



## **HUBUNGAN PERSEPSI, SIKAP DAN DUKUNGAN PASANGAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN MENGHADAPI *MENOPAUSE* DI KLINIK BOUGENVILLE CIEKEK PANDEGLANG TAHUN 2024**

**Nisviyani<sup>1</sup>, Salfia Darmi<sup>2</sup>, Uci Ciptiasrini<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Kebidanan, Fakultas Vokasi, Universitas Indonesia Maju  
[nisviyani90@gmail.com](mailto:nisviyani90@gmail.com)<sup>1</sup>, [salfiadarmi742@gmail.com](mailto:salfiadarmi742@gmail.com)<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Peristiwa siklus hidup yang paling umum terjadi pada wanita adalah menopause, yang menandai dimulainya fase baru dan berakhirnya kesuburan. Persepsi, sikap, dan dukungan antarpribadi semuanya berperan dalam kecemasan wanita terhadap menopause. Di Klinik Bougenville Ciekek Pandeglang, wanita yang mengalami menopause diteliti untuk mengetahui bagaimana tingkat kecemasan mereka berkorelasi dengan pandangan, sikap, dan besarnya dukungan yang mereka dapatkan dari pasangannya. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif dan *cross-sectional*. Para ibu di Klinik Bougenville Ciekek Pandeglang, yang berusia antara 45 hingga 59 tahun, menjadi sampel penelitian yang dipilih secara tidak sengaja sebanyak 73 peserta. Nilai  $\rho = 0,005$  menunjukkan bahwa wanita tersebut cemas menjelang menopause. Nilai  $\rho$  hubungan sikap wanita dengan tingkat kecemasan terkait menopause adalah 0,005. Pada akhirnya, nilai  $\rho$  sebesar 0,007 menunjukkan korelasi antara jumlah kekhawatiran yang dirasakan seseorang tentang menopause dan kualitas dukungan yang diterima dari pasangannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari ketiga variabel independen yaitu persepsi, sikap, dan dukungan pasangan, yang paling besar pengaruhnya terhadap variabel dependen (tingkat kecemasan) adalah persepsi dan sikap. Hal ini disebabkan karena kedua variabel tersebut mempunyai nilai  $\rho$  yang sama yaitu 0,005 dan jika dibandingkan dengan dukungan pasangan maka nilai  $\rho$  persepsi dan sikap lebih besar atau sama dengan nilai  $\rho$  dukungan pasangan.

**Kata Kunci:** *dukungan pasangan, menopause, persepsi, sikap.*

### **Abstract**

The most prevalent life cycle event for women is menopause, which marks the beginning of a new phase and the end of fertility. Perceptions, attitudes, and interpersonal support all play a role in how anxious women feel about menopause. At the Bougenville Ciekek Pandeglang Clinic, women undergoing menopause are being studied to find out how their anxiety levels are correlated with their views, attitudes, and the amount of support they get from their partners. This study used a quantitative and cross-sectional technique. Mothers at the Bougenville Ciekek Pandeglang Clinic, whose ages ranged from 45 to 59, made up the study's accidentally selected sample of 73 participants.  $\rho$  value = 0.005 indicates that the women are anxious about menopause. The  $\rho$  value for the link between women's attitudes and the anxiety level related to menopause is 0.005. Ultimately, a  $\rho$  value of 0.007 indicates a correlation between the amount of worry one feels about menopause and the quality of support one receives from a spouse. The research results show that out of the three independent variables perception, attitude, and partner support the ones that have the most impact on the dependent variable (anxiety level) are perception and attitude. This is due to the fact that these two variables have the same  $\rho$  value 0.005 and when compared to partner support, the  $\rho$  value of perception and attitude is greater than or equal to the  $\rho$  value of partner support.

**Keywords:** *attitude, menopause, partner support, perception.*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2024

✉ Corresponding author :

Address : Kp.Kadugedong, Kec. Banjar, Kabupaten Pandeglang, Banten 42252

Email : [nisviyani90@gmail.com](mailto:nisviyani90@gmail.com)

Phone : +6285778063358

## PENDAHULUAN

Siklus menstruasi secara alami berhenti seiring bertambahnya usia seorang wanita, suatu proses yang dikenal sebagai menopause. Selama setahun, seorang wanita yang mengalami menopause alami tidak tahu kapan dia akan terakhir kali menstruasi. Ketika seorang wanita mencapai masa menopause, menstruasinya akan berakhir karena jumlah folikel di ovariumnya berkurang seiring bertambahnya usia. Kadar estrogen dan progesteron ovarium menurun sehingga memicu menopause. Selain itu, ovarium berhenti melepaskan sel telur. Hal ini menyebabkan frekuensi menstruasi menjadi berkurang dan akhirnya berhenti (Amir, 2023; Rizki et al., 2023).

Menurut statistik tahun 2020 yang dikumpulkan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia, 8,2% orang dewasa di Indonesia, atau 6,6 juta wanita, mengalami kecemasan, depresi, atau stres pada tahun-tahun menjelang menopause (Kementerian kesehatan Republik Indonesia, 2020). Diperkirakan 16.870.932 wanita berusia antara 45 dan 54 tahun akan mengalami menopause atau perimenopause pada tahun 2020, menurut Badan Pusat Statistik (BPS). Menurut statistik Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2020, 6,6 juta wanita pramenopause di negara ini menderita kecemasan, depresi, dan stres, yang merupakan 8% dari total populasi wanita. Di Provinsi Banten, kecemasan menimpa 4,8% wanita menopause atau sekitar 487.000 orang (Dinas Kesehatan Banten, 2020).

Enam puluh wanita, berusia antara 45 hingga 59 tahun, mengunjungi Bougenville Ciekek Klinik Pandeglang bulanan, menurut penyelidikan awal yang dilakukan peneliti di Bougenville Klinik Ciekek di bulan pada September 2023. Peneliti juga memilih secara acak 10 ibu yang melaporkan kecemasan terhadap gejala fisik terkait menopause seperti kesemutan, rasa tidak nyaman, sakit kepala, dan sulit tidur. Wanita menopause akan merasakan dampak situasi ini terhadap kecemasan saat mereka melewati menopause. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa sejumlah perubahan psikologis dan fisiologis telah terjadi selama periode ini, beberapa diantaranya mungkin bermanifestasi sebagai gejala. Dengan meluangkan waktu untuk mempelajari hal ini dapat menjelaskan bagaimana sikap perempuan, dukungan pasangannya, dan pandangan mereka tentang menopause memengaruhi kecemasan mereka (Prasani et al., 2023).

Salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap kemampuan seorang wanita untuk melanjutkan hidupnya setelah menopause adalah sikap dan tingkat dukungan pasangannya pada saat ini. Dengan demikian, wanita pramenopause lebih siap dan memiliki pandangan lebih optimis terhadap masa transformasi diri. Hal ini sejalan dengan apa yang dipikirkan kementerian kesehatan (Suna Huang, Zhonghai Wang, Danyi Zhen, Lizhu Liu, 2024).

Oleh karena itu, pada tahun 2024, di Bougenville Ciekek Di Klinik Pandeglang, peneliti akan mengkaji dampak persepsi, sikap, dan jaringan dukungan pasien terhadap tingkat kecemasan wanita dan ibu di tahun-tahun pramenopause yang bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan persepsi, sikap dan dukungan pasangan terhadap tingkat kecemasan pasien menghadapi menopause.

Menopause atau secara linguistik *meno* + *cease* adalah masa berhentinya menstruasi. Menopause/klimakterium ialah selesainya haid pada perempuan. Ini adalah peristiwa paling umum dalam siklus hidup seorang wanita dan ditandai dengan kemampuannya untuk memiliki anak dan memasuki fase baru dalam hidupnya. Menopause dapat terjadi pada usia berbeda-beda, dengan rata-rata usia menopause adalah 45 sampai 50 tahun, dengan kecenderungan menopause baru-baru ini terjadi pada usia yang lebih tua. Menstruasi berhenti dalam rentang usia 45 tahun sampai 53 tahun. Terdapat gejala-gejala yang dapat dirasakan oleh wanita menopause sebagaimana (Yuliyani, Daramatasia, & Rufaindah, 2022) menjelaskan gejala-gejala umum yang dapat terjadi meliputi gejala secara fisik, psikologis serta seksual. Gejala-gejala fisik meliputi *hot flushes* atau sensasi terbakar, mengeluarkan keringat apalagi pada malam hari, detak jantung meningkat, insomnia, migraine dan sering BAK. Kemudian gejala-gejala psikologis meliputi perasaan sensitive, stress, gelisah, mood berubah, mudah lupa dan sulit berkonsentrasi. Sedangkan gejala-gejala seksual meliputi kekeringan vagina dan libido menurun (Triana, 2020).

Menurut (Romadhona, 2022) terdapat 3 jenis menopause yaitu *menopause prematur* yang terjadi pada usia dibawah 40 tahun yang ditandai dengan berhentinya masa menstruasi sebelum waktunya. *Menopause normal* yang umumnya dialami oleh wanita pada usia akhir 40 tahun atau di bawah 50 tahun. *Menopause terlambat usia* yang umumnya terjadi di bawah usia 50 tahun. Ketika wanita usia 52 tahun masih mengalami menstruasi dapat

dijelaskan bahwa hal tersebut diakibatkan oleh faktor konstusional, fibromioma uteri dan tumor ovarium yang menghasilkan estrogen.

Menurut (Prilhi, Nadapdap, & Panjaitan, 2021) menopause memiliki beberapa 4 siklus, yaitu *premenopause* masa ketika siklus haid tidak teratur biasa terjadi sekitar usia 40 tahun, panjang, sedikit atau sering, dan terkadang menyakitkan. Selain itu, istilah ini juga digunakan dalam pengertian yang lebih sempit, dimana kadar hormon mulai berubah dan perubahan siklus serta ciri-ciri menstruasi mengacu pada tahap menuju. Kemudian *perimenopause* yang merupakan transisi menuju menopause dan termasuk tahun-tahun sebelum menstruasi benar-benar berhenti, waktu ketika anda melihat gejala -gejala seperti pendarahan hebat dan tumit merah setelah mengalami periode menstruasi terakhir. Tapi tidak tahu persis kapan itu terjadi. Saat ini, produksi estrogen mulai menurun, demikian pula fungsi ovarium, yang mulai menurun juga dan akhirnya berhenti. *Menopause* atau berhentinya siklus haid. Permulaan menopause sering ditandai dengan penurunan aliran menstruasi secara bertahap dan produksi estrogen semakin sedikit. *Postmenopause*, diyakini terjadi dalam waktu tiga sampai lima tahun setelah periode menstruasi terakhir. Ada perbedaan individu dalam periode setelah menopause, jadi menopause, menopause, dan menopause mungkin tumpang tindih, tetapi begitu menopause tercapai, itu tetap menopause.

Manopause tentu tidak terjadi begitu saja, akan tetapi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagaimana dijelaskan oleh (Romadhona, 2022), faktor yang mempengaruhi menopause meliputi faktor psikis, cemas, usia, usia melahirkan, merokok, pemakaian kontrasepsi, sosial ekonomi, budaya dan lingkungan, diabetes, status gizi dan stres

Kecemasan atau ketakutan berasal dari kata latin '*angere*' yang berarti 'aneh' atau 'menyiksa'. Hal demikian terkait dengan kata 'kemarahan' yang berarti 'kesedihan' atau 'kemarahan'. Kecemasan juga dikaitkan dengan kata *affliction*, yang menggambarkan rasa sakit yang akut. Rasa takut bahwa sesuatu akan terjadi, disebabkan oleh firasat bahaya. Ini adalah sinyal yang akan segera terjadi memicu peringatan adanya bahaya yang segera terjadi dan memberdayakan seseorang untuk mengambil tindakan terhadap ancaman tersebut (Yuliastri, Ariandini, & Rahmadini, 2022).

Kecemasan pada seseorang dapat diukur bergantung pada tingkatan kecemasan yang dialaminya. Menurut Stuart dalam (Annisa & Ifdil,

2016) terdapat 4 tingkat kecemasan, diantaranya: Kecemasan ringan dikaitkan dengan adanya ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan membuat seseorang tetap terjaga. Kecemasan ini meningkatkan motivasi belajar dan mengarah pada kreativitas dan pertumbuhan, Kecemasan sedang akan memungkinkan bagi seseorang untuk fokus terhadap masalah yang penting serta mengabaikan masalah lainnya. Ini memungkinkan seseorang untuk menerima perhatian selektif, tetapi tetap melakukan sesuatu dengan fokus, kecemasan berat seseorang yang mengalami kecemasan parah cenderung fokus pada hal kecil dan detail secara spesifik dan sulit untuk memikirkan hal yang lain. Orang tersebut membutuhkan banyak orientasi untuk dapat fokus pada area lain. Panik jika seseorang dengan rasa panik akan berkaitan dengan rasa takut bahkan takut berlebih yang dapat memicu kehilangannya kendali. Orang yang mengalami kepanikan tidak bisa berbuat apa-apa meski diberi instruksi (Alblooshi et al., 2023; Yanti et al., 2022).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi, sikap, dan dukungan pasangan terhadap tingkat kecemasan pasien menghadapi menopause di klinik Bougenville Ciekek Pandeglang tahun 2024.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode desain cross-sectional yaitu strategi yang mengamati seluruh variabel penelitian secara signifikan dan mengumpulkan data atau observasi sekaligus peneliti dalam penelitian ini mengkaji dinamika korelasi antara efek dan hubungan saat mempelajari karakteristik suatu subjek atau kondisi suatu variabel saat ini, dilakukan pengukuran. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Bougenville Ciekek Pandeglang pada bulan Januari tahun 2024 dengan populasi responden wanita menopause berusia 45 hingga 64 tahun.

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini secara kebetulan atau pengambilan sampel secara tidak sengaja dengan jumlah sampel sebanyak 73 responden. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu wanita usia 45 sampai 59 tahun, wanita yang status perkawinannya tidak berubah dan tinggal bersama suaminya dan wanita dengan siklus menstruasi yang sudah tidak teratur. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah wanita dengan riwayat gangguan jiwa dan tidak bisa membaca serta menulis.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam terhadap responden dengan menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS) yang merupakan standar untuk menilai tingkat kecemasan pada responden. Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis univariat untuk menunjukkan distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariat untuk melihat keterkaitan antar variabel penelitian.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Persepsi

No	Persepsi	Jumlah	Persentase (%)
1	Positif	41	56,2
2	Negatif	32	43,9
<b>Total</b>		<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden terdapat pada persepsi positif sebanyak 41 orang atau sebesar 56,2% dan responden dengan persepsi negative sebanyak 32 orang atau sebesar 43,9%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap

No	Sikap	Jumlah	Persentase (%)
1	Positif	31	42,5
2	Negatif	42	57,5
<b>Total</b>		<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden terdapat pada sikap negatif sebanyak 42 orang atau sebesar 57,5% dan responden dengan sikap positif sebanyak 31 orang atau sebesar 42,5%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Pasangan

No	Dukungan pasangan	Jumlah	Persentase (%)
1	Mendukung	50	68,5
2	Tidak Mendukung	23	31,5
<b>Total</b>		<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mendapat dukungan pasangan sebanyak 50 orang atau sebesar 68,5% sedangkan 23 orang dengan persentase sebesar 31,5% tidak mendapatkan dukungan dari suami.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
1	Tidak Ada Kecemasan	22	30,1
2	Kecemasan Ringan	51	69,9
<b>Total</b>		<b>73</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan sebagian besar memiliki kecemasan ringan sebanyak 51 orang atau sebesar 69,9% sedangkan 22 orang dengan persentase sebesar 30,1% tidak memiliki kecemasan.

Tabel 5. Analisis Bivariat Persepsi dengan Tingkat Kecemasan

Persepsi	Tingkat Kecemasan				Jumlah	$\rho$ values	OR	
	Tidak Ada		Ringan					
	N	%	N	%				
Positif	18	43,9	23	56,1	41	100	0,005	9.015
Negatif	4	12,5	28	87,5	32	100		
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>		<b>51</b>		<b>73</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel tersebut didapatkan responden yang memiliki persepsi positif dan tidak merasakan kecemasan sebanyak 18 orang atau sebesar 43,9%, lebih besar persentasenya dibandingkan dengan responden dengan persepsi negative dan tidak merasakan kecemasan sebanyak 4 orang atau sebesar 12,5%. Hasil uji statistic chi-square didapatkan  $\rho$  values = 0,005 yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka  $\rho$  values  $\leq 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang artinya terdapat hubungan persepsi Ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause dan nilai Odd Ratio (OR) sebesar 9.015 yang artinya responden dengan persepsi negative memiliki peluang 9.015 kali lebih besar mengalami kecemasan dan tidak siap dalam menghadapi menopause

Tabel 6. Analisis Bivariat Sikap dengan Tingkat Kecemasan

Persepsi	Tingkat Kecemasan				Jumlah	$\rho$ values	OR	
	Tidak Ada		Ringan					
	N	%	N	%				
Positif	15	48,4	16	51,6	41	100	0,005	8.565
Negatif	7	16,7	35	83,3	32	100		
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>		<b>51</b>		<b>73</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel tersebut didapatkan responden yang memiliki sikap positif dan tidak merasakan kecemasan sebanyak 15 orang atau sebesar 48,4%, lebih besar persentasenya

dibandingkan dengan responden dengan sikap negative dan tidak merasakan kecemasan sebanyak 7 orang atau sebesar 16,7%. Hasil uji statistic chi-square didapatkan  $\rho$  values = 0,005 yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka  $\rho$  values  $\leq 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang artinya terdapat hubungan sikap Ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause dan nilai Odd Ratio (OR) sebesar 8.565 yang artinya responden dengan sikap negative memiliki peluang 8.565 kali mengalami pengaruh terhadap kecemasan.

Tabel 7. Analisis Bivariat Dukungan Pasangan dengan Tingkat Kecemasan

Dukungan Pasangan	Tingkat Kecemasan				Jumlah		$\rho$ values	OR
	Tidak Ada		Ringan					
	N	%	N	%	N	%		
Mendukung	20	40,0	30	60,0	50	100	0,007	8.464
Tidak Mendukung	2	8,7	21	91,3	23	100		
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>		<b>51</b>		<b>73</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel tersebut didapatkan responden yang memiliki dukungan dan tidak merasakan kecemasan sebanyak 20 orang atau sebesar 40,0%, lebih besar persentasenya dibandingkan dengan responden dengan responden yang tidak mendapat dukungan dan tidak merasakan kecemasan sebanyak 2 orang atau sebesar 8,7%. Hasil uji statistic chi-square didapatkan  $\rho$  values = 0,007 yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka  $\rho$  values  $\leq 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang artinya terdapat hubungan dukungan pasangan dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause dan nilai Odd Ratio (OR) sebesar 8.464 yang artinya responden yang tidak mendapatkan dukungan memiliki peluang 8.464 kali lebih besar tidak siap menghadapi menopause dan mempengaruhi kecemasannya.

### SIMPULAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan analisis bivariate, terdapat hubungan antara persepsi Ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause di Klinik Bougenville Ciekek Pandeglang pada tahun 2024 dengan hasil uji chi-square yang didapatkan  $\rho$  values = 0,005 yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka  $\rho$  values  $\leq 0,05$ . Berdasarkan data tersebut, dapat dinyatakan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

Maka, disimpulkan bahwa terdapat hubungan persepsi Ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause. Adapun nilai Odd Ratio (OR) sebesar 9.015 yang artinya responden dengan persepsi negative memiliki peluang 9.015 kali lebih besar mengalami kecemasan dan tidak siap dalam menghadapi menopause.

2. Berdasarkan analisis bivariat, terdapat hubungan antara sikap Ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause di Klinik Bougenville Ciekek Pandeglang pada tahun 2024 dengan hasil uji chi-square yang didapatkan  $\rho$  values = 0,005 yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka  $\rho$  values  $\leq 0,05$ . Berdasarkan data tersebut, dapat dinyatakan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan sikap Ibu dengan tingkat kecemasan menghadapi menopause. Adapun nilai Odd Ratio (OR) sebesar 8.565 yang artinya responden dengan sikap negative memiliki peluang 8.565 kali mengalami pengaruh terhadap kecemasan.
3. Berdasarkan analisis bivariat, terdapat hubungan antara dukungan pasangan dengan tingkat kecemasan Ibu menghadapi menopause di Klinik Bougenville Ciekek Pandeglang pada tahun 2024 dengan hasil uji chi-square yang didapatkan  $\rho$  values = 0,007 yang jika dibandingkan dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , maka  $\rho$  values  $\leq 0,05$ . Berdasarkan data tersebut, dapat dinyatakan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Maka, disimpulkan bahwa terdapat hubungan dukungan pasangan dengan tingkat kecemasan Ibu menghadapi menopause. Adapun nilai Odd Ratio (OR) sebesar 8.464 yang artinya responden yang tidak mendapatkan dukungan memiliki peluang 8.464 kali lebih besar tidak siap menghadapi menopause dan mempengaruhi kecemasannya.

### DAFTAR PUSTAKA

Alblooshi, S., Taylor, M., & Gill, N. (2023). Does menopause elevate the risk for developing depression and anxiety? Results from a systematic review. *Australasian Psychiatry*, 31(2), 165–173. <https://doi.org/10.1177/10398562231165439>

Amir, S. (2023). Health Promotion Model Terhadap Pengetahuan Perempuan Pada Perubahan Masa Menopause. *Jurnal Ners*,

- 7(1), 551–555.  
<https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.13613>
- Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor*, 5(2), 93-99.
- Dinas Kesehatan Banten. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2020*.
- Kementerian kesehatan Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.  
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>
- Prasani, M., Mutmainnah, M., & Mawarti, I. (2023). Gambaran Kualitas Tidur pada Perempuan Lansia di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1567–1575.  
<https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.16687>
- Prilhi, F. S., Nadapdap, T. P., & Panjaitan, I. M. (2021). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Wanita Perimenopause di Kelurahan Karang Berombak Kecamatan Medan Barat Kota Medan Tahun 2020. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1), 236-252.
- Rizki, T., Ningrum, D., Astuti, A. P. K., & Sopiah, P. (2023). Gambaran Pengetahuan Tentang Perilaku CERDIK Pada Wanita Menopause Yang Menderita Hipertensi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1476–1483.  
<https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.15638>
- Romadhona, N. F. (2022). *Menopause: Permasalahan dan Manfaat Senam untuk Wanita Menopause*. Surabaya: UM Publishing.
- Suna Huang, Zhonghai Wang, Danyi Zhen, Lizhu Liu, G. (2024). *Anxiety disorder in menopausal women and the intervention efficacy of mindfulness-based stress reduction Suna*. 15(3), 2016–2024.
- Triana, H. (2020). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di Desa Babakan 2019. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 14(1), 15–20.  
<https://doi.org/10.36051/jiki.v14i1.111>
- Yanti, A. K., Primatanti, P. A., Suryanditha, P. A., Kedokteran, M. F., Kesehatan, I., Warmadewa, U., Kedokteran, B. I., Fakultas, J., Dan, K., Warmadewa, U., Mikrobiologi, B., Parasitologi, D., & Kedokteran, F. (2022). Hubungan Antara Perubahan Fisik dengan Kecemasan pada Wanita Menopause di Desa Pupua. *AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 1(2), 1–6.  
<https://www.ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/amj/article/view/4597>
- Yuliastri, D., Ariandini, S., & Rahmadini, A. F. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Kecemasan Menghadapi Menopause di Desa Buniwangi. *Journal of Public Health Innovation*, 2(1), 123-132.