 BANTUL YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh:**

**RIA ASTUTI  
201210104188**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
'AISYIAHYOGYAKARTA  
TAHUN 2013**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENOPAUSE  
DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA  
PERIMENOPAUSE DI DUSUN SONOPAKIS LOR  
RT 2 BANTUL YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:**

**RIA ASTUTI  
201210104188**

Telah Memenuhi Persyaratan dan disetujui Untuk mengikuti Ujian Skripsi  
Penelitian Pada Program Bidan Pendidik Jenjang DIV  
STIKES 'Aisyiah Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Ismarwati, SKM., S.ST., MPH

Tanggal : 03 Agustus 2013

Tanda tangan :

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG  
MENOPAUSE DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA  
WANITA PERIMENOPAUSE DI DUSUN SONOPAKIS  
LOR RT 2 BANTUL YOGYAKARTA TAHUN 2013**

**Ria Astuti, Ismarwati  
STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta**

**Abstrak:** Di Indonesia wanita yang mengalami menopause pada tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat menjadi 30,0 juta atau 11,5% dari total penduduk. Menurut Aprilia (2007) bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan dengan hasil signifikan adalah pengetahuan kurang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013. Penelitian ini menggunakan *survey analitik*, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh wanita usia 45-55 tahun di Dusun Sonopakis Lor Rt.02 dengan jumlah 45 orang. Analisa data menggunakan *kendal tau*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden (55,6%) dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori baik. Sebagian besar responden (60,0%) dengan tingkat kecemasan kategori berat. Ada Hubungan antara Tingkat Pengetahuan tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013 dengan  $p=0,005$  ( $<0,05$ ) dan *Correlation Coefficient* = -0,311. Ada Hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause dengan keeratan hubungan -0,331 menunjukkan korelasi negatif dengan kekuatan korelasi lemah.

**Kata Kunci :** *pengetahuan, kecemasan, wanita perimenopause*

**Abstract :** In Indonesia, women who experienced menopause by 2020 the number is expected to increase to 30.0 million or 11.5% of the total population. According to Aprilia (2007) that the factors that influence anxiety with significant results are less knowledge. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge about menopause with the level of anxiety in perimenopausal women in Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta in 2013. This study used an analytical survey, with a cross-sectional approach. The entire population of women aged 45-55 years in the Dusun Sonopakis Lor Rt.02 with 45 people. Analysis of the data using *kendal tau*. Based on the research conducted showed that most respondents (55.6%) with the level of knowledge about menopause either category. Most respondents (60.0%) with severe anxiety level category. There is a relationship between the level of knowledge about the Menopause Anxiety Levels in Perimenopause Women in Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta in 2013 with  $p=0.005$  ( $<0.05$ ) and *Correlation Coefficient* = -0.311. There is a significant relationship between the level of knowledge about menopause with the level of anxiety in perimenopausal women with a close

relationship with a negative correlation of -0.331 shows the strength of the correlation is weak.

**Keywords :** Knowledge, Anxiety, Perimenopausal Women

## **PENDAHULUAN**

Wanita yang memasuki usia menopause di Eropa sekitar 70-80 %, Amerika Serikat sekitar 60%, Malaysia 57%, China 18% dan Jepang serta Indonesia 10% (Proverawati, 2010). Pada tahun 2030 diperkirakan bahwa jumlah wanita di dunia yang memasuki masa menopause sekitar 1,2 juta jiwa, sedangkan di Indonesia jumlah wanita yang mengalami menopause pada tahun 2025 akan mencapai 60 juta jiwa (BKKBN, 2006).

Menopause sesungguhnya merupakan hal yang secara alamiah akan dialami tiap wanita. Menurut *National Institute of Health*, Amerika Serikat, menopause merupakan tahap akhir proses biologi yang dialami wanita, berupa penurunan produksi hormon seks wanita yakni estrogen dan progesteron dari indung telur. Walaupun kebanyakan wanita mengalami perubahan ini antara usia 48-52 tahun, beberapa yang lain berhenti haid pada akhir 30-an atau awal 40-an, dan yang lain mengalami haid hingga akhir pertengahan 50-an (BKKBN, 2006).

Kepedulian pemerintah terhadap masalah ini adalah dengan memberikan program posyandu lansia, penyuluhan-penyuluhan tentang kesehatan dan sena lansia. Dalam pelaksanaannya, wanita menopause diberikan penyuluhan tentang menopause oleh tenaga kesehatan dari puskesmas terdekat. Diharapkan wanita menopause dan perimenopause tidak cemas dalam menghadapi masa menopause. Sehingga masyarakat, khususnya pada wanita bisa dengan mudah mendapatkan penyuluhan tentang reproduksi wanita khususnya tentang menopause. (Erlin, 2006).

Menurut Depkes RI (2009) hingga saat ini wanita Indonesia yang memasuki masa menopause sebanyak 7,4% dari populasi. Jumlah tersebut meningkat menjadi 11% pada 2005. Kemudian naik lagi sebesar 14% pada 2015. Meningkatnya jumlah tersebut, sebagai akibat bertambahnya populasi penduduk usia lanjut dan tingginya usia harapan hidup dibarengi membaiknya derajat kesehatan masyarakat. Jumlah dan proporsi penduduk wanita yang berusia di atas 50 tahun dan diperkirakan memasuki usia menopause dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Pada Sensus Penduduk tahun 2000 jumlah wanita berusia di atas 50 tahun baru mencapai 15,5 juta orang atau 7,6% dari total penduduk, sedangkan tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat menjadi 30,0 juta atau 11,5% dari total penduduk (Depkes RI, 2005).

Menurut dari hasil penelitian dari (Aprilia, 2007) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan didapatkan hasil yang berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat kecemasan pada wanita perimenopause adalah pengetahuan yaitu sebagian besar responden yang berpengetahuan kurang mengalami kecemasan berat sebesar 53,85% , dan hanya 15,38% yang mengalami kecemasan ringan. Sebaliknya, sebagian besar responden sebesar 43,64% dan sebagian besar responden yang berpengetahuan baik mengalami kecemasan ringan sebesar 84,38% dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat yang

berpengetahuan cukup mengalami kecemasan ringan. (*The Indonesian Journal of Public Health*, Vol. 4, No. 1, Juli 2007)

Perimenopause merupakan fase peralihan antara premenopause dan pascamenopause. Periode perimenopause ini dapat berlangsung antara 5–10 tahun sekitar menopause (5 tahun sebelum dan 5 tahun sesudah menopause) dan pada periode ini banyak tanda atau gejala yang timbul. Pada periode perimenopause mulai terjadi penurunan kadar hormon tertentu terutama hormon yang terkait dengan reproduksi wanita yaitu hormon estrogen dan progesteron. Sehingga kemungkinan tidak terjadi kehamilan dan siklus haid menjadi tidak teratur (Kasdu, 2002).

Dalam islam, dipahami bahwa kehidupan manusia adanya fase-fase kehidupan yang akan dilalui yaitu, masa bayi, masa muda dan masa tua. Begitu pula dengan masa menopause, sehingga harus dipahami sebagai ketentuan Allah, di dalam Al-Quran Allah SWT berfirman pada surat al-hajj ayat 5 yaitu :

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ۚ دَلِيلُ الْبَرِّ ۚ مَنْ كَفَرَ مِنْكُمْ فَتَوَضَّعْ لَهُ سُجَّدًا فَابْتِغِ الْغُفْرَانَ ۚ وَالَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ ۚ

Artinya : “ Kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah pada kedewasaan dan diantara kamu ada yang diwafatkan dan ada pula di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dulunya diketahuinya.” (QS.Al Hajj: 5).

Ayat yang tertulis diatas berkaitan dengan judul penelitian yang peneliti ambil, yaitu bahwasanya menyatakan bahwa manusia diciptakan pasti akan melalui tahapan-tahapan dalam kehidupan termasuk pada masa menopause. Ketentuan Allah adalah hal yang mutlak akan tetepi sebagai manusia kita harus berikhtiar untuk menghadapi masa tersebut dengan baik.

Dari hasil studi pendahuluan didapatkan hasil bahwa 80% responden memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang menopause akan tetepi terdapat juga hasil tentang tingkat kecemasan yaitu 60% tidak memiliki kecemasan. Dengan hasil studi pendahuluan ini peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan dari tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *survey analitik*. Pada penelitian ini menganalisa hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause. Yang Metode pendekatan waktu yang digunakan *cross sectional*. Pada penelitian ini pengambilan data menggunakan lembar kuesioner yang diberikan kepada wanita perimenopause.

Jenis data dalam penelitian ini merupakan data primer. Data pada penelitian ini diperoleh langsung dari responden yang dilakukan penelitian pada bulan juli tahun 2013. Sampel adalah sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2007) .Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah *total sampling*. Karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel dengan jumlah sampel 45 orang.

Analisis data yang akan digunakan adalah analisis bivariante yaitu analisis yang dilakukan terhadap dua variabel untuk mengetahui hubungan dari kedua variabel tersebut. Analisa data untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan skala datanya ordinal dan ordinal menggunakan analisis *Kendal Tau*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik

#### a. Tabel. 1 Karakteristik wanita perimenopause berdasarkan usia di Dusun Sonopak Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta 2013(N=45)

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| Umur          |           |            |
| 45-50         | 24        | 53,4       |
| 51-55         | 21        | 46,6       |
| Pekerjaan     |           |            |
| Swasta        | 18        | 39,1       |
| PNS           | 2         | 4,3        |
| IRT           | 26        | 56,6       |
| pendidikan    |           |            |
| SD            | 19        | 41,4       |
| SMP           | 9         | 19,5       |
| SMA           | 17        | 36,9       |
| Akademik      | 1         | 2,1        |

Berdasarkan Tabel. 1 dapat diketahui bahwa responden yang berumur 45-50 tahun sejumlah 24 responden (53,4%) dan responden yang berumur 51-55 tahun sejumlah 21 responden (46,6%). Pekerjaan responden sebagai PNS yaitu sejumlah 2 responden (4,3%), dan pendidikan responden sebagian besar lulusan SD yaitu 19 responden (41,4), dan sebagian kecil pendidikan responden lulusan Akademik yaitu 1 responden (2,1%).

### 1. Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause

**Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013 (N=45)**

| Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause | Frekuensi | Persentase |
|---------------------------------------|-----------|------------|
| Kurang                                | 18        | 40,0       |
| Cukup                                 | 2         | 4,4        |
| Baik                                  | 25        | 55,6       |
| Jumlah                                | 45        | 100,0      |

Berdasarkan Tabel. 2 dapat diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori baik sejumlah 25 responden (55,6%), kemudian responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori kurang sejumlah 18 responden (40,0%). dan responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori cukup sejumlah 2 responden (4,4%).

### 2. Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause

**Tabel. 3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013 (N=45)**

| Tingkat Kecemasan | Frekuensi | Persentase |
|-------------------|-----------|------------|
| Ringan            | 6         | 13,3       |
| Sedang            | 12        | 26,7       |
| Berat             | 27        | 60,0       |
| Jumlah            | 45        | 100        |

Berdasarkan Tabel. 3 dapat diketahui bahwa responden dengan tingkat kecemasan kategori berat sejumlah 27 responden (60,0%), kemudian responden dengan tingkat kecemasan kategori sedang sejumlah 12 responden (26,7%) dan responden dengan tingkat kecemasan kategori ringan sejumlah 6 responden (13,3%).

### 3. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause

**Tabel. 4 Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013 (N=45)**

| Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause | Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause |      |        |      |       |      | Total |       |
|---------------------------------------|---------------------------------------------|------|--------|------|-------|------|-------|-------|
|                                       | Ringan                                      |      | Sedang |      | Berat |      | N     | %     |
|                                       | n                                           | %    | n      | %    | N     | %    |       |       |
| Kurang                                | 0                                           | 0,0  | 3      | 6,7  | 15    | 33,3 | 18    | 40,0  |
| Cukup                                 | 0                                           | 0,0  | 0      | 0,0  | 2     | 4,4  | 2     | 4,4   |
| Baik                                  | 6                                           | 13,3 | 9      | 20,0 | 10    | 22,2 | 25    | 55,6  |
| Total                                 | 6                                           | 13,3 | 12     | 26,7 | 27    | 60,0 | 45    | 100,0 |

Correlation Coefficient= -0,311

p: 0,005

Hasil tabulasi silang pada tabel. 4 menunjukkan responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori kurang dan mengalami kecemasan berat sejumlah 15 responden (33,3%), kemudian responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori baik dan mengalami kecemasan berat sejumlah 10 responden (22,2%) dan responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori cukup dan mengalami kecemasan berat sejumlah 2 responden (4,4%). Data tersebut menggambarkan semakin baik tingkat pengetahuan responden tentang menopause maka semakin turun kecemasannya.

Berdasarkan *uji kendal tau* ( $\tau$ ) diperoleh nilai sig 0,005 yang menunjukkan bahwa korelasi antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause bermakna. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,311 menunjukkan korelasi negatif dengan kekuatan korelasi lemah.

### **Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause**

Pada penelitian ini, pengetahuan diukur dengan menggunakan kuesioner yang menanyakan tentang pengetahuan wanita perimenopause tentang menopause. Dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa prosentase terbesar adalah responden dengan tingkat pengetahuan tentang menopause kategori baik sejumlah 25 responden (55,6%) dan dengan kategori kurang sejumlah 18 responden (40,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nurfalah (2008) tentang hubungan tentang tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan terhadap menopause menunjukkan hasil bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 40 orang (50,6%).

Responden yang dikategorikan memiliki pengetahuan baik maka akan lebih mampu mengatasi kecemasan yang dialaminya. Sedangkan responden yang dikategorikan memiliki pengetahuan kurang cenderung mengalami kecemasan berat. Kecemasan bukan hanya sakit secara emosional tapi karena ada kesalahan dalam pengetahuan, semakin banyak pengetahuan yang diketahuinya maka kecemasan akan lebih mudah untuk diatasi. Setiap wanita yang akan memasuki masa menopause harus memiliki pengetahuan yang memadai tentang menopause agar dapat menjalani masa tersebut dengan lebih tenang sehingga wanita tersebut tidak mengalami kecemasan (Kasdu, 2002).

Menjadi tua seringkali menjadi sesuatu yang menakutkan bagi setiap orang, khususnya kaum wanita. Kekhawatiran ini mungkin berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tidak sehat, tidak bugar, dan tidak cantik lagi. Kondisi tersebut memang tidak menyenangkan. Padahal, masa tua 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 (Kasdu, 2002).

### **Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa prosentase terbesar adalah responden dengan tingkat kecemasan kategori berat sejumlah 27 responden (60,0%). Banyak ibu-ibu yang mengeluh bahwa menopause merupakan sesuatu yang mencemaskan. Kecemasan yang timbul sering dihubungkan dengan adanya

kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatiri.

Gangguan kecemasan dianggap berasal dari suatu mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alamiah oleh makhluk hidup bila menghadapi sesuatu yang menagancam dan berbahaya. Kecemasan yang dialami dalam situasi semacam itu memberi isyarat kepada makhluk hidup agar melakukan tindakan mempertahankan diri untuk menghindari atau mengurangi bahaya atau ancaman. Perimenopause merupakan fase peralihan antara premenopause dan pascamenopause.

Periode perimenopause ini dapat berlangsung antara 5–10 tahun sekitar menopause (5 tahun sebelum dan 5 tahun sesudah menopause) dan pada periode ini banyak tanda atau gejala yang timbul. Pada periode perimenopause mulai terjadi penurunan kadar hormon tertentu terutama hormon yang terkait dengan reproduksi wanita yaitu hormon estrogen dan progesteron. Sehingga kemungkinan tidak terjadi kehamilan dan siklus haid menjadi tidak teratur (Kasdu, 2002).

### **Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause**

Berdasarkan hasil penelitian di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013 menggambarkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause dengan hasil analisa bivariat dengan nilai p-value: 0,005. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause. Hal ini sejalan dengan penelitian (Aprilia, 2007) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan didapatkan hasil yang berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat kecemasan pada wanita perimenopause adalah pengetahuan sebanyak 53.85%.

Wanita perimenopause dalam menghadapi masa menopause sebagian besar mengalami kecemasan, namun kecemasan dapat dicegah dengan cara mencari teman bicara untuk memecahkan masalah yang sedang dialami. Upaya yang dapat dilakukan oleh wanita perimenopause dalam menghadapi masa menopause Wanita perimenopause sebaiknya membekali diri dengan informasi yang cukup tentang menopause, melakukan konsultasi dengan anggota keluarga terdekat teman bahkan dokter untuk mendapatkan informasi yang benar dan menjalani masa menopause dengan gaya hidup yang sehat dan berpikiran positif agar dapat menghindari kecemasan itu sendiri

*Menopause* merupakan fase dalam kehidupan seorang wanita yang ditandai dengan berhentinya masa subur dan merupakan peristiwa alamiah pada setiap wanita. Banyak wanita yang merasa khawatir menghadapi menopause, karena mereka beranggapan bahwa wanita yang berusia lanjut atau yang akan mengalami *menopause* hidupnya akan kurang sehat, kurang bugar, tidak cantik lagi dan cepat marah (Rebeca, 2006).

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpul

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut. Ada Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Perimenopause di Dusun Sonopakis Lor Rt 2 Bantul Yogyakarta Tahun 2013 dengan  $p=0,005$  ( $<0,05$ ). Jadi ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan pada wanita perimenopause.

### Saran

Diharapkan ibu masa perimenopause memahami dan mengetahui bahwa perubahan-perubahan yang terjadi pada masa *menopause* adalah proses fisiologis dan alamiah sehingga perubahan-perubahan tersebut dapat diterima dan tidak menimbulkan dan tidak menimbulkan suatu kecemasan. Bagi petugas kesehatan terutamanya bidan dan petugas puskesmas diharapkan melakukan penyuluhan tentang perubahan fisik dan psikologis yang dialami wanita pada masa menopause, terutama pada wanita yang akan memasuki masa *menopause* sehingga wanita dapat mengatasi dengan sikap dan tindakan yang baik dan positif pada saat mengalami *menopause*. Kepada peneliti selanjutnya penulis sarankan agar melakukan tindak lanjut penelitian tentang kecemasan menghadapi menopause dengan melakukan penelitian eksperimental berupa penyuluhan-penyuluhan tentang menopause.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, I. & puspitarsi, N., 2007. *Faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan pada wanita perimenopause*. The Jurnal of Public Health, juli , pp. 35-42 Vol. 4. No. 1.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Rineka Cipta ; Jakarta
- Dalami, Ernawanti. DKK. 2009. *Asuhan Keperawatan Jiwa Gengan Masalah Psikososial*. Jakarta: Trans Info Media.
- Depkes. 2005. *Terjadi Pergeseran Umur Menopause*. <http://www.depkes.go.id/index.php?option=news&task=viewarticle&sid=93> . (sitasi 1 Juni 2007).
- Fox-Spencer, Rebeca .& Brown, Pam. 2006. *Simple Guides Menopause*. Jakarta: Erlangga.
- Faisal, Yatim, (2001), *Haid Tidak Wajar Dan Menopause*, Jakarta : Pustaka Popular Obor.
- Hawari, D. 2006. *Menejemen Strees, Cemas, Dan Depresi*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; Yogyakarta
- Kasdu, Dini. 2002. *Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause*. Jakarta: Puspa Swara

- Kusumawardhani A.A.A.A. 2006. *Depresi Perimenopause*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Lajnah Pentashih Mushaf Al Qur'an. (2009). *Al Qur'an dan Terjemahannya*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Lestari, Dwi. 2006. *Seluk Buluk Menopause*. Yogyakarta: Garailmu.
- Manuaba, I.B.G., (2001), *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita edisi revisi*, Jakarta : Arcan
- Megawati. 2012. *Hubungan Tingkat pendidikan Dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Menopause Di Dusun Kresen Bantul Tahun 2012*. Skripsi Tidak dipublikasikan.
- Nurfalah, Idha. 2011. *Hubungan tingkat pengetahuan tentang menopause dan tingkat kecemasan pada wanita dalam menghadapi masa menopause di rw.02 sukabumi selatan jakarta barat*. www. Esaunggul.ac.id. di akses April 2013
- Notoatmodjo, Soekidjo. 1993. *Pengantar Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Prilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- , Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta ; Jakarta
- Proverawati. 2010. Atikah. *Menopause Dan Sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sugiono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta; Bandung
- Suryabrata, Sumadi. 2010. *Psikologi Kepribadian*. Rajawali Pres ; Jakarta
- Stuart, Gail Wiscarz. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Winda, Teraminisinta. 2009. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menjelang Menopause Di Desa Krengseng Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang*. <http://digilib.unimus.ac.id>. Diakses tanggal 21 Maret 2013