

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TINGKAT KECEMASAN WANITA *KLIMAKTERIUM*
DALAM MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KINOVARO**

SKRIPSI



**INDO NURJANNA
201901141**

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU
2021**

PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita *Klimakterium* Dalam Menghadapi *Menopause* Diwilayah Kerja Puskesmas Kinovaro adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun keperguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Stikes Widya Nusantara Palu.

Palu, September 2021



Indo Nurjanna
201901141

ABSTRAK

Indo Nurjanna. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita *Klimakterium* Dalam Menghadapi *Menopause* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kinovaro. Di Bimbing Oleh Juwita Meldasari Tebisi Dan Elifa Ihda Rahmayanti.

Wanita yang memasuki masa *klimakterium* akan mengalami perubahan fisik dan psikis seperti *hot flush*, peningkatan berat badan, perubahan pada indra, insomnia. Perubahan fisik tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis seperti adanya rasa cemas, perubahan emosi, serta perubahan kognitif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan wanita *klimakterium* dalam menghadapi *menopause* di wilayah kerja puskesmas kinovaro. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 63 wanita dengan teknik *simple random sampling*. Analisis data menggunakan uji *korelasi spearman* dengan variabel independen pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, gaya hidup dan variabel dependen kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden adalah cukup yaitu 37 responden(58,7%), sikap wanita *klimakterium* adalah positif 35 responden (55,6%), dukungan positif 36 responden(57,1%), dan gaya hidup sehat 47 responden(74,6%). Berdasarkan uji *korelasi spearman* didapatkan bahwa ada hubungan pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan gaya hidup dengan kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause*. Hal ini dibuktikan dengan uji statistik dengan nilai *p value* 0,000, 0,000, 0,000 <(0,05). Diharapkan kepada wanita yang akan memasuki masa *klimakterium* sebaiknya membekali diri dengan informasi yang cukup dan benar mengenai *klimakterium* agar masa *menopause* dapat dijalani dengan lebih mudah dan nyaman.

Kata kunci : kecemasan, pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, gaya hidup.

ABSTRACT

Indo Nurjanna. The Correlation Factors Of Anxiety Level Toward Women With Climacterium In Menopause Period In Kinovaro PHC, Sigi Regency. Guided by Juwita Meldasari Tebisi And Elifa Ihda Rahmayanti.

The women who be in climacterium period will get psychis and physical changes such as *hot flush*, gaining weight, five sense and insomnia. The physical changes could be impact to psychis condition such as anxiety, emotional and cognitive as well. The aim of research to obtain the correlation factors of anxiety level toward women with climacterium in menopause period in Kinovaro PHC, Sigi Regency. This is quantitative research with *cross sectional* method. Total sampling is 63 women that taken by *simple random sampling*. Data analysed by *correlation spearman test* with knowledge, behaviour and familys' support and life style as a independent variables and anxiety as a dependent variable. The result shown that the knowledge level of respondent in moderate level about 37 repondents (58,7%), the behaviour of climacterium women in positive response about 35 respondents (55,6%), good support have 36 respondents (57,1%), good life style about 47 respondents (74,6%). Based on *correlation spearman test* mentioned that have correlation of knowledge, behaviour and familys' support and life toward anxiety women in menopause period. It approval by statistic test with *p value* 0,000, 0,000, 0,000 <(0,05). It expected toward women who be in cilamcterium should have good knowledge regarding the climacterium to provide the enjoy at the time.

Keyword: anxiety, knowledge, behaviour and familys, support, lifestyle



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TINGKAT KECEMASAN WANITA *KLIMAKTERIUM*
DALAM MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KINOVARO**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi
Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu



**INDO NURJANNA
201901141**

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU
2021**

LEMBAR PENGESAHAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN WANITA *KLIMAKTERIUM* DALAM MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KINOVARO

SKRIPSI

INDO NURJANNA

201901141

Skripsi ini telah Diujikan Tanggal 1 September 2021

Ns. Yuhana Damantalm, S.Kep.M.Erg

NIK : 20110901019

(Penguji 1)

(.....)

Ns. Juwita Meldasari Tebisi, S.Kep.,M.Kes

NIK: 20120901026

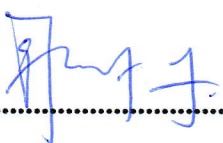
(Penguji 2)

(.....)

Ns. Elifa Ihda Rahmayanti, S.Kep.,M.Kep

NIK: 20120901025

(Penguji 3)

(.....)

Mengetahui
Ketua STIKes Widya Nusantara Palu



Dr. Tigor H. Situmorang, MH.,M.Kes

NIK : 20080901001

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Maret 2021 sampai september 2021 ini ialah pendidikan kesehatan, dengan judul “ Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita *Klimakterium* Dalam Menghadapi *Menopause*” dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, bantuan, dorongan, arahan dan doa dari berbagai pihak terutama kepada kedua orang tua (Bapak Sudirman Abdullah dan Ibu Indo Masse Paddusung) yang selalu memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan baik moral maupun materil kepada peneliti. Peneliti juga ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada :

1. Widyawati L. Situmorang. BSc., MSc selaku ketua yayasan STIKes Widya Nusantara Palu.
2. DR. Tigor H.Situmorang, M.H.,M.Kes., selaku ketua STIKes Widya Nusantara Palu.
3. Ns. Afrina Januarista, S.Kep.,M,Sc selaku ketua prodi Ners STIKes Widya Nusantara Palu.
4. Ns.Yuhana Damantalm, S.Kep.,M.Erg selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
5. Ns. Juwita Meldasari Tebisi, S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Elifa Ihda Rahmayanti, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan kritik dan saran dalam perbaikan skripsi ini.
7. Kepada Puskesmas Kinovaro dan staf atas bantuan dan kerja samanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.
8. Kepada Responden saya yang berada diwilayah kerja puskesmas kinovaro khususnya di desa Porame, balane, uwemanje tanpa mereka penelitian ini tidak akan selesai.

9. Kepada seluruh dosen dan staff STIKes Widya Nusantara Palu yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama mengikuti pendidikan.
10. Teman-teman satu angkatan saya yaitu angkatan NR8D yang tidak hentinya mendukung saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu keperawatan.

Palu, September 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
HALAMAN JUDUL SKRIPSI	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	x
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Mamfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Tentang <i>Menopause</i>	6
B. Tinjauan Tentang tingkat kecemasan	14
C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	27
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Oprasional	29
F. Instrumen Penelitian	31
G. Tehnik Pengumpulan Data	32
H. Analisis Data	33
I. Bagan Alur Penelitian	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran umum tempat penelitian	39
B. Hasil	40
C. Pembahasan	47
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur	40
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan	40
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	41
Tabel 4.4 Distribusi Pengetahuan Wanita <i>Klimakterium</i>	41
Tabel 4.5 Distribusi Sikap Wanita <i>Klimakterium</i>	42
Tabel 4.6 Distribusi Dukungan Keluarga Wanita <i>Klimakterium</i>	42
Tabel 4.7 Distribusi Gaya Hidup Wanita <i>Klimakterium</i>	42
Tabel 4.8 Distribusi Kecemasan Wanita <i>Klimakterium</i>	42
Tabel 4.9 Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita <i>Klimakterium</i>	43
Tabel 4.10 Hubungan Sikap Dengan Tingkat Kecemasan Wanita <i>Klimakterium</i>	44
Tabel 4.11 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Wanita <i>Klimakterium</i>	45
Tabel 4.12 Hubungan Gaya Hidup Dengan Tingkat Kecemasan Wanita <i>Klimakterium</i>	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	1
Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian	2

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1	:	Jadwal Penelitian
Lampiran	2	:	Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
Lampiran	3	:	Surat Balasan Pengambilan Data Awal
Lampiran	4	:	Surat Permohonan Ujivaliditas
Lampiran	5	:	Surat Balasan Uji Validitas
Lampiran	6	:	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran	7	:	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran	8	:	Formulir Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran	9	:	Kueioner
Lampiran	10	:	Master Tabel
Lampiran	10	:	Surat Balasan Telah Melakukan Penelitian
Lampiran	11	:	Dokumentasi
Lampiran	12	:	Riwayat Hidup
Lampiran	13	:	Lembar Bimbingan Proposal Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fase kehidupan seorang wanita secara terus menerus mulai dari lahir sampai akhir hayatnya akan melalui beberapa tahapan khususnya tahap *neonatus*, bayi anak-anak, pubertas, masa reproduksi, masa *klimakterium*. *Klimakterium* merupakan masa peralihan dalam kehidupan normal seorang wanita sebelum mencapai *senium*, yang dimulai dari akhir masa reproduktif dari kehidupan sampai masa non-reproduktif. Masa *klimakterium* meliputi *pramenopause*, *menopause* dan *pasca menopause*.¹

Masa *klimakterium* terjadi karena penurunan kadar ekstrogen serta peningkatan pengeluaran *gonadotropin* kurangnya kadar *hormone* ini menyebabkan menurunnya berbagai fungsi *degeneratif* ataupun *endokrinologik* dari *ovarium* yang menyebabkan rasa cemas dalam sebagian besar wanita. Keluhan yang terjadi dalam masa *klimakterium* ditimbulkan oleh sindrom *klimakterik*. Sindrom ini dialami oleh semua seluruh penduduk dunia.⁸

Menurut data *World Health Organization* (WHO), menyatakan pada abad ke 21 jumlah penduduk dunia yang berusia lanjut semakin melonjak. Di Wilayah Asia Pasifik, jumlah berusia lanjut akan bertambah pesat dari 410 juta tahun 2007 menjadi 733 juta pada tahun 2025 dan diperkirakan menjadi 1,3 miliar pada tahun 2025.⁸ Menurut WHO dinilai bahwa 77% wanita didunia mengalami kecemasan, 25% dialami wanita pada saat memasuki *menopause* dengan berbagai gejala yang ditimbulkan. Sementara itu, di Amerika Serikat terdapat 40 juta wanita yang mengalami kecemasan dan depresi pada masa memasuki *menopause*.²

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah wanita *premenopause* (40-50 tahun) pada tahun 2019 sebanyak 17,21 juta jiwa dan jumlah wanita *menopause* (usia diatas 50 tahun) 21,22 juta jiwa diperkirakan pada tahun 2035

jumlah penduduk perempuan di Indonesia akan mencapai 152,69 juta jiwa dan jumlah perempuan *pramenopause* mencapai 20,36 juta jiwa yang mengalami gejala *menopause*.²⁸

Kecemasan suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh rasa ketakutan serta gejala fisik yang menegangkan serta tidak diinginkan.⁴ Kecemasan yang dialami saat menjelang *klimakterium* ditunjukkan dengan sikap takut kehilangan kewanitaanya, kehilangan keinginan serta kemampuan bersenggama, kehilangan rasa cinta suami. Disadari bahwa hubungan seksual tidak hanya sekedar ditunjukkan untuk reproduksi melainkan juga untuk memenuhi kebutuhan dasar manusia yang bersifat psikologis. Ada beberapa faktor yang berhubungan dengan kecemasan dalam menghadapi *menopause*, beberapa wanita ini tidak memiliki informasi yang benar tentang *menopause* Jadi mereka hanya bisa membayangkan dampak negatif yang akan mereka alami setelah *menopause*.⁸

Pengetahuan ibu berhubungan dengan kecemasan menghadapi masa *klimakterium*, karena tingkat pendidikan seseorang juga memengaruhi kemajuan pengembangan nalar dan analisa.⁸ Pemikiran yang baik dapat mempermudah seseorang untuk memperluas pengetahuannya, metode yang tepat untuk memberikan informasi serta pesan kesehatan. Pengetahuan juga merupakan salah satu pendorong seseorang untuk mengubah perilaku atau mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan yang baik tentang *menopause* akan membantu wanita *klimakterium* akan dapat menyiapkan diri dan dapat bersikap serta berperilaku tepat dalam melakukan pencegahan maupun mengatasi ketidaknyamanan yang muncul pada masa *klimakterium*. Adanya perbedaan pengetahuan sesuai dengan latar belakang individu sehingga sikap masing-masing setiap individu berbeda dalam mengatasi ketidaknyamanan masa *klimakterium*.⁵

Sikap perempuan dalam menghadapi *menopause* merupakan pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak, sehingga dapat menghasilkan sikap positif karena akan bisa menerima apa yang akan terjadi pada masa *menopause* yang akan dialaminya. Oleh sebab itu perempuan lebih

siap secara fisik, *psikologis* dan spritual karena kehidupan yang mereka jalani pada masa sebelumnya memiliki pengaruh yang kuat pada masa yang akan datang.⁹

Kurangnya persiapan wanita *premenopause* menghadapi *menopause* merupakan salah satu faktor perilaku yang memengaruhi *menopause*. Wanita dapat mengatur diri mereka sendiri dengan cara memperluas pengetahuan mereka tentang kesehatan serta mengontrol perubahan yang akan terjadi selama *menopause*. Jika seorang wanita tidak siap menghadapi masa *klimakterik* atau tahap menuju *menopause* dan lingkungan psikososial tidak dapat memberikan dukungan yang positif, hal itu dapat merugikan kesehatan fisik serta mentalnya.³

Dukungan keluarga juga diartikan sebagai bantuan yang didapat seseorang dari orang lain (seperti orang terdekat, termasuk keluarga, orang tua dan teman). Dukungan keluarga juga merupakan faktor eksternal paling efektif untuk membantu seorang wanita untuk melewati masa *klimakterium* tanpa rasa cemas yang berlebihan. Wanita yang bersiap memasuki *menopause* berupa persiapan fisik seperti menerima proses *menopause* dengan memperhatikan gaya hidup termasuk olahraga teratur, makan makanan yang bergizi, serta menghindari merokok dan minum alkohol.⁶

Gaya hidup seseorang dapat menentukan kesehatannya dimasa depan, gaya hidup ini tidak memiliki pengaruh langsung namun efek ini baru akan terlihat setelah beberapa tahun atau bahkan puluhan tahun. Mempertahankan pemikiran positif setiap saat, menghindari stres dan menjalankan ibadah dapat mencapai keseimbangan antara kesehatan fisik dan mental. Wanita yang memasuki usia *menopause* dapat meningkatkan derajat kesehatan dengan menerapkan gaya hidup yang sehat.¹²

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, jumlah wanita Indonesia yang mengalami masa *klimakterium* atau masa menjelang *menopause* mencapai 2,9% dari keseluruhan jumlah wanita Indonesia. Berdasarkan data dari Provinsi Sulawesi Tengah ditemukan jumlah wanita yang menjelang *menopause* pada

tahun 2019 sebanyak 80.661 jiwa dan diwilayah kerja Puskesmas Kinovaro terdapat 170 wanita akan menjelang *menopause*.³⁰

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 25 Februari 2021 yang dilakukan peneliti diwilayah Kerja Puskesmas Kinovaro melakukan wawancara pada 10 wanita yang berusia 40-45 tahun didapatkan hasil 4 responden menyatakan bahwa dirinya mengalami kecemasan pada saat menghadapi masa *klimakterium*, rasa cemas ini disebabkan karena mereka merasa belum siap dan tidak mengetahui dengan tanda dan gejala yang dihadapi pada masa *klimakterium*, 3 responden menyatakan cemas menghadapi *klimakterium* seperti semakin tua, kurang percaya diri. Merasa cemas terhadap perubahan sikap suami apabila dirinya sudah mengalami *klimakterium* 3 diantaranya menyatakan merasa tidak cemas saat menghadapi *klimakterium* karena hal ini adalah masalah yang lumrah yang dialami setiap wanita.

Berdasarkan permasalahan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita *Klimakterium* Dalam Menghadapi *Menopause* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kinovaro “

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut “Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat keecemasan pada wanita *klimakterium* dalam menghadapi *menopause* di wilayah kerja puskesmas kinovaro “.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahuinya faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada wanita *klimakterium* dalam menghadapi *menopause* diwilayah kerja puskesmas kinovaro.

2. Tujuan khusus

- a. Diidentifikasi pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, gaya hidup pada wanita *klimakterium* diwilayah kerja puskesmas kinovaro.
- b. Diidentifikasi kecemasan wanita *klimakterium* diwilayah kerja puskesmas kinovaro.
- c. Menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, gaya hidup terhadap tingkat kecemasan wanita *klimakterium* dalam menghadapi *menopause* diwilayah kerja puskesmas kinovaro.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi pendidikan Stikes Widya Nusantara Palu

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sebagai bahan referensi kepada mahasiswa Stikes Widya Nusantara Palu mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan wanita *klimakterium* dalam menghadapi *menopause*.

2. Bagi responden

Penelitian ini dapat memberikan informasi, menambah pengetahuan yang dari tidak tahu menjadi tahu, memberikan pemahaman mengenai *klimakterium*, dapat diterapkan dalam upaya meningkatkan kesiapan, status kesehatan dan kualitas hidup dalam memasuki usia *menopause*.

3. Bagi puskesmas

Penelitian dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan evaluasi, program penyuluhan bagi puskesmas untuk lebih meningkatkan program pelayanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari, E. *Hubungan antara pengetahuan dengan sikap wanita usia 45-50 tahun tentang keluhan dan penanganan klimakterium di puskesmas lubuk pakam.* Jurnal ilmiah kebidanan melda 2017 september 3;2 : 240-245.
2. Lusiana. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan wanita menghadapi menopause di puskesmas pekan baru.* Jurnal kesehatan komunitas 2014 2;5.
3. Wardiati, Yusrizal, Wahyuni S. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi kesiapan wanita usia 40-50 tahun dalam menghadapi menopause dikecamatan langsa timur kota langsa.* Jurnal kesehatan masyarakat 2020 februari 6;1 : 4-12.
4. Hafisal I, Hudfaizah C, Saimin J. *kecemasan wanita premenopause dalam menghadapi masa menopause.* Jurnal kesehatan 2016 1;2 : 226-230.
5. Nuraini N, Hajra W.O, Purbowati N, *hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku mengatasi ketidaknyamanan pada masa klimakterium.* Jurnal bidan cerdas 2019 Des 2;1 : 23-30.
6. Romlah S. *Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu menghadapi klimakterium diwilayah kerja puskesmas berseri pangkalan kelinci.* Jurnal kesehatan 2019 Apr 13;5 : 135-135.
7. Meki M. *Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan wanita menghadapi menopause di desa sumarayan kecemasan langowan timur*[skripsi]. Manado : fakultas keperawatan universitas katolik de la sale manado : 2016.
8. Ardianti G. *hubungan pengetahuan tentang perubahan fisiologis dengan kecemasan pada ibu masa klimakterium diwilayah kerja puskesmas morosi kabupaten konawe*[skripsi]. Sulawesi tenggara : politehnik kesehatan kendari jurusan kebidanan : 2018.
9. Maulidya P l. *hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kesiapan dalam menghadapi menopause pada perempuan premenopause didesa kebdarom kecamatan kuaro kabupaten paser*[skripsi]. Samarinda : program

studi ilmu keperawatan sekolah tinggi ilmu kesehatan muhammadiyah samarinda : 2016.

10. Notoatmojo S. *Ilmu perilaku kesehatan*. Cetakan pertama. Jakarta: Rineka Cipta.2015.
11. Notoadmojo S. *promo kesehatan dan perilaku kesehatan*, Edisi revisi. Jakarta : Rineka cipta 2012.
12. Nurpatminingsih S. *Hubungan antara kesiapan menopause dengan kecemasan menghadapi menopause pada ibu pkk didesa genta kecamatan bendosari kabupaten sukoharjo*[skripsi] surakarta : 2016.
13. Suparni I.E & Astutik R.Y. *Menopause Masalah Dan Penangananya*. Cetakan pertama. Yogyakarta (ID) :2016
14. Setiyaningrum D.E. *Asuhan Kegawat Daruratan Maternitas*. Bogor (ID) : In Media.2014
15. Widya L. *anatomi fisiologi dan siklus kehidupan manusia*. Cetakan pertama. Yogyakarta (ID) :2015
16. Risnawati R. & Ghufro N M. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta (ID) : 2017.
17. Dinkes Prov Sulteng. *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah Palu*. 2018.
18. Sugiyono. *Statistika untuk penelitian*. Bandung (ID): Alfa Beta.2017.
19. Nursalam. *Metodologi penelitian ilmu keperawatan pendekatan praktis Edisi 4*. Jakarta : Salemba Medika.2015.
20. Sandra M A. *Hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan wanita menghadapi menopause didesa duwet kecamatan bendo kabupaten magetan*[skripsi]. Madiun : Program studi S1 Ilmu keperawatan stikes bhakti husada mulia madiun : 2017.
21. Arifn Z. *Penelitian pendidikan*. Cetakan ketiga. Bandung (ID) :2014.
22. Hidayat A A. *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta (ID) : Salemba Medika. 2011.
23. Lestari T. *Kumpulan teori untuk kajian pustaka penelitian kesehatan*. Yogyakarta (ID): Nuha medika. 2015.

24. Wawan A. & Dewi M. *Teori dan pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta (ID) : Nuha medika. 2015.
25. Swardana K. *Metode penelitian kesehatan*. Yogyakarta (ID) : CV nadi offset.2012.
26. Ayu M S. & Setiyani H. *Hubungan tingkat pendidikan, pendataan dan dukungan keluarga dengan kecemasan pada wanita menopause di desa jobohan, bokoharjo, sleman*. Jurnal medika respati. 2019 Apr 14:2 105-116.
27. Harmoko, *Asuhan keperawatan keluarga*. Semarang (ID): pustaka belajar. 2012.
28. Badan Pusat Statistik. *Jumlah penduduk menurut umur, jenis kelamin, provinsi,kabupaten/kota*.www.badan-pusat-statistik.go.id.
29. Nursalam. *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan: pedoman skripsi, tesis dan instrumen penelitian keperawatan*. Edisi 1. Jakarta : Salemba Medika.2013.
30. Puskesmas Kinovaro. *Profil Jumlah Wanita Premenopause Dari Bulan Januari-Maret Kabupaten Sigi Provinsi Sulawesi Tengah*, 2021
31. Azwar, Saifudin. *Sikap Manusia teori dan pengukurannya*. Yoyakarta : Pustaka belajar.2015
32. Muhit A. Siyonto. *Pendidikan keperawatan gerontik*
33. Mayang wulan. *Faktor yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu pramenopause*. Jurnal kebidanan 2020 2;5.
34. Utini. *Konsep dukungan keluarga*. Jurnal psikologi 2017
35. Notoadmodjo. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta. 2012.
36. Kasdu, Dini. *Kiat Sehat Dan Bahagia Diusia Menopause*. jakarta: puspa swara. 2012.
37. Nur isyana aprilia. *Faktor yang memepengaruhi tingkat kecemasan pada wanita perimenopause*. Jurnal kesehatan masyarakat. 2017 4;1

38. Ria afriani, Tina Yuli. *Pengetahuan dan sikap wanita premenopause dalam menghadapi perubahan-perubahan pada masa menopause*. jurnal akademika baiturahman jambi. 2020 9:1
39. Ni ketut A. *complaints in menopausal women and its correlation with lifestyle and stress*. Jurnal Ners. 2018 13:2
40. Aprilia Nurtika Sari. *Hubungan olahraga, kopi dan merokok dengan kualitas hidup wanita menopause yang tinggal diwilayaah pedesaan*. Jurnal Ners dan Kebidanan. 2019. 6:3.