

**HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN
TINGKAT KECEMASAN WANITA PRAMENOPAUSE DI DESA
BANGSALSARI KECAMATAN BANGSALSARI JEMBER**

Oleh:

**Dian Hidayat, Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep.,M.Kep,
Dr. Fitriana Putri, M.Si.**

**Jl. Karimata 49 Jember Telp : (0331) 332240 Fax : (0331) 337957 Email :
fikes@unmuhjember.ac.id Website : <http://fikes.unmuhjember.ac.id>**

ABSTRAK

Dukungan suami merupakan faktor eksternal paling baik dalam membantu istri untuk melalui masa menopause tanpa kecemasan berlebih. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember. Metode dalam penelitian ini menggunakan analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi sebanyak 40 wanita pramenopause usia 45-55 tahun dan sampel yang diambil sejumlah 40 responden. Tehnik sampling yang digunakan yaitu *Total Sampling*. Instrumen penelitian yang dipakai yakni kuesioner dukungan suami dan kuesioner baku dari HRS-A (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*). Analisa data menggunakan uji *Spearman Rho* dengan tingkat signifikan 5% (0,05). Hasil penelitian menunjukkan dukungan suami buruk sebanyak 9 responden (22,5%), dukungan suami sedang 24 responden (60%) dan dukungan suami baik 7 responden (17,5%). Sedangkan untuk tingkat kecemasan diperoleh kecemasan berat 8 responden (20%), kecemasan sedang 12 responden (30%), kecemasan ringan 13 responden (32,5%) dan responden yang tidak mengalami kecemasan 7 responden (17,5%). Hasil uji statistik didapatkan hasil *Pvalue* $\leq 0,05$ yaitu 0,000. Kesimpulan H1 diterima yaitu terdapat hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember.

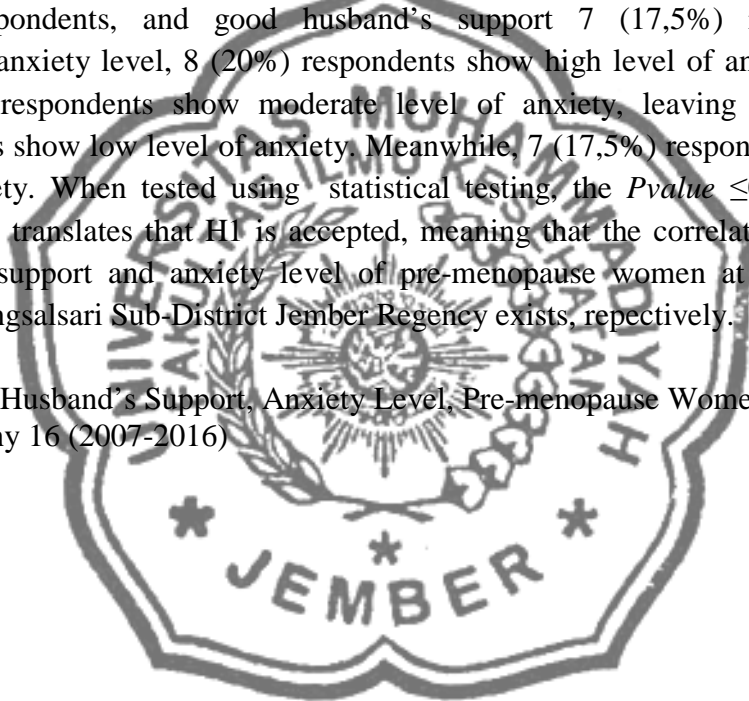
Kata Kunci: Dukungan Suami, Tingkat Kecemasan, Wanita Premenopause.

Daftar Pustaka 16 (2007-2016)

ABSTRACT

Husband's support is the highest supporting factor in helping women passes the menopause period without the presence of overwhelming anxiety. This research is intended to analyze the correlation between husband's support and anxiety level of pre-menopause women at Bangsalsari Village Bangsalsari Sub-District Jember Regency. This research employs quantitative analytical method by using cross-sectional approach. The population of this research is 40 pre-menopause women age 45-55. As many as 40 individuals are taken as the sample of this research by using total sampling technique. The instruments used in this are questionnaire of husband's support and valid questionnaire of HRS-A (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*). Data analysis is performed by using *Spearman Rho* testing with the significance level of 5% (0,05). Result of this research reveal that poor husband's support is shown by 9 (22,5%) respondents, while moderate husband's support 24 (60%) respondents, and good husband's support 7 (17,5%) respondents. Regarding anxiety level, 8 (20%) respondents show high level of anxiety, while 12 (30%) respondents show moderate level of anxiety, leaving 13 (32,5%) respondents show low level of anxiety. Meanwhile, 7 (17,5%) respondents do not show anxiety. When tested using statistical testing, the *Pvalue* $\leq 0,05$, that is 0,000. This translates that H_1 is accepted, meaning that the correlation between husband's support and anxiety level of pre-menopause women at Bangsalsari Village Bangsalsari Sub-District Jember Regency exists, respectively.

Keywords: Husband's Support, Anxiety Level, Pre-menopause Women
Bibliography 16 (2007-2016)



PENDAHULUAN

Premenopause merupakan kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan (*aging*) yang ditandai dengan menurunnya kadar hormon estrogen ovarium. Pada masa premenopause dengan berbagai perubahan fisiologis yang terjadi akan menimbulkan rasa ketakutan bagi setiap wanita yang akan menjalaninya, kendati hal ini alamiah terjadi pada semua wanita, namun efek sampingnya dapat mempengaruhi keharmonisan rumah tangga bila tidak siap menghadapinya (Proverawati, 2010 dalam Mulya, 2016).

Seiring dengan meningkatnya usia harapan hidup wanita maka semakin kompleks masalah yang timbul ketika memasuki masa premenopause, baik masalah perubahan fisik hingga masalah psikologi sehingga memerlukan dukungan keluarga terutama suami agar wanita premenopause menjadi adaptif (Indriyani, 2014). Dalam peningkatan usia banyak proses perkembangan dan pertumbuhan pada manusia. Saat perkembangan dan pertumbuhan itu akan berhenti pada suatu tahapan, sehingga berikutnya akan terjadi banyak perubahan yang terjadi pada fungsi tubuh manusia. Perubahan tersebut biasanya terjadi pada proses menua, karena pada proses ini banyak terjadi pada perubahan fisik maupun psikologis.

Menua (menjadi tua) merupakan suatu proses menghilangnya secara perlahan lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang terjadi (Boedi, 2006 dalam Padila, 2012). Menjadi tua merupakan proses yang akan di alami oleh semua manusia

dengan perubahan fisik maupun psikologi pada pralansia. Perubahan tersebut paling banyak terjadi pada wanita karena pada proses menua terjadi suatu fase yaitu fase menopause, sebelum terjadi fase menopause biasanya di dahului dengan fase premenopause. Dimana pada fase ini terjadi peralihan dari masa subur menuju masa tidak adanya pembuahan (Proverawati, 2010 dalam Mulya, 2016).

Menurut Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) tahun 2000-2010 jumlah wanita berusia di atas 50 tahun adalah 20,9 juta orang, dan di perkirakan pada tahun 2025 jumlah penduduk Indonesia akan mencapai 137,1 juta orang dengan jumlah wanita yang hidup dalam premenopause sekitar 30,3 juta orang atau 11,5 % dari total penduduk dengan umur rata-rata 49 tahun (Irmawati, 2016). Pusat data dan sistem informasi pertanian (2014) mencatat jumlah penduduk wanita yang berusia 45-55 tahun di Jawa Timur pada tahun 2015 di dapatkan data sekitar 2.555.299 juta. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember jumlah pralansia wanita usia 45-55 tahun di Kabupaten Jember tahun 2015 sebanyak 335.874 orang dan mengalami peningkatan pada tahun 2016 sebanyak 478.585 orang. Sedangkan di Kecamatan Bangsalsari didapatkan data wanita usia 45-55 pada tahun 2017 sebanyak 6.797 orang.

Kecemasan tentu kita ketahui bahwa kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya (Suliswati, dkk, 2005 dalam Richard & Permatasari, 2015). Kecemasan wanita premenopause biasanya terjadi karena ketidaktahuan wanita tentang gejala premenopause

dan kecemasan karena takut orang-orang yang dicintai akan berpaling dan meninggalkannya akibat perubahan fisik yang di alami selama pramenopause.

Dukungan suami merupakan faktor eksternal paling baik dalam membantu istri untuk melalui masa menopause tanpa kecemasan berlebih. Bagi seorang wanita yang memasuki masa pramenopause, dukungan dari orang terdekat seperti dukungan dari suami adalah hal yang penting karena akan menentukan atau menurunkan rasa kecemasan yang dialaminya dalam menghadapi pramenopause. Seseorang yang merasa cemas, jika memiliki teman atau orang lain yang mendukung, seperti suami maka kecemasannya akan berkurang (Jannah, 2014). Suami yang tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik dan dapat meyakinkan baik dalam perkataan maupun tindakan dapat membantu menghilangkan kecemasan ketika datang masa *menopause*. Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember”.

MATERIAL DAN METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni-Juli 2017 bertempat di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember.

Populasi Penelitian

Populasi pada penelitian ini merupakan wanita pramenopause usia 45-55 tahun di Desa Bangsalsari yang berjumlah 40 orang.

Sampel Penelitian

Sampel penelitian berjumlah 40 wanita pramenopause.

Tehnik Sampling

Tehnik sampling dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*.

Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dukungan suami dan kuesioner baku HRS-A (*Hamilton Rating Scale For Anxiety*).

Analisa Data

1. Analisa Univariate

Analisis *Univariate* digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dalam bentuk prosentase atau dalam bentuk diagram dari tiap variabel independen ataupun variabel dependen.

2. Analisa Bivariat

Analisis *Bivariat* digunakan untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman Rho* yang dibantu dengan program komputer dengan ketentuan apabila nilai $\alpha = 0.05$ dan $Pvalue \leq 0.05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan tentang hasil penelitian hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasanwanita pramenopause.

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden wanita pramenopause berdasarkan jenis kelamin di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017.

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Perempuan	40	100
Jumlah	40	100

Berdasarkan data tabel 5.1 di atas dapat dijelaskan bahwa keseluruhan responden berjenis kelamin perempuan yaitu 40 (100%) responden

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden pada wanita pramenopause berdasarkan umur di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017

Umur	Jumlah	Persentase (%)
45-50	26	65
51-55	14	35
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5.2 di atas dapat dijelaskan bahwa sebagian besar responden berumur 45-50 tahun yaitu 26 (65%) responden.

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden pada wanita pramenopause berdasarkan pendidikan di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017.

Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Sekolah	5	12,5
SD	18	45
SMP	10	25
SMA	5	12,5
Perguruan Tinggi	2	5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5.3 di atas dapat dijelaskan bahwa sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SD yaitu 18 (45%) responden.

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden pada wanita pramenopause berdasarkan pekerjaan di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017.

Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Bekerja/Pensiun	23	57,5
Petani/Pedagang /Buruh	12	30
PNS/TNI/POLRI	2	5
Lain-lain	3	7,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5.4 di atas dapat dijelaskan bahwa sebagian besar responden dengan tidak bekerja/pensiunan yaitu 23 (57,5%) responden.

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi dukungan suami responden pada wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017.

Dukungan Suami	Jumlah	Persentase (%)
Buruk	9	22,5
Sedang	24	60
Baik	7	17,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5.5 di atas dapat diketahui bahwa jumlah terbanyak dukungan suami responden adalah sedang, yaitu sebanyak 24 (60%) responden.

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden pada wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017.

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Berat	8	20
Sedang	12	30
Ringan	13	32,5
Tidak ada kecemasan	7	17,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5.6 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat kecemasan responden adalah ringan yaitu sebanyak 13 responden (32,5%).

Tabel 5.7 Uji Spearman rho tingkat kecemasan responden pada wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember Tahun 2017.

Variabel	N	P Value	R Hitung
Dukungan keluarga Tingkat Kecemasan	60	0,000	0,874

Berdasarkan tabel 5.7 diatas dapat diketahui bahwa nilai $p\text{ value} < 0,05$ yaitu 0,000 yang artinya H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember.

PEMBAHASAN

1. Dukungan Suami

Penelitian didapatkan responden yang mempunyai dukungan suami buruk sebanyak 9 responden (22,5%), responden yang mempunyai dukungan suami sedang sebanyak 24 responden

(60%) dan responden yang mempunyai dukungan suami baik sebanyak 7 responden (17,5%). Berdasarkan hasil tersebut didapatkan kesimpulan bahwa wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember mempunyai dukungan suami yang tingkat sedang.

Dukungan adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang paling baik dalam membantu istri mengatasi kecemasan yang dialami. Dukungan suami bisa dijadikan coping istri untuk menghadapi sumber stresor baik stresor internal maupun stresor eksternal (Setiadi, 2008).

Dukungan suami bisa dijadikan coping istri untuk menghadapi sumber stresor baik stresor internal maupun stresor eksternal. Dukungan eksternal antara lain yaitu sahabat, pekerjaan, tetangga, sekolah, keluarga besar, kelompok sosial, kelompok rekreasi, tempat ibadah, praktisi kesehatan. Dukungan internal antara lain dukungan keluarga dari suami, istri, saudara kandung atau dukungan dari anak (Setiadi, 2008).

Dukungan suami yang dialami oleh wanita pramenopause didapatkan hasil terbanyak yaitu dukungan suami tingkat sedang dengan jumlah 24 responden (60%). Kondisi tersebut muncul karena responden sering tidak mendapatkan perhatian dari suami. Suami lebih sering keluar rumah dan sibuk dengan pekerjaannya. Pendapat ini diperkuat oleh pendapat dari Setiadi (2008) yakni suami merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit yang mempermudah istri dalam melakukan

aktifitasnya berkaitan dengan persoalan-persoalan yang dihadapinya.

Berkaitan dengan dukungan suami yang buruk yang dialami wanita pramenopause, hal tersebut didukung oleh data demografi yaitu pekerjaan. Pada penelitian ini diketahui pekerjaan istri terbanyak adalah tidak bekerja/pensiunan sebanyak 23 responden 57,5%. Kondisi tersebut terjadi karena istri lebih banyak berdiam diri dirumah dan menunggu suami pulang bekerja. Dimana menurut Setiadi (2008) suami merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit. Bantuan instrumental seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (*instrumental support material support*), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun mengalami depresi yang dapat membantu memecahkan masalah bertujuan untuk mempermudah seseorang dalam melakukan aktifitasnya berkaitan dengan persoalan-persoalan yang dihadapinya.

2. Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian didapatkan responden yang mempunyai kecemasan berat sebanyak 8 responden (20%), responden yang mempunyai tingkat kecemasan sedang sebanyak 12 responden (30%), responden yang mempunyai tingkat kecemasan ringan sebanyak 13 responden (32,5%) dan responden yang mempunyai tidak ada kecemasan sebanyak 7 responden (17,5%). Berdasarkan hasil tersebut didapatkan kesimpulan bahwa wanita pramenopause di Desa Bangsalsari

Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember mempunyai kecemasan ringan.

Menurut David (1993, dalam Riyadi S dan Purwanto T, 2009) Ansietas merupakan kekhawatiran yang tidak jelas, yang berkaitan dengan perasaan emosi yang tidak pasti. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Ansietas berbeda dengan gangguan ansietas. Ansietas merupakan perasaan takut yang tidak menyenangkan yang sering disertai gejala fisiologis, sedangkan pada gangguan ansietas terkandung unsur penderitaan yang bermakna dan gangguan fungsional yang disebabkan oleh kecemasan tersebut. Menurut Riyadi S dan Purwanto T (2009) Respon yang muncul karena ansietas yaitu khawatir, gelisah, tidak tenang dan dapat disertai dengan keluhan fisik. Kondisi tersebut dialami secara subjektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal.

Tingkat kecemasan yang dialami oleh wanita pramenopause didapatkan hasil terbanyak yaitu kecemasan ringan dengan jumlah 13 responden (32,5%). Kondisi tersebut dikarenakan wanita pramenopause kurang mendapat perhatian dari suami karena suami sibuk dengan kepentingan pekerjaannya. Hal tersebut didukung oleh data demografi yakni umur responden. Umur responden terbanyak yakni 45-50 tahun dengan 26 responden (65%). Menurut Soewardi (dalam Pieter, 2010) bahwa usia yang lebih muda akan mengalami tingkat stres dan kecemasan yang lebih tinggi daripada yang berusia tua. Hal tersebut diperkuat oleh Stuart dan Sundeen (2007), dukungan suami dapat menimbulkan efek penyangga yaitu mampu menekan efek-efek negatif dari stres. Hal ini didukung pula oleh penelitian yang dilakukan Mulya (2016) yang berjudul "Gambaran

tingkat kecemasan ibu premenopause di Desa Bonjeruk Wilayah kerja Puskesmas Bonjeruk Lombok Tengah” bahwa pramenopause mayoritas pada umur wanita yang masih muda merasa tidak mendapat perhatian lebih dari suami tidak percaya diri dengan penampilannya saat ini dan takut akan kehilangan orang yang dicintainya.

Berkaitan dengan kecemasan berat yang dialami wanita pramenopause, hal tersebut didukung oleh data demografi yaitu pendidikan. Pada penelitian ini diketahui paling banyak responden berpendidikan SD dengan jumlah 18 responden (45%). Dimana menurut Notoadmodjo (2010) makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya, tingkat pendidikan yang rendah akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai baru yang diperkenalkan. Pendidikan akan berpengaruh dalam memberikan respon yang datang dari luar. Orang dengan pendidikan yang tinggi akan memberi respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang sehingga mampu mencari koping dalam menghadapi penyebab cemas. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Richard (2015) yang berjudul “Faktor yang meningkatkan kecemasan pada wanita menopause” yakni pendidikan erat kaitannya dengan tingkat kecemasan yang dialami oleh wanita menopause. Responden yang tidak sekolah dan yang berpendidikan sekolah dasar (SD) mendapat tingkat kecemasan berat, dikarenakan kebanyakan seorang dengan pendidikan yang rendah masih kuat akan kepercayaan-kepercayaan (mitos tentang menopause).

3. Hubungan Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa

Hasil penelitian tentang hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember dengan uji statistik korelasi *Spearman Rho* diperoleh nilai *p value* 0,000 yang artinya H1 diterima, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember. Ditinjau dari hasil tersebut peneliti berpendapat bahwa dukungan suami yang baik akan mengurangi kecemasan yang dirasakan oleh wanita pramenopause. Hal ini sesuai dengan konsep yang dikemukakan oleh Jannah (2014) dukungan suami merupakan faktor eksternal paling baik dalam membantu istri untuk melalui masa menopause tanpa kecemasan berlebih. Bagi seorang wanita yang memasuki masa pramenopause, dukungan dari orang terdekat seperti dukungan dari suami adalah hal yang penting karena akan menentukan atau menurunkan rasa kecemasan yang dialaminya dalam menghadapi pramenopause. Seseorang yang merasa cemas, jika memiliki teman atau orang lain yang mendukung, seperti suami maka kecemasannya akan berkurang. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan suami berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Sehingga membutuhkan upaya untuk memberikan dukungan yang baik pada wanita pramenopause untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan.

Keterbatasan Penelitian

1. Faktor Instrumen

Instrumen pada penelitian diperoleh dari penelitian sebelumnya yang sudah diuji validitas dan reabilitasnya dan dimodifikasi sendiri oleh peneliti sesuai dengan objek penelitian ini. Peneliti tidak melakukan uji validitas dan reabilitas kembali, akan lebih baik jika dilakukan uji validitas dan reabilitas kembali.

2. Faktor Sampel

Jumlah sampel pada penelitian ini yakni 40 responden wanita pramenopause akan lebih baik jika sampel ditambahkan lebih banyak untuk hasil yang lebih baik lagi dan lebih akurat.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian tentang dukungan suami pada wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember menunjukkan mayoritas wanita pramenopause mempunyai dukungan suami dengan tingkat sedang.
2. Data penelitian tingkat kecemasan wanita pramenopause menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan.
3. Ada hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan wanita pramenopause di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember

B. Saran

Hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan kepada:

1. Tenaga Kesehatan
Memberikan edukasi kepada suami dan istri tentang pentingnya

dukungan suami dalam bentuk *support* maupun memberikan waktu luang dan perhatian pada istri saat pramenopause untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan.

2. Peneliti Selanjutnya

Lebih memperbanyak faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan dalam penelitian, serta diharapkan untuk menggunakan instrumen yang sudah baku sehingga didapatkan hasil yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Indriyani, D & Asih, S.W. (2014). Ipteks Bagi Masyarakat (IbM) Kelompok Wanita Pramenopause. *The Indonesian Journal Of Health Science* 4(2).
- Irmawati, A.U. (2016). Gambaran Dukungan Suami Terhadap Wanita Premenopause Menghadapi Menopause di Depok Ambarketawang Gamping Sleman.
- Jannah, A.N, Istiarti, T & Sugihantono, A. (2014). Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Menopause Syndrome Pada Istri kelurahan Sendangmulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2(1).
- Mulya, R.A. dkk. (2016). Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause Di Desa Bonjeruk Wilayah Kerja Puskesmas Bonjeruk Lombok Tengah. *Jurnal Sangkareang Mataram* 2(1).
- Padila. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Proverawati, A. (2010). *Menopause dan Sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian. (2014). *Statistik Penduduk 1971-2015*. Kementerian Pertanian.

Richard, S.D & Permatasari, N.S. (2015). *Faktor Yang Meningkatkan Kecemasan Pada Wanita Menopause*. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 1(2).

Setiadi. (2008). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Stuart, G.W & Sundeen, S.J. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran (EGC).

