

**HUBUNGAN PEREMPUAN MENOPAUSE DENGAN KUALITAS HIDUP
DI PUSKESMAS SEMANU II**

KARYA TULIS ILMIAH

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran di
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun oleh:

GABRIELLA DANESTA VINKANOVA ASMARA

41210536

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA

2025

PERNYATAAN PENYERAHAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : GABRIELLA DANESTA VINKANOVA ASMARA
NIM/NIP/NIDN : 41210536
Program Studi : Pendidikan Dokter
Judul Karya Ilmiah : Hubungan Perempuan Menopause
dengan Kualitas Hidup di
Puskesmas Semanu II

dengan ini menyatakan:

- bahwa karya yang saya serahkan ini merupakan revisi terakhir yang telah disetujui pembimbing/promotor/reviewer.
- bahwa karya saya dengan judul di atas adalah asli dan belum pernah diajukan oleh siapa pun untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Kristen Duta Wacana maupun di universitas/institusi lain.
- bahwa karya saya dengan judul di atas sepenuhnya adalah hasil karya tulis saya sendiri dan bebas dari plagiaris. Karya atau pendapat pihak lain yang digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini telah dikutip sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.
- bahwa saya bersedia bertanggung jawab dan menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku berupa pencabutan gelar akademik jika di kemudian hari didapati bahwa saya melakukan tindakan plagiaris dalam karya saya ini.
- bahwa Universitas Kristen Duta Wacana tidak dapat diberi sanksi atau tuntutan hukum atas pelanggaran hak kekayaan intelektual atau jika terjadi pelanggaran lain dalam karya saya ini. Segala tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran dalam karya saya ini akan menjadi tanggung jawab saya pribadi, tanpa melibatkan pihak Universitas Kristen Duta Wacana.
- menyerahkan hak bebas royalti non eksklusif kepada Universitas Kristen Duta Wacana, untuk menyimpan, melestarikan, mengalihkan dalam media/format lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan mengunggahnya di Repositori UKDW tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta atas karya saya di atas, untuk kepentingan akademis dan pengembangan ilmu pengetahuan.

- g. bahwa saya bertanggung jawab menyampaikan secara tertulis kepada Universitas Kristen Duta Wacana jika di kemudian hari terdapat perubahan hak cipta atas karya saya ini.
- h. bahwa meskipun telah dilakukan pelestarian sebaik-baiknya, Universitas Kristen Duta Wacana tidak bertanggung jawab atas kehilangan atau kerusakan karya atau metadata selama disimpan di Repositori UKDW.
- i. mengajukan agar karya saya ini: *(pilih salah satu)*

- ☒ Dapat diakses tanpa embargo.
- ☐ Dapat diakses setelah 2 tahun. *
- ☐ Embargo permanen. *

Embargo: penutupan sementara akses karya ilmiah

*Halaman judul, abstrak, dan daftar pustaka tetap wajib dibuka.

Alasan embargo *(bisa lebih dari satu)*:

- ☐ dalam proses pengajuan paten.
- ☐ akan dipresentasikan sebagai makalah dalam seminar nasional/internasional. **
- ☐ akan diterbitkan dalam jurnal nasional/internasional. **
- ☐ telah dipresentasikan sebagai makalah dalam seminar nasional/internasional ... dan diterbitkan dalam prosiding pada bulan ... tahun ... dengan DOI/URL ... ***
- ☐ telah diterbitkan dalam jurnal ... dengan DOI/URL artikel ... atau vol./no. ... ***
- ☐ berisi topik sensitif, data perusahaan/pribadi atau informasi yang membahayakan keamanan nasional.
- ☐ berisi materi yang mengandung hak cipta atau hak kekayaan intelektual pihak lain.
- ☐ terikat perjanjian kerahasiaan dengan perusahaan/organisasi lain di luar Universitas Kristen Duta Wacana selama periode tertentu.
- ☐ Lainnya (mohon dijelaskan)

**Setelah diterbitkan, mohon informasikan keterangan publikasinya ke repository@staff.ukdw.ac.id.

***Tuliskan informasi kegiatan atau publikasinya dengan lengkap.

Yogyakarta, 11 Agustus 2025

Mengetahui,



dr. Widya Christine M., M. Blomed

Tanda tangan & nama terang pembimbing
NIDN/NIDK _____

Yang menyatakan,



Gabriella Danesta V. A.

Tanda tangan & nama terang pemilik karya/penulis
NIM 41210536

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

HUBUNGAN PEREMPUAN MENOPAUSE DENGAN KUALITAS HIDUP DI PUSKESMAS SEMANU II

telah diajukan dan dipertahankan oleh:

GABRIELLA DANESTA VINKANOVA ASMARA

41210536

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana dan dinyatakan

DITERIMA

untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada
tanggal

23 Mei 2025

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. dr. Widya C M, M.Biomed
Dosen Pembimbing I
2. dr. Yustina Nuke Ardiyan, M.Biomed
Dosen Penguji I
3. dr. Johana Puspasari Dwi Pratiwi, M. Sc
Dosen Penguji II



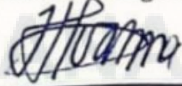
Yogyakarta, 23 Mei 2025

Disahkan Oleh:



dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D.

Wakil Dekan I bidang Akademik,



Dr. dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

" HUBUNGAN PEREMPUAN MENOPAUSE DENGAN KUALITAS HIDUP
DI PUSKESMAS SEMANU II "

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 23 Mei 2025

Yang menyatakan,



METRAL
TEMPEL
E643AMX246908773

Gabriella Danesta Vinkanova Asmara

41210536

DUTA WACANA

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Hubungan Perempuan Menopause dengan Kualitas Hidup di Puskesmas Semanu II" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Duta Wacana. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus, atas berkat yang telah diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah ini dengan baik.
2. dr. Widya Christine Manus, M.Biomed, selaku Dosen Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan karya tulis ilmiah.
3. dr. Yustina Nuke Ardiyan, M.Biomed, selaku Dosen Penguji I, yang telah memberikan saran-saran berharga serta dukungan moral.
4. Keluarga saya, Agnes Fitri Gotami selaku ibu penulis dan Cyrilla Svitzvalenza Diovanka Asmara selaku adik kandung penulis yang selalu memberikan dukungan dan doa tanpa henti.
5. Staff Puskesmas Semanu II, yang telah memberikan izin dan dukungan penuh dalam pelaksanaan penelitian ini, serta telah berpartisipasi dalam menyediakan data yang dibutuhkan.
6. Para Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan yang sangat berarti selama masa studi saya.
7. Sahabat terbaik penulis, Doxana Putri Parahita, Christian Stephen Hutagalung, Agnes Trixie Alfreda, Richard Alvin Rafjanza, Stephanie Kumala Sari, Kevin Aldenio Hatma Krista, Nathanael Wiguna Feriawan, Vanessa Dara Lawa Putri Manda, Felisita Agustin Dwinovanty, Kadek

Lucyana Dwisanthi, Hilsazea Hartono. Terima kasih untuk selalu membantu penulis dalam setiap hal selama masa pre-clinic.

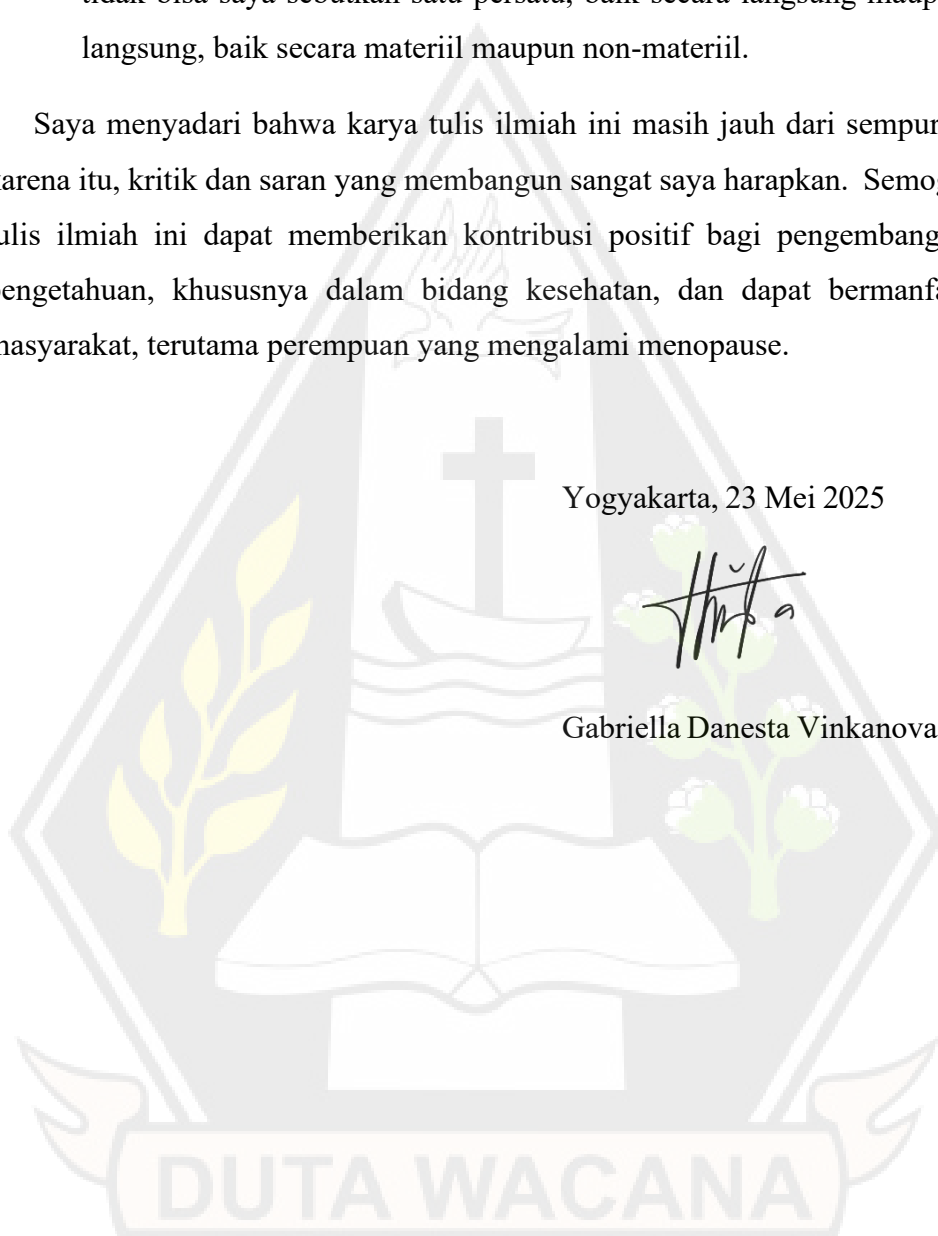
8. Semua pihak yang telah membantu saya dalam proses penelitian ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, baik secara langsung maupun tidak langsung, baik secara materiil maupun non-materiil.

Saya menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan, dan dapat bermanfaat bagi masyarakat, terutama perempuan yang mengalami menopause.

Yogyakarta, 23 Mei 2025



Gabriella Danesta Vinkanova Asmara

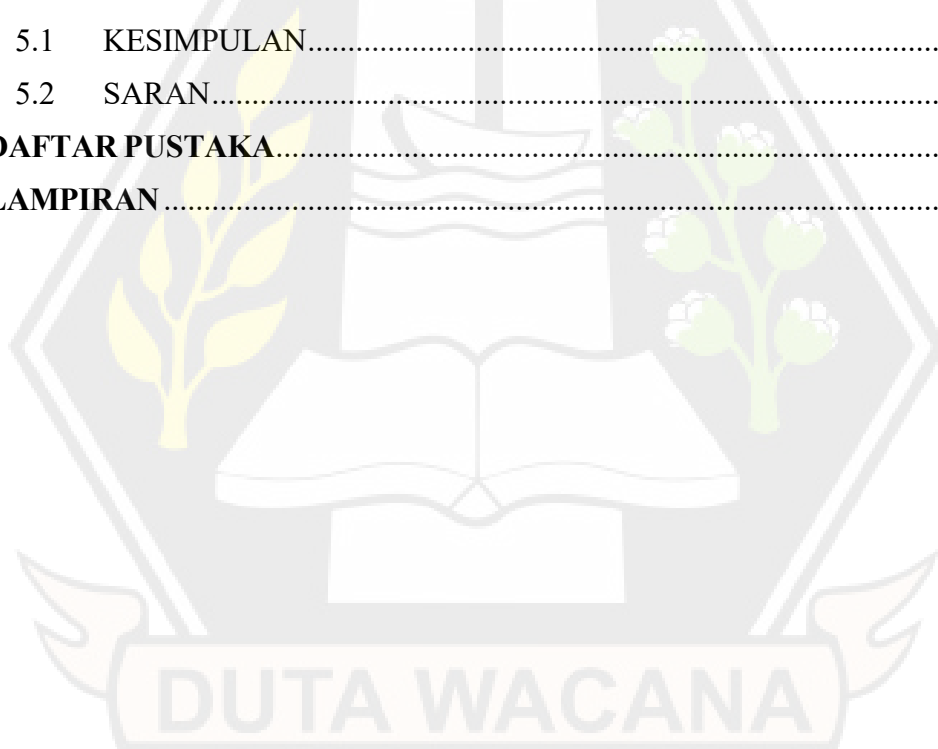


DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 LATAR BELAKANG.....	1
1.2 MASALAH PENELITIAN	4
1.3 TUJUAN PENELITIAN.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 MANFAAT PENELITIAN	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 KEASLIAN PENELITIAN	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 PENUAAN	9
2.2 MENOPAUSE.....	10
2.2.1 Definisi Menopause	10
2.2.2 Etiologi Menopause	10
2.2.3 Fisiologi Menopause	11
2.2.4 Patofisiologi Menopause.....	12
2.2.5 Tanda dan Gejala Menopause	13
2.2.6 Jenis – Jenis Menopause	14

2.2.7	Faktor Yang Mempengaruhi Menopause	15
2.3	KUALITAS HIDUP.....	18
2.3.1	Definisi Kualitas Hidup.....	18
2.3.2	Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup pada Perempuan Menopause	18
2.4	WHOQoL – BREF.....	23
2.4.1	Definisi WHOQoL – BREF	23
2.4.2	Domain WHOQoL – BREF	24
2.5	<i>MENOPAUSAL RATING SCALE (MRS)</i>	26
2.6	LANDASAN TEORI.....	27
2.7	KERANGKA TEORI	28
2.8	KERANGKA KONSEP.....	29
2.9	HIPOTESIS	29
BAB III	METODE PENELITIAN.....	30
3.1	DESAIN PENELITIAN	30
3.2	TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN.....	30
3.3	POPULASI DAN SAMPLE.....	30
3.3.1	Populasi Target	30
3.3.2	Sampel Penelitian.....	31
3.3.3	Populasi Penelitian	31
3.3.4	Sampel Penelitian.....	31
3.4	VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	32
3.4.1	Variabel Bebas.....	32
3.4.2	Variabel Terikat.....	32
3.5	DEFINISI OPERASIONAL	32
3.6	SAMPLE SIZE	34
3.7	INSTRUMEN PENELITIAN.....	35
3.8	PELAKSANAAN PENELITIAN.....	35
3.9	ANALISIS DATA	36
3.10	ETIKA PENELITIAN	36
3.11	JADWAL PENELITIAN	38
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1	HASIL PENELITIAN	39

4.1.1	Karakteristik Responden	39
4.1.2	Analisis Univariat.....	40
4.1.3	Analisis Bivariat.....	42
4.2	PEMBAHASAN.....	52
4.2.1	Karakteristik Responden	52
4.2.2	Gambaran Keluhan <i>Menopause Rating Scale</i> (MRS).....	54
4.2.3	Gambaran Kualitas Hidup.....	56
4.2.4	Hubungan Karakteristik dengan Keluhan Menopause.....	57
4.2.5	Hubungan Karakteristik dengan Kualitas Hidup	60
4.2.6	Hubungan Keluhan Menopause dengan Kualitas Hidup	62
4.2.7	Hubungan Keluhan Menopause dengan Domain Fisik Kualitas Hidup.....	65
4.2.8	Keterbatasan Penelitian	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		69
5.1	KESIMPULAN.....	69
5.2	SARAN.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....		72
LAMPIRAN.....		78



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	6
Tabel 2. Definisi Operasional	32
Tabel 3. Jadwal Penelitian	38
Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden Perempuan Menopause di Puskesmas Semanu II	39
Tabel 5. Skor MRS (<i>Menopause Rating Scale</i>).....	41
Tabel 6. Skor WHOQOL-BREF	41
Tabel 7. Hubungan Usia Menarche dengan MRS	43
Tabel 8. Hubungan Tingkat Pendidikan dengan MRS	44
Tabel 9. Hubungan Pekerjaan dengan MRS	45
Tabel 10. Hubungan Paritas dengan MRS.....	46
Tabel 11. Hubungan Usia Menarche dengan Kualitas Hidup	47
Tabel 12. Hubungan Pendidikan dengan Kualitas Hidup.....	47
Tabel 13. Hubungan Pekerjaan dengan Kualitas Hidup	48
Tabel 14. Hubungan Paritas dengan Kualitas Hidup.....	49
Tabel 15. Hubungan Menopausal Rating Scale dengan Kualitas Hidup.....	50
Tabel 16. Hasil Uji Koefisien Korelasi Spearman.....	52
Tabel 17. Ringkasan <i>P – value</i> Hubungan Karakteristik dengan <i>Menopausal rating scale</i>	57
Tabel 18. Ringkasan <i>P – value</i> Hubungan Karakteristik dengan Kualitas Hidup..	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	28
Gambar 2. Kerangka Konsep	29
Gambar 3. Pelaksanaan Penelitian.....	35



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i>	78
Lampiran 2. Lembar Informasi Subjek	80
Lampiran 3. Lembar Kuesioner <i>Menopause Rating Scale</i>	81
Lampiran 4. kuesioner WHOQOL - BREF	82
Lampiran 5. CV Peneliti Utama	86
Lampiran 6. Hasil Uji Univariat.....	88
Lampiran 7. Analisis Bivariat dan Hasil Uji Chi Square dengan Crosstab (Karakteristik Responden dan Menopausal Rating Scale (MRS)).....	90
Lampiran 8. Hasil Uji Bivariat dan Hasil Uji Chi Square dengan Crosstab (Karakteristik Responden dan Kualitas Hidup)	96
Lampiran 9. Hasil Uji Bivariat dan Hasil Uji Chi Square dengan Crosstab (Menopausal Rating Scale dan Kualitas Hidup)	104
Lampiran 10. Hasil Uji Korelasi Spearman Rank.....	106
Lampiran 11. Ethical Clearance	107
Lampiran 12. Dokumentasi	108
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian.....	109
Lampiran 14. Lembar Konsultasi.....	110
Lampiran 15. Pernyataan Penyerahan Karya Ilmiah.....	112

ABSTRAK

HUBUNGAN PEREMPUAN MENOPAUSE DENGAN KUALITAS HIDUP DI PUSKESMAS SEMANU II

¹ Gabriella Danesta Vinkanova Asmara,¹ Widya Chistine Manus,¹ Yustina Nuke
Ardiyan,¹ Johana Puspasari Dwi Pratiwi

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

Koresponden : Fakultas Kedokteran Universitas Duta Wacana Jalan Dr. Wahidin
Sudirohusodo No. 5-25

Yogyakarta 55224, Indonesia, Email : gabrielladanesta@gmail.com

Pendahuluan : Menopause merupakan proses alami setiap perempuan memasuki usia tua, ditandai berhentinya menstruasi 12 bulan berturut-turut yang menyebabkan perubahan fisik dan psikologis akibat penurunan estrogen yang berpotensi mempengaruhi kualitas hidup.

Tujuan : Mengetahui hubungan perempuan menopause dengan kualitas hidup di Puskesmas Semanu II.

Metode : Penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional dilakukan pada 96 responden perempuan menopause di Puskesmas Semanu II selama Desember 2024 hingga Januari 2025. Pengukuran keluhan menopause menggunakan Menopause Rating Scale dan kualitas hidup menggunakan WHOQoL-BREF. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$.

Hasil : Mayoritas responden berlatar belakang pendidikan SD (42,7%) dan bekerja sebagai petani (50%). Sebanyak 40,6% responden mengalami keluhan menopause sedang dan 33,3% mengalami keluhan berat. Pengukuran kualitas hidup menunjukkan 54,7% responden kualitas hidup sangat baik dan 45,3% kualitas hidup baik. Analisis statistik menunjukkan hubungan signifikan antara pekerjaan dengan keluhan menopause ($p=0,022$), namun tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara keluhan menopause dengan kualitas hidup ($p=0,150$).

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keluhan menopause dengan kualitas hidup pada perempuan menopause di Puskesmas Semanu II ($p=0,150$).

Kata kunci : Menopause, kualitas hidup, MRS, WHOQoL-BREF, Puskesmas Semanu II

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN MENOPAUSAL WOMEN AND QUALITY OF LIFE AT SEMANU II PRIMARY HEALTHCARE CENTER

¹ Gabriella Danesta Vinkanova Asmara,¹ Widya Christine Manus, ¹Yustina Nuke Ardiyan, ¹ Johana Puspasari Dwi Pratiwi
¹ Faculty of Medicine, Duta Wacana Christian University
Correspondence: Faculty of Medicine, Duta Wacana University, Jalan Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 5-25

Yogyakarta 55224, Indonesia, Email: gabrielladanesta@gmail.com

Introduction: Menopause is a natural aging process in women marked by 12 months without menstruation, causing physical and psychological changes due to decreased estrogen, which may affect quality of life.

Objective: Determine the relationship between menopausal women and quality of life at Semanu II Primary Healthcare Center.

Methods: An analytical observational study with a cross-sectional approach was conducted on 96 menopausal women respondents at Semanu II Health Center from December 2024 to January 2025. Menopausal complaints were measured using the Menopause Rating Scale and quality of life using WHOQoL-BREF. Data analysis used the Chi-Square test with a significance level of $\alpha=0.05$.

Results: Most respondents had elementary education (42.7%) and worked as farmers (50%). Moderate menopausal complaints were reported by 40.6%, and severe by 33.3%. Quality of life was rated excellent by 54.7% and good by 45.3%. Occupation was significantly related to menopausal complaints ($p=0.022$), but complaints were not significantly related to quality of life ($p=0.150$).

Conclusion: There is no significant relationship between menopausal complaints and quality of life in menopausal women at Semanu II Primary Healthcare Center ($p=0.150$).

Keywords: Menopause, quality of life, MRS, WHOQoL-BREF, Semanu II Primary Healthcare Center

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Proses penuaan merupakan proses kehidupan yang dialami seluruh manusia secara progresif dan tidak dapat dipulihkan. Adanya penuaan bisa dipicu oleh faktor fisik, lingkungan dan sosial. Proses ini akan ditandai dengan adanya penurunan fungsi jaringan dan sel disertai peningkatan risiko timbulnya penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, metabolik, muskuloskeletal, dan sistem imun (Guo *et al.*, 2022).

Setiap perempuan akan mengalami menopause saat memasuki usia tua. Menopause adalah kejadian normal dan irreversible. Saat perempuan berusia 40 – 50 tahun dan tidak mengalami menstruasi dalam 12 bulan maka pada saat itu sudah memasuki periode akhir menstruasi. Perubahan ini akan menyebabkan adanya gejala fisik maupun gejala emosional (Gürler *et al.*, 2020).

Menopause terbagi menjadi 4 tahap. Tahap yang pertama yaitu pramenopause, dimulai saat siklus menstruasi menjadi tidak teratur disertai perdarahan yang relatif panjang. Tahap yang kedua yaitu perimenopause dimulai saat terjadinya menstruasi terakhir hingga tidak terjadi menstruasi sama sekali. Tahap ketiga yaitu menopause yang menandakan menstruasi telah berhenti atau telah mencapai hari terakhir pada menstruasi terakhir. Seorang perempuan dapat di diagnosis telah menopause jika tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan. Tahap keempat yaitu postmenopause yang terjadi saat

timbulnya beberapa keluhan pada bagian sistem reproduksi setelah melewati fase menopause (Fretti *et al.*, 2022).

Menopause diawali dengan gagalnya ovarium progresif yang ditandai menurunnya kadar estrogen mengakibatkan menstruasi tidak teratur karena ovarium berhenti produksi sel telur. Berhentinya produksi estrogen oleh ovarium menyebabkan perubahan emosional, gejala psikologis, dan fisik (*somatik*). Gejala psikologis yang akan timbul seperti sikap apatis, mudah tersinggung, kurang memperhatikan penampilan, gangguan kualitas tidur, dan perasaan panas dalam tubuh. Sedangkan pada gejala somatik akan terjadi lemahnya otot vagina (*hipoatrofi*), vagina terasa kering, payudara mulai mengendur dan berat badan mudah bertambah (Lubis & Asfur, 2020).

Perempuan umumnya mengalami fase menopause yang mempengaruhi berbagai perubahan akibat penurunan produksi hormon estrogen dan progesteron, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup. Kualitas hidup seseorang dapat diukur dari empat aspek utama, yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Perubahan yang terjadi selama menopause dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup atau *Quality of Life* (QoL). Kondisi fisik yang memburuk pada perempuan menopause menyebabkan keterbatasan fisik, yang menghambat aktualisasi diri dan berdampak pada penurunan kualitas hidup. Berbagai gejala menopause juga memengaruhi kondisi psikologis, memicu perasaan negatif seperti rendah diri dan kekhawatiran bahwa orang terdekat akan menjauh. Kesejahteraan psikologis, termasuk harga diri, kemampuan mengelola stres, fungsi seksual,

dan rasa percaya diri, menjadi faktor penting yang mempengaruhi kualitas hidup perempuan menopause (Marni & Husna, 2023).

Kualitas hidup merupakan pandangan setiap individu terhadap peran mereka dalam kehidupan di tempat mereka tinggal dan memiliki keterkaitan dengan tujuan, ekspektasi, dan standar kepentingan mereka. Kualitas hidup dapat mencakup kepuasan atau ketidakpuasan yang dirasakan terhadap seluruh aspek dalam kehidupan yang akan menuntut pemenuhan kebutuhan standar dan sosial dari setiap individu untuk bisa memilih menikmati hidup, berkembang dan ikut serta sebagai bagian dari suatu komunitas, konektivitas sosial, dan kepercayaan. Kualitas hidup dalam setiap individu dapat dipengaruhi oleh kesehatan fisik, kesehatan psikologis, relasi sosial, dan keadaan lingkungan (Kiling *et al*, 2019).

Menurut perkiraan *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2030 akan ada sekitar 1,2 miliar perempuan di atas usia 50 tahun. Sebanyak 80% tinggal di negara berkembang, dengan populasi perempuan menopause meningkat tiga persen setiap tahunnya. Dinas Kesehatan Republik Indonesia memperkirakan bahwa pada tahun 2025, jumlah perempuan menopause di Indonesia akan mencapai 60 juta. Pada tahun 2011 jumlah perempuan yang memasuki menopause di Gunung Kidul sekitar 66.849 jiwa. Pada tahun 2016, terdapat 14 juta perempuan menopause di Indonesia, yang mewakili 7,4% dari total populasi (Husada *et al.*, 2020). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik pada tahun 2017, jumlah penduduk perempuan di Daerah Istimewa Yogyakarta adalah 1.811.128 jiwa dengan jumlah penduduk perempuan menopause di tahun

2017 sudah mencapai 3.900 jiwa (10,73%) dari jumlah penduduk DIY. Sedangkan pada tahun 2023 terdapat 8.566 penduduk di desa Semanu.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Perempuan Menopause dengan Kualitas Hidup di Puskesmas Semanu II ”. Pemilihan tempat pada Puskesmas Semanu II didasarkan pada keadaan tempat penelitian yang berada di daerah desa dengan tingkat kesadaran akan pentingnya kualitas hidup baik yang masih cukup rendah. Penelitian ini akan dilakukan dengan harapan bisa memberikan kesimpulan adanya hubungan perempuan menopause dengan kualitas hidup di Puskesmas Semanu II. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena menggunakan metode dan pendekatan penelitian yang berbeda, serta berfokus pada hubungan perempuan menopause dengan kualitas hidup yang belum pernah dilakukan di Puskesmas Semanu II”

1.2 MASALAH PENELITIAN

Apakah terdapat hubungan gejala perempuan menopause dengan kualitas hidup di Puskesmas Semanu II ?

1.3 TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan gejala perempuan menopause dengan kualitas hidup di Puskesmas Semanu II.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran faktor riwayat merokok, usia menarche, jumlah paritas, tingkat pendidikan, status pekerjaan, dan penggunaan kontrasepsi yang dapat mempengaruhi kualitas hidup perempuan menopause.
- b. Mengetahui gambaran kualitas hidup perempuan yang sudah mengalami menopause.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan terkait hubungan gejala perempuan menopause dengan kualitas hidup mereka serta memperkaya literatur terkait faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup perempuan yang telah menopause melalui aspek fisik, psikologis, sosial dan lingkungan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori tentang dampak menopause pada kesejahteraan individu dan cara mereka dapat mempertahankan kualitas hidup.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Dapat memperluas wawasan, pemahaman, dan pengetahuan peneliti, dan mengetahui terkait hubungan gejala perempuan menopause dengan kualitas hidup.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah ilmu pengetahuan, sebagai bahan literatur serta sebagai bahan referensi untuk mengembangkan studi maupun penelitian lebih lanjut terkait hubungan gejala perempuan menopause dengan kualitas hidup di masa depan.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Dapat digunakan sebagai bahan literatur untuk meningkatkan dan mengembangkan pelayanan kesehatan terutama pada perempuan yang sudah mengalami menopause untuk memberi pengetahuan lebih terkait hubungan gejala perempuan menopause dengan kualitas hidup.

4. Bagi Masyarakat

Dapat memperluas wawasan dan meningkatkan pemahaman masyarakat khususnya pada perempuan yang sudah mengalami menopause agar dapat meningkatkan kualitas hidup.

1.5 KEASLIAN PENELITIAN

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti, Tahun	Judul	Subjek	Metode	Hasil
1.	(Susanti & Indrajati, 2022)	Tingkat pengetahuan tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause berusia 40-49 tahun di RT 09 RW 04 Kelurahan Krincing Kecamatan Secang Kabupaten Magelang	Seluruh ibu premenopause berusia 40-49 tahun di RT 09 RW 04 Kelurahan Krincing Kec. Secang Kab. Magelang	Deskriptif analitik	Tingkat pengetahuan ibu tentang menopause adalah kurang (48,5%) dan tingkat kesiapan menghadapi menopause adalah kurang siap (58,5%). Terdapat hubungan antara tingkat

No.	Peneliti, Tahun	Judul	Subjek	Metode	Hasil
					pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menopause pada ibu menopause dengan pvalue 0,000
2.	(Asifah & Sri, 2021)	Pengetahuan wanita usia subur (20–49 tahun) dalam menghadapi menopause di Pedukuhan Gowok, Desa Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman	Wanita usia subur (20–49 tahun) di Pedukuhan Gowok, Desa Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman	Kuantitatif deskriptif	Pengetahuan baik 13 responden (21,7%), pengetahuan cukup 12 responden (20%), dan pengetahuan kurang 35 responden (58,3%).
3.	(Mazida & Wijaya, 2022)	Tingkat pengetahuan tentang menopause dan kesiapan menghadapi masa menopause di Desa Bumi Pratama Mandira	Wanita usia 45–55 tahun di Desa Bumi Pratama Mandira	Deskriptif observasional	Karakteristik responden terbanyak berusia kurang dari 50 tahun (58,7%), pendidikan SD (44,8%), SMP (28,4%), SMA (23,4%), S1 (3,5%). Pengetahuan cukup 48%, pengetahuan baik 52%. Tingkat kesiapan menghadapi menopause siap 56,3%, belum siap 43,7%.
4.	(Nazila et al., 2023)	Hubungan Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita di Desa Tibang, Desa Alue Naga, Desa Deah Raya Kecamatan	Wanita dengan usia >45 tahun di desa Tibang, Alue Naga, dan Deah Raya Kecamatan	Deskriptif analitik	50% responden memiliki kualitas hidup baik, 50% responden memiliki kualitas hidup buruk. hasil uji chi square didapatkan nilai p- value

No.	Peneliti, Tahun	Judul	Subjek	Metode	Hasil
		Syah Kuala Kota Banda Aceh	Syah Kuala Kota Banda Aceh		(0,047) sehingga terdapat hubungan antara menopause dengan kualitas hidup Wanita.
5.	(Widjaya n ti et al., 2022)	Gambaran Kualitas Hidup pada Wanita yang Sudah Menopause	Wanita menopause sebanyak 33 responden	Deskriptif	Kualitas hidup domain fisik baik 70%, psikologis 52%, sosial 73%, lingkungan 73%. 30% responden kualitas hidup sedang pada domain fisik, psikologis 48%, sosial 15%, lingkungan 19%.
6.	(Nasutio n et al., 2024)	Hubungan Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause di Puskesmas Kenali Kota Jambi	Wanita menopause berusia 45-69 tahun di Puskesmas Kenali Kota Jambi	Deskriptif kuantitatif	100% responden memiliki kualitas hidup baik. Wanita menopause yang mengalami sindrom menopause sedang 35,1% memiliki kualitas hidup baik, 64,9% buruk. Wanita dengan sindrom menopause berat, semua (100%) responden memiliki kualitas hidup buruk.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan Perempuan menopause dengan kualitas hidup di Puskesmas Semanu II, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara keluhan menopause dengan kualitas hidup dengan nilai Analisis Chi-Square ($p = 0,150$).

5.2 SARAN

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan data primer pada Perempuan menopause di Puskesmas Semanu II, Gunung Kidul dapat disarankan sebagai berikut

Bagi peneliti selanjutnya dapat melaksanakan penelitian dengan memperluas variable yang akan diteliti seperti faktor tambahan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pada perempuan menopause, seperti pengaruh nutrisi dan suplementasi, penyakit penyerta yang dimiliki, dukungan sosial, gaya hidup, serta faktor psikologis seperti stres dan kecemasan, status ekonomi, dukungan sosial dan gaya hidup. Pada penelitian selanjutnya juga dapat membuat pertanyaan terkait variabel penggunaan alat kontrasepsi dengan detail beserta jenis dan rentang waktu penggunaan alat kontrasepsi agar seluruh variabel yang diteliti dapat dilakukan uji bivariat.

Peneliti selanjutnya juga dapat membandingkan hasil penelitian di Puskesmas Semanu II dengan wilayah lain, baik di daerah kota ataupun desa untuk memahami kondisi sosial dan ekonomi terhadap kualitas hidup Perempuan menopause. Dari sisi analisis data, penelitian ini masih terbatas pada hubungan bivariat. Untuk memperoleh hasil yang lebih akurat, analisis multivariat dapat diterapkan guna melihat pengaruh berbagai faktor untuk memahami interaksi antar variabel.

- a. Bagi Perempuan menopause, diharapkan untuk tetap mempertahankan tingkat aktivitas fisik secara berkelanjutan serta dapat mengelola stress dan emosi agar dapat menghindari keluhan yang dapat disebabkan oleh menopause serta menjaga angka kualitas hidup.
- b. Bagi puskesmas Semanu II, dapat dilakukan edukasi dan penyuluhan Kesehatan terkait menopause, gejala, dan cara mengatasinya. Dapat pula dilakukan pemeriksaan kesehatan berkala seperti penyediaan layanan skrining kesehatan seperti tekanan darah dan gula darah serta dapat dilakukan pelayanan konseling dan dukungan psikologis.
- c. Bagi dinas kesehatan setempat, disarankan untuk mengembangkan program edukasi menopause yang sesuai dengan karakteristik masyarakat, membentuk kelompok dukungan sebaya, serta membuat aktivitas fisik terstruktur bagi

wanita menopause. Pemantauan berkala, evaluasi program, serta pencatatan khusus harus dilakukan guna memastikan efektivitas intervensi. Kemitraan dengan tokoh masyarakat, kader kesehatan, dan keluarga dapat memperkuat suksesnya program yang dilakukan.



DAFTAR PUSTAKA

- Agus Cahyono, E., (2019). Pengetahuan. Artikel Review. In Jurnal Keperawatan (Vol. 12, Issue 1).
- Astari, R. Y., Tarawan, V. M., & Sekarwana, N. (2014). Hubungan Antara Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Perempuan Menopause di Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 42(3), 171-184.
- Aulya, N., Iswandari, N. D., Sarkiah, & Wahdah, R. (2023). Hubungan Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita. *Medical Community Health Care Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.442>
- Artini, I. G. A. A., & Putra, I. P. Y. P. (2024). *The Relationship Between Physical Activity Levels and Quality of Life in Menopausal Women*. *Fisiomu*, 5(2), 162-168.
- Almarabbeh, A., Salah, A. Ben, Alghamdi, M., Al Saleh, A., Elbarbary, et al (2023). *Validity and reliability of the WHOQOL-BREF in the measurement of the quality of life of Sick disease patients in Bahrain*. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1219576>
- Amalya Nasution, R., Fitri, H., (2024). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Kota Jambi *The relationship of menopause syndrome and the quality of life of menopause women in Jambi*. In Politeknik Kesehatan Makassar (Vol. 15, Issue 1).
- Amelia, W., Oktavia, L., Septiani, E., (2024). Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan. 16(1), 27–37. <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view>
- Asifah, M., & Sri Daryanti, M. (2021). Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman.
- Astikasari, N. D., Tuszahroh, N., Surya, S., Husada, M., (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Menopause Dini di Desa Kalirejo Kecamatan Kalipare Kabupaten Malang. *Journal for Quality in Women's Health*, 2(1), 50–56. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v2i1.28>
- Aziza, N., Rukmana, N. M., Gita, B., Utami, D., Aprilia, R., & Septiani, A. (2020). Klimakterium Dan Menopause Di Desa Iring Mulyo Kecamatan Metro Timur Tahun 2020. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*, 2(2), 73–76.
- Chang, K. K. P., Wong, F. K. Y., Chan, K. L., Wong, F., Ho, H. C., Wong, M. S., Ho, Y. S., et al (2020). *The Impact of the Environment on the Quality of Life and the Mediating Effects of Sleep and Stress*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8529.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17228529>

- Damayanti, I., (2021). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia *The Correlation Between Social Interaction and Life Quality of Elderly Patients*. *Idea Nursing Journal*, XII(1), 2021.
- Dwi Susanti, H., Chang, P. C., & Chung, M. H. (2019). *Construct validity of the Menopause Rating Scale in Indonesia*. *Climacteric*, 22(5), 454–459. <https://doi.org/10.1080/13697137.2019.1574737>
- Eka, A., Yuneta, N., & Yunita, A. (2021). D3 Kebidanan, Sekolah Vokasi. Kentingan Surakarta, 9(2), 662622.
- Erwinda, D., Dwi Guna, S., (2024). Hubungan Ketidaknyamanan Fisik dan Psikologis terhadap Kualitas Hidup Ibu Hamil. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health* E-ISSN.
- Fadhilla, E. S. arrel, Amirudin, I., & Agustriyani, F. (2023). Factors associated with menopause complaints in the Prolanis group at Aisyah Medical Center (AMC) Lampung, Indonesia. *Journal of Current Health Sciences*, 3(1), 25–30. <https://doi.org/10.47679/jchs.202342>
- Febrita, S., Utomo, P., Gimmy, A., Siswadi, P., Sriati, A., (2020). Kontribusi Kualitas Hidup Terhadap Successfull Aging Lansia (Vol. 7, Issue 1).
- Fretti, A., Heru, S., & Djula, W. (2021). Analisis Signifikansi Antara Usia Menarche Dan Menopause Pada Wanita. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Grasiah, J., Amansyah, A., & Pratama, I. H. (2022). Hubungan jumlah paritas terhadap usia menopause. *Jurnal Prima Medika Sains*, 4(1), 5–10. <https://doi.org/10.34012/jpms.v4i1.2260>
- Guo, J., Huang, X., Dou, L., Yan, M., Shen, T., Tang, W., & Li, J. (2022). *Aging and aging-related diseases: from molecular mechanisms to interventions and treatments*. In *Signal Transduction and Targeted Therapy* (Vol. 7, Issue 1). Springer Nature. <https://doi.org/10.1038/s41392-022-01251-0>
- Gürler, M., Kızıllırmak, A., & Baser, M. (2020). *The Effect of Aromatherapy on Sleep and Quality of Life in Menopausal Women with Sleeping Problems: A Non-Randomized, Placebo-Controlled Trial*. *Complementary Medicine Research*, 27(6), 421–430. <https://doi.org/10.1159/000507751>
- Husada, A., Jaya, K., Magdalena, R., Lilis, A. A., Akademi, K., Husada, K., & Jaya, J. (2020). Tingkat Pengetahuan Wanita Pra Lansia Tentang Menopause Di Rt023 Rw 001 Kelurahan Sunter Agung. *Jakhkj*, 6(2).
- Iis Hanifah, O., Hidayati, T., Yuliana, W., & Hafshawaty (2021). Edukasi Kesehatan Perubahan Fisiologis Menopause Pada Ibu Muslimatan (Sehat Dan Bahagia Menjelang Dan Saat Menopause). *Jurnal Pengabdian*

Kepada Masyarakat, 01(02), 45–50. <https://stp-mataram.e-journal.id/Amal>

- Ismail, P., Kadir, L., Amalia, L., (2023). Analisis Hubungan Antara Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Usia Menopause Di Puskesmas Kabila *Analysis Of The Relationship Between The Use Of Hormonal Contraceptives With The Age Of Menopause At The Kabila Health Center. Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/index>
- Jeong, H. G., & Park, H. (2022). *Metabolic Disorders in Menopause. In Metabolites* (Vol. 12, Issue 10). MDPI. <https://doi.org/10.3390/metabo12100954>
- Jayanti, T., Rustikayanti, R., & Dirgahayu, I. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup pada Wanita Menopause di Indonesia: *Systematic Review. Indonesian Journal of Nursing and Health*
- Kamallia, L. N., Utami, T., & Suryani, R. L. (2023). Gambaran Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause. *Journal of Nursing and Health*, 8(1 Maret), 98-110. <https://doi.org/10.52488/jnh.v8i1%20Maret.217>
- Khoeriyah, N., Kusumaningsih, M. R., & Adyani, K. (2024). Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Wanita Menopause: *Literature Review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 613-619. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4576>
- Kim, B. R., & Hwang, H. H. (2022). *Analysis of Major Factors Affecting the Quality of Life of the Elderly in Korea in Preparation for a Super-Aged Society. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159618>
- Khoeriyah, N., Kusumaningsih, M. R., & Adyani, K. (2024). Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Wanita Menopause: *Literature Review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 613-619. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4576>
- Lacroix, A. E., Gondal, H., Shumway, K. R., & Langaker, M. D. (2024). Physiology, Menarche.
- Leon-Larios, F., Vazquez-Valeo, C. G., Sanchez-Sanchez, A., Gomez-Baya, D., Macías-Seda, J., & Cabezas-Palacios, M. N. (2019). *Health-related quality of life in undergraduate women using any contraceptive. Health and Quality of Life Outcomes*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-019-1157-2>
- Lubis, R. E., & Asfur, R. (2020). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai (Glycine Max L. Merr.) Terhadap Gejala Menopause Pada Ibu - Ibu Pengajian Aisyiyah. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 4(4), 102–107.

- Maita, L., & Pitriani Program Studi Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Pekanbaru ABSTRAK, R. (2013). Karakteristik Wanita dengan Keluhan Masa Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. In *Jurnal Kesehatan Komunitas* (Vol. 2, Issue 3). <http://digilib.unsri.ac.id/download/Cpd>
- Marni, & Husna, P. H. (2023). *Physical Domain of Quality of Life in Premenopause and Post Menopause Women in Central of Java*. Kemas, 19(2), 319–332. <https://doi.org/10.15294/kemas.v19i2.45253>
- Mazida, E., & Wijaya, C. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Desa Bumi Pratama Mandira. *Medical Journal: Jurnal Berkala Ilmiah Kedokteran*, 5(2).
- Meilan, N., & Huda, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan Dalam Menghadapi Masa Menopause Program Studi DIII. Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta III. *Jurnal Fisioterapi dan KesehatanIndonesia*, 2(1).
- Meinarisa, Nasution, R. A., & Fitri, H. (2024). Hubungan Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause di Kota Jambi. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(1), 33-38.
- Monica, A. S. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Menghadapi Menopause Di Desa Duwet Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan. Doctoral dissertation, STIKES Bhakti Husada Mulia.
- Nafiati, D. A. (2021). Revisi taksonomi Bloom: Kognitif, afektif, dan psikomotorik. *Humanika*, 21(2), 151–172. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i2.29252>
- Nazila, D., Aditya Kemal, P., Abulyatama, U. (2023). Hubungan Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita. *Jurnal Kesehatan Terapan*, 4(3).
- Nazila, D., Salami, S., & Kemal, T. A. (2023). Hubungan Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita. *Jurnal Kesehatan Terapan*, 4(3). <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.10215>
- Palupi, B. S., Rianita, M., Sinaga, E. (2023). Hubungan Status Kesehatan Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kabupaten Gunungkidul Yogyakarta.
- Peacock, K., Carlson, K., & Ketvertis, K. M. (2024). Menopause. In StatPearls. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK507826/>
- Patemah. (2022). Studi Sindrom Klimakterium pada Wanita Menopause. *Jurnal MID-Z (MidwiferyZigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 13–21. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1375>
- Putri, F., Swandari, A., Siwi, K., & Gerhanawati, I. (2022). “Menopause” Permasalahan Dan Manfaat Senam Untuk Wanita Menopause.

- Putri, S., Corniawati, I., & Imamah, I. N. (2023). Humantech Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pra-Lansia Dalam Menghadapi Masa Menopause Di Kelurahan Muara Komam.
- Rukmi Octaviana, D., Aditya Ramadhani, R., Achmad Siddiq (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. Jurnal Tawadhu, 5(2).
- Roosbeh, N., Ghazanfarpour, M., Khadivzadeh, T., Kargarfard, L., Dizavandi, F. R., & Shariati, K. (2019). *Effect of Lavender on Sleep, Sexual Desire, Vasomotor, Psychological and Physical Symptom among Menopausal and Elderly Women: A Systematic Review. Journal of Menopausal Medicine*, 25(2), 88. <https://doi.org/10.6118/jmm.18158>
- Rottiel, J., Olliva Mongi, T., & Wae, A. (2019). Hubungan Jumlah Paritas Dengan Usia Menopause Pada Wanita Di Desa Bulan Jaya Kabupaten Tojo Una-Una Provinsi Sulawesi Tengah.
- Susanti, E. T., & Indrajati, U. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause. Jurnal Keperawatan Karya Bhakti, 8(2), 78–84. <https://doi.org/10.56186/jkbb.107>
- Sulistiyowati, I., & Susilawati, D. (2021). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Kelurahan Genuk Kabupaten Semarang.
- Triseptiarani Ilma, D., Kamso, S., (2022). Perilaku Merokok Terhadap Kejadian Menopause Dini. JIMKesmas Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 7(4), 2502–2731. <https://doi.org/10.37887/jimkesmas.v7i1>
- Trisnowati, T. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Menopause di Desa Ngemplak Mojosoongo Surakarta. Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm), 5(11), 3863–3872. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i11.7472>
- Ulfa, M., Hediya Putri, R., (2019). Hubungan Perubahan Psikologis Dengan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause Di Dusun 1 Desa Sukaraja Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman>
- Wahyuningsih, W., Marni, M., Yudhianto, K. A., Munawarrah, R., & Fatmawati, R. (2023). Hubungan Usia Menarche dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause. SIKesNas, 2023. <https://doi.org/10.47701/sikenas.vi.2964>
- Wahyuni, S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Kecamatan Langsa Timur Kota Langsa. <https://doi.org/10.37598/jukema.v6i1>

- Widjayanti, Y. (2022). Gambaran Kualitas Hidup pada Wanita Menopause. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(2), 256-261. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i2.911>
- Winarno, B., Meidya Pratiwi, A., Siti Fatimah, F. (2022). Quality of Working Life Berhubungan Dengan Quality of Life pada Perawat. <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/IJHAA>
- Yohanes Kiling, I., & Novianti Kiling-Bunga, B. (2019). Pengukuran dan Faktor Kualitas Hidup pada Orang Usia Lanjut. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(3).

