

Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Menopause Syndrome Pada Istri Di Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang

The Influence Of Husband's Support Towards The Case Of Menopause Syndrome Of Women In Sendangmulyo Village Tembalang Subdistrict Semarang City

Anisa Nur Jannah^{*)}, Tinuk Istiarti^{**)}, Anung Sugihantono^{***)}

^{*)} Mahasiswa Bagian Peminatan Administrasi dan Kebijakan Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro

^{**)} Staf Pengajar Bagian Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro

^{***)} Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah

ABSTRACT

Background : The condition of life expectancy (UHH) of Indonesian people is 71 years old on the average, and WHO (World Health Organization) estimates that life expectancy of Indonesian people is 75 years old in 2025. As the result, there is an enhancement of elderly population so that many emerging health problems of elderly population rise simultaneously. Menopause syndrome is one kind of old women's issue that needs to be prevented. Husband's support is one of some factors in the case of menopause syndrome suppression towards women. This research was carried out to find out the influence of husband's support towards the case of menopause syndrome of women.

Method: This study used descriptive analitic method and cross-sectional approach with the sample of 88 respondents of men with 45-54-year old menopausal wife selected by simple random sampling technique. The results obtained in this research were analyzed using univariate and bivariate analysis with a simple linear regression test (level of significance 0.05).

Result: The result of simple linier regression test with independent variables showed two variables that influenced the case of menopause syndrome of women were respondents' knowledge about menopause ($p \leq 0.05$, $p = 0.0001$) and respondents' attitude ($p \leq 0.05$, $p = 0.017$). Meanwhile, variables that didn't affect the menopause syndrome case of women were the availability of information regarded to menopause ($p > 0.05$, $p = 0.934$) and the external support of the menopause ($p > 0.05$, $p = 0.885$).

Conclusions: There are the influence of the respondents' knowledge about menopause and respondents' attitude with the case of menopause syndrome suppression towards wife.

Keywords: husband's support, menopause syndrome

PENDAHULUAN

Menopause merupakan suatu kondisi di mana menstruasi berhenti secara permanen. Pada kondisi ini terjadi penurunan sekresi estrogen oleh folikel ovarium sehingga menimbulkan respon peningkatan sekresi gonadotropin dari hipofise, yaitu FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*). Folikel yang tersisa tidak lagi sensitif terhadap peningkatan FSH dan LH ini sehingga kadar estradiol tetap rendah. Hal ini mengakibatkan menstruasi terhenti.

Perubahan pada saat *menopause* dapat berupa penurunan produksi hormon seks wanita yaitu estrogen dan progesterone dari indung telur. Keluhan *menopause* sangat bervariasi pada wanita. Keluhan ini berupa insomnia, *hot flushes*, keluar keringat di malam hari, pusing, sakit kepala terus-menerus, rasa nyeri di persendian, rasa tertekan tanpa sebab, rasa sakit saat berhubungan intim, vagina yang kering, dan banyak lagi. Perubahan yang lebih nyata adalah penyusutan fungsi sistem reproduksi, berkurangnya kekuatan otot, payudara tidak kencang lagi, osteoporosis, dan meningkatnya risiko penyakit jantung. Adapun perubahan lain berupa gangguan psikologis, yaitu berupa khawatir, takut, berpikir berulang-ulang, kewaspadaan yang berlebih, cemas, dan depresi.¹

Menurut Proverawati (2010; h.7) sindrom pramenopause dialami oleh hampir seluruh wanita di dunia. Se- tiap tahun sekitar 25 juta wanita di dunia mengalami menopause.² Jumlah penduduk Indonesia berdasarkan sensus penduduk tahun 2008 jumlah wanita yang berusia 40-49 tahun sebanyak 14,72 juta. Jumlah penduduk Jawa Tengah tahun 2010 yaitu 32,82 juta jiwa dengan jumlah wanita yang berusia 40-49 tahun yang memasuki masa pramenopause sebanyak 2,36 juta orang.³ Menurut data populasi dari Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang pada bulan Januari 2013, jumlah wanita yang berusia

di atas 45 tahun tercatat ada 5.102 orang.

Badan kesehatan dunia, WHO (*World Health Organization*) memperkirakan usia harapan hidup orang Indonesia adalah 75 tahun pada tahun 2025. Hal ini berarti wanita memiliki kesempatan untuk hidup rata-rata 25 tahun lagi sejak awal *menopause*. Berbagai upaya perlu dilakukan agar waktu yang cukup lama dijalani dengan menyenangkan mungkin.⁴

Dari beberapa penelitian yang ada tentang wanita mengenai *menopause*, menurut Hesti (2009) kecemasan wanita dalam menghadapi *menopause* dengan kategori ringan sebesar 53,3%. Dan dari mereka memiliki respon yang bermacam-macam terhadap datangnya masa ini, yaitu mengalami kecemasan, depresi, stres, dan mudah marah.

Bagi seorang wanita yang memasuki masa *menopause*, dukungan dari orang terdekat seperti dukungan dari suami adalah hal yang penting karena akan menentukan atau menurunkan rasa kecemasan yang dialaminya dalam menghadapi *menopause syndrome*. Seseorang yang merasa cemas, jika memiliki teman atau orang lain yang mendukung, seperti suami maka keemasannya akan berkurang.

Permasalahan mengenai seksualitas wanita *menopause* termasuk *menopause syndrome* merupakan masalah yang mayoritas menghinggapi para wanita. Dampak buruknya dapat dikurangi dengan adanya dukungan dari pasangan seksualnya, yaitu suami. Penelitian ini dirasa semakin penting dilakukan untuk menganalisa pengaruh dukungan dari suami terhadap kejadian *menopause syndrome* yang dialami oleh istrinya agar dapat digunakan untuk menyusun solusi guna mengurangi dampak psikologis dari *menopause*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional

study, di mana variabel-variabel yang termasuk faktor risiko dan variabel-variabel yang termasuk efek diobservasi sekaligus pada waktu yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia 45-54 tahun, menurut studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang, dan diperoleh 1026 orang. Dan jumlah sampel kuantitatif yang didapat dari perhitungan proporsi binominal sebanyak 88 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling. Penelitian ini juga dilengkapi dengan penelitian kualitatif dengan menggunakan teknik sampling *purposive* sampling, di mana responden kualitatif adalah istri dari suami yang menjadi responden kuantitatif peneliti, sebanyak lima responden berdasarkan pertimbangan tingkat sosial ekonomi keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Kejadian Menopause Syndrome Pada Istri

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa 50 istri dari responden mengalami *menopause syndrome* dalam kategori ringan, dan 38 istri dari responden mengalami *menopause syndrome* dengan gejala yang tergolong berat. Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara kepada wanita *menopause* mengenai keluhan yang mereka alami. Disebutkan bahwa rata-rata dari mereka mengeluhkan banyaknya darah menstruasi yang keluar, perubahan fisik, pegal linu, dan nyeri sendi. Hal tersebut membuktikan bahwa banyak wanita *menopause* di Kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang ini tidak mengalami keluhan *menopause syndrome* yang tergolong berat.

Pengetahuan Mengenai Menopause

Hasil penelitian menunjukkan ada 13 orang responden yang berpengetahuan kurang mengenai *menopause*, 60 orang berpengetahuan

sedang, dan 15 orang berpengetahuan baik. Hasil wawancara mendalam terhadap beberapa ibu *menopause* mengenai pengetahuan tentang *menopause* juga menunjukkan bahwa pengetahuan ibu *menopause* masih tergolong rendah, mereka tidak mengetahui tanda dan gejala *menopause*, mereka hanya mengetahui apa yang terjadi pada mereka saja, seperti keluarnya darah menstruasi yang tidak teratur.

Sikap Mengenai Kejadian Menopause Syndrome

Hasil penelitian menerangkan bahwa 59,1% responden memberikan sikap mendukung terhadap kejadian *menopause syndrome* yang dialami oleh istrinya, dan 40,9% responden memberikan sikap yang tidak mendukung terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri. Dari pertanyaan-pertanyaan kuesioner dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden mengetahui sikap mana yang harus dilakukan ketika istri mengalami *menopause syndrome* sehingga dapat meringankan keluhan *menopause syndrome* pada istrinya.

Dari hasil penelitian, banyak responden yang memberikan sikap mendukung terhadap keluhan *menopause syndrome* istrinya, akan tetapi hasil wawancara mendalam terhadap lima ibu *menopause* menunjukkan bahwa hanya satu wanita yang mengaku didukung suaminya hingga ditemani memeriksakan keluhannya. Sikap yang mendukung belum tentu memberikan praktek yang positif terhadap istrinya.

Ketersediaan Informasi Yang Diperoleh Mengenai Menopause

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 15 responden kurang mendapatkan informasi mengenai *menopause*, 58 responden yang mendapatkan jumlah informasi yang cukup mengenai *menopause*, dan 15 responden tergolong banyak mendapatkan informasi terkait *menopause*. Mereka mengakui masih sedikit media yang menyediakan informasi mengenai *menopause*, informasi yang mereka dapatkan dari media elektronik sangat terbatas karena

diberikan dalam waktu yang singkat. Selain itu, mereka juga tidak pernah mendapatkan penyuluhan mengenai *menopause* di wilayah tempat tinggal.

Dukungan Eksternal Yang Diperoleh Responden

Menurut Cobb (1976, dalam Sarafino, 1997, h.97), dukungan diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain.⁵ Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat segala seuntuk mencarikan informasi terkait *menopause syndrome* yang terjadi pada istrinya (30,7%).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat yang digunakan adalah uji hubungan yang menggunakan uji *Chi-Square*, lalu dilakukan uji pengaruh dengan uji regresi linier sederhana.

Hasil tabulasi antara pengetahuan responden mengenai *menopause* terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri yang disajikan dalam tabel 1, menerangkan bahwa pengetahuan responden tentang *menopause*

berhubungan dengan kejadian *menopause syndrome* pada istri. Responden yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai *menopause* akan sangat membantu memperingan kejadian *menopause syndrome* pada istri, sehingga istri tidak mengalami keluhan yang berat dalam menjalani masa *menopausenya*. Sesuai dengan teori Mubarak (2007) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain pendidikan, umur, pengalaman, informasi, kebudayaan lingkungan sekitar, pekerjaan dan minat.⁶

Umur responden mayoritas di atas 50 tahun, semakin tua umur seseorang, semakin banyak pengalaman hidupnya, semakin dapat bersikap, dan semakin banyak pengetahuan yang ia dapatkan. Dan responden penelitian juga mayoritas berpendidikan minimal tamat perguruan tinggi atau akademi sebanyak 40 orang. Hal ini juga berhubungan bahwa pengetahuan responden yang mayoritas sudah baik didukung oleh tingkat pendidikan yang tinggi, sehingga kejadian *menopause syndrome* pada istri juga mayoritas tergolong ringan.

Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat Dengan Uji Chi Square

No	Hubungan Variabel	Nilai <i>p</i>	Keterangan
1	Hubungan pengetahuan responden mengenai <i>menopause</i> terhadap kejadian <i>menopause syndrome</i> pada istri.	0,0001	Signifikan
2	Hubungan sikap responden terhadap kejadian <i>menopause syndrome</i> pada istri	0,017	Signifikan
3	Hubungan ketersediaan informasi mengenai <i>menopause</i> yang didapat responden terhadap kejadian <i>menopause syndrome</i> pada istri	0,934	Tidak signifikan
4	Hubungan dukungan eksternal yang diperoleh responden terkait <i>menopause</i> terhadap kejadian <i>menopause syndrome</i> pada istri	0,885	Tidak signifikan

Dari hasil uji *Chi-Square* mengatakan bahwa terdapat hubungan antara sikap responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada

istri ($p=0,017$). Bromberger (dalam Indrawati, 2008), melakukan penelitian yang bertujuan untuk

meneliti hubungan antara penderita psikologis, sikap suami, dan *menopause* alamiah pada suatu sampel komunitas dari wanita Afrika Amerika, Kulit Putih (Barat), Cina, Hispanik, dan Jepang yang berpartisipasi dalam studi nasional kesehatan wanita. Dan hasilnya adalah bahwa sikap suami berhubungan dengan *menopause* atau masa-masa ketidakteraturan menstruasi pada wanita paruh baya.⁷

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa tidak ada perbedaan pada responden penelitian yang memiliki ketersediaan informasi kurang, cukup maupun banyak, ketiganya memberikan kecenderungan efek kejadian *menopause syndrome* dalam kategori ringan, masing-masing sebesar 10,2% (kurang informasi), 37,5% (cukup informasi) dan 9,1% (banyak informasi). Hal ini dapat terjadi karena beberapa faktor, seperti buruknya komunikasi antara responden dan istrinya, ketidaktahuan responden bahwa istri mengalami keluhan *menopause syndrome* yang berat karena istri tidak membicarakan dengannya, keterbatasan kemampuan istri untuk menceritakan keluhannya kepada responden, keadaan keluarga yang tidak harmonis, dan masih banyak faktor lain yang mempengaruhinya. Sehingga dari uji *Chi-Square* antara variabel ketersediaan informasi yang diperoleh responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut.

Erikson menjelaskan bahwa bagi mereka yang menghadapi *menopause* cenderung terjadi penderitaan batin, sehingga ekspresi yang sering muncul adalah depresi, cemas dan memperlihatkan gangguan emosi atau emosi labil, keadaan seperti ini merupakan indikasi bahwa orang tersebut belum bisa menerima keadaan yang terjadi pada dirinya yaitu tentang *menopause*. Keadaan ini dapat disebabkan karena kurangnya informasi atau adanya informasi yang salah tentang *menopause* sehingga menimbulkan persepsi yang keliru.⁸

Kenyataan yang ada, masih banyak ibu-ibu yang kurang mengetahui tentang *menopause*. Ini disebabkan karena kurangnya informasi yang diterima khususnya mengenai *menopause*, sehingga tidak jarang terdapat banyak persepsi yang keliru yang diterima oleh ibu-ibu tentang *menopause*. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara kualitatif kepada ibu *menopause* yang diberikan pertanyaan mengenai tindakan yang diambil ketika mengalami keluhan *menopause syndrome*, hanya 2 dari 5 subyek penelitian yang mengambil tindakan benar dan tepat yaitu dengan memeriksakan keluhannya ke dokter.

Dukungan eksternal yang dimaksud di sini adalah informasi, nasehat verbal, atau tindakan yang diperoleh responden terkait *menopause* dan/atau *menopause syndrome*. Pada hasil penelitian mengenai tabulasi silang antara variabel dukungan eksternal yang diperoleh suami terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri memperlihatkan dari 11 responden yang memiliki dukungan kurang menyumbang kejadian *menopause syndrome* ringan sebesar 8% dan berat sebesar 4,5%. Dari 70 responden yang memiliki dukungan cukup menyumbang kejadian *menopause syndrome* yang ringan pada istri sebesar 44,3% dan berat sebesar 35,2%. Dan dari 7 responden yang memiliki dukungan yang banyak menyumbang kejadian *menopause syndrome* yang ringan pada istri sebesar 4,5% dan berat sebesar 3,4%. Hasil tersebut lalu diujikan hubungannya dengan menggunakan uji *Chi-Square* dan dihasilkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan eksternal yang diperoleh responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri.

Dari empat variabel bebas diatas, yang berhubungan terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri adalah variabel pengetahuan responden mengenai *menopause* dan sikap responden terhadap *menopause*. Kedua variabel tersebut diuji menggunakan uji regresi

linier untuk mengetahui pengaruh terhadap pada istri. kejadian *menopause syndrome* yang dialami

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Uji Pengaruh Antara Pengetahuan Responden dan Sikap Responden Terhadap Kejadian Menopause Syndrome Pada Istri

	Koefisien		p	R	R ²
	a	b			
Pengetahuan Responden	2,218	-0,389	0,0001	0,442	0,196
Sikap Responden	1,840	-0,256	0,017	0,255	0,065

Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dan besar pengaruh yang diberikan pengetahuan terhadap kejadian *menopause syndrome* yang dialami oleh istri, peneliti menggunakan uji regresi linier sederhana. Dan dari uji tersebut, peneliti mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan responden mengenai menopause terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri ($p=0,0001$), dan besar pengaruh pengetahuan yang diberikan sebesar 19,6%, sedangkan 80,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Dari tabel 2, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut :

$$Y' = a + bX$$

$$Y' = 2,218 - 0,389X$$

karena nilai koefisien $b = -0,389$ (*negatif*) maka model regresi bernilai negatif atau berlawanan arah, artinya jika nilai variabel pengetahuan responden mengenai menopause semakin tinggi, maka nilai variabel kejadian *menopause syndrome* pada istri akan semakin rendah. Dan diketahui nilai $R=0,442$ maka kekuatan hubungan antara dua variabel tersebut tergolong sedang.

Hasil wawancara kualitatif dalam variabel pengetahuan ibu *menopause* mengenai tanda atau gejala *menopause* juga ikut mempengaruhi tingkat kejadian *menopause syndrome* yang dialaminya, seperti mayoritas subyek penelitian mengeluhkan darah menstruasi yang keluar

dalam jumlah banyak, adanya perubahan fisik tubuh, dan nyeri pinggang. Hal ini menjelaskan bahwa wanita yang mengalami *menopause* sendiri belum tahu banyak mengenai tanda atau gejala *menopause*, yang mereka tahu hanya apa yang terjadi pada mereka. Hal ini dapat menyumbangkan tingkat keparahan *menopause syndrome* pada wanita karena kurangnya pengetahuan yang mereka peroleh mengenai *menopause*.

Selain pengetahuan, sikap responden juga merupakan komponen yang penting yang turut serta menyumbang berat dan ringannya *menopause syndrome* yang dialami oleh istri. Dalam uji regresi linier sederhana, diketahui adanya pengaruh yang signifikan antara sikap responden terhadap kejadian *menopause syndrome* yang dialami istri ($p=0,017$). Dan sikap responden mempengaruhi kejadian *menopause syndrome* sebesar 6,5%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang menunjang kejadian *menopause syndrome* pada istri. Faktor lain yang mempengaruhi kejadian *menopause syndrome* pada istri dapat berasal dari diri istri sendiri atau wanita *menopause* itu sendiri, seperti pada hasil wawancara yang dilakukan kepada wanita *menopause* dengan pertanyaan sikap yang harus diambil wanita ketika menghadapi keluhan *menopause syndrome*, 4 dari 6 subyek penelitian menjawab

biasa dan santai saja dalam menghadapi keluhannya karena keluhan itu dianggap kodrat alami bagi wanita. Ada 2 dari 6 subyek penelitian yang berpendapat untuk berkonsultasi kepada bidan mengenai keluhannya, dan wanita seharusnya mengetahui tanda dan gejalanya sebelum mengalaminya agar tidak terjadi kecemasan dan depresi.

Sebagian subyek penelitian mengaku tidak menceritakan keluhannya kepada suami, ada yang beranggapan bahwa suami pasti tahu dengan sendirinya, dan suami harusnya yang lebih peka terhadap apa yang terjadi pada istrinya. Mereka yang tidak menceritakan keluhannya kepada suami lebih memilih untuk menceritakannya kepada orang-orang yang dianggap mengetahui tentang *menopause*, atau orang-orang yang berpengalaman di bidang *menopause*, seperti bidan, saudara, dan tetangga wanita.

Meskipun dari hasil penelitian kuantitatif kepada responden suami yang memiliki istri *menopause* diperoleh hasil sikap yang mayoritas mendukung terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri, namun pada hasil wawancara kualitatif kepada wanita *menopause* terlihat praktik dari sikap suami yang tidak seirama dengan sikap mendukung yang diperoleh dari hasil kuantitatif. Hasil kualitatif menerangkan bahwa respon suami saat mendengar keluhan istrinya justru hanya diam dan mendengarkan, mereka tidak memberikan umpan balik yang mendukung kepada istrinya. Hanya satu suami dari 6 subyek penelitian yang memberikan respon mendukung dengan cara menyarankan dan menemani istrinya memeriksakan keluhannya ke dokter.

Berdasarkan tabel 2, dapat diperoleh persamaan regresi sebagai berikut :

$$Y' = a + bX$$

$$Y' = 1,840 - 0,256X$$

karena nilai koefisien $b = -0,256$ (*negatif*) maka model regresi bernilai negatif atau berlawanan

arah, artinya jika nilai variabel sikap responden semakin tinggi, maka nilai variabel kejadian *menopause syndrome* pada istri akan semakin rendah. Dan diketahui nilai $R=0,255$ maka kekuatan hubungan antara dua variabel tersebut tergolong rendah.

KESIMPULAN

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pengetahuan responden mengenai *menopause* terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri ($p.value=0,0001$; $p \leq 0,05$; $KP=19,6\%$). Hal tersebut dibuktikan dengan adanya uji hubungan antara pengetahuan responden mengenai *menopause* terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri dengan $p.value = 0,0001$ ($p \leq 0,05$).
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara sikap responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri ($p.value=0,017$; $p \leq 0,05$; $KP=6,5\%$). Hal tersebut dibuktikan dengan adanya uji hubungan antara sikap responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri dengan $p.value = 0,017$ ($p \leq 0,05$).
3. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara ketersediaan informasi mengenai *menopause* yang diperoleh responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri karena tidak adanya hubungan antara ketersediaan informasi mengenai *menopause* yang diperoleh responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri dengan $p.value = 0,934$ ($p > 0,05$).
4. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan eksternal yang diperoleh responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri karena tidak adanya hubungan antara dukungan eksternal yang diperoleh responden terhadap kejadian *menopause syndrome* pada istri dengan $p.value = 0,885$ ($p > 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

1. Lestary, Dwi. *Seluk Beluk Menopause*. Jakarta: Gara Ilmu. 2010.
2. Proverawati, Atika. *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2010.
3. Badan Pusat Statistik. *Data Sensus Penduduk Menurut Kelompok Umur*. (Online), (<http://htt.scribd.com>, diakses tanggal 26 Desember 2012 pukul 09.35 WIB). 2010.
4. Bashori, Tauhid. *Pragmatisme Pendidikan*. 2008.
5. Sarafino, E.P. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction Third Edition*. New York: John Wiley & Sons Inc. 1998.
6. Gottlieb, B.H. *Social Support Strategies, Guidelines for Mental Health Practice*. London: Sage Publications. 1983.
7. Indrawati. *Kecemasan Wanita Menghadapi Pra Menopause Ditinjau Dari Dukungan Sosial Suami Dan Kepercayaan Diri*. Universitas katolik Soegijapranata. Fakultas Psikologi. 2008.
8. Deborah, Grandy. Management of Menopausal Symptom No.22. (Online), (<http://nemj.org.vol355;2338-23>, diakses pada tanggal 3 Juli 2013). 2006.