



FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN MENOPAUSE PADA IBU DI PUSKESMAS DALU-DALU KECAMATAN TAMBUSAI RIAU

Daniel Ginting¹, Netti Etalia br Brahmana²

1,2 Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Sari Mutiara Indonesia
birink_netti@yahoo.com

ABSTRAK

Menopause merupakan suatu proses yang alamiah tetapi seringkali menjadi hal yang menakutkan bagi seorang wanita, kekhawatiran ini berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan tidak sehat, tidak bugar, tidak bisa melakukan tugas sebagai seorang istri, dan tidak cantik lagi. Faktor-faktor yang berhubungan dengan menopause pada ibu yaitu usia menarche, paritas, status perkawinan, usia melahirkan anak terakhir. Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan menopause pada ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Tahun 2011. Penelitian ini bersifat analitik dengan menggunakan desain *cross sectional* menggunakan data sekunder dan primer dengan kuesioner. Populasi dan Sampel penelitian ini adalah 38 orang dengan tehknik *total sampling*. Data dianalisis dengan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian ini adalah ada hubungan menarche dengan menopause ada hubungan paritas dengan menopause ada hubungan status perkawinan dengan menopause dan ada hubungan usia melahirkan anak terakhir dengan menopause dan berdasarkan analisa ada hubungan antara menarche, paritas, status perkawinan dan usia melahirkan anak terakhir dengan menopause. Diharapkan bagi pihak posyandu lansia ataupun pihak Kesehatan Ibu dan Anak agar lebih ditingkatkan sosialisasi tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi menopause pada seorang wanita baik melalui konseling ataupun penyuluhan.

Kata kunci : Faktor-faktor yang berhubungan, Menopause

PENDAHULUAN

Menopause merupakan kondisi dimana seorang wanita mencapai masa berhentinya haid pada usia lebih dari atau pada 45 tahun. Usia rata-rata untuk mencapainya menopause alami atau berhentinya haid adalah diatas 51 tahun. Bila seorang wanita mencapai menopause pada usia kurang dari atau tepat 45 tahun dapat dikategorikan sebagai menopause dini (Nirmala, 2003).

Untuk sebagian wanita, menjadi tua seringkali menjadi hal yang menakutkan. Kekhawatiran ini mungkin berawal dari pemikiran bahwa dirinya akan tidak sehat, tidak bugar, dan tidak cantik lagi. Kondisi tersebut memang tidak menyenangkan dan menyakitkan. Padahal, masa menopause merupakan salah satu fase yang harus di jalani seorang wanita dalam kehidupannya. Seperti halnya fase-fase kehidupan yang

lain, yaitu masa anak-anak dan masa reproduksi. Namun munculnya rasa

kekhawatiran yang berlebihan itu menyebabkan mereka sangat sulit menjalani masa ini. (Kasdu, 2007).

Menopause merupakan masa yang pasti dihadapi dalam perjalanan hidup seorang perempuan dan suatu proses alamiah sejalan dengan bertambahnya usia. Seorang wanita yang sudah menopause akan mengalami berhentinya haid. Fase ini terjadi karena ia tidak lagi menghasilkan estrogen yang cukup untuk mempertahankan jaringan yang responsif dalam suatu cara yang fisiologi. Akibat dari kadar hormon estrogen, progesteron dan hormon ovarium yang berkurang akan menyebabkan perubahan fisik, psikologis dan seksual yang menurun pada wanita pasca menopause (Hacker dkk, 2005).



Seseorang disebut menopause jika tidak lagi menstruasi selama 12 bulan atau satu tahun. Menopause umumnya terjadi ketika perempuan memasuki usia 48 hingga 52 tahun (Rachmawati, 2006).

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO, pada tahun 2005, total populasi wanita yang mengalami menopause di seluruh dunia mencapai 476 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 akan mencapai 1,2 milyar orang (Aso, 2008). Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 1997 mencapai 201,4 juta dengan 100,9 juta orang wanita. Jumlah wanita berusia di atas 50 tahun mencapai 14,3 juta orang. Pada tahun 2000 jumlah penduduk Indonesia mencapai 203,46 juta orang yang terdiri dari 101,81 juta perempuan dengan jumlah perempuan yang berusia di atas 50 tahun dan diperkirakan telah memasuki usia menopause sebanyak 15,5 juta orang. (Baziad, 2006).

Jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang berusia diatas 50 tahun dan diperkirakan memasuki usia menopause dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Berdasarkan sensus penduduk tahun 2005 jumlah perempuan berusia di atas 50 tahun baru mencapai 15,5 juta orang atau 7,6% dari total penduduk, sedangkan tahun 2020 jumlahnya diperkirakan meningkat menjadi 30 juta atau 11,5% dari total penduduk. Lebih lanjut ditegaskan berdasarkan perhitungan statistik, diperkirakan ditahun 2020 jumlah penduduk Indonesia akan mencapai 262,6 juta jiwa dengan jumlah perempuan yang hidup dalam usia menopause adalah sekitar 30,3 juta jiwa dan jumlah laki-laki di usia andropause akan mencapai 24,7 juta jiwa (Depkes RI, 2005).

Jumlah wanita usia menopause pada tahun 2000 mencapai 15,5 juta jiwa atau sekitar 7,6% dari keseluruhan jumlah total penduduk di Indonesia dan jumlah ini diperkirakan akan bertambah dari tahun ke tahun, meskipun demikian namun pelayanan kesehatan reproduksi yang sangat dibutuhkan di usia menopause belum cukup memadai (Rambulangi, 2005)

Banyak faktor yang berhubungan dengan menopause. Menurut Kasdu (2002) dan Yatim (2001), beberapa faktor tersebut yaitu usia pertama kali menstruasi, stress, pemakaian metode kontrasepsi, status keluarga (status perkawinan, jumlah anak dan usia melahirkan anak terakhir), riwayat keluarga, pekerjaan, pendapatan, merokok, dan minum alkohol. Selain itu, ada juga beberapa faktor lain diantaranya pengaruh toksin patogen atau radiasi, kebiasaan diet, olah raga, perilaku seksual, (Depkes RI, 2007).

Paritas adalah jumlah anak yang pernah dilahirkan. Beberapa peneliti menemukan bahwa semakin sering seseorang melahirkan maka semakin tua atau semakin lama mereka memasuki Menopause. Hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi wanita dan juga dapat memperlambat penuaan tubuh. Penelitian yang dilakukan Beth Isrel Deaconess Centre di Boston mengungkapkan bahwa wanita yang masih melahirkan di atas 40 tahun akan mengalami usia menopause yang lebih tua.

Status perkawinan adalah status seorang wanita dalam perkawinan yaitu belum menikah atau sudah menikah. Keadaan seorang wanita yang tidak menikah diduga mempengaruhi perkembangan psikis wanita tersebut. Mereka akan mengalami masa menopause lebih muda atau lebih cepat dibandingkan dengan wanita yang telah menikah. Selain fisik, perubahan psikis juga sempat mempengaruhi kualitas hidup seorang wanita menjalani masa menopause, termasuk pengetahuan tentang menopause (Kasdu, 2007).

Usia melahirkan yang dilakukan di Beth Israel Deaconess Medical Centre di Boston, menemukan bahwa wanita yang masih melahirkan di atas 40 tahun akan mengalami usia menopause yang lebih tua. Semakin tua seseorang melahirkan anak, semakin tua ia mulai memasuki usia menopause. Hal ini terjadi karena kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi (Kasdu, 2007)



Hasil penelitian dan kajian, diperoleh data bahwa 75% wanita yang mengalami menopause akan merasakan sebagai masalah atau gangguan, sedangkan sekitar 25% tidak merasakan sebagai masalah. Beberapa hal yang mempengaruhi persepsi seorang perempuan terhadap menopause, antara lain faktor kultural, sosial ekonomi, gaya hidup, kebutuhan terhadap kehidupan seksual (Achadiat, 2007).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh peneliti didapatkan 38% orang ibu yang mengalami masa menopause di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melihat faktor-faktor yang berhubungan dengan menopause pada ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011.

METODE PENELITIAN

Jenis rancangan penelitian ini merupakan penelitian *Analitik* dengan menggunakan desain *cross sectional*, dimana pengukuran dan pengamatan terhadap subjek penelitian dilakukan sekali pengamatan. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011. Populasi dan Sampel penelitian ini adalah 38 orang dengan dengan tehknik *total sampling*. Data dianalisis dengan uji statistik *chi-square*.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Karakteristik	F	%
Umur		
a. < 45 Tahun	2	5,3
b. 45 – 55 Tahun	33	86,8
c. ≥ 55 Tahun	3	7,9
Pendidikan		
a. SD	7	18,4
b. SLTP	9	23,7
c. SLTA	16	42,1
d. PT	6	15,8
Pekerjaan		

a. IRT	22	57,9
b. PNS	6	15,8
c. Wiraswasta	10	26,3
Menopause		
a. Menopause	27	71,1
b. Tidak Menopause	11	28,9

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas 45 – 55 tahun sebanyak 33 orang (86,8%) dan minoritas umur < 45 tahun sebanyak 2 orang (5,3%). Berdasarkan pendidikan mayoritas responden berpendidikan SLTA sebanyak 16 orang (42,1%), minoritas pendidikan PT sebanyak 6 orang (15,8%). Berdasarkan pekerjaan mayoritas IRT sebanyak 22 orang (57,9%), minoritas PNS sebanyak 6 orang (15,8%) dan yang menopause sebanyak 27 orang (71,1%) dan yang tidak menopause sebanyak 11 orang (28,9%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Menopause Pada Ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Kategori	F	%
Menarche		
a. < 12 Tahun	14	36,8
b. ≥ 12 Tahun	24	63,2
Paritas		
a. > 2 orang	16	42,1
b. ≥ 2 orang	22	57,9
Status Perkawinan		
a. Menikah	33	86,6
b. Belum Menikah	5	13,2
Usia Melahirkan Anak Terakhir		
a. < 40 Tahun	30	78,9
b. > 40 Tahun	8	21,1

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa menarche mayoritas ≥ 12 tahun sebanyak 63,2%, paritas mayoritas ≥ 2 orang sebanyak 57,9%, status perkawinan mayoritas menikah sebanyak 86,7%, usia melahirkan anak terakhir mayoritas < 40 tahun sebanyak 78,9%.



Tabel 3
Distribusi Hubungan Menarache Dengan Menopause Pada Ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Responden	Menopause				Total		P Value
	Menopause		Tidak Menopause		n	%	
	n	%	n	%			
Menarache							
< 12 tahun	11	28,9	3	7,9	14	36,8	0,028
≥ 12 tahun	16	42,1	8	21,1	24	63,2	
Paritas							
< 2 orang	10	26,3	6	15,8	16	42,1	0,034
> 2 orang	17	44,7	5	13,2	22	57,9	
Status Perkawinan							
Menikah	24	63,2	9	23,7	33	86,8	0,016
Belum Menikah	3	7,9	2	5,3	5	13,2	
Usia kehamilan							
< 40 tahun	22	57,9	8	21,1	30	78,9	0,030
> 40 tahun	5	13,2	3	7,9	8	21,1	

Pada tabel 3 dapat dilihat dari 14 orang (36,8%) yang menarache < 12 tahun terdapat sebanyak 11 orang (28,9%) yang menopause dan 3 orang (7,9%) yang tidak menopause. Dari 24 orang yang menarache ≥ 12 tahun terdapat sebanyak 16 orang (42,1%) yang menopause, dan 8 orang (21,1%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis bivariat hubungan menarache dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,028$ ($\alpha = 0,05$) hal ini menunjukkan ada pengaruh usia menarache terhadap menopause. Dari 16 orang (42,1%) paritas < 2 orang terdapat sebanyak 10 orang (26,3%) yang menopause dan 6 orang (15,8%) yang tidak menopause. Dari 22 orang paritas ≥ 2 tahun terdapat sebanyak 17 orang (44,7%) yang menopause, dan 5 orang (13,2%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis bivariat hubungan paritas dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,034$ ($\alpha = 0,05$) hal ini menunjukkan ada pengaruh paritas terhadap menopause. Dari 33 orang (86,8%) status perkawinan dengan menikah terdapat sebanyak 24 orang (63,2%) yang menopause dan 9 orang (23,7%) yang tidak menopause. Dari 5 orang status perkawinan dengan belum menikah terdapat sebanyak 3 orang (7,9%) yang menopause, dan 2 orang (5,3%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis

bivariat hubungan status perkawinan dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,016$ ($\alpha = 0,05$) hal ini menunjukkan ada pengaruh status perkawinan terhadap menopause. Dari 30 orang (78,9%) usia melahirkan anak terakhir < 40 tahun sebanyak 22 orang (57,9%) yang menopause dan 8 orang (21,1%) yang tidak menopause. Dari 8 orang usia melahirkan anak terakhir ≥ 40 tahun terdapat sebanyak 5 orang (13,2%) yang menopause, dan 3 orang (7,9%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis bivariat hubungan usia melahirkan anak terakhir dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,030$ ($\alpha = 0,05$) hal ini menunjukkan ada pengaruh usia melahirkan anak terakhir dengan menopause.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Menarache dengan Menopause Pada Ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Pada hasil penelitian dapat dilihat usia menarache ≤ 12 tahun terdapat sebanyak 11 orang (28,9%) yang menopause, yang tidak menopause sebanyak 3 orang (7,9%), dan yang usia menarache ≥ 12 tahun sebanyak 16 orang (42,1%) yang menopause, sedangkan yang tidak



menopause sebanyak 8 orang (21,1%). Dari hasil analisis bivariat hubungan menarche dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,028$ ($\alpha = 0,05$) hal ini menunjukkan ada pengaruh usia menarche terhadap menopause, dan secara teori dalam penelitian ini ada hubungan antara usia pertama kali haid dengan usia seorang wanita memasuki masa menopause. Menarche adalah pertama kali seorang wanita mengalami menstruasi. Menstruasi adalah pendarahan uterus sebagai tanda bahwa alat kandungannya menuaikan fungsinya, terjadi setiap bulan secara teratur pada seorang wanita dewasa yang sehat, menstruasi merupakan ciri khas seorang wanita karena terjadinya perubahan-perubahan yang siklik dari alat kandungannya (Depkes RI, 2005).

Menarche biasanya terjadi pada usia 12 tahun di negara-negara maju dan negara berkembang, ini menunjukkan bahwa seorang anak wanita telah memasuki usia subur. Menurut Lyewellyn dan Jones (2005) Menarche dianggap sebagai tanda kedewasaan, dan gadis yang mengalami menarche dianggap sudah masanya melakukan tugas-tugas sebagai seorang wanita.

Menurut penelitian di Inggris, rata-rata haid pertama datang pada usia 13 tahun. Dibandingkan dengan keadaan di abad yang lalu, di mana haid pertama pada umumnya datang pada umur 15 tahun. Beberapa ahli yang melakukan penelitian melakukan adanya hubungan antara usia pertama kali mendapat haid dengan usia seorang wanita memasuki menopause (Depkes RI, 2007).

Dalton yang dikutip oleh Reitz (2005) mengatakan bahwa wanita yang terlambat mendapatkan menstruasi pada usia 15 atau 16 tahun justru akan mengalami menopause lebih cepat, sedangkan mereka yang haid lebih dini seringkali akan mengalami menopause sampai mencapai usia 50 tahun. Ada pola keluarga yang berlaku secara umum, bagi seorang wanita yang ibu atau kakaknya lebih cepat mengalami menopause, maka responden juga cenderung mengalami hal yang sama, begitu juga sebaliknya.

Menurut asumsi peneliti Pendapat ini memiliki perbedaan dan persamaan dengan hasil penelitian yang didapat. Dari pendapat diatas didapat bahwa semakin lama seorang wanita menarche semakin cepat mengalami menopause, tetapi dari hasil penelitian dapat dilihat semakin cepat seorang wanita menarche, responden akan memasuki menopause tepat pada rentang usia menopause (45-50) tahun. Meskipun akhir haid seseorang bervariasi antara perempuan yang satu dengan yang lainnya.

2. Hubungan Paritas dengan Menopause Pada Ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Pada hasil penelitian dapat dilihat paritas < 2 orang terdapat sebanyak 10 orang (26,3%) yang menopause dan 6 orang (15,8%) yang tidak menopause. Dan paritas > 2 orang terdapat sebanyak 17 orang (44,7%) yang menopause dan 5 orang (15,2%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis bivariat hubungan paritas dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,034$ ($\alpha = 0,05$) maka ada hubungan paritas dengan menopause.

Secara teori dalam penelitian ini ada hubungan antara paritas dengan menopause dikarenakan semakin sering seseorang melahirkan, semakin tua atau semakin lama mereka memasuki masa menopause. Hal ini dikarenakan kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi wanita dan juga dapat memperlambat penuaan tubuh. Penelitian yang dilakukan Beth Israel Deaconess di Boston mengungkapkan bahwa wanita yang masih melahirkan di atas 40 tahun akan mengalami usia menopause yang lebih tua (Kasdu, 2007). Kelihatannya kenyataan ini lebih sering terjadi pada golongan ekonomi berkecukupan dibandingkan pada golongan masyarakat ekonomi kurang mampu (Rostina Triana, 2009).

Hal ini berkaitan dengan melahirkan anak, seperti pendapat Kasdu (2004) dan Yatim (2003) yang mengatakan bahwa makin sering seorang wanita



melahirkan maka semakin tua atau lama mereka memasuki menopause. Jika seorang wanita memiliki banyak anak, tentu wanita tersebut mengalami kehamilan dan melahirkan yang banyak atau dalam waktu yang lama juga. Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian bahwa dengan semakin sering wanita melahirkan anak maka seorang wanita tersebut akan semakin lama juga memasuki menopause. Hal ini disebabkan karena kehamilan dan persalinan memperlambat sistem kerja organ reproduksi memperlambat penuaan tubuh.

3. Hubungan Status Perkawinan dengan Menopause Pada Ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Pada hasil penelitian dapat dilihat status perkawinan dengan menikah terdapat sebanyak 24 orang (63,2%) yang menopause dan 9 orang (23,7%) yang tidak menopause. Dan status perkawinan dengan belum menikah sebanyak 3 orang (7,9%) yang menopause dan 2 orang (5,3%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis bivariat hubungan status perkawinan dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,016$ ($\alpha = 0,05$) maka ada hubungan status perkawinan dengan menopause.

Status perkawinan memang tidak berpengaruh langsung terhadap menopause. Tetapi status perkawinan berpengaruh terhadap perkembangan psikis seorang wanita. Keadaan psikis wanita tersebut yang dapat memicu terjadinya menopause lebih cepat. Keadaan seorang wanita yang tidak menikah diduga mempengaruhi perkembangan psikis wanita tersebut. Mereka akan mengalami masa menopause lebih muda atau lebih cepat dibandingkan dengan wanita yang telah menikah. Selain fisik, perubahan psikis juga sempat mempengaruhi kualitas hidup seorang wanita menjalani masa menopause, termasuk pengetahuan tentang menopause (Kasdu, 2007). Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian bahwa status

perkawinan tidak berpengaruh langsung terhadap menopause, tetapi status perkawinan lebih berpengaruh terhadap perkembangan psikis. disamping itu wanita yang sangat mencemaskan menopause besar kemungkinan karena kurang mempunyai informasi mengenai seluk beluk menopause.

4. Usia Melahirkan Anak Terakhir Pada Ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011

Pada hasil penelitian dapat dilihat usia melahirkan anak terakhir < 40 tahun terdapat sebanyak 22 orang (57,9%) yang menopause dan 8 orang (21,1%) yang tidak menopause. Dan usia melahirkan anak terakhir > 40 tahun sebanyak 5 orang (13,2%) yang menopause dan 3 orang (7,9%) yang tidak menopause. Dari hasil analisis bivariat hubungan usia melahirkan anak terakhir dengan menopause diperoleh nilai $p = 0,030$ ($\alpha = 0,05$) maka ada hubungan usia melahirkan anak terakhir dengan menopause.

Usia melahirkan yang dilakukan di Beth Israel Deaconess Medical Centre di Boston, menemukan bahwa wanita yang masih di atas 40 tahun akan mengalami usia menopause yang lebih tua. Semakin tua seseorang melahirkan anak, semakin tua ia mulai memasuki usia menopause. Hal ini terjadi karena kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi (Kasdu, 2007). Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian adalah dengan semakin tua seorang wanita melahirkan maka akan memperoleh kesempatan untuk mengalami usia menopause yang lebih lama. Hal ini dipengaruhi masih adanya hormon estrogen, progesteron, dan hormon ovarium yang masih responsif. Kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi.



KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan menopause pada ibu di Puskesmas Dalu-Dalu Kecamatan Tambusai Riau Tahun 2011 maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada hubungan menarche dengan menopause.
2. Ada hubungan paritas dengan menopause.
3. Ada hubungan status perkawinan dengan menopause.
4. Ada hubungan usia melahirkan anak terakhir dengan menopause.

Disarankan :

1. Diharapkan kepada setiap ibu agar dapat mengikuti penyuluhan dari tenaga kesehatan berkaitan dengan menopause dan mencari informasi tentang menopause melalui majalah kesehatan, buku-buku tentang menopause untuk meningkatkan pengetahuan para ibu-ibu yang akan memasuki usia menopause.
2. Diharapkan bagi pihak posyandu lansia ataupun pihak Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) agar lebih ditingkatkan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan menopause baik melalui konseling maupun penyuluhan.
3. Untuk peneliti selanjutnya agar mencari variabel lain yang berhubungan dengan menopause seperti pemakaian alat kontrasepsi, nutrisi, dan riwayat penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Riyanto, 2009, **Pengelolaan Dan Analisis Data Kesehatan**, Numed, Jakarta.

Achadiat, 2007, **Persepsi Ibu Menopause Terhadap Aktivitas Seksualitas Pada Masa Menopause Di Desa Jagalan Kecamatan Tawangmangu Karanganyar**, Jurnal Kesehatan.

Depkes RI, 2005, **Terjadi Pergeseran Umur Menopause**. <http://www.depkes.go.id/>

[index.php?option=articles&task=viewarticle&artid=280](http://www.depkes.go.id/index.php?option=articles&task=viewarticle&artid=280), diakses 9 november 2008) Kuntjoro, 2008.

_____, 2007, **Tips Mempersiapkan Menopause**. <http://www.depkes.go.id/index>

[.php?option=article&task=viewarticle&artid=280](http://www.depkes.go.id/index.php?option=article&task=viewarticle&artid=280), diakses 21 januari 2008) Kuntjoro, 2009.

Elisabet, 2005, **Menopause Dini, Jurnal Kesehatan**, <http://www.depkes.go.id/index.php?option=article&task=viewarticle&artid=280>, diakses 21 januari 2008)

Ellya dkk, 2010, **Kesehatan Reproduksi Wanita**, TIM, Jakarta.

Kuntjoro, Z. Sri, 2002, **Menopause**. <http://www.epsikologi.com/dewasa/index/menopause.htm>, diakses 13 Oktober 2008.

Kasdu, 2004, D, 2002, **Kiat Sehat dan Bahagia di Usia Menopause**. Cetakan Pertama, Penerbit Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, Jakarta.

Lestary, 2010, **Seluk-Beluk Menopause**, Gara Ilmu, Jakarta.

Nirmala, 2003, **Menopause**, Jurnal Kesehatan <http://www.depkes.go.id>
Notoadmojo, 2006, **Ilmu Kesehatan Masyarakat**, Rineka Cipta, Jakarta.
Rachmawati, 2006, **Persepsi Ibu Menopause Terhadap Aktivitas Seksualitas Pada Masa Menopause Di Desa Jagalan Kecamatan Tawangmangu Karanganyar**, Jurnal Kesehatan.

Yatim, 2010, **Haid Yang Tidak Wajar dan Menopause**, Jurnal Kesehatan.