

HUBUNGAN PENDIDIKAN, PARITAS, PEKERJAAN DAN LAMA MENOPAUSE DENGAN KUALITAS HIDUP PEREMPUAN MENOPAUSE DI PUSKESMAS KABANJAHE KABUPATEN KARO

¹⁾Imarina Tarigan, ²⁾Lidya N Br Sinuhaji, ³⁾Mediana Sembiring

^{1,2,3)}Program Studi Kebidanan STIKes Mitra Husada Medan

ABSTRACT

Menopause is a condition when physiological menstruation cycle concerning the human growing older. The increase in the number of growing old women will have its own problem with complaints about menopause. Although it does not cause death, it brings about uncomfortable condition and sometimes disturbs daily activities so that it can influence the life quality of menopause women. The research used analytic descriptive method with cross sectional design. It was conducted at Kabanjahe Puskesmas, Karo Regency, from February until June, 2018. The population was 103 menopause women who regularly visited Kabanjahe Puskesmas, taken by using purposive sampling technique. The result of univariate analysis showed that 71 respondents (68.9%) had good life quality. The result of bivariate analysis, using chi square test, showed that the factors which influenced life quality of menopause women were education ($p=0.003$), occupation ($p=0.001$), the duration of menopause ($p= <0.001$), but parity did not have any influence on the life quality of menopause women. The conclusion was that there was the correlation of education, occupation, duration of menopause, with the life quality of menopause women. It is recommended that menopause clinic and health care board which is related to health care providers be established.

Keywords : *Menopause, Life Quality, Growing Old Women*

1. PENDAHULUAN

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016, hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia, yang mencapai 18,1 juta jiwa atau 7,6 persen dari total penduduk. Badan Pusat Statistik (2013) memproyeksikan, jumlah penduduk lanjut usia diperkirakan akan meningkat menjadi 27,1 juta jiwa pada tahun 2020, menjadi 33,7 juta jiwa pada tahun 2025 dan 48,2 juta jiwa tahun 2035. Studi terbaru yang dipublikasikan dalam jurnal *The Lancet*, dalam rentang penelitian 1990 hingga 2016, menemukan harapan hidup masyarakat Indonesia yang lebih tinggi pada 2016, usia harapan hidup orang Indonesia tahun 2016 mencapai 71,7 tahun, lebih lama dibandingkan dengan usia harapan hidup yang hanya 63,6 tahun pada tahun 1990.

Usia harapan hidup dan jumlah lanjut usia (lansia) yang meningkat, memang mencerminkan perbaikan kesehatan, akan tetapi hal ini menjadi tantangan di masa mendatang karena menimbulkan berbagai masalah kesehatan dan ekonomi. Diperkirakan jumlah

penduduk Lanjut Usia di Indonesia pada tahun 2020 akan mencapai 28,8 juta jiwa atau sekitar 11% dari total penduduk Indonesia. Pada tahun 2021 usia lanjut di Indonesia diperkirakan mencapai 30,1 juta jiwa yang merupakan urutan ke 4 di dunia. Seorang wanita akan meninggalkan usia reproduksi (Secara umum berkisar antara 15-44 tahun). Proses ini pasti akan berdampak pada perubahan akan kebutuhan pelayanan kesehatan reproduksi. Premenopause adalah masa 4-5 tahun sebelum menopause, keluhan klimakterium sudah mulai timbul, hormon estrogen masih dibentuk (Purwoastuti, 2015)

Beberapa perempuan menjadi rentan terhadap infeksi saluran kemih (*urinary tract infection*) bagian bawah seperti sinitis selama dan setelah menopause. Penyakit seperti diabetes dan penyakit ginjal dapat menjadi masalah besar juga, begitu pula dengan obat-obatan tertentu seperti untuk tekanan darah tinggi, depresi dan masalah tidur (Francis, 2017).

Kebanyakan mitos atau kepercayaan yang berkembang dalam masyarakat tentang menopause begitu diyakini sehingga menggiring perempuan untuk mengalami

persepsi negatif saat mengalami menopause. Pertama perempuan yang mengalami menopause otomatis berpredikat menjadi tua. Kedua, perasaan bahwa dirinya tidak dibutuhkan lagi dan tidak dihargai, ini akan menurunkan bahkan menghentikan keinginannya untuk melakukan aktivitas. Ia pun akan makin mengisolir dan menyingkir dari aktivitas sosial dan kemasyarakatan. Ketiga, perempuan mengalami menopause, kehilangan daya tarik seksualnya dan menurun aktivitas seksualnya. Keempat, mitos lainnya yaitu bahwa periode menopause sama dengan goncangan jiwa, yaitu munculnya gejala rasa takut, tegang, sedih, lekas marah, dan mudah tersinggung (Mulyani, 2015).

Menopause adalah terhentinya ovulasi yang disebabkan tidak adanya respon oosit indung telur (ovarium) ditandai dengan penurunan hormon estrogen dan progesteron, ini merupakan proses alami bagi perempuan. Dikatakan menopause adalah apabila siklus mensturasinya telah berhenti selama 1 tahun dan biasanya terjadi pada usia 48-50 tahun. Berbagai keluhan menopause yang muncul berupa keluhan jangka pendek (*hotflashes*) dan keluhan jangka panjang yang disebut sebagai sindrom menopause. Perkiraan rata-rata umur menopause di Indonesia adalah 50-52 tahun, sedangkan rata-rata umur premenopause adalah 40-48 tahun (Proverawati, dkk, 2016).

World Health Organization-Quality of Life (WHO-QOL) membagi kualitas hidup dalam enam domain yaitu fisik, psikologis, tingkat kebebasan, hubungan sosial, lingkungan dan spiritual, agama, yang kemudian diringkaskan menjadi empat domain. Kesehatan fisik (*physical health*), kesehatan psikologis (*psychological health*), hubungan sosial (*social relationship*), lingkungan (*environmental*) (Ibrahim, dkk, 2015).

Peningkatan jumlah wanita usia tua ini tentunya akan menimbulkan problema tersendiri, apalagi ditambah dengan munculnya keluhan-keluhan pada masa menopause. Walaupun tidak menyebabkan kematian, menopause dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan dapat menyebabkan gangguan dalam pekerjaan sehari-hari yang dapat menurunkan kualitas hidup. Kondisi yang demikian tentunya memerlukan suatu penanganan yang tepat agar siap untuk menghadapi keluhan menopause, serta

mengantisipasi penyakit kardiovaskuler, osteoporosis, dan kanker.

Penelitian tentang faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hidup perempuan menopause menjadi penting dan layak mendapatkan perhatian khusus. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengangkat masalah tersebut dalam penelitian yang berjudul faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hidup perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2017.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* (Notoatmodjo, 2016). Dalam penelitian ini hubungan variabel yang diuji adalah faktor-faktor yang memengaruhi dengan kualitas hidup perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2017.

Lokasi penelitian ini adalah Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh perempuan menopause yang rutin berkonsultasi dengan tenaga kesehatan dan mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilakukan di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo tahun 2018, seperti senam bugar dan PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Jumlah populasi sebanyak 210 ibu menopause. Berdasarkan rumus perhitungan sampel di peroleh besar sampel minimal dalam penelitian ini adalah 103 orang perempuan menopause. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan menggunakan kriteria inklusi yaitu perempuan menopause dari usia 45-55 tahun, masih memiliki suami dan tinggal bersama keluarga, bisa baca tulis dan bersedia menjadi informan, tidak menggunakan terapi sulih hormon (TSH), tidak disertai penyakit, dalam keadaan sakit atau di bawah pengawasan dan terapi dokter oleh karena suatu penyakit tertentu, tidak ada riwayat pembedahan uterus (*histerektomi*), atau pengangkatan ovarium.

Data primer diperoleh secara langsung dari sumber datanya dengan melakukan wawancara kepada responden dengan panduan kuesioner. Adapun data primer yang dikumpulkan berkaitan dengan karakteristik ibu menopause meliputi tingkat pendidikan, paritas, pekerjaan dan lama menopause, yang telah tercatat dalam lembar kuesioner. Keluhan tentang menopause

dinilai dengan menggunakan Kuesioner instrumen penelitian sindrom menopause diadopsi dari *Menopause Rating Scale* (MRS).

Dukungan sosial keluarga di ukur dengan menggunakan panduan kuesioner. Sedangkan, untuk menilai kualitas hidup, pengumpulan data tetap dilakukan dengan wawancara dengan panduan kuesioner *World Health Organization Quality Of Life-Bref*.

Analisis univariat digunakan untuk menganalisa kualitas hidup pada masing-masing variabel bebas (variabel independen) perempuan menopause, yang meliputi sindrom menopause, pendidikan, paritas, pekerjaan, lama menopause dan dukungan sosial keluarga.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel independen dengan variabel dependen menggunakan uji *Chi-Square* pada taraf nyata 95% ($\alpha=0,05$).

Analisis multivariat dengan menggunakan uji regresi logistik untuk mengetahui faktor independen yang paling dominan mempengaruhi variabel dependen.

Uji Regresi Logistik dilakukan melalui beberapa tahapan untuk mendapatkan nilai $p < 0,05$ pada setiap variabel independen yang berpengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause.

3. HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Perempuan Menopause Berdasarkan Umur, Pendidikan, Paritas, Pekerjaan, dan Lama Menopause

No	Karakteristik	Jumlah	
		f	%
1	Umur (th)		
	< 50	26	25,2
	\geq 50	77	74,8
2	Pendidikan		
	SD dan SMP	28	27,2
	SMA	48	46,6
	PT	27	26,2
3	Paritas		
	< 2	17	16,5

	\geq 2	86	83,5
4	Pekerjaan		
	Bekerja	34	33,0
	Tidak Bekerja	69	67,0
5	Lama Menopause		
	< 2	56	54,4
	\geq 2	47	45,6

Berdasarkan distribusi karakteristik perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo terbanyak dengan kategori umur \geq 50 tahun sebanyak 77 orang (74,8%), terbanyak pada pendidikan dengan kategori tinggi (SMA, PT) sebanyak 75 orang (72,8%), terbanyak memiliki anak lebih dari 2 orang anak sebanyak 86 orang (83,5%), terbanyak ibu menopause tidak bekerja sebanyak 69 orang (67,0%), terbanyak ibu menopause mengalami menopause kurang dari 2 tahun sebanyak 56 orang (54,4%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup

	Jumlah		Mean
	f	%	
Kualitas Hidup			
Baik	71	68,9	75,74
Kurang Baik	32	31,1	
Jumlah	103	100,0	

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui mayoritas kualitas hidup responden adalah baik sebanyak 68,9% dengan rata-rata 75,74.

Tabel 3 Hubungan pendidikan, Paritas, Pekerjaan, lama Menopause, dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause

Kategori	Kualitas Hidup Perempuan Menopause				Jumlah		Nilai P
	Baik		Kurang Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Pendidikan							
Dasar	13	12,6	15	14,6	28	27,2	0,003
Tinggi	58	56,3	17	16,5	75	72,8	
Paritas							
> 2 orang	62	60,2	24	23,3	86	83,5	0,119
≤ 2orang	9	8,7	8	7,8	17	16,5	
Pekerjaan							
Bekerja	31	30,1	3	2,9	34	33,0	0,001
Tidak Bekerja	40	38,8	29	28,2	69	67,0	
Lama Menopause							
≤ 2 tahun	28	27,2	28	27,2	56	55,4	< 0,001
> 2 tahun	43	41,7	4	3,8	47	44,6	

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa terdapat hubungan signifikan antara pendidikan dengan kualitas hidup responden, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paritas dengan kualitas hidup responden, terdapat hubungan signifikan antara pekerjaan dengan kualitas hidup responden, terdapat hubungan signifikan antara lama menopause dengan kualitas hidup responden.

Tabel 4 Hasil Analisis Multivariat antara Kualitas Hidup Perempuan Menopause

Variabel	B	P value	Exp (B)	95% CI		
Pendidikan	-,689	0,326	0,502	0,127	-	1,983
Paritas	0,302	0,730*	1,353	0,243	-	7,522
Pekerjaan	1,134	0,143	3,108	0,680	-	14,197
Lama Menopause	-1,843	0,012	0,158	0,038	-	0,662

Dari tabel diatas terlihat ada beberapa variabel yang tidak berpengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause dengan nilai (P value > 0,05). Dengan demikian perlu dilakukan pengeluan variabel dengan nilai P terbesar yaitu variabel paritas.

Tabel 5 Hasil Analisis Multivariat antara Variabel Independen Kualitas Hidup Perempuan

No.	Variabel	B	P value	Exp (B)	95% CI		
1	Pendidikan	-,749	0,268*	0,473	0,126	-	1,779
2	Pekerjaan	1,123	0,146	3,075	0,676	-	13,990
3	Lama Menopause	-1,837	0,012	0,159	0,038	-	0,664

Ket : * Variabel yang akan dikeluarkan

Dari tabel diatas terlihat ada beberapa variabel yang tidak berpengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause dengan nilai (P value > 0,05). Dengan demikian perlu dilakukan pengeluan variabel dengan nilai P terbesar yaitu variabel pendidikan.

Tabel 6 Hasil Analisis Multivariat antara Variabel Independen Kualitas Hidup Perempuan

Variabel	B	P value	Exp (B)	95% CI		
Pekerjaan	1,335	0,076*	3,799	0,869	-	16,614
Lama Menopause	-1,886	0,009	0,152	0,037	-	0,627

Dari tabel diatas terlihat ada beberapa variabel yang tidak berpengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause dengan nilai ($P\ value > 0,05$). Dengan demikian perlu dilakukan pengeluan variabel dengan nilai P terbesar yaitu variabel pekerjaan. Secara keseluruhan variabel yang paling berpengaruh terhadap kualitas hidup. Keseluruhan variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause adalah variabel lama menopause menunjukkan angka yang paling besar Menopause.

4. PEMBAHASAN

Kualitas Hidup Perempuan Menopause

Hasil Penelitian menunjukkan perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe terbanyak dengan kategori kualitas hidup baik yaitu 71 (68,9%) orang perempuan menopause. Secara keseluruhan kualitas hidup perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe rata-rata menyatakan biasa-biasa saja dalam menjalankan kehidupannya terutama kesehatan dan merasa puas dengan lingkungan serta hubungan sosialnya.

Selaras dengan teori yang dikemukakan Proverawati (2016), menyatakan bahwa beberapa penelitian telah membuktikan bahwa tekanan psikis yang timbul dari nilai sosial mengenai wanita menopause memberikan kontribusi terhadap gejala fisik selama periode pre dan pasca menopause. Gejala fisik yang dirasakan dapat memicu munculnya masalah psikis. Perasaan yang biasa muncul pada fase ini antara lain rapuh, sedih, dan tertekan, akibatnya wanita pada masa pre menopause menjadi depresi, tidak konsentrasi bekerja dan mudah tersinggung. Namun bila menopause dinilai sebagai sesuatu yang positif akan menimbulkan dampak yang positif bagi kehidupan.

Pendidikan dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause

Hasil analisis secara univariat menunjukkan bahwa perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe terbanyak dengan kategori pendidikan tinggi yaitu sebanyak 75 orang (72,8%). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kualitas hidup perempuan menopause, hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astari (2014) di Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka dan hasil penelitian Putri (2014) di Puskesmas Sumber Sari Kabupaten Jember bahwa ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kualitas hidup perempuan menopause.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terbanyak perempuan menopause dengan kualitas hidup yang baik, kualitas hidup secara subjektif cenderung lebih baik pada wanita menopause yang berpendidikan tinggi. Sejalan dengan penelitian Syalfina (2017) dikatakan bahwa semakin tinggi pendidikan kemungkinan akan mendapatkan dukungan sosial dari orang yang berada di sekitarnya sehingga memiliki kualitas hidup menopause yang baik.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Setiyorini (2017), mengatakan bahwa Pendidikan merupakan

faktor penting dalam memahami penyakit, perawatan diri, pengelolaan DM dan pengontrolan KGD, mengatasi gejala yang muncul dengan penanganan secara tepat serta mencegah terjadinya komplikasi. Pendidikan terkait dengan pengetahuan. Selain itu, pendidikan tinggi membuat individu mampu mengembangkan mekanisme koping dan pemahan yang baik terhadap informasi pendidikan yang tinggi dipandang perlu bagi kaum wanita, karena tingkat pendidikan yang tinggi maka mereka dapat meningkatkan taraf hidup, membuat keputusan yang menyangkut masalah kesehatan mereka sendiri. Semakin tinggi pendidikan seorang wanita maka akan mudah menerima hal-hal yang baru dan mudah menyesuaikan diri dengan masalah-masalah baru. Pendidikan akan mempengaruhi pengetahuan seseorang, makin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah bagi orang itu menerima informasi (Notoatmojo, 2010).

Hasil analisis multivariat dengan *regresi logistik* menunjukkan bahwa pendidikan tidak memberikan pengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause.

Pekerjaan terhadap Kualitas Hidup Perempuan Menopause

Hasil analisis secara univariat menunjukkan bahwa terbanyak responden pada kategori tidak bekerja pada perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe yaitu 69 orang (67,0%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kualitas hidup perempuan menopause. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syalfina (2017) di Desa Karang Jeruk Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto, bahwa ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan

dengan kualitas hidup perempuan menopause.

Pekerjaan menentukan pendapatan seseorang yang berpengaruh pada tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu seperti media informasi untuk menambah pengetahuan. Sejalan dengan pendapat Kargenti (2014) yang menyatakan bahwa penghasilan yang rendah berkaitan dengan kualitas hidup perempuan menopause. Keadaan sosial ekonomi ini akan mempengaruhi faktor fisik, kesehatan dan pendidikan pada seseorang, apabila faktor-faktor tersebut cukup baik maka akan dapat mengurangi beban fisiologis dan psikologis.

Dari hasil penelitian terbanyak perempuan menopause tidak bekerja dan tidak memiliki pendapatan akan tetapi perempuan menopause yang tidak memiliki pendapatan bukan berarti mereka tidak memiliki uang sama sekali. Meskipun perempuan menopause tersebut tidak bekerja dan tidak mempunyai pendapatan, mereka masih mendapatkan uang dari suami, anak-anak atau kerabat mereka sehingga setidaknya masih bisa untuk mencukupi kebutuhan mereka. Hasil analisis multivariat dengan *regresi logistik* menunjukkan bahwa pekerjaan tidak memberikan pengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause.

Lama Menopause terhadap Kualitas Hidup Perempuan Menopause

Analisis univariat terhadap penelitian menunjukkan bahwa terbanyak perempuan menopause mengalami menopause > 2 tahun sebanyak 56 orang (54,4%). Hasil analisis secara bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara lama menopause dengan kualitas hidup perempuan menopause. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syalfina (2017) di Desa Karang Jeruk Kecamatan

Jatirejo Kabupaten Mojokerto, bahwa ada hubungan yang signifikan antara lama menopause dengan kualitas hidup perempuan menopause. Lama mengalami menopause ini mempengaruhi adaptasi psikologis terhadap perubahan yang terjadi pada menopause yang berdampak pada kualitas hidup menopause. Semakin lama mengalami menopause maka kualitas hidupnya semakin baik karena perempuan menopause sudah bisa beradaptasi dengan perubahan – perubahan yang terjadi pada masa menopause.

Menurut Widyastuti (2010) lama mengalami menopause ini mempengaruhi adaptasi psikologis terhadap perubahan yang terjadi pada menopause yang berdampak pada kualitas hidup perempuan menopause. Hasil analisis multivariat dengan *regresi logistik* menunjukkan bahwa lama menopause memberikan pengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause. Semakin lama mengalami menopause maka kualitas hidupnya semakin baik karena perempuan menopause sudah bisa beradaptasi dengan perubahan perubahan pada masa menopause. Telah tercapai keseimbangan hormonal yang baru, sehingga sudah mampu terbiasa dengan gangguan vegetatif maupun gangguan psikis selama menopause.

Perempuan menopause dengan lama menopause kurang dari 2 tahun sebagian besar memiliki kualitas hidup dengan kategori kurang baik dan perempuan menopause dengan lama menopause lebih dari sama dengan 2 tahun sebagian besar memiliki kualitas hidup dengan kategori baik.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu, berdasarkan uji *chi-square* menunjukkan ada hubungan yang

signifikan antara pendidikan dengan kualitas hidup perempuan menopause, dengan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$), dan hasil $RP = 2,363$. Ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kualitas hidup perempuan menopause, dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) dan $RP = 1,573$. Ada hubungan yang signifikan antara lama menopause dengan kualitas hidup perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo, dengan nilai $p = < 0,001$ ($p < 0,05$), dan $RP = 5,875$.

Secara keseluruhan variabel yang paling berpengaruh terhadap kualitas hidup perempuan menopause adalah variabel Lama menopause. Tidak ada hubungan paritas dengan kualitas hidup perempuan menopause di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo.

6. SARAN

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, saran untuk pihak tenaga kesehatan di puskesmas dapat bekerja sama misalnya dengan, posyandu lansia, dan PKK. Pihak Puskesmas perlu melakukan pendekatan dan pelatihan kepada bidan desa, kader dan ibu-ibu lurah untuk membantu menyampaikan informasi yang benar tentang menopause kepada masyarakat, saran terkhusus bagi perempuan menopause dan keluarga yaitu untuk meningkatkan kualitas hidup perempuan menopause melalui pemberian informasi tentang menopause dan juga penyakit-penyakit yang biasanya timbul pada perempuan menopause, agar dapat mewujudkan perempuan menopause yang sehat dan produktif.

7. REFERENSI

Astari, R, Tarawan, V, dan Sekarwana, N., 2014. Hubungan Anatara Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Perempuan

- Menopause Di Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka, : Universitas Padjadjaran Bandung Indonesia. *Bul. Penelit. Kesehatan*, Vol. 42, No. 3, September 2014: 171-184.
- Badan Pusat Statistik., 2016. *Proyeksi Penduduk Indonesia Population Projection 2010-2035*, Publication Number: 04110.1301, Diakses 20 Februari 2017, Jakarta: [Http://Www.Bps.Go.Id](http://www.bps.go.id) E-Mail: Bpshq@Bps.Go.Id.
- Bowling, A., 2013. *The Psychometric Properties Of The Older People's Quality Of Life Questionnaire. Compared With The CASP-19 And Thewhoqol-OLD* Hindawi Publishing Corporation *Current Gerontology And Geriatrics Research* Volume 2009, Article ID 298950.
- Camellia, V., 2012., *Sindroma Pascamenopause* Departemen Psikiatri FK USU.
- Choi, Wai-Ki., 2013. *Health-Related Quality Of Life Measures For Women With Menopausal Symptoms: A Systematic Review (Thesis)*. University Of Hong Kong, Pokfulam, Hong Kong SAR.
- Damri, A., 2016., *Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kecemasan Istri saat Menghadapi Menopause di Kelurahan Harjosari 1 Kecamatan Medan Amplas: FK Universitas Sumatera Utara*.
- Dole, K. B., 2009. *The Evaluation Of The Menopause-Specific Quality Of Life Questionnaire And Association Of Vasomotor And Psychosocial Symptoms Among Postmenopausal Women In The United States*.
- Felce dan Perry, 1995. *Quality of life: Its definition and measurement*, Welsh Centre for Learning Disabilities Applied Research Unit: *University of Wales College of Medicine, UK*. Diakses 27 Februari 2017.
- Francis, C. 2017. *Melalui Masa Menopause*, Jakarta : Libri, PT BPK Gunung Mulia.
- Glasier, A, dan Gabbie, A., 2012. *Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi Jakarta* : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hidayat, A, A., 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*, Cetakan Keempat, Jakarta: Salemba Medika.
- Kargenti, A, 2013, *Kualitas Hidup Perempuan Menopause* : UIN Suska Riau.
- Kementerian Kesehatan RI., 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Diakses 11 Februari 2017.
- Kementerian Kesehatan RI., 2015. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Diakses 23 Februari 2016.
- Keputusan Presiden Republik Indonesia nomor 52 tahun 2004.
- Kusmiran, E., 2011, *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*, Jakarta : Salemba Medika.
- Larasati, T., 2009, *Kualitas Hidup pada Wanita yang Sudah Memasuki Masa Menopause*. Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma.
- Luanaiigh, P Dan Carlson, C., 2009. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Lubis, N., 2013. *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reprodusinya*. Jakarta : Kencana.

- Manuaba, et al., 2012. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran, EGC.
- Markowitz, J, et al, 2012, Nursing Textbook Coverage Of Menopause : Center For Enhancing Quality Of Life, Indiana University, United States. *Journal of Nursing Education and Practice*, May 2012, Vol. 2, No. 2 ISSN 19.
- Mubarak, I. Q., 2012. Ilmu Kesehatan Masyarakat : Konsep dan aplikasi dalam kebidanan, Jakarta : Salemba Medika.
- Mulyani, N, 2015. Menopause Akhir siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan, Yogyakarta : Salemba Medika.
- Mohamed. HA, et al. Quality Of Life Menopause Womens. *International Jornal Of reproduksi, Kontraseption, Obstetri ang Ginekology, El-Minia University, Mesir*. Diakses
- Moustafa, M, Ali, R, Dan Sahar., 2010. Impact Of Menopause Symptoms On Quality Of Life Among Womens In Qena City. *Faculty Of Nursing South Valley University* Diakses
- Mubarak, W., 2012. Ilmu Kesehatan Masyarakat, Jakarta : Salemba Medika.
- Niven, N., 2009. Psikologi Kesehatan, Edisi Ke- 2, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Nofitri, 2009, Gambaran Kualitas Hidup Pada Penduduk Dewasa di Jakarta, : FPSI Universitas Indonesia. Diakses 11 Februari 2017.
- Notoatmodjo, S., 2012. Promosi Kesehatan Dan Prilaku Kesehatan, Cetakan Pertama, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, 2015. Metodologi Penelitian Keperawatan, Pendekatan Praktis, Edisi ke-4, Jakarta : Salemba Medika.
- Permadi, W., 2013. Paradigma Terkini Pengelolaan Menopause Menuju *The Golden Age*.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016 Tentang rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019
- Purwoastuti, E dan Walyani, E. 2015. Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana.
- Profil Kesehatan Kabupaten Karo Tahun 2016, Dinas Kesehatan Kabupaten Karo.
- Proverawati, A, dan Sulistyawati, E. 2016. Menopause dan Sindrom Premenopause, Yogyakarta : Nuha Medika.
- Pub Med Us National Library Of Medicine National Institutes Of Health. *Prevalence Of Menopausal Related Symptoms And Their Impact On Quality Of Life Among Egyptian Women. Ibrahim Zm, Sayed Ahmed Wa, El-Hamid Sa*, 2015.
- Putri, D, Wati, D, dan Ariyanto, Y, 2014. Kualitas Hidup Wanita Menopause : Epidemiologi dan Biostatitiska Kependudukan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember. e-Jurnal Pustaka Kesehatan, vol. 2 (no.1) Januari 2014
- Sastroasmoro, S Dan Ismail, S., 2014. Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis, Edisi Ke-5, Jakarta : Sagung Seto.
- Setiawan, A dan Saryono., 2010. Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1

- Setiyorini, 2017. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita DM di Poli Penyakit dalam RSD Mardi Waluyo Blitar Vol. 1 Desember 2017.
- Simanjuntak, R, dan Erniyati., 2007. Adaptasi Psikososial Wanita Menopause Pekerja dan Bukan Pekerja di Puskesmas Mandala Kecamatan Percut Sei Tuan, Deli Serdang. FK Universitas Sumatera Utara.
- Syarifah, M, Dan Kusumaputri, E., 2014, Hubungan Pengaturan Emosi Positif Dengan Kecemasan Menjelang Menopause Pada Perempuan Pekerja Di Desa Kalirejo, Salaman, Magelang, Jawa Tengah : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Jurnal Humanitas, Vol. 11-2.143-151.
- The World Health Organization: Quality Of Life (WHO-QOL) – Bref(2004).
- Trisetiyaningsih, Y, 2016. Hubungan Antara Gejala Menopause dengan Kualitas Hidup Perempuan Klimakterium. Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu Vol. 07 No. 01, Januari 2016.
- Widyastuti, Y, Rahmawati, A, dan Purnamaningrum, Y., 2010. Kesehatan Reproduksi, Yogyakarta : Fitramaya.