

HUBUNGAN USIA MENARCHE DENGAN TERJADINYA MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUSUMA BANGSA KOTA PEKALONGAN TAHUN 2016

Ta'adi, Hartati, Millatin Puspaningtyas, Riri Anggariani

Poltekkes Kemenkes Semarang Prodi Keperawatan Pekalongan

Akbid Harapan Ibu Pekalongan

ABSTRACT

ALONG WITH THE INCREASE OF AGE, AT A TIME OF GROWTH AND DEVELOPMENT WILL BE STALLED. SUCH CHANGES USUALLY OCCUR IN THE AGING PROCESS, BECAUSE IN THIS PROCESS MANY PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL CHANGES. THE CHANGES ARE MOST COMMON IN WOMEN BECAUSE OF THE AGING PROCESS PHASES WHICH OCCURRED A MENOPAUSE. MENOPAUSE IS A NATURAL THING TO EVERY WOMAN, BUT IT IS STILL A SCARY THING FOR SOME WOMEN BECAUSE HE WAS ALREADY OLD AND NO LONGER USEFUL. THE PURPOSE OF THIS STUDY WAS TO DETERMINE THE RELATIONSHIP OF AGE OF MENARCHE TO MENOPAUSE IN PUSKESMAS KUSUMA BANGSA PEKALONGAN. THE STUDY DESIGN WAS DESCRIPTIVE ANALYTIC DESIGN WITH CROSS SECTIONAL APPROACH. THE POPULATION OF THIS RESEARCH IS THE MOTHER PRALANSIA MANY AS 3316 PEOPLE, WHILE THE SAMPLE USING PROPORTIONAL RANDOM SAMPLING AS MUCH AS 98 SAMPLES. DATA COLLECTION TOOLS BY USING A QUESTIONNAIRE. DATA WERE ANALYZED USING PEARSON PRODUCT MOMENT. THE RESULT SHOWED THAT MOST CATEGORIES OF MOTHERS MENOPAUSE AT THE AGE OF 53 YEARS. PEARSON PRODUCT MOMENT OF THE TEST BETWEEN THE AGE OF MENARCHE TO MENOPAUSE OBTAINED SIGNIFICANT CORRELATION BETWEEN THE AGE OF MENARCHE TO MENOPAUSE AGE (P VALUE = 0.000 < 0.05 AND CONTINGENCY COEFFICIENT OF 0.420). ADVICE FOR HEALTH WORKERS, ESPECIALLY MIDWIVES ARE EXPECTED TO PROVIDE COUNSELING SERVICES, INFORMATION, EDUCATION AND COMMUNICATION (IEC) ABOUT MENOPAUSE SO THAT MOTHERS PRALANSIA BETTER PREPARED TO FACE THE MENOPAUSE.

Keywords : Age of menarche, age at menopause

PENDAHULUAN

Memahami seorang wanita sebagai seorang individu bukan suatu hal yang mudah. Banyak orang yang mengatakan bahwa memahami wanita sebagai seorang individu merupakan suatu yang sangat sulit. Oleh karena itu perlu adanya suatu pemahaman yang lebih mengenai perkembangan wanita terutama perkembangan seksualitasnya yang banyak melibatkan peran hormonal terhadap perkembangan fisik maupun psikisnya. sebagai contoh pada perkembangan organ seksual yang berkembang mulai sejak dalam

kandungan dan mencapai puncaknya pada saat pubertas dan berkurang fungsinya pada saat *menopause* (Atikah, 2009; h.24).

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi perubahan fisik maupun psikologi. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase *menopause*. *Menopause* merupakan fase dimana wanita tidak bisa mengalami menstruasi lagi. Seringkali wanita menghadapi *menopause* dengan rasa cemas dan waswas karena *menopause* identik dengan ketuaan. Sebelum terjadi fase *menopause* biasanya di dahului dengan fase *pre menopause* dimana pada fase *pre menopause* ini terjadinya peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan atau anovolator (Atikah, 2010; h.1).

Sebagian wanita mulai mengalami gejala *premenopause* pada usia 40-an puncaknya terjadi pada usia 50 tahun yaitu terjadinya masa *menopause* dimana pada masa *menopause* ini wanita sudah tidak mengalami haid lagi. Kebanyakan wanita mengalami *menopause* kurang dari 5 tahun dan sebagian kecil lebih dari 5 tahun namun bila diambil rata ratanya, umumnya seorang wanita akan mengalami *menopause* sekitar usia 45-50 tahun. *Menopause* dikenal sebagai berhentinya menstruasi yang disebabkan oleh hilangnya aktivitas folikel ovarium. *Menopause* alamiah terjadi pada akhir periode menstruasi dan sekurang kurangnya selama 12 bulan tidak mengalami menstruasi (*amenorea*), dan bukan disebabkan oleh hal yang patologi (Atikah, 2010; h.2).

Terjadinya *menopause* ada hubungannya dengan pertama kali wanita mengalami haid (*menarche*). *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. Semakin muda orang mengalami *menarche*, semakin tua atau lama dia memasuki masa *menopause*. Dapat diartikan bahwa wanita yang mendapatkan *menarche* pada usia lebih dari 16 tahun akan mengalami *menopause* lebih dini. Namun, terjadinya *menopause* pada setiap orang itu tidaklah sama dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain keturunan, kesehatan umum, pola makan atau gaya hidup seseorang (Nina, 2013; h.4).

Banyak wanita menganggap bahwa *menopause* memberi semacam kebebasan bagi hidupnya, secara fisik, emosional, seksual, dan spritual. Mereka antusias karena terbebas dari kekhawatiran perihal kehamilan dan menstruasi (Ronald, 2005; h.71).

Wanita *menopause* yang bekerja lebih positif memandang datangnya *menopause* dan mampu menerima kondisinya dengan segala perubahan fisik dan psikologis. Mereka merasakan kepercayaan diri yang meningkat karena merasa masa ini merupakan pertanda mereka semakin matang dan dewasa serta dihormati oleh rekan kerja. Mereka juga menganggap *menopause* sebagai keadaan yang justru membuat mereka merasa bebas karena tidak direpotkan lagi dengan menstruasi setiap bulannya. Beberapa dari mereka juga merasa bahwa berhenti *menopause* bukanlah akhir dari segalanya tetapi merupakan tahapan yang menyenangkan karena mereka umumnya mereka memiliki karir yang bagus pada masa ini (Siregar, 2015; h.8).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2007 memuat data yang menunjukkan 25 juta wanita di seluruh dunia diperkirakan mengalami *menopause* setiap tahunnya dimana Asia menjadi wilayah dengan jumlah wanita bergejala awal *menopause* tertinggi di dunia.

Data Indonesia tahun 2014 hasil estimasi jumlah penduduk pada tahun 2014 sebesar 252.124.458 jiwa, yang terdiri atas 126.921.864 jiwa penduduk laki-laki dan 125.202.594 jiwa penduduk perempuan. Angka tersebut merupakan hasil perhitungan yang dilakukan oleh Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan dengan bimbingan dari Badan Pusat Statistik dengan menggunakan metode geometrik (*Profil Kesehatan, 2014*).

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2005), diperkirakan pada tahun 2020 jumlah penduduk Indonesia akan mencapai 262,2 juta jiwa dengan jumlah wanita yang hidup dalam umur *menopause* sekitar 30,3 juta jiwa atau 11,55% dari total penduduk, dengan umur rata-rata 49 tahun. Secara demografi terjadi peningkatan kelompok lanjut usia akan menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan penanganan khusus (*Kementerian Kesehatan RI, 2005*).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Pekalongan usia *menopause* di kategorikan kedalam usia pra lansia. Jumlah wanita pralansia di Kota Pekalongan tahun 2015 sebanyak 26.937 jiwa yaitu total keseluruhan dari 4 Kecamatan yang ada di Kota Pekalongan dan jumlah pra lansia tertinggi yaitu di wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan sebanyak 3316 jiwa.

Wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa terdiri dari 3 Kelurahan yaitu Kelurahan Panjang Wetan dengan jumlah wanita pra lansia sebanyak 1139 jiwa, Kelurahan Panjang Baru dengan jumlah wanita pra lansia sebanyak 846 jiwa, dan Kelurahan Kandang Panjang wanita pra lansia sejumlah 1331 jiwa.

Umumnya peningkatan populasi wanita *menopause* akan disertai berbagai jenis permasalahan kompleks yang berdampak pada peningkatan masalah kesehatan wanita *menopause* tersebut. Banyak faktor yang berhubungan dengan usia *menopause*. Beberapa faktor tersebut yaitu usia pertama kali menstruasi, stress, pemakaian metode kontrasepsi, status keluarga (seperti status perkawinan, jumlah anak dan usia melahirkan anak terakhir), riwayat keluarga, pekerjaan, pendapatan, merokok, dan minum alkohol (*Mutiara, 2014; h.139*).

Ada beberapa penelitian yang berkaitan dengan *menopause* diantaranya tentang hubungan antara usia saat timbulnya *menarche* dengan usia saat terjadinya *menopause* wanita di Kecamatan Kartasura oleh Meri Tyas Angraeni. Hasil penelitian yang diperoleh tidak ada hubungan yang bermakna antara usia saat timbulnya *menarche* dengan usia saat terjadinya *menopause* pada wanita di Kecamatan Kartasura. Namun hasil tersebut berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi Rohmatika, Sumarni, dan Fitria Prabandari di Desa Jingsang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun 2012 bahwa ada pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*.

Mengingat begitu banyak faktor yang berhubungan dengan usia *menopause* pada seorang wanita dan beberapa penelitian didapatkan hasil yang berbeda mengenai

hubungan usia *menarche* dengan usia *menopause* maka penulis hanya meneliti salah satu faktor yang dianggap menarik oleh peneliti yaitu mengenai hubungan antara usia *menarche* dengan usia *menopause* pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan. Sehingga nantinya diharapkan untuk pengembangan ilmu dapat memberikan pengetahuan seorang wanita, bagaimana cara wanita menjadi awet muda yang dikaitkan dengan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause*.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka penulis dapat mengambil suatu rumusan masalah : “Bagaimanakah hubungan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause* di wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan?”.

TUJUAN UMUM

Untuk mengetahui hubungan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause* di wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan Tahun 2016.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian di Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan ialah seluruh ibu pra lansia usia 45-59 tahun di wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan. Jumlah populasi pada bulan Desember 2015 yaitu sebanyak 3316 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu pra lansia usia 45-59 tahun di wilayah Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan sebanyak 98 responden.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah pertanyaan-pertanyaan yang ada pada lembar kuesioner dimana jawaban juga akan diisi pada lembar tersebut yang diberikan kepada responden.

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa *univariate* dan *bivariate*. Analisis *univariate* digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi responden yaitu dengan cara membuat frekuensi dan persentase. Sedangkan analisis *bivariate* dilakukan untuk melakukan tabulasi silang antara dua variabel yaitu variabel dependen dan variabel independen. Dalam proses analisis dilakukan dengan menggunakan uji pearson product moment. Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel dengan skala rasio. Uji pearson product moment berfungsi untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel penelitian dimana usia *menarche* merupakan variabel bebas dan usia *menopause* merupakan variabel terikat .

Rumus pearson product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

R_{hitung} = koefisien korelasi

$\sum xi$ = jumlah skor item

$\sum yi$ = jumlah skor total item

n = jumlah responden

Menentukan besarnya kontribusi variabel X terhadap Y dengan rumus:

$$KP = r^2 \times 100\%$$

Menguji signifikansi dengan rumus t hitung:

$$t_{hitung} = \frac{r_{xy} \sqrt{(n - 2)}}{\sqrt{(1 - r_{xy}^2)}}$$

Keterangan:

t: nilai t hitung

r: koefisiensi korelasi hasil r hitung

n: jumlah responden.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariate

Analisa Univariate mendeskriptifkan variabel penelitian yang meliputi : Usia menarache ibu yang sudah menopause dan usia saat pertama ibu mengalami menopause.

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Usia Menarache Ibu yang Sudah Mengalami Menopause

No.	Menarache	Frekuensi	Persentase
1.	12 tahun	16	16,3
2.	13 tahun	22	22,4
3.	14 tahun	26	26,5
4.	15 tahun	21	21,4
5	16 tahun	13	13,3
Jumlah		98	100,0

Sumber : Data Primer

Dari tabel 1 diketahui bahwa responden yang mengalami menarache pada usia 12 tahun sebanyak 16 responden (16,3%). Pada usia 13 tahun sebanyak 22 responden (22,4%), pada usia 14 tahun sebanyak 26 responden (26,5%) kemudian pada usia 15 tahun sebanyak 21 responden (21,4%) dan pada usia 16 tahun sebanyak 13 responden (13,3%). Usia Menopause

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Menopause pada Ibu yang Sudah Mengalami Menopause

No	Umur	A. Frekuensi	B. Persentase
1.	46 tahun	4	4,1
2.	47 tahun	6	6,1
3	48 tahun	6	6,1
4	49 tahun	14	14,3
5	50 tahun	17	17,3
6	51 tahun	16	16,3
7	52 tahun	9	9,2
8	53 tahun	17	17,3
9	54 tahun	9	9,2
10	55 tahun	0	0
Jumlah		98	100,0

Sumber : Data Primer

Dari tabel 2 diketahui responden yang yang mengalami menopause pada umur 46 tahun sebanyak 4 responden (4,1%), pada umur 47 tahun sebanyak 6 responden (6,1%). Responden pada umur 48 sebanyak 6 responden (6,1%). Responden berumur 49 sebanyak 14 responden (14,3%). Responden berumur 50 sebanyak 17 responden (17,3%). Responden dengan umur 51 sebanyak 16 responden (16,3%). Responden berumur 52 sebanyak 9 responden (9,2%). Responden dengan umur menopause 53 sebanyak 17 responden (17,3%). dan Responden berumur 54 sebanyak 9 responden (9,2%).

Analisa Bivariat

Analisa ini menggambarkan ada tidaknya hubungan antara usia *menarche* dengan terjadinya *menopause*. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu usia saat timbulnya *menarche* dan Variabel *Dependent* dalam penelitian ini yaitu terjadinya *menopause*. Uji statistik yang digunakan adalah *Pearson product moment*. Hasil uji dikatakan bermakna apabila $\alpha \leq 0,05$ dan tidak bermakna apabila $\alpha > 0,05$. Hasil analisa bivariat hubungan antara usia *menarche* dengan terjadinya *menopause* dapat diketahui dalam tabel 4.5 sebagai berikut :

Tabel 3 Hubungan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause* di wilayah kerja Puskesmas Kusuma bangsa Kota Pekalongan.

Menarche	Menopause	
	value	Koefisiensi korelasi
	0,000	0,420

Berdasarkan hasil korelasi kedua variabel menunjukkan hasil bahwa nilai α value sebesar 0,000 ($\alpha=0,05$), nilai $\alpha < \alpha$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yaitu ada hubungan yang signifikan antara usia *menarche* dan terjadinya *menopause* pada ibu yang sudah mengalami *menopause* di wilayah kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan tahun 2016 dengan kekuatan hubungan sedang ($r_s=0,420$).

PEMBAHASAN

Gambaran usia *menarche* pada wanita *menopause* di Wilayah Kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan tahun 2016.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan kesesuaian antara teori dan hasil penelitian bahwa sebagian besar ibu yang sudah mengalami *menopause* di wilayah kerja Puskesmas Kusuma bangsa Kota Pekalongan mengalami *menarche* pada usia 14 tahun sebesar 26 responden (26,5%) atau biasanya jika di kategorikan pada anak sekolah kebanyakan ibu mendapatkan *menarche* pada saat kelas 2 SMP. Dalam penelitian ini sesuai dengan teori dari buku Prawirohardjo (2011; h.73) bahwa usia *menarche* pada umumnya terjadi pada sekitar usia 14 tahun.

Menurut Prawirohardjo (2011; h.73) *menarche* pada setiap wanita tidaklah sama, untuk mencapai fase terjadinya *menarche* di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain

faktor suku, gizi, sosial, ekonomi, dll. Dalam teori Atika proverawati (2009; h.64-67) di Inggris usia rata-rata untuk mencapai menarche adalah 13 tahun, sedangkan suku Buni di Papua Nugini menarche di capai pada usia 18 tahun. Anak wanita yang menderita kelainan tertentu di dalam kandungan mendapatkan menarche pada usia lebih muda dari rata-rata. Sebaliknya anak wanita yang menderita cacat mental akan mendapatkan menarche pada usia yang lebih lambat. Terjadinya penurunan usia dalam mendapatkan menarche sebagian besar dipengaruhi oleh adanya perbaikan gizi.

Dalam penelitian ini lingkungan responden yaitu dilingkungan pesisir pantai yang tergolong status gizi yang baik. Gizi yang baik tersebut diperoleh dari sumber protein yang berasal dari hewani seperti ikan. Status gizi yang baik terbukti dari kebanyakan responden yang mengalami menarche pada usia 13 dan 14 tahun.

Gambaran usia menopause pada wanita menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan tahun 2016.

Menopause adalah haid terakhir, atau saat terjadinya haid terakhir. Diagnosis dibuat setelah terdapat amenorea sekurang-kurangnya 1 tahun berhentinya haid biasa didahului oleh siklus haid yang lebih panjang dengan pendarahan yang berkurang (Atika, 2009; h.28). Menopause sebagai proses alami dalam penuaan, Penyebab berhentinya haid karena ovarium tidak lagi memproduksi hormon estrogen dan progesteron (Icesmi, 2013; h.346).

Tubuh wanita mempunyai persediaan sel telur atau ovum dengan jumlah yang terbatas dan masa menopause itu terjadi ketika ovarium atau indung telur telah kehabisan sel telur atau ovum, hal ini menyebabkan produksi hormon dalam terganggu yaitu berhentinya produksi hormon seks wanita yang tidak lain adalah hormon estrogen dan progesteron (Nina, 2013; h.13).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dari hasil tabel 4.2 bahwa kebanyakan responden mengalami menopause pada usia 50 tahun sebanyak 17,3% dan pada usia 53 tahun sebanyak 17,3% dengan usia menarche yang berbeda-beda. Sedangkan pada responden yang mengalami menopause pada usia 46 tahun sejumlah 4,1%. Pada responden yang mengalami menopause pada usia 54 tahun kebanyakan mengalami menarche pada usia 14 tahun. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sekarang wanita lebih awet muda dan cenderung mengalami usia menopause yang lebih lama. Penelitian ini sesuai dengan teori Icesmi, (2013; h.356) bahwa Menopause terjadi secara bertahap, biasanya antara usia 45-55 tahun.

Hubungan usia menarche dengan usia menopause pada wanita menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan Tahun 2016.

Berdasarkan analisa bivariat dengan uji statistik *pearson product momen* terhadap hubungan usia menarche dengan terjadinya menopause di wilayah Kerja Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan kekuatan sedang antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 98 responden terdapat sebagian besar responden mengalami menarche pada usia 14 tahun dan mengalami menopause pada usia 51 atau 54 tahun, dan dari hasil penelitian responden paling banyak mengalami menopause pada usia 50 tahun dan 53 tahun dengan usia menarche yang berbeda.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Rohmatika, Sumarni, dan Fitria Prabandari di Desa Jingsang Babakan Kecamatan Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun 2012 bahwa ada pengaruh usia *menarche* terhadap usia *menopause* pada wanita *menopause*. Pada seorang wanita saat mengalami *menopause* tidaklah sama *Menopause* sendiri dipengaruhi oleh faktor seperti usia pertama kali haid (*menarche*). Semakin muda seorang wanita mengalami haid semakin lama dia memasuki masa *menopause* (Nina, 2013; h.4).

Selain dari faktor *menarche* terjadinya *menopause* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, di antaranya yaitu beban pekerjaan, status perkawinan, jumlah anak, usia melahirkan, pemakaian kontrasepsi, ataupun suatu penyakit (Nina, 2013; h.4). Faktor tersebut sangatlah berpengaruh terhadap terjadinya *menopause*, wanita sekarang lebih pandai, pengetahuan dalam menjaga kesehatan menjadikan mereka lebih awet muda, sehingga terjadinya *menopause* semakin lama, seperti hasil penelitian ini bahwa hanya 4 dari 98 responden yang mengalami *menopause* pada usia 46 tahun.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian mengenai “Hubungan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause* di wilayah Puskesmas Kusuma bangsa Kota Pekalongan” yang dilakukan terhadap 98 responden sebagai berikut :

1. Ibu *menopause* yang mengalami *menarche* pada usia 12 tahun dari 98 responden sebanyak 16 responden (16,3%), sedangkan ibu *menopause* yang mengalami *menarche* pada usia 16 tahun sebanyak 13 responden (13,3%).
2. Ibu pralansia yang mengalami *menopause* pada usia 46 tahun sebanyak 4 responden (4,1%) dari 98 responden, sedangkan ibu yang mengalami *menopause* pada usia 54 tahun sebanyak 9 responden (9,2%).
3. Berdasarkan hasil uji statistik ada hubungan yang signifikan antara usia *menarche* dengan terjadinya *menopause* dengan $\rho = 0,000$ dan nilai r sebesar 0,420. nilai $\alpha < \alpha$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yaitu ada hubungan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause*.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian ini memiliki keeratan hubungan yang sedang antara hubungan usia *menarche* dengan terjadinya *menopause*. Dari hasil penelitian tidak semua ibu yang mengalami *menarche* lebih awal akan mengalami *menopause* yang lambat begitu juga dengan ibu yang mengalami *menarche* yang lambat belum tentu mengalami *menopause* lebih awal. Untuk itu hendaknya ibu pralansia mencari informasi pada tenaga kesehatan mengenai gejala *pre menopause* sehingga dapat memberikan pemahaman menghadapi *menopause* yang dapat terjadi dalam usia 40 tahun puncaknya pada usia 50 tahun, dan diharapkan dapat mencegah terjadinya *menopause* dini serta menambah wawasan dan informasi tentang *menopause*

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, Rohmatika, dkk 2013 Pengaruh Usia Menarche terhadap Usia Menopause pada Wanita Menopause. Purwokerto : Akademi kebidanan YLPP Purwokerto, Dinas Kesehatan Kota Pekalongan. Data Pralansia dan Lansia 2015
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2007. Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: salemba Medika
- Hutapea, Ronald. 2005 Sehat dan Ceria di Usia Senja. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nina, Siti Mulyani. 2013 Menopause. Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Oscar, Primadi. 2014. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementrian Kesehatan
- Puskesmas Kusuma Bangsa Kota Pekalongan. Data Pralania: 2015
- Prawirohardjo, sarwono. 2011. Ilmu Kandungan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Proverawati, Atikah. 2010. Menopause dan Sindrom Menopause Premenopause. Yogyakarta : Nuha Medika
- Proverawati, Atikah. 2009. Menarche menstruasi pertama penuh makna. Yogyakarta : Nuha Medika
- Rabe, Thomas. 2003. Ilmu Kandungan. Jakarta: Hipokrates
- Setiawan, Ari dan Saryono. 2011. Metode Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula. Yogyakarta : Mitra Cendekia Press
- Senolinggi, A. Mutiara. 2014. Hubungan antara usia menarche dengan usia Menopause pada wanita. Sulawesi utara: Universitas Sam Ratulangi Manado
- Siregar, Nz. 2015 Perbedaan *Psychological Well-being* pada Wanita Menopause. Universitas Sumatra Utara.
- Sugiono, 2014. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D. Yogyakarta; Nuha Medika
- Sukarni, K. Icesmi, dkk. 2013. Kehamilan Persalinan dan Nifas. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sulistyaningsih. 2011. Metodologi penelitian kebidanan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Tiyas, A. Merry. 2001. Hubungan antara usia saat timbulnya menarche dengan usia saat terjadinya menopause wanita. Surakarta: Universitas Muhammadiyah surakarta
- Widiastuti, Yani. 2009 Kesehatan reproduksi. Yogyakarta: Fitramaya