

HUBUNGAN PELAYANAN POSYANDU LANSIA DAN INFORMASI DENGAN KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI PERUBAHAN FISIOLOGIS PADA MASA MENOPAUSE DI GAMPONG PINEUNG KECAMATAN SYIAH KUALA BANDA ACEH

The Relationship between Elderly Posyandu Services and Information with Mothers' Anxiety in Facing Physiological Changes during Menopause in Gampong Pineung, Syiah Kuala District, Banda Aceh

Raudhatun Nuzul ZA^{1*}, Ulfa Farrah Lisa², Alfitri Wahyuni³, Rizky Swastika Renjani⁴, Ratna Willis⁵, Mira Andryani⁶

^{1*}Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

²Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Andalas

^{3,4,5} Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

⁴Program Studi DIV Terapi Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

*Corresponding Author: Raudhatun@uui.ac.id

Abstrak

Latar Belakang : Kecemasan pada wanita yang mengalami menopause 50% banyak wanita yang mengeluh bahwa datangnya menopause mereka akan jadi pencemas pengetahuan posyandu lansia informasi yang baik dapat menurunkan rasa kecemasan ibu menopause dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada masa menopause. Dari data kecamatan Syiah Kuala jumlah wanita menopause sebanyak 1.413 jiwa di Gampong Pineung jumlah ibu menopause sebanyak 316 jiwa dan yang aktif posyandu lansia adalah 63 jiwa. **Tujuan Penelitian :** Untuk mengetahui Hubungan Pelayanan Posyandu Lansia dan Informasi dengan Kecemasan Ibu dalam Menghadapi perubahan fisiologis pada masa menopause di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian bersifat analitik dengan pendekatan *crossectional* yang dilakukan Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. Dengan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 63 orang dengan tehnik Total Sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan uji Statistik Menggunakan *Chi-Square*. **Hasil penelitian :** Berdasarkan hasil uji statistic dari 36 responden yang pelayanan posyandu yang baik mayoritas kecemasan ringan 25 responden (69,4%), dengan nilai *p-value* = 0,013 sedangkan dengan informasi baik mayoritas kecemasan ringan sebanyak 21 responden (67,7%) dengan *p-value* = 0,024. **Kesimpulan :** ada hubungan antara pelayanan posyandu dan informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada menopause untuk itu diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan untuk meningkatkan kualitas dalam pelayanan kesehatan di tempat dengan cara diselenggaranya penyuluhan-penyuluhan kesehatan.

Kata kunci: Posyandu Services, Information, Elderly

Abstract

Background: Anxiety in women experiencing menopause 50% of women complain that the arrival of their menopause will be an anxiety of elderly posyandu. Knowledge of good information can reduce anxiety in menopausal mothers in facing changes that occur during menopause. From the data of Syiah Kuala sub-district, the number of menopausal women is 1,413 people in Gampong Pineung, the number of menopausal mothers is 316 people, and those who are active in elderly posyandu are 63. **Research Objective:** To determine the Relationship between Elderly Posyandu Services and Information with Mothers' Anxiety in Facing physiological changes during menopause in Gampong Pineung, Syiah Kuala Sub-district, Banda Aceh. **Research Method:** The type of research is analytical with a cross-sectional approach carried out by Gampong Pineung, Syiah Kuala Sub-district, Banda Aceh. With the number of samples in this study as many as 42 people, with the Total Sampling technique. Data collection was done using questionnaires and statistical tests using the Chi-Square. **Research results:**

Based on the results of statistical tests from 36 respondents who received good posyandu services, the majority had mild anxiety, 25 respondents (69.4%), with a p-value = 0.013, while with good information, the majority had mild anxiety, 21 respondents (67.7%) with a p-value = 0.024. Conclusion: There is a relationship between posyandu services and information with maternal anxiety in facing physiological changes in menopause, so it is hoped that it can provide information and input to improve the quality of health services in the place by holding health counseling.

Keywords: NAPZA, Attitudes, Knowledge

PENDAHULUAN

Seiring dengan peningkatan usia, banyak terjadi proses perkembangan dan pertumbuhan pada wanita. Namun pada suatu saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan terhenti pada suatu tahap, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan pada fungsi tubuh wanita baik secara fisik maupun psikologis yakni proses menua. Perubahan pada wanita karena proses menuanya disebut menopause (Proverawati, 2010) (Nuzul, 2023).

Menopause adalah penghentian fisiologis permanen fungsi utama ovarium dikarenakan usia lanjut. Usia menopause di Indonesia ± 49 tahun, tetapi biasanya sejak wanita diatas 40 tahun menstruasi sudah tidak teratur, siklus sering kali terjadi tanpa pengeluaran sel telur, hal ini berarti kemungkinan untuk hamil kecil, namun bila terjadi kehamilan pada usia ini kemungkinan besar memperoleh anak yang cacat/dengan kualitas yang kurang baik. Masa 4-5 tahun sebelum menopause disebut klimakterium, dimana wanita mulai merasakan perubahan yang gejala timbulnya tidak sama, bergantung pada faktor budaya, tingkat pendidikan, lingkungan, dan genetika(Kumalasari, 2013)

Menopause adalah penghentian fisiologis permanen fungsi utama ovarium dikarenakan usia lanjut. Usia menopause di Indonesia ± 49 tahun, tetapi biasanya sejak wanita diatas 40 tahun menstruasi sudah tidak teratur, siklus sering kali terjadi tanpa pengeluaran sel telur, hal ini berarti kemungkinan untuk hamil kecil, namun bila terjadi kehamilan pada usia ini, kemungkinan besar memperoleh anak yang cacat/dengan kualitas yang kurang baik. Masa 4-5 tahun sebelum menopause disebut klimakterium, dimana wanita mulai merasakan perubahan yang gejala timbulnya tidak sama, bergantung pada faktor budaya, tingkat pendidikan, lingkungan, dan genetika(Kumalasari, 2013)

Banyak wanita yang mengeluh bahwa dengan datangnya menopause mereka akan menjadi pencemas. Kecemasan yang muncul pada wanita menopause sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan. Wanita seperti ini sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dan fluktuasi hormon. Umumnya wanita menjadi cemas dengan berakhirnya era reproduksi yang berarti berhentinya nafsu seksual dan fisik (Rostiana, 2012) Meningkatnya Usia Harapan Hidup (UHH) pada wanita menurut WHO (2000), di dunia meningkat dari 65 tahun pada tahun 1999, menjadi 73 tahun pada tahun 2010; di Indonesia UHH dari 52,7 tahun pada tahun 1999 menjadi 71,74 tahun pada tahun 2010 (Rismala, 2010)

Ditinjau dari jumlah penduduk yang ada di Indonesia pada tahun 2000 mencapai 203,46 juta orang dengan 101,81 juta penduduk wanita, sekitar 25% atau sekitar 15,5 juta orang dari penduduk wanita Indonesia akan mencapai usia menopause, jumlah meningkat menjadi 11% pada tahun 2005. Pada tahun 2008 sekitar 25.32 juta wanita memasuki usia menopause. Pada tahun 2015 diperkirakan jumlah tersebut akan bertambah sebesar 14%. Tahun 2020 diperkirakan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause adalah 30,3 juta orang (Baziad, 2010).

Sindrom menopause dialami oleh banyak wanita hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Dari beberapa data tampak bahwa salah satu faktor dari perbedaan jumlah tersebut adalah karena pola makannya. Wanita Eropa dan Amerika mempunyai estrogen yang lebih banyak dari pada Asia. Ketika terjadi menopause, wanita Eropa dan Amerika estrogennya menurun drastis dibanding wanita Asia yang kadar estrogennya moderat. Penurunan kadar estrogen tersebut sering menimbulkan gejala yang sangat mengganggu aktivitas kehidupan para wanita (Proverawati, 2010).

Masalah sindroma kecemasan pada wanita yang akan mengalami menopause mencapai 50%. Kecemasan merupakan faktor fisiologis pada wanita menopause yang paling sering terjadi, terutama

kecemasan yang menyertai perubahan-perubahan kondisi fisiknya. Perubahan seringkali memengaruhi keadaan psikis seorang wanita (Dewi, 2012).

Di Provinsi Banda Aceh jumlah ibu menopause sebanyak 468.518 jiwa. Di kota Banda Aceh jumlah ibu yang menopause sebanyak 17. 446 jiwa (Dinkes Provinsi Aceh, 2012). Di kecamatan Syiah Kuala jumlah wanita menopause sebanyak 1.413 jiwa. Di gampong pineung, jumlah ibu menopause adalah 316 jiwa, yang aktif di posyandu lansia adalah 62 jiwa. Berdasarkan survei awal di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016 dilakukan wawancara terhadap 4 orang ibu menopause Gampong Pineung hanya 1 orang yang merasa tidak cemas dengan perubahan fisiologis pada masa menopause dan 3 orang yang merasa cemas dengan perubahan fisiologis pada masa menopause. Hasil tersebut tidak dapat dijadikan bukti secara keseluruhan tentang hubungan pengetahuan, pelayanan posyandu lansia dan informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa menopause di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh 2016.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian survey dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan di gampong Pineung syiah Kuala banda Aceh tanggal 23 – 25 Juli 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu menopause yang pernah berkunjung ke posyandu Lansia di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh dengan jumlah 63 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu keseluruhan total populasi yang dijadikan sebagai sampel yang berjumlah 63 responden. Analisis data dilakukan meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan *Uji Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

a. Analisa Univariat

Penelitian dan pengumpulan data dilakukan di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh mulai tanggal 23 s/d 25 Juli 2016 dengan menggunakan alat ukur berbentuk kuesioner. Adapun hasil penelitian yang didapat adalah sebagai berikut :

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Kecemasan, Pengetahuan, Pelayanan Posyandu Lansia, Informasi,
dalam Menghadapi Perubahan Fisiologis Pada Masa Menopause
di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Variable Penelitian	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kecemasan		
	a. Ringan	32	50,8
	b. Sedang	19	30,2
	c. Berat	12	19
	Total	63	100
2	Pelayanan Posyandu Lansia		
	a. Baik	36	57,1
	b. Kurang baik	27	42,9
	Total	63	100
3	Informasi		
	a. Baik	31	49,2
	b. Kurang baik	32	50,8
	Total	63	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 63 responden yang diteliti, sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 32 responden (50,8%), sebagian besar menerima

pelayanan poyandu lansia yang baik sebanyak 36 responden (57,1%), dan sebagian besar responden mendapat informasi kurang baik sebanyak 32 responden (50,8%).

b. Analisa Bivariat

Tabel 2
Hubungan Pelayanan Posyandu dengan Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Perubahan Fisiologis Pada Masa *Menopause* Di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Pelayanan Posyandu Lansia	Kecemasan						Jumlah		P Value
		Ringan		Sedang		Berat		N		
		f	%	f	%	f	%			
1	Baik	25	69,4	7	19,4	4	11,1	36	100	0,003
2	Kurang Baik	7	25,9	12	44,4	8	29,6	27	100	
Total		32		19		12		63		

Berdasarkan tabel 2 dapat menunjukkan bahwa dari 36 responden yang pelayanan posyandu lansia baik mayoritas mengalami kecemasan ringan sebanyak 25 responden (69,4%), dan dari 27 responden yang pelayanan posyandu lansia kurang baik mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 responden (25,9%).

Setelah dilakukan uji statistik maka diperoleh nilai p-value=0,003, yang menunjukkan adanya hubungan antara pelayanan posyandu dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause* di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016.

Tabel 3
Hubungan Informasi Dengan Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Perubahan Fisiologis Pada Masa *Menopause* Di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Informasi	Kecemasan						Jumlah		P Value
		Ringan		Sedang		Berat		N		
		f	%	f	%	f	%			
1	Baik	21	67,7	7	22,6	3	9,7	31	100	0,024
2	Kurang Baik	11	34,4	12	37,5	9	28,1	32	100	
Total		32		19		12		63		

Berdasarkan Tabel 3 di atas menunjukan bahwa bahwa dari 31 responden yang mendapat informasi baik mayoritas mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 21 responden (67,7%), dibandingkan dari 32 responden yang mendapat informasi kurang baik mengalami kecemasan ringan sebanyak 11 responden (34,4%).

Setelah dilakukan uji statistik maka diperoleh nilai p-value=0,024, yang menunjukkan adanya hubungan antara informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause* di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016.

Pembahasan

Hubungan Pelayanan Posyandu Lansia Dengan Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Perubahan Fisiologis Pada Masa *Menopause*

Berdasarkan tabel 2 dapat menunjukkan bahwa dari 36 responden yang pelayanan posyandu lansia baik mayoritas kecemasan ringan sebanyak 25 responden (69,4%), dan dari 27 responden yang pelayanan posyandu lansia kurang baik kecemasan ringan sebanyak 7 responden (25,9%). Setelah

dilakukan uji statistik maka diperoleh nilai $p\text{-value}=0,003$, yang menunjukkan adanya hubungan antara pelayanan posyandu dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause* di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016.

Hal ini sejalan dengan penelitian Andita Febriani, 2024 yang menyatakan bahwa responden yang mengunjungi posyandu secara aktif (53%) dan memiliki kualitas hidup sebanyak (72,7%) dengan nilai $p\text{-value}$ 0,000 yang berarti sangat signifikan hubungan antara kunjungan posyandu lansia terhadap kualitas hidup wanita *menopause*. (Febriana et al. 2024)

Menurut Sesryanti (2020, dalam Anggraini, 2023) keaktifan lansia datang ke Posyandu Lansia adalah suatu frekuensi keterlibatan dan keikutsertaan dalam mengikuti kegiatan posyandu secara rutin setiap bulan dan merupakan salah satu bentuk perilaku kesehatan lansia dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan dirinya secara optimal.

Hal tersebut mendukung dengan hasil dari tempat penelitian yang menyatakan bahwa banyak dari ibu-ibu lansia yang mengalami kecemasan ringan saat mendapatkan pelayanan posyandu dengan begitu hasil ini mempengaruhi hubungan antara pelayanan posyandu dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause*, sangat mempengaruhi dalam menghadapi perubahan masa *menopause* yang disebabkan dengan adanya pelayanan posyandu yang baik maka akan meningkatkan kualitas hidup seseorang yang akan menjelang masa *menopause* yang dialaminya baik dari segi perubahan pada fisik dan psikologis seorang lansia sehingga ibu-ibu yang akan menjelang masa *menopause* siap dalam menghadapi perubahan yang terjadi.

Hubungan Informasi Dengan Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Perubahan Fisiologis Pada Masa Menopause

Berdasarkan tabel 3 dapat menunjukkan bahwa dari 31 responden yang mendapat informasi baik mayoritas kecemasan ringan yaitu sebanyak 21 responden (67,7%), dibandingkan dari 32 responden yang mendapat informasi kurang baik kecemasan ringan sebanyak 11 responden (34,4%). Setelah dilakukan uji statistik maka diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,024$, yang menunjukkan adanya hubungan antara informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause* di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016.

Menurut penelitian Emmi (2011) dengan hasil penelitian mengungkapkan adanya hubungan antara informasi dengan penerimaan perubahan fisiologis pada ibu pramenopause. Informasi sangat erat kaitannya dengan seseorang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas.

Informasi tentang *menopause* bisa didapatkan dari manapun seperti cerita yang banyak beredar dikalangan para ibu yang sudah mengalami *menopause* disertai dengan semakin canggihnya teknologi informasi yang membantu pemahaman tentang *menopause* dan memahami proses-proses serta dampak yang akan dialami ketika *menopause* sehingga kecemasan ibu menghadapi dan menjalani masa *menopause* akan semakin berkurang (Inri, 2010).

Menurut asumsi peneliti terdapat hubungan antara informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause*, informasi sangat mempengaruhi dengan kecemasan dengan informasi semakin banyak mendapat informasi maka seseorang akan lebih tahu khususnya dalam perubahan yang terjadi dalam masa *menopause*, sehingga rasa cemas dapat berkurang. informasi tentang perubahan-perubahan masa *menopause* didapat dari media cetak dan media elektronik. Semakin banyak ibu *menopause* yang mendapatkan informasi tentang *menopause* maka semakin tidak cemas ibu dalam menghadapi perubahan pada masa *menopausenya*.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini didapat bahwa :

1. Ada hubungan pengetahuan dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause* di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016, dengan nilai $p\text{-value}=0,014$
2. Ada hubungan pelayanan posyandu dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa *menopause* di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016, dengan nilai $p\text{-value}=0,013$

3. Ada hubungan informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa menopause di Gampong Pineung Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2016, dengan nilai $p\text{-value}=0,024$

SARAN

Disarankan agar memperluas wawasan tentang perubahan fisiologis pada masa *menopause* dan dapat menambah pengetahuan dalam melaksanakan penelitian serta mendapatkan informasi tentang hubungan pengetahuan, pelayanan posyandu lansia dan informasi dengan kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan fisiologis pada masa menopause.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, A.P. 2014. Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Febriana, Andita, Marni Marni, Dwi Lestari, and Mukti Palupi. 2024. "Hubungan Kunjungan Posyandu Lansia Terhadap Kualitas Hidup Wanita Menopause The Relationship Of Posyandu Visits To The Quality Of Life Of Menopause Women In Ponowaren Village Increasing Age Causes Physical and Psychological Function to Decline , . Quantitative Research Method, Sukoharjo." 21(2): 139–45.
- Nuzul, Raudhatun ZA, and 2023. 9 Journal of Healthcare Technology and Medicine *ANALISIS FAKTOR KEJADIAN CARPAL TUNNEL SYNDROME PADA MASA KEHAMILAN DI RUMAH SEHAT INE PRAKTIK BIDAN KECAMATAN LUT TAWAR KABUPATEN ACEH TENGAH* Factor Analysis of the Event Carpal Tunnel Syndrome during Pregnancy in Private Practice Midwife Health House Lu.
- Bandiyah, S. Dan Lukaningsih, L.Z. 2011. Psikologi Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Dinas Kesehatan provinsi Aceh, 2012. Profil Kesehatan Provinsi Aceh.[internet]. Tersedia Dalam: http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/Profil/profil_kes_2012/01_profil_kes_prov.Aceh.2012.pdf (Diakses 6 Februari 2016)
- Emmi, M. 2015. Hubungan pengetahuan Dan Informasi Dengan Penerimaan Perubahan fisiologis Pada ibu Premenopause di Desa Paya Reuhat Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireun. [internet]. Tersedia dalam: <http://jurnalinformasi.siakat.umuslim.ac.id/jurnal/index.php/JKA/article/view/271> (Diakses 23 Februari 2016)
- Kumalasari, I dan Andhyantoro, I. 2013. Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiran, E. 2013. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
- Lubis, L.N. 2013. Psikologi Kespro Wanita & Perkembangan Reproduksi. Jakarta : Kencana
- Murniati dan Sumini, 2012. Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Klimakterium Di Puskesmas Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Mandiun. [internet]. Tersedia dalam: http://akbidharapanmulya.ac.id/atm/conten/editor/sample/jurnal/file_jurnal/t.16.pdf (Diakses 6 Maret 2016)
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. 2010. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Pratiwi, R. P. 2010. Pengertian kecemasan. [internet]. Tersedia dalam: <http://psikologi.or.id/2015/pengertian/.kecemasan.axienty.pdf> (Diakses 16 Februari 2016)
- 65
- Proverawati, A dan Sulistyawati, S. 2010. Menopause Dan Sindrome Premenopause. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pudiastuti, D. R. 2011. Penyakit Pemicu Stroke Dilengkapi dengan Posyandu Lansia Dan Posbindu PTM. Yogyakarta: Nuha Medika
- Riadi, M. 2012. Teori Kecemasan. Tersedia dalam: http://www.kajianpustaka.com/2012/10/teori_kecemasan.html (Diakses 25 Februari 2016)
- Rismalinda, Pusmaika, R. Sibagariang, E.E. 2010. Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: Trans Info Medika
- Rostiana, T., Taganing, N dan Kurniati. 2009. Kecemasan Pada wanita Yang Menghadapi Menopause. [internet]. Tersedia dalam:

- <http://ejournal.gunadarma.ac.id/file/journal/7/articles/260/submission/original/260-777-1-sm.pdf> (Diakses 18 Februari 2016)
- Susanti, H.I. S.D.W dan Yudhono, T.D.2012.Hubungan Keaktifan Lansia Dalam Kegiatan Posyandu Lansia Dengan tingkat Kesehatan Lansia Di Desa Leduk Kecamatan Kembaran Kab. Banyumas. [internet].Tersedia dalam: http://setianingsih,IH,S.DT_Yudhoyono_viva_medika.2012.jurnal.sbh.ac.id (Diakses 16 Februari 2016)
- Syafrudin, Masyitoh, S. Dan Rosyanawati, T. 2011 Manajemen Mutu Pelayanan Kesehatan Untuk Bidan. Jakarta: CV. Trans Info Medika
- Yahya, N. 2010. Kesehatan Reproduksi Pranikah Panduan Hidup sehat Masa Pranikah. Jakarta: Tiga Kelana
- Zasri, Y.Y. 2010. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Kecemasan Menghadapi Menopause Pada Ibu Usia 45-50 Tahun Di Kemukiman Bebesen Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah. [internet]. Tersedia dalam:<http://www.ejournal.uui.ac.id/jurnal/yantika-yusmika-zasri.pdf> (Diakses 5 Maret 2016)