

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU MENOPAUSE DI DESA KWEDEN KEMBAR KECAMATAN MOJOANYAR KABUPATEN MOJOKERTO

Mujiadi¹, Desi Ariyanti²

¹Dosen STIKes Majapahit Mojokerto

²Mahasiswa STIKes Majapahit Mojokerto

ABSTRAK

Menopause adalah periode menstruasi spontan yang berakhir pada seorang wanita dan merupakan diagnosis yang ditegakkan secara retrospektif setelah amenorrhea selama 12 bulan. Kendati hal ini alamiah terjadi, namun efek sampingnya banyak menghubungkan keharmonisan rumah tangga bila tidak siap menghadapinya. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Desain penelitian ini adalah *retrospektif study* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan jumlah sampel adalah ibu menopause di Desa Kweden Kembar Mojoanyar kabupaten Mojokerto dengan jumlah 43 responden. Penelitian dilakukan mulai tanggal 5 Mei – 24 Mei 2014. Hasil penelitian bahwa hampir setengah responden memperoleh dukungan suami positif sebanyak 14 responden (32,6%) ibu memiliki tingkat kecemasan yang normal sedangkan ibu yang memperoleh dukungan suami negatif sebanyak 7 responden (16,3%) tingkat kecemasannya ringan. Berdasarkan penghitungan uji statistik *Fisher exact* antara dukungan suami dengan kecemasan ibu menghadapi menopause didapatkan nilai signifikan 0,002 lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak, H_1 diterima jadi ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause. Berdasarkan penelitian, bahwa dukungan suami sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu menopause. Sehingga keberadaan dukungan dan perhatian dari suami dapat membuat seorang wanita merasa dicintai dan dihargai. Suami yang peduli dan perhatian serta dapat diajak berbagi, akan sangat membantu seseorang dalam menjalani masa menopausenya. Perhatian yang diperoleh akan membuatnya merasa berharga dan dicintai oleh pasangannya..

Kata kunci: dukungan suami, kecemasan, ibu menopause.

A. PENDAHULUAN

Menopause adalah periode menstruasi spontan yang berakhir pada seorang wanita dan merupakan diagnosis yang ditegakkan secara retrospektif setelah amenorrhea selama 12 bulan. Menopause terjadi pada usia rata-rata 51 tahun dan buku-buku sejarah mengungkapkan bahwa rata-rata usia tersebut tidak berubah setelah berabad-abad. Kekurangan hormon ini menyebabkan menurunnya fungsi organ tubuh yang bergantung pada estrogen, seperti ovarium, uterus (rahim) dan endometrium. Kekuatan serta kelenturan vagina dan jaringan vulva menurun, dan akhirnya semua jaringan yang bergantung pada estrogen akan mengalami atrofi (mengkerut). Cepat atau lambat gangguan akibat kekurangan estrogen pasti akan muncul, yaitu berupa peningkatan kadar kolesterol dan trigliserida, pengurangan jaringan tulang yang menjurus ke osteroporosis, gangguan psikis, kelelahan dan depresi (Anna Glasier, 2006). Kendati hal ini alamiah terjadi, namun efek sampingnya banyak menghubungkan keharmonisan rumah tangga bila tidak siap menghadapinya. Adapun istilah premenopause adalah suatu kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan (aging), yang ditandai dengan menurunnya kadar hormonal estrogen ovarium yang sangat berperan dalam hal reproduksi dan seksualitas. Penurunan kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita, bahkan mengancam kebahagiaan rumah tangga. Gejala tersebut disebut sindroma menopause, yang meliputi gejala fisik dan gejala psikologis yang salah satunya berupa depresi (rasa cemas) (Unipdu, 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO) melalui *British Medical Journal* yang dilakukan pada 2.130 wanita yang sudah menopause warga Australia, New Zealand dan Inggris menunjukkan bahwa kombinasi terapi hormon estrogen dan progesteron dapat memperbaiki kualitas hidup (Kompas, 2011) dan pada usia pertengahan banyaknya perempuan yang mengkhawatirkan terjadi meningkatnya angka harapan hidup (28,1%) maka populasi wanita menopause bertambah karena mereka tahu setiap kaum hawa akan melewati masa-masa menopause akan tetapi banyak perubahan yang terjadi, baik perubahan fisik maupun perubahan mental yang kemudian akan menuntut banyak penyesuaian (Hardians, 2008). Menurut Menteri Kesehatan RI tahun 2012 jumlah perempuan berusia di atas 50 tahun mencapai 19,1 juta orang atau 0,16% dari total penduduk perempuan. sementara di Jawa Timur mencapai 1,5 juta orang yang berarti

merupakan angka yang cukup tinggi (Menteri Kesehatan RI, 2012). Struktur umur penduduk di Mojokerto tahun 2010 mengalami “*double burden*”, dimana persentase wanita usia 65 tahun ke atas sudah mencapai 7,14% dan bahkan penduduk lansia (60 tahun ke atas) mencapai 11,14%. Meskipun *sex ratio* hampir berimbang (97,52%), namun *sex ratio* untuk kelompok perempuan usia 65 tahun lebih tinggi berkisar 73,82% (BKKBN Jatim, 2010).

Dari kejadian kecemasan pada ibu menopause, hasil studi pendahuluan pada tanggal 10 Maret 2014 di Desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto diperoleh data dari kartu keluarga terdapat sebanyak 102 ibu menopause. Kecemasan yang terjadi pada ibu menopause dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 10 Maret 2014 di di Desa Kweden Kembar Mojoanyar Kabupaten Mojokerto diperoleh data dari kartu keluarga sebanyak 102 ibu menopause. Hasil observasi dari 10 ibu menopause didapatkan 6 ibu (60%) mendapat dukungan suami negatif dengan 2 ibu (33,3%) mengalami kecemasan berat dan 4 ibu (66,7%) mengalami kecemasan sedang. Sedangkan 4 ibu (40%) mendapat dukungan suami yang positif dengan 3 ibu (75%) mengalami kecemasan ringan dan 1 ibu (25%) mengalami kecemasan sedang.

Menopause terjadi ketika ovarium berhenti memberikan respon terhadap hormon-hormon tertentu dari otak, sehingga pematangan sel telur berhenti secara teratur. Keadaan ini menurunkan kadar estrogen dan progesteron. Gejala seksual pada masa menopause adalah kekeringan vagina dan menurunnya libido. Gejala-gejala ini mengakibatkan perubahan gambaran diri (Rebeca, 2007). Melihat kondisi di atas yang menimbulkan dampak jangka panjang ini dapat mengakibatkan wanita menopause mengalami kecemasan, merupakan salah satu gejala yang ditemukan pada masa menopause. Stuart dan Laraia dalam Sara (2009) mendefinisikan kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan yang dialami wanita menopause salah satunya dikarenakan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dialami dan juga cemas akan hal-hal yang mungkin muncul menyertai berakhirnya masa reproduksinya. Perubahan fisik dan emosi yang dialami seseorang selama menopause membutuhkan penyesuaian diri dan pengertian serta dukungan dari berbagai pihak terutama suami, agar mereka dapat menyikapi secara positif segala perubahan yang terjadi saat menopause (Kasdu, 2002)

Dukungan suami merupakan faktor eksternal paling baik dalam membantu istri untuk melalui masa menopause tanpa kecemasan berlebih. Suami yang tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik yang dapat meyakinkan baik dalam perkataan maupun tindakan, akan sangat membantu untuk meyakini bahwa tidak ada yang perlu dicemaskan ketika datang masa menopause. Keberadaan, dukungan dan perhatian dari suami dapat membuat seorang wanita merasa dicintai dan dihargai. Suami yang peduli dan perhatian serta dapat diajak berbagi, akan sangat membantu seseorang dalam menjalani masa menopausenya. Perhatian yang diperoleh akan membuatnya merasa berharga dan dicintai oleh pasangannya. Kasdu (2002) juga mengatakan bahwa peran positif dari suami akan membuat seorang wanita berfikir bahwa masih sangat dibutuhkan dalam menghadapi kehidupan. Selain dukungan suami, dukungan keluarga juga sangat dibutuhkan oleh wanita menopause (Lianawati dalam Prabandani, 2009).

Berdasarkan masalah tersebut diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menopause”

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah dukungan suami dan variabel *dependen* dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan ibu menopause. Desain penelitian ini adalah *retropektif study* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan jumlah sampel adalah ibu menopause di Desa Kweden Kembar Mojoanyar kabupaten Mojokerto dengan jumlah 43 responden. Penelitian dilakukan mulai tanggal 5 Mei – 24 Mei 2014.

C. HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Tabulasi Silang Hubungan Antara Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menopause di Desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto Tanggal 5 - 24 Mei 2014.

NO	Dukungan Suami	Tingkat Kecemasan								Jumlah	
		Normal		Ringan		Sedang		Berat			
		F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1.	Negatif	1	2,3	7	16,3	4	9,3	5	11,6	17	39,5
2.	Positif	14	32,6	9	20,9	2	4,7	1	2,3	26	60,5
Jumlah		15	34,9	16	37,2	6	14	6	14	43	100
$\alpha = 0,05$		$p = 0,002$									

Berdasarkan pada tabel 1 sebagian kecil memiliki dukungan suami negatif sebanyak 1 responden (2,3%) ibu memiliki tingkat kecemasan normal, sebagian kecil memiliki dukungan suami positif sebanyak 9 responden (20,9%) ibu memiliki tingkat kecemasan ringan, sedangkan sebagian kecil memiliki dukungan suami positif sebanyak 2 responden (4,7%) ibu memiliki tingkat kecemasan sedang, dan sebagian kecil memiliki dukungan suami positif sebanyak 1 responden (2,3%) ibu memiliki tingkat kecemasan berat. Sedangkan dari dukungan suami positif sebanyak 14 responden (32,6%) ibu memiliki tingkat kecemasan yang normal dan dari dukungan suami yang negatif sebanyak 7 responden (16,3%) ibu memiliki tingkat kecemasan yang ringan. Disini menunjukkan bahwa hampir dari setengah responden mendapat dukungan yang negatif dari suami.

Dari hasil uji statistic *fisher exact* dengan nilai taraf signifikan $\alpha = 0,05$ diperoleh hasil $p = 0,002$. Yang berarti lebih kecil dari nilai taraf signifikan ($0,002 < 0,05$). maka H_0 ditolak, H_1 diterima jadi ada hubungan antara dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu menopause.

D. PEMBAHASAN

1. Dukungan Suami

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar suami responden memberikan dukungan yang positif yaitu 26 responden (60,5%).

Suami adalah pemimpin dan pelindung bagi istrinya, maka kewajiban suami terhadap istrinya ialah mendidik, mengarahkan serta mengertikan istri kepada kebenaran, kemudian memberinya nafka lahir batin, mempergauli serta menyantuni dengan baik (Harymawan dalam Sari, 2012). Dukungan suami adalah salah satu faktor yang turut berperan penting dalam menentukan status kesehatan. Dukungan suami terhadap ibu berupa dukungan fisik, dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan financial. Dukungan hanya merujuk pada hubungan interpersonal yang melindungi orang terhadap konsekuensi negative dari stress (Keumalahayati dalam Iva, 2010). Berdasarkan penelitian Sebagian besar suami responden memberikan dukungan yang positif seperti memberikan perhatian kepada ibu ketika ibu menjadi marah karena hal-hal sepele, mengajak ibu untuk berolah raga setiap hari minggu pagi, memperhatikan pola makan istri setiap hari, dan memberikan perhatian ketika kondisi kesehatan ibu terganggu.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di desa Kwendenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto terlihat bahwa hampir setengah suami dari responden berusia 56-60 tahun yaitu 20 responden (46,5%), dan didapatkan suami yang berusia 55-60 tahun mampu memberikan dukungan yang positif terhadap tingkat kecemasan ibu menopause sebanyak 12 responden (27,9%). Hal tersebut dikarenakan sebagian besar suami berusia 55-60 tahun, dimana semakin matang usia seseorang akan memiliki kematangan dan lebih kritis dalam berfikir, karena di usia tersebut suami sudah matang dalam berfikir rasional bahwa ibu yang sudah menopause sudah tidak bisa memiliki keturunan lagi dan sebagai suami mampu memberikan perhatian dan pengertian kepada ibu bahwa semua adalah hal yang biasa dialami oleh semua ibu yang telah memasuki usia menopause.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di desa Kwendenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten

Mojokertomenunjukkan bahwa sebagian besar suami responden memiliki tingkat pendidikan SD yaitu 29 responden (67,4%). Menurut Irmawati (2003) dalam Prabandani (2009) Kurangnya pengertian dan pemahaman terhadap suatu hal dapat mempengaruhi seseorang untuk member dukungan. Pendidikan yang memadai akan memudahkan seseorang memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang menopause. Pemahaman yang baik tentang seluk beluk menopause akan menunjang seorang suami untuk memberikan dukungan pada ibu yang mengalami menopause. Hasil penelitian tidak sesuai dengan teori, karena sebagian besar suami memiliki tingkat pendidikan SD, namun dengan kematangan usia yang dimiliki suami membuat suami berfikir secara rasional sehingga mampu menerima sumber informasi atau wawasan dari sumber manapun, mereka mengatakan tahu mengenai menopause melalui penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan setempat, sehingga mereka tahu tentang apa yang akan terjadi pada ibu yang telah mengalami menopause..

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa sebagian besar suami responden bekerja sebagai petani yaitu 31 responden (72,1%), dan didapatkan sebagian besar suami memiliki mata pencaharian sebagai petani sebanyak 22 responden (51,2%) mampu memberikan dukungan yang positif terhadap tingkat kecemasan ibu menopause. Pekerjaan merupakan kebutuhan yang harus dilakukan terutama dalam menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Bekerja pada umumnya juga akan menyita waktu yang berpengaruh terhadap kehidupan keluarga. Faktor- faktor lain yang mempengaruhi dukungan adalah sosial ekonomi yang sangat dipengaruhi oleh pekerjaan, sesuai dengan pendapat yang di kemukakan oleh Effendi, keadaan sosial ekonomi yang rendah pada umumnya karena ketidakmampuan dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi, sebaliknya pada keadaan sosial ekonomi yang tinggi akan efektif dan mudah untuk berbagai usaha untuk masyarakat (Friedman, 1998 dalam Aditya, 2012). Hal tersebut dikarenakan lebih dari setengah suami responden memiliki mata pencaharian sebagai petani. Bekerja sebagai petani akan memiliki waktu lebih banyak dibandingkan dengan seseorang yang bekerja sebagai buruh, sehingga suami memiliki banyak waktu bersama ibu, karena

disini seorang wanita yang telah memasuki masa menopause sangat membutuhkan dukungan dari suami. Dengan banyaknya waktu yang dimiliki suami untuk bersama dengan ibu, maka akan memberikan perasaan nyaman pada diri ibu, namun berbeda dengan dengan suami yang bekerja sebagai buruh atau maupun pegawai, mereka akan memiliki sedikit waktu bersama istri, dan seorang istri tidak menutup kemungkinan memiliki rasa was-was atau cemas dengan tingkah laku suaminya di tempat mereka bekerja.

2. Kecemasan ibu menopause

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hampir setengah ibu menopause memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu 16 responden (37,1%). Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kecemasan berbeda dengan rasa takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap sesuatu yang berbahaya (Stuart, Gail W. 2007). Menurut Karyanti (2002) dalam Prabandani (2009) kecemasan ibu menghadapi menopause merupakan reaksi negative dari seorang ibu menjelang menopause yang berfikir bahwa menopause yang akan dihadapi dapat menyebabkan ibu merasa kehilangan kecantikan, takut menghadapi hidup tanpa kepuasan seksual dan merasa tidak dibutuhkan lagi oleh suaminya. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat dijelaskan bahwa hampir seluruh ibu mengalami kecemasan ringan ketika ibu memasuki masa menopause. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya usia, pendidikan dan pekerjaan. Jika usia ibu telah memasuki masa menopause, tingkat pendidikan rendah dan ibu tidak bekerja (IRT) akan mudah mengalami cemas. Hal tersebut dapat dikarenakan kurangnya informasi yang mereka dapat tentang menopause seperti informasi dari televisi, majalah, Koran, dan informasi dari orang-orang disekitarnya. Sedangkan ibu yang bekerja pusat pemikiran dan perhatiannya akan tertuju pada pekerjaannya, tidak akan mementingkan usianya yang sudah memasuki menopause.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto terlihat bahwa hampir setengah dari responden berusia 56-60 tahun yaitu sebanyak 21

responden (48,8%). Dan didapatkan ibu menopause yang berusia 50-60 tahun mengalami kecemasan ringan sebanyak 16 responden (36,7%). Menurut prawiroharjo 2003 menspesifikasikan umur kedalam tiga kategori, yaitu: bahwa umur yang lebih muda lebih mudah menderita stress dari pada umur tua. Penyakit adalah salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan. Seseorang yang sedang menderita penyakit akan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan orang yang tidak sedang menderita penyakit. Semakin dewasa usia seseorang maka dalam merespon atau menghadapi sesuatu mereka lebih mampu mengontrol psikologinya, sebaliknya jika usia orang tersebut masih muda mereka akan lebih mudah menderita stress. Berdasarkan hasil penelitian usia diatas 50 tahun merupakan masa menopause yang terjadi pada ibu dan akan menimbulkan rasa cemas. Namun sebagian besar ibu mengalami tingkat kecemasan yang ringan, hal tersebut dikarenakan ibu telah memiliki usia yang matang dalam menerima informasi serta wawasan tentang menopause. Mereka telah mengetahui bahwa mereka akan mengalami masa menopause, yang artinya ibu akan mengalami perubahan pada bentuk tubuh mereka seperti kulit wajah keriput, rambut berwarna putih dan tidak memiliki keturunan lagi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di desa Kwendenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki tingkat pendidikan SD sebanyak 38 responden (88,4%) dan didapatkan ibu menopause yang berpendidikan SD mengalami kecemasan ringan sebanyak 14 responden (32,6%). Menurut Irmawati (2003) dalam Prabandani (2009) Kurangnya pengertian dan pemahaman terhadap suatu hal dapat menimbulkan kecemasan. Pendidikan yang memadai akan memudahkan seseorang memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang menopause. Pemahaman yang baik tentang seluk beluk menopause akan menunjang kesiapan seorang wanita dalam menghadapi menopause. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di desa Kwendenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto tidak sesuai dengan teori yang ada, disini didapatkan hasil hampir setengah ibu memiliki tingkat kecemasan ringan ketika menghadapi menopause. Hal tersebut dikarenakan dengan tingkat pendidikan yang rendah bukan berarti ibu akan sulit memperoleh informasi tentang menopause, karena pengetahuan dapat diperoleh dari

orang-orang sekitar, media atau tabloid serta teknologi yang ada seperti televisi, sehingga ibu mampu menambah wawasan tentang menopause.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa hampir seluruh dari responden sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 40 responden (93%) dan didapatkan ibu menopause yang tidak bekerja (IRT) tidak mengalami kecemasan (normal) sebanyak 15 responden (34,9%). Wanita yang bekerja pada umumnya mempunyai cara berfikir yang tidak sempit, merasa lebih aman dan mempunyai kepercayaan terhadap diri sendiri dan kemampuannya (Irmawati (2003) dalam Prabandani, 2009). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan hampir seluruh ibu menopause tidak bekerja, hal ini tidak sesuai dengan teori dimana wanita yang bekerja pada umumnya mempunyai cara berfikir yang tidak sempit, merasa lebih aman dan mempunyai kepercayaan terhadap diri sendiri dan kemampuannya. Ibu yang hampir seluruhnya sebagai ibu rumah tangga (IRT) mengatakan bahwa mereka banyak memperoleh wawasan tentang menopause melalui penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, media massa serta media elektronik. Selain itu ibu juga sering memperoleh informasi tentang menopause dari lingkungan sekitar.

E. PENUTUP

Simpulan hasil penelitian ini dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu menopause di Desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto adalah sebagian besar suami memberikan dukungan yang positif yaitu 26 (60,5%), kecemasan ibu menopause di Desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto adalah hampir setengah ibu menopause mengalami kecemasan ringan yaitu 16 responden (37,1%) dan ada hubungan dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu menopause di Desa Kwedenkembar Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto.

Saran praktis penelitian ini bagi masyarakat diharapkan mampu memberikan respon yang positif dalam menghadapi masa menopause khususnya pada para suami dalam memberikan dukungan, bagi Profesi Keperawatan hendaknya mampu menjadikan penelitian ini sebagai bahan

masukannya untuk mengatasi tiap kecemasan pada ibu yang menopause dengan memberikan dukungan berupa perhatian kepada ibu atau istri dan untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti bentuk dukungan dari keluarga. Saran teoritis penelitian ini untuk mengembangkan pengetahuan mengatasi kecemasan pada ibu dari dukungan suami maupun keluarga. Bentuk dukungan suami seperti: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ailsa Gebbie, (2006). *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Kedokteran EGC
- Anna Glasier, (2006). *Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Kedokteran EGC
- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar, (2011). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- BKKBN Jatim.(2010). *Sambutan Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Surabaya : Dinkes Jatim
- Hawari Dadang, (2011). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI
- Hidayat Alimul Aziz, (2009). *Metodologi Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba medika.
- Imron, (2010). *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan*. Jakarta : Sagung Seto.
- Kasdu, (2002). *Solusi Wanita Dewasa*. Jakarta : Pustaka Pembangunan Nusantara
- Kompas, (2011). *Menopause Dini Dua Kali Berisiko Osteoporosis*. <http://health.kompas.com>. Diakses tanggal 20 Maret 2014
- Manuaba, dr. Ida Ayu, Manuaba, dr. I. B.F. & Manuaba, Prof. dr. I.B.G. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta : EGC
- Menteri Kesehatan RI, (2012). *Profil Kesehatan Indonesia*
- Manuaba, dr. Ida Ayu, Manuaba, dr. I. B.F. & Manuaba, Prof. dr. I.B.G. (2010). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC

- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Prabandani. (2009). *Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Menghadapi Menopause*. Surakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret
- Prawirohardjo Sarwono, (2005). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Rebeca, (2007). *Menopause*. Jakarta : Erlangga
- Sara Aditha, (2009). *Stress Pada Wanita Menjelang Menopause Ditinjau Dari Pengetahuan Tentang Menopause*. Semarang : Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata
- Sari Nartha Wijayanthi Ratna, (2012). *Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Upaya Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui*. Surabaya : Universitas Airlangga
- Setiadi, (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Stuart, Gail W. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa (Edisi 5)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Sugiyono, (2012). *Metode Penelitian Kuantitaif Kualitatif*. Bandung : Alfabeta
- Suparyanto, (2011). *Konsep Cemas*. <http://dr-suparyanto.blogspot.com/2011/03/konsep-cemas.html>. diakses tanggal 25 Desember 2013
- Unipdu. (2011). *Kecemasan Menghadapi Menopause* <http://www.untukku.com>. Diakses taggal 24 Februari 2014
- .