

DOI: [10.36568/gebindo.v12i1.114](https://doi.org/10.36568/gebindo.v12i1.114)

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERSIAPAN IBU MENGHADAPI MENOPAUSE

Seska Anita Nahuway

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; anitanahuway@gmail.com

Siti Mar'atus Sholikhah

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; SMSholikhah@gmail.com

Siti Alfiah

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; alfiahrudipurnomo@gmail.com

Ervi Husni

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; ervi.dh@gmail.com

ABSTRACT

Background. Menopause is a natural thing that occurs in women as they get older so that they experience a decrease in reproductive hormones followed by a decrease in ovarian function. A decrease in such hormones can result in physical and psychological symptoms. So preparation is needed for mothers in facing menopause. **Purpose.** The purpose of this study was to analyze the relationship between family knowledge and support with maternal preparation for menopause in Rumahkay Village, Amalatu District. **Method.** The type of research used is an analytical type of research with a cross-sectional approach. The population consisted of 143 people and samples taken with the Simple random sampling technique amounted to 105 people. The independent variable in this study is family knowledge and support, while the dependent variable is preparation for menopause. Data were collected using questionnaires and analyzed using a chi square statistic.

Result. From the results of the study, it was found that almost half of mothers in Rumahkay Village had a sufficient level of knowledge about menopause, while almost all mothers in rumahkay village received support from families in preparation for menopause. Almost all mothers in Rumahkay Village are ready to face menopause. The results of the analysis test found that there was a relationship between knowledge and maternal preparation for menopause and there was a relationship between family support and maternal preparation for menopause. **Conclusion.** The conclusion in this study is that there is a relationship between family knowledge and support with maternal preparation for menopause. **Suggestion.** It is hoped that the next investigator will be able to expand the research by adding other factors related to preparation for menopause so that the research results can be more accurate.

Keywords : Knowledge, Family Support, Menopause

ABSTRAK

Latar belakang. Menopause merupakan hal alami yang terjadi pada wanita seiring bertambahnya usia sehingga mengalami penurunan hormon reproduksi yang diikuti dengan penurunan fungsi ovarium. Penurunan hormon tersebut dapat mengakibatkan gejala fisik dan psikologis. Sehingga diperlukan persiapan bagi ibu dalam menghadapi menopause. **Tujuan.** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan keluarga dan dukungan dengan persiapan ibu untuk menopause di Desa Rumahkay, Kabupaten Amalatu. **Metodis.** Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian analitis dengan pendekatan cross sectional. Populasi terdiri dari 143 orang dan sampel yang diambil dengan teknik Simple random sampling berjumlah 105 orang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan dukungan keluarga, sedangkan variabel dependen adalah persiapan untuk menopause. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan statistik chi square.

Hasil. Dari hasil penelitian tersebut, ditemukan bahwa hampir separuh ibu di Desa Rumahkay memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang menopause, sementara hampir semua ibu di desa rumahkay mendapat dukungan dari keluarga dalam persiapan menopause. Hampir semua ibu di Desa Rumahkay siap menghadapi menopause. Hasil tes analisis menemukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan persiapan ibu untuk menopause dan ada hubungan antara dukungan keluarga dan persiapan ibu untuk menopause. **Kesimpulan.** Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa ada hubungan antara pengetahuan keluarga dan dukungan dengan persiapan ibu untuk menopause. **Saran.** Diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian dengan menambahkan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan persiapan menopause agar hasil penelitian dapat lebih akurat.

Kata Kunci : Pengetahuan, Dukungan Keluarga, Menopause

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kejadian *menopause* terhadap wanita merupakan hal alamiah yang terjadi pada wanita seiring dengan bertambahnya usia, dimana wanita mengalami penurunan hormon reproduksi yaitu estrogen dan progesteron yang diikuti dengan penurunan fungsi ovarium (Ulya, 2021). Penurunan hormon estrogen pada wanita *menopause* mengakibatkan gejala fisik dan psikologis. Masalah pada perubahan fisik dan emosional yang dialami ibu menjelang sering dianggap sebagai suatu stressor tersendiri bagi perempuan. Oleh karena itu, persiapan wanita dalam menghadapi *menopause* akan berdampak terhadap tingkah laku dan perasaan yang akan menurunkan kualitas hidupnya (Yuneta, 2021).

Prevalensi ketidaksiapan ibu *premenopause* dalam menghadapi *menopause* di Bangkalan sebesar 60% (Mardiyanti, 2021), di kota Juang Beureu sebesar 51,1% (Misrina, 2021) di Pekanbaru sebesar 63% (Sasrawita, 2017), di wilayah kerja Guguk Panjang sebesar 50,8% (Sari NW, 2020). Hasil pengambilan data awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 3 Maret 2022 di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku dengan wawancara terhadap 8 ibu *premenopause* diperoleh bahwa 37,5% ibu memiliki pengetahuan baik tentang persiapan *menopause* dan 62,5% ibu memiliki pengetahuan kurang tentang persiapan *menopause*. Sedangkan dukungan keluarga terhadap ibu didapatkan 75% ibu tidak memperoleh dukungan keluarga khususnya dari suaminya seperti suami tidak memberikan informasi, kurang empati dan perhatian serta kurangnya dukungan instrumental dalam mempersiapkan diri menghadapi *menopause*.

Upaya yang dapat dilakukan tenaga kesehatan khususnya bidan dalam mengatasi masalah *menopause* dengan memberikan penyuluhan kesehatan kepada ibu tentang *menopause* agar ibu memiliki pengetahuan cukup baik tentang *menopause* yang dapat membantu ibu *premenopause* menyiapkan dirinya menjalani masa *menopause*. Di samping itu bidan dapat memberikan edukasi kepada keluarga mengenai *menopause* supaya keluarga dapat memberikannya seperti menemani ibu konsultasi ke dokter, memberikan informasi tentang *menopause*, memberikan perasaan tenang bagi ibu, sehingga ibu dapat menyiapkan diri dalam menghadapi *menopause* dan keluhan yang dirasakan menjelang *menopause* dapat diatasi dengan baik. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka dilakukan penelitian dengan judul Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause* di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat Provinsi Maluku.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi terdiri dari 143 orang dan Sampel yang diambil dengan teknik Simple random sampling sejumlah 105 orang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan dukungan keluarga, sedangkan Variabel dependen adalah persiapan menghadapi *menopause*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *statistic chi square* dengan α 0,05.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu *Premenopause* Di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku.

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Usia	45 – 50 Tahun	76	72,4
	51 – 55 Tahun	29	27,6
	Jumlah	105	100,0
Tingkat Pendidikan	Pendidikan Dasar	87	82,9
	Pendidikan Menengah	2	1,9
	Pendidikan Tinggi	16	15,2
	Jumlah	105	100,0
Pekerjaan	ASN (Aparatur Sipil Negara)	18	17,1
	Non ASN (Aparatur Sipil Negara)	87	82,9

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
	Jumlah	105	100,0
Penghasilan Keluarga	Kurang dari UMR	87	82,9
	Sesuai UMR	3	2,9
	Lebih dari UMR	15	14,2
	Jumlah	105	100,0

Sumber : Data Primer Bulan Maret-April 2022

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar (72,4%) dari ibu *premenopause* di desa rumahkay berada pada rentang usia 45-50 tahun, Hampir seluruhnya (82,9%) dari responden berada pada tingkat pendidikan dasar, dan hampir seluruhnya (82,9%) Non ASN (Aparatur Sipil Negara), serta hampir seluruhnya (85,7%) Penghasilan kurang dari UMR.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu *Premenopause* Di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat,Provinsi Maluku

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
1	Baik	36	34,2
2	Cukup	47	44,8
3	Kurang	22	21,0
	Jumlah	105	100,0

Sumber : Data Primer Bulan Maret-April 2022

Dari tabel 2 Menunjukkan bahwa hampir setengah (44,8%) ibu *premenopause* di desa rumahkay memiliki tingkat pengetahuan yang cukup.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada ibu *premenopause* di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat,Provinsi Maluku

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
1	Mendukung	96	91,4
2	Tidak Mendukung	9	8,6
	Jumlah	105	100,0

Sumber : Data Primer Bulan Maret-April 2022

Berdasarkan tabel 3 Menunjukkan bahwa hampir seluruh (91,4%) ibu *premenopause* di desa rumahkay mendapat dukungan dari keluarga dalam persiapan menghadapi *menopause*.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Persiapan Ibu *Premenopause* di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku

No	Kesiapan	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
1	Siap	98	93,3
2	Tidak Siap	7	6,7
	Jumlah	105	100,0

Sumber :Data Primer Bulan Maret-April 2022

Dari tabel 4 Menunjukkan bahwa hampir seluruh (93,3%) ibu *premenopause* di desa rumahkay siap menghadapi *menopause*.

Tabel 5. Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan dengan Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause* di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku

Pengetahuan	Persiapan Menghadapi <i>Menopause</i>				Total	Persentase (%)	Hasil Uji <i>Fiser exact test</i>
	Tidak Siap	Persentase (%)	Siap	Persentase (%)			
Kurang	5	22,7	17	77,3	22	100,0	0,004
Baik	2	2,4	81	97,6	83	100,0	
Total	7		98		105		

Sumber : Data Primer Bulan Maret-April 2022

Berdasarkan tabel 5 Menunjukkan bahwa ibu dengan persiapan menghadapi *menopause* didapatkan lebih banyak pada ibu dengan pengetahuan Baik (97,6%) dibandingkan ibu dengan pengetahuan kurang (77,3%). Hasil uji *Fisher Exact test* didapatkan nilai $p = 0,004 (< \alpha 0,05)$, Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan persiapan ibu menghadapi *menopause* di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku.

Tabel 6. Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Keluarga dengan Persiapan Ibu Menghadapi *menopause* di Desa Rumahkay Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku.

Dukungan Keluarga	Persiapan Menghadapi <i>Menopause</i>				Total	Persentase (%)	Hasil Uji <i>fisher Exact Test</i>
	Tidak Siap	Persentase (%)	Siap	Persentase (%)			
Mendukung	4	4,2	92	95,8	96	100,0	0,013
Tidak Mendukung	3	33,3	6	66,7	9	100,0	
Total	7		98		105		

Sumber : Data Primer Bulan Maret-April 2022

Berdasarkan tabel 6. Menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (95,8%) ibu *premenopause* mendapatkan dukungan dari keluarga sedangkan sebagian besar (66,7%) dari ibu tidak mendapat dukungan keluarga. hasil uji *Fisher Exact test* didapatkan nilai $p = 0,013 < 0,05$, Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan persiapan ibu menghadapi *menopause* di Desa Rumahkay, Kecamatan Amalatu Kabupaten Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Tentang Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah ibu *premenopause* (44,8%) di Desa Rumahkay memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang *menopause*. Pengetahuan (knowledge) adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki sehingga menghasilkan sebuah pengetahuan. Pengetahuan adalah keseluruhan pemikiran, gagasan, ide, konsep dan pemahaman yang dimiliki manusia tentang dunia dan segala isinya termasuk kehidupan (Notoatmodjo, 2015). Pengetahuan merupakan domain penting untuk terbentuknya suatu tindakan seseorang. Pengetahuan dapat diperoleh secara alamiah maupun secara terencana yaitu melalui proses pendidikan (Ariani, 2019).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup mengenai *menopause*. Hal ini kemungkinan dapat dilatarbelakangi oleh tingkat pendidikan responden yang hampir seluruhnya memiliki tingkat pendidikan dasar. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang dengan tingkat

pendidikan yang rendah cenderung memiliki pengetahuan yang kurang. Wanita *premenopause* yang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *menopause* biasanya akan lebih cemas terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada masa *menopause*.

2. Dukungan Keluarga Tentang Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause*.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikumpulkan, diketahui bahwa dukungan keluarga tentang persiapan ibu menghadapi *menopause*, dari 105 orang responden hampir seluruh (91,4%) mendapatkan dukungan yang baik yaitu sebanyak 96 orang.

Menurut Muhith (2016), dukungan keluarga memegang peranan untuk mendorong anggota keluarga mengkomunikasikan secara bebas mengenai kesulitan pribadi mereka. Ketika keluarga berbagi masalahnya dengan sistem dukungan sosial ini, hal ini memberikan saran dan bimbingan tersendiri dalam memelihara nilai dan tradisi keluarga.

Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh ibu *premenopause* mendapat dukungan dari keluarga dalam persiapan menghadapi *menopause*. hal ini kemungkinan dapat dilatarbelakangi oleh faktor pekerjaan ibu. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa seluruh ibu *premenopause* dalam penelitian ini bekerja. Seorang wanita yang turut bekerja atau membantu perekonomian keluarga kemungkinan memiliki kerja sama yang baik dengan keluarga khususnya suami.

3. Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikumpulkan, dari 105 orang responden penelitian hampir seluruh (93,3%) menyatakan siap menghadapi *menopause*, Hal ini dapat dimaknai bahwa hampir seluruh responden menyatakan telah siap menghadapi masa *menopause*.

Persiapan menghadapi *menopause* diartikan sebagai suatu keadaan wanita untuk mempersiapkan dirinya dalam menghadapi *menopause*, baik secara fisik maupun mental atau psikologisnya (Wahyu, 2018). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi persiapan menghadapi *menopause* antara lain yaitu: pengetahuan, pendidikan, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan, riwayat kesehatan, dan umur.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar ibu *premenopause* dalam penelitian ini menyatakan siap menghadapi *menopause*. Kesiapan ibu dalam menghadapi *menopause* ini kemungkinan dilatarbelakangi oleh faktor umur, pendidikan dan sosial ekonomi ibu. Seorang wanita *premenopause* yang memiliki pendidikan yang tinggi cenderung memiliki kesiapan yang baik dalam menghadapi *menopause*.

4. Hubungan Pengetahuan dengan Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause*

Hasil penelitian diketahui ibu dengan persiapan menghadapi *menopause* didapatkan lebih banyak pada ibu dengan pengetahuan Baik (97,6%) dibandingkan ibu dengan pengetahuan kurang (77,3%). Hasil uji Fisher Exact test didapatkan nilai $p = 0,004 < 0,05$, Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan persiapan ibu menghadapi *menopause* di Desa Rumahkay.

Tingkat pengetahuan yang baik ini tentu menjadi salah satu kondisi yang sangat baik bagi para responden, karena pengetahuan yang baik merupakan modal yang sangat penting bagi ibu untuk menghadapi masa *menopause*. Menurut Notoatmodjo (2015), Pengetahuan yang cukup tentang *menopause* dapat membantu perempuan menyiapkan dirinya menjalani masa *menopause*, melalui pengetahuan ini merupakan salah satu peran dalam mempengaruhi keputusan seorang perempuan untuk berperilaku sehat nantinya.

Tingkat kesiapan seorang ibu dalam menghadapi masa *menopause* dipengaruhi oleh pengetahuan tentang *menopause* diantaranya seperti: *menopause* merupakan tahapan alamiah dalam kehidupan seorang wanita yang tidak dapat dihindari, kapan pada umumnya seorang wanita akan menghadapi *menopause*, keluhan atau perubahan-perubahan apa yang akan muncul pada masa *menopause* dan bagaimana cara yang dapat ibu lakukan untuk mengurangi gejala *menopause*.

5. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Persiapan Ibu Menghadapi *Menopause*.

Hasil penelitian diketahui hampir seluruhnya (95,8%) ibu *premenopause* mendapatkan dukungan dari keluarga sedangkan sebagian besar (66,7%) dari ibu tidak mendapat dukungan keluarga.

Dukungan keluarga memegang peranan untuk mendorong anggota keluarga mengkomunikasikan secara bebas mengenai kesulitan pribadi mereka. Ketika keluarga berbagi masalahnya dengan sistem dukungan sosial ini, hal ini memberikan saran dan bimbingan tersendiri dalam memelihara nilai dan tradisi keluarga (Muhith, 2016).

Berdasarkan analisis dari hasil kuesioner yang telah peneliti lakukan, diketahui bahwa tingkat kesiapan seorang ibu *premenopause* dalam menghadapi masa *menopause* dipengaruhi oleh bentuk dukungan dari keluarganya diantaranya yaitu: Keluarga menunjukkan kesabaran menghadapi perubahan sikap, Keluarga mau mendengarkan dan memahami keluhan, Keluarga mau membantu kesulitan dalam menghadapi *menopause*.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Pengetahuan ibu tentang persiapan menghadapi *Menopause* pada hampir setengah ibu *premenopause* di Desa Rumahkay yaitu pengetahuan yang cukup.
2. Dukungan keluarga dalam menghadapi *menopause* kepada hampir seluruh ibu *premenopause* di Desa Rumahkay yaitu mendukung ibu dalam menghadapi *menopause*.
3. Persiapan ibu dalam menghadapi *menopause* pada hampir seluruh ibu *premenopause* di Desa Rumahkay yaitu siap dalam menghadapi *menopause*.
4. Pengetahuan ibu berhubungan dengan persiapan ibu dalam menghadapi *menopause* di Desa Rumahkay
5. Dukungan keluarga berhubungan dengan persiapan ibu menghadapi *menopause* di Desa Rumahkay.

Saran

1. Bagi Responden
Diharapkan ibu *premenopause* dapat aktif mencari informasi mengenai persiapan dalam menghadapi *menopause* sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause* dan ibu dapat menjalani masa *menopause* dengan baik.
2. Bagi Tenaga Kesehatan.
Diharapkan agar senantiasa memberikan pelayanan terbaik khususnya bagi para ibu *premenopause* seperti dengan memberikan pendampingan dan sosialisasi tentang *menopause* sehingga dapat membantu meningkatkan kesiapan para ibu *premenopause* dalam menghadapi masa *menopause*-nya.
3. Bagi Peneliti selanjutnya
Diharapkan Bagi Peneliti khususnya yang melakukan penelitian dengan tema yang sama yaitu hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi *menopause* pada ibu *premenopause* agar lebih memperkaya dan memperluas ruang lingkup maupun batasan penelitiannya, seperti dengan melakukan penelitian terhadap faktor-faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini sehingga dapat memberikan sumbangsih yang lebih luas terhadap ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang disiplin ilmu kebidanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani M. 2019. Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Perokok Terhadap Kebersihan Gigi Dan Mulut Di Dusun Iii Desa Kuta Baru Kecamatan Tebing Tinggi Kab. Serdang Bedagai. Karya Tulis Ilmiah, Medan : Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
- Asifah M, Daryanti MS. 2021. Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi *Menopause* Di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman. Jurnal Kesehatan Masyarakat. STIKES Cendekia Utama Kudus. Vol. 8, No. 2, Februari 2021.
- Asriati CR, Wijaya M, Nirmala SA, Gondodiputro, S, Rahmiati L. 2019. Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Fisik dan Psikis Memasuki Masa *Menopause*. Jurnal Kesehatan Vokasional, Vol. 4 No. 2 (Mei 2019)

- Dinas Kesehatan Provinsi Maluku. 2020. Profil Kesehatan Provinsi Maluku tahun 2020. Maluku : Dinkes Promal
- Firmansyah RS, Lukman M, Mambang Sari CW. 2017. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dukungan Keluarga dalam Pencegahan Primer Hipertensi. JKP. Volume 5 Nomor 2 Agustus 2017.
- Hekhmawati, S. 2016. Gambaran perubahan fisik dan psikologis pada wanita menopause di Posyandu Desa Pabelan. Naskah Publikasi. [Http://Eprints.Ums.Ac.Id/46220/24](http://Eprints.Ums.Ac.Id/46220/24). Diakses tanggal 10 Pebruari 2022.
- Indah, RA. 2018. Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Dalam Menghadapi Menopause di Dusun Krandon Malangan Sumberagung Moyudan Sleman Yogyakarta. Naskah Publikasi. Yogyakarta : Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Maki, Mery dan Yauri 2016. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesiapan Wanita Menghadapi Menopause di Desa Sumarayar Kecamatan Langowan Timur. Skripsi. Manado : Universitas Katholik De La Salle
- Misgiyanto & Susilawati, D. 2016. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Misrina, Rizka Nuzula. 2021. Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause Di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* Vol. 7 No. 1 April 2021
- Mubarak, Wahit Iqbal. 2012. Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
- Mudarmawati. 2020. Hubungan Pengetahuan Wanita Premenopause Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Di Desa Wihni Bakong Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2020. Skripsi. Medan :STIKes Mitra Husada)
- Muhib A, Siyoto S. 2016. Pendidikan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : Penerbit Andi;
- Sulistiyowati I, Susilawati D, 2021. Hubungan Sindrom *Menopause* Dengan Kualitas Hidup Wanita *Menopause* Di Kelurahan Genuk Kabupaten Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, Vol 4 No 2, November 2021
- Ulya N, Andanawarih P. 2021. Kesiapan Wanita Usia 45-55 Tahun dalam Menghadapi Perubahan Masa *Menopause*. *Jurnal Kebidanan*. DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan, Indonesia.
- Wardani, D. A., Sumiati, & Waisong, Y. (2019). Hubungan Dukungan Suami dengan Kualitas Hidup Perempuan *Menopause*. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*
- Wulan ,Mayang. 2020. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Menghadapi *Menopause* Pada Ibu *Pramenopause*. *Jurnal Kebidanan* Vol. 9 No . 2 Oktober 2020
- Yuneta AEN, Hardiningsih. Yunita FA, Sulaeman ES. 2020. Penyuluhan Persiapan Menghadapi *Menopause*. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, Vol.8(2) 2020.

