

**HUBUNGAN SINDROM PASCA MENOPAUSE
DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA
WANITA DI UPTD PUSKESMAS
GIANYAR II**



SKRIPSI

LUH MADE ARI WULANDARI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**HUBUNGAN SINDROM PASCA MENOPAUSE
DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA
WANITA DI UPTD PUSKESMAS
GIANJAR II**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

**LUH MADE ARI WULANDARI
C2125071**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Luh Made Ari Wulandari
NIM : C2125071
Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Sindrom Pasca Menopause dengan Kualitas
Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis dengan benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 20 Juli 2026



(Luh Made Ari Wulandari)

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN SINDROM PASCA MENOPAUSE
DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA
WANITA DI PUSKESMAS
GIANYAR II

Diajukan Oleh:

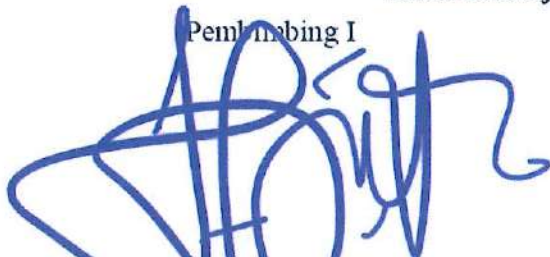
LUH MADE ARI WULANDARI

NIM.C2125071

Gianyar, 14 Juli 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Ni Made Dwi Ayu Marini, S.Kep.,M.Kes
NIDN : 0801038802

Pembimbing II



Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0801019002

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep.,M.Kep
NIDN.0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Ini Telah Dipertahankan Dan Disahkan Di Depan
Dewan Penguji Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bina Usada Bali
Tanggal: 24 Juli 2026

Yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. Putu Widiastuti, S.Kep., MPH
NIDN. 8829790019

Sekretaris Penguji



Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S. Kep., M.Kes
NIDN: 0801038802

Anggota Penguji



Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0801019002

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN.0821058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Juli 2026

Luh Made Ari Wulandari

Hubungan Sindrom Pasca Menopause Dengan Kualitas Hidup Lansia Wanita Di
UPTD Puskesmas Gianyar II

xiv + 56 halaman + 6 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

ABSTRAK

Sindrom pasca menopause merupakan masalah yang sering dialami wanita lanjut usia akibat perubahan hormonal yang dapat menimbulkan gangguan fisik, psikologis, dan sosial sehingga berpotensi memengaruhi kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sindrom pasca menopause dengan kualitas hidup lansia wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasional menggunakan rancangan *cross-sectional*. Sampel penelitian sebanyak 180 lansia wanita yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan *Greene Climacteric Scale* dan *World Health Organization Quality of Life (WHOQoL-BREF)*. Analisis data menggunakan uji *Rank Spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata responden telah mengalami fase pasca menopause selama 11 tahun. Sebagian besar responden mengalami sindrom pasca menopause dalam kategori cukup mengganggu sebanyak 94 orang (52,2%), sedangkan kualitas hidup sebagian besar berada dalam kategori baik sebanyak 95 orang (52,6%). Terdapat hubungan yang signifikan antara sindrom pasca menopause dengan kualitas hidup lansia wanita ($p=0,000$; $r=0,483$). Pelayanan keperawatan disarankan meningkatkan edukasi, skrining gejala menopause, serta memberikan intervensi promotif dan suportif untuk membantu lansia wanita mengelola sindrom pasca menopause dan mempertahankan kualitas hidup.

Kata Kunci : lansia wanita, kualitas hidup, sindrom pasca menopause
Daftar Pustaka: 73 (2020-2026)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR'S DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate Thesis, July 2026

Luh Made Ari Wulandari

The Relationship Between Postmenopausal Syndrome and Quality of Life Among Older Women at UPTD Gianyar II Community Health Center

xiv + 56 + 6 tables + 2 pictures + 12 appendices

ABSTRACT

Postmenopausal syndrome is a common condition among older women caused by hormonal changes that may result in physical, psychological, and social problems, potentially affecting quality of life. This study aimed to determine the relationship between postmenopausal syndrome and quality of life among older women at UPTD Gianyar II Community Health Center.

This quantitative study employed an analytical correlational design with a cross-sectional approach. A total of 180 older women were selected using simple random sampling. Data were collected using the Greene Climacteric Scale and the World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQoL-BREF). Data were analyzed using Spearman's Rank correlation test.

The results showed that the respondents had experienced postmenopause for an average of 11 years. Most respondents had moderately disturbing postmenopausal syndrome (52.2%), while most reported a good quality of life (52.6%). A significant relationship was found between postmenopausal syndrome and quality of life among older women ($p=0.000$; $r=0.483$). Nursing services are encouraged to strengthen health education, menopause symptom screening, and promotive and supportive interventions to help older women manage postmenopausal syndrome and maintain their quality of life.

Keywords : older women, postmenopausal syndrome, quality of life

Bibliography : 73 (2020-2026)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Sindrom Pasca Menopause dengan Kualitas Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
3. Ns. Putu Widiastuti, S.Kep., MPH., selaku penguji utama yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S. Kep., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang untuk penulis dalam memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh dosen STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan banyak ilmu mengenai pengantar riset yang sangat bermanfaat sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan baik.
7. Keluarga terkasih yang senantiasa memberikan dukungan penuh moral dan materiil dalam penyusunan skripsi ini.
8. Rekan-rekan program studi alih jenjang yang telah memberikan dukungan moril dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih

Badung, Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Lansia	9
B. Konsep Sindrom Pasca Menopause.....	9
C. Konsep Kualitas Hidup.....	16
D. Kerangka Teori.....	20

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	22
A. Kerangka Konsep	22
B. Hipotesis	23
C. Definisi Operasional.....	23
BAB IV METODE PENELITIAN	25
A. Rancangan Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
1. Populasi	25
2. Sampel.....	26
C. Tempat Penelitian.....	29
D. Waktu Penelitian	29
E. Etika Penelitian.....	30
F. Alat Pengumpulan Data.....	32
1. Instrumen Penelitian.....	32
2. Validitas dan Reliabilitas.....	33
G. Prosedur Pengumpulan Data	34
H. Pengolahan Data	36
I. Analisis Data	37
BAB V HASIL PENELITIAN	39
A. Kondisi Lokasi Penelitian	39
B. Hasil Analisis Penelitian	40
1. Hasil Analisis Univariat	40

2. Hasil Analisis Bivariat.....	41
BAB VI PEMBAHASAN	43
A. Interpretasi Penelitian	43
B. Keterbatasan Penelitian	53
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	54
BAB VII PENUTUP	55
A. Simpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Sindrom Pasca Menopause dengan Kualitas Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II.....	24
Tabel 4.1 Perhitungan Sampel pada Masing-Masing Desa dan Banjar	28
Tabel 5.1 Karakteristik Usia Responden	40
Tabel 5.2 Lama Fase Pasca Menopause	40
Tabel 5.3 Sindrom Pasca Menopause Pada Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II	41
Tabel 5.4 Kualitas Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II.....	41
Tabel 5.5 Hubungan Sindrom Pasca Menopause Dengan Kualitas Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II	41

DAFTAR GAMBAR

halaman

Gambar 2.1	Kerangka Teori Hubungan Sindrom Pasca Menopause dengan Kualitas Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II	21
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Hubungan Sindrom Pasca Menopause dengan Kualitas Hidup Lansia Wanita di UPTD Puskesmas Gianyar II.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10. Hasil Analisis Data
- Lampiran 11. Dokumentasi
- Lampiran 12. Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Afnas, N. H., Sa'danoer, I. M., Sari, Y. K., Azhari, A. S., & Silvia, E. (2026). Pemberdayaan Dan Edukasi Faktor Determinan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause Di Posyandu Kasih Ibu Koto Panjang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kebidanan Optimal*, 3(1), 18–22. <https://doi.org/10.5281/zenodo.19675417>
- Agnesia, Y., Sari, S. W., Hamdhani, N., Ramadhani, D. W., & Nopianto. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Aisyiah, Wowor, T. J., & Wahyuningsih, S. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13. <http://dx.doi.org/10.33846/sf.v0i0.1891>
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Amruddin, Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L. A. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., Yunita, I., Untari, I., Mujiani, S., & Wicaksono, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Sukoharjo: Pradina Pustaka.
- Anas, M., Mahmudah, Prahastutik, R. H., Andira, S., Sholikhah, T. R. N., Khonsa, U., & Ayu, V. A. (2022). Gambaran Klinis Menopause Dan Cara Mengatasinya. *Surabaya Biomedical Journal*, 1(2).
- Andayani, N. L. N., & Guna, I. W. A. W. (2023). Factors That Affect Quality of Life in Menopausal Women. *Physical Therapy Journal of Indonesia*, 4(1), 70–75. <https://doi.org/10.51559/ptji.v4i1.79>
- Anita, N., Raehan, Mediastuti, F., Setyorini, R. H., Ekawati, D., Nurahfifah, D., & Yolanda, S. (2023). *Asuhan Kebidanan Remaja dan Menopause*. Bandung: Kaizen Media Publishing.
- Ariani, N. K. S., & Teja, N. M. A. Y. R. (2021). Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Perimenopause Di Desa Sakti Kecamatan Nusa Penida. *JMK: Jurnal Media Kesehatan*, 14(1). <https://doi.org/10.33088/jmk.v14i1.582>
- Aulya, N., Iswandari, N. D., Sarkiah, S., & Wahdah, R. (2024). Hubungan Sindrom Menopause dengan Kualitas Hidup Wanita. *The Journal of Mother and Child Health Concerns*, 4(2), 49–55. <https://doi.org/10.56922/mchc.v4i2.442>

- Avia, I., Yunike, Kusumawaty, I., Handian, F. I., Ahmad, S. N. A., Simanjuntak, G. V., Wahyurianto, Y., Surani, V., Achmad, V. S., Suprpto, Muslimin, D., Solehudin, & Hariati. (2022). *Penelitian Keperawatan*. Padang: Get Press.
- Baral, S., & Kaphle, H. P. (2023). Health-Related Quality of Life Among Menopausal Women: A Cross-Sectional Study From Pokhara, Nepal. *PLOS One*, 18(1), e0280632. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280632>
- Canggra, M., & Dewi, A. K. (2021). Gambaran gejala sindrom genitourinaria pada perempuan pasca menopause di Panti Werdha Wisma Mulia dan Panti Werdha Berea Jakarta Barat. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(1), 112–117. <https://doi.org/10.24912/tmj.v3i2.11751>
- Chu, H. S., Oh, J., & Lee, K. (2022). The Relationship between Living Arrangements and Sleep Quality in Older Adults: Gender Differences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3893. <https://doi.org/10.3390/ijerph19073893>
- Darwel, Syamsul, M., Ramlan, P., Samad, M. A., Syakurah, R. A., Ngkolu, N. W., Lestari, P. P., & Rahmawati. (2022). *Statistik Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Distinarista, H., Wuriningsih, A. Y., & Haiya, N. N. (2021). Pembentukan Kelompok Pendamping Optimalization Menopause Affection (KP-OMA) Guna Meningkatkan Kualitas Hidup Ibu Menopause. *Community Empowerment*, 6(4), 583–589. <https://doi.org/10.31603/ce.4540>
- Ernawati, E., Kharis, M. K., & Salsabila, C. A. N. (2024). Sosialisasi Peningkatan Kualitas Kesehatan Wanita Menopause Tentang Gejala Dan Tanda Pada Masa Klimakterum. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 4(01), 38. <https://doi.org/10.30587/ijcdh.v4i01.8405>
- Fitri, T., Malau, B., Silitonga, S., & Hutagalung, S. A. (2023). Penyuluhan Terhadap Lansia: Mengenali Karakteristik Para Lansia. *ELETTRA: Jurnal Pendidikan Penyuluhan Agama Kristen*, (1), 47–56.
- Fitrina, Y., Albyn, D. F., Hamu, A. H., Safitri, Y., Purqoti, D. N. S., Bebok, C. F. M., Swarjana, I. K. D., Ulfa, M., Making, M. A., Israfil, Siregar, H. K., Ningsih, N. F., & Badi'ah, A. (2022). *Paliatif Care dan Home Care*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Fridolin, A., Musthofa, S. B., & Suryoputro, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 381–389. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss2.1227>

- Hidayat, A. A. (2021). *Metodologi Keperawatan Untuk Pendidikan Vokasi*. Surabaya: Health Books Publishing.
- Hutchings, H. A., Taylor, N., Remesh, A., & Rafferty, J. (2023a). A Study Evaluating Quality of Life and Factors Affecting It Before, During and After Menopause. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 289, 100–107. <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2023.08.373>
- Hutchings, H. A., Taylor, N., Remesh, A., & Rafferty, J. (2023b). A Study Evaluating Quality of Life and Factors Affecting It Before, During and After Menopause. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 289, 100–107. <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2023.08.373>
- Ibrahim, J. (2022). *Buk Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Indrayogi, I., Priyono, A., & Asyisya, P. (2022). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemberdayaan Lansia Produktif, Gaya Hidup Sehat Dan Aktif. *Indonesian Community Service and Empowerment Journal (IComSE)*, 3(1), 185–191. <https://doi.org/10.34010/icomse.v3i1.5330>
- Jayanti, T. N., Rustikayanti, R. N., & Dirgahayu, I. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause Di Indonesia: Systematic Review. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 3(2).
- Kadang, Y., Sucipto, A., Hermanto, Nasution, D. E., Susanti, F., Hamdani, & Irnawan, S. M. (2025). *Metodologi Penelitian dalam Keperawatan*. Purbalingga: CV Eureka Media Aksara.
- Khodijah, S., Surmiasih, Palupi, R., & Kameliawati, F. (2025). Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Desa Pekon Wates Timur Gadingrejo Tahun 2024. *Health Research Journal of Indonesia*, 3(3), 159–164. <https://doi.org/10.63004/hrji.v3i3.583>
- 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>
- Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional/ Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Koothirezhi, R. (2023). *Postmenopausal Syndrome*. Treasure Island (Florida): StatPearls Publishing.

- Koothirezhi, R., & Ranganathan, S. (2025). *Postmenopausal Syndrome*. Treasure Island (Florida): StatPearls Publishing.
- Kurniawan, Dr. W., & Agustini, A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan*. Cirebon: LovRinz Publishing.
- Lukitasari, M., Kusumastuty, I., Nugroho, D. A., Rohman, M. S., & Kristianingrum, N. D. (2021). *Gagal Jantung Perawatan Mandiri dan Multidisiplin*. Malang: UB Press.
- Maita, L., & Pitriani, R. (2020). Karakteristik Wanita dengan Keluhan Masa Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(3). <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol2.Iss3.59>
- Manurung, S. S., Ritonga, I. L., & Damanik, H. (2020). *Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Maria, L., & Anggraini, D. (2025). Pengaruh Edukasi Dukungan Suami Terhadap Kualitas Hidup Perempuan Menopause. *Babul Ilmi: Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 17(1), 39–54. <https://doi.org/10.36729/bi.v17i1>
- Meinarisa, Nasution, R. A., & Fitri, H. (2024). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause di Kota Jambi. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(1), 2087–2122.
- Monteleone, P., Mascagni, G., Giannini, A., Genazzani, A. R., & Simoncini, T. (2018). Symptoms of menopause — global prevalence, physiology and implications. *Nature Reviews Endocrinology*, 14(4), 199–215. <https://doi.org/10.1038/nrendo.2017.180>
- Mukhtazar. (2020). *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Absolute Media.
- Mulyandari, A., Trisnawati, Y., Kebidanan, A., & Bintan, A. (2024). Pengaruh Terapi Akupresur Mandiri terhadap Gangguan Kecemasan dan Keluhan Menopause Effect of Self-Acupressure Therapy on Anxiety Disorders and Menopausal Complaints. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan Terpadu*, 4(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.53579/jitkt.v4i1.156>
- Nasution, F., Zulkarnain, A., Paramitha, F., Adhani, N. F., & Salsabila, R. D. (2025). The Development of Adults and the Elderly. *TOFEDU: The Future of Education Journal*, 4(1), 291–297. <https://doi.org/10.61445/tofedu.v4i1.413>
- Nasution, R. A., & Fitri, H. (2024). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Kota Jambi. *Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(1), 2087–2122.

- Ningsih, F., & Putri, D. P. (2026). Asuhan Kebidanan Pada Ny. D Dengan Sindrom Pascamenopause di Wilayah Kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. *Medic Nutricia : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 22(1).
- Norfai. (2021). *Kesulitan dalam Menulis Karya Tulis Ilmiah, Kenapa Bingung?* Klaten: Lakeisha.
- Nurlina. (2021). *Kualitas Hidup Wanita Menopause*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Nuzula, R. (2021). Hubungan Karakteristik Dengan Kesiapan Ibu Menghadapi Menopause di Desa Meunasah Capa Kecamatan Kota Juang Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1), 2615–109. [10.33143/jhtm.v7i1.1473](https://doi.org/10.33143/jhtm.v7i1.1473).
- Panay, N., Ang, S. Bin, Cheshire, R., Goldstein, S. R., Maki, P., & Nappi, R. E. (2024). Menopause and MHT in 2024: Addressing The Key Controversies – an International Menopause Society White Paper. *Climacteric*, 27(5), 441–457. <https://doi.org/10.1080/13697137.2024.2394950>
- Peacock, K., Carlson, K., & Ketvertis, K. M. (2025). *Menopause*. Treasure Island (Florida): StatPearls Publishing.
- Perman, S. (2026). Life After Menopause: Living Your Best Life During Postmenopause. *Winona Journal*. <https://doi.org/10.30651/jar.v3i1.21738>
- Pramana, C., Vincentia, A., & Dewi, A. K. (2022). Gambaran Sindroma Pasca menopause Pada Wanita Lansia di Panti Werdha Wisma Mulia, Grogol, Jakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2). <https://doi.org/10.22146/jkr.60608>
- Pratiwi, L., & Liswanti, M. Y. (2021). *Serba-Serbi Menopause (Sudut Pandang Teori dan Penelitian)*. Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher).
- Purnamawati, D., Nursanti, I., Natashia, D., Irawati, D., Sumarmi, Rosyati, H., & Subiyatin, A. (2024). *Perawatan Komprehensif Untuk Wanita Menopause: Fisik, Mental, Dan Spiritual*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Putri, N. M., Iswandari, N. D., Kabuhung, E. I., & Hidayah, N. (2025a). Gambaran Kualitas Hidup Wanita Klimakterium Di Wilayah Kerja Pukesmas Sungai Jingah Banjarmasin. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 9(1), 121–128. <https://doi.org/10.54100/bemj.v9i1.582>
- Putri, N. M., Iswandari, N. D., Kabuhung, E. I., & Hidayah, N. (2025b). Gambaran Kualitas Hidup Wanita Klimakterium Di Wilayah Kerja Pukesmas Sungai Jingah Banjarmasin. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 9(1), 121–128. <https://doi.org/10.54100/bemj.v9i1.582>

- Ramadhani, R., & Bina, N. S. (2021). *Statistika Penelitian Pendidikan: Analisis Perhitungan Matamatis dan Aplikasi SPSS*. Jakarta: Prenada Media.
- Romadhona, N. F., Fauziah, E., & Khairunnisa. (2024). Studi Deskriptif Permasalahan Gerak Dan Fungsi Pada Wanita Menopause. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi Muhammadiyah (JarFisMU)*, 3(1). <https://doi.org/10.30651/jar.v3i1.21738>
- Rostami-Moez, M., Masoumi, S. Z., Otagara, M., Farahani, F., Alimohammadi, S., & Oshvandi, K. (2023). Examining the Health-Related Needs of Females during Menopause: A Systematic Review Study. *Journal of Menopausal Medicine*, 29(1), 1. <https://doi.org/10.6118/jmm.22033>
- Sarathi, S. (2025). Prevalence of menopausal symptoms and its impact on Quality of life among menopausal women. *Journal of Neonatal Surgery*, 14, 7. <https://doi.org/10.52783/jns.v14.2356>
- Siregar, R. J., & Yusuf, S. F. (2022). *Kesehatan Reproduksi Lansia*. Padangsidimpuan: PT Inovasi Pratama Internasional.
- Subakti, H., Priskusanti, R. D., Fahmi, A., Haryanti, S., Pangest, N. A., Primasari, N. A., Putri, N. S., Adinata, A., Hadi, I., & Firmansyah, H. (2021). *Riset Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Sudargo, T., Aristasari, T., 'Afifah, A., Prameswari, A. A., Ratri, F. A., & Putri, S. R. (2021). *Asuhan Gizi Pada Lanjut Usia*. Yogyakarta: UGM Press.
- Sulistyowati, I., & Susilawati, D. (2021). Hubungan Sindrom Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause Di Kelurahan Genuk Kabupaten Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(2), 29–37. <https://doi.org/10.32584/jikm.v4i2.1257>
- Suryonegoro, S. B., Muzada Elfa, M., & Noor, M. S. (2021). Literature Review: Hubungan Hipertensi Pada Wanita Menopause Dan Usia Lanjut Terhadap Kualitas Hidup. *Homeostasis*, 4(2). <https://doi.org/10.20527/ht.v4i2.4030>
- Swarjana, I. K. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan: Edisi Terbaru*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Talaulikar, V. (2022). Menopause transition: Physiology and symptoms. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 81, 3–7. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2022.03.003>
- Tince, A., Sihombing, W., Evayanti, Y., Yantina, Y., & Mariza, A. (2022). Factors Related To Quality Of Life Of Post Menopausee. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 8(4), 771–780. <https://doi.org/10.33024>

- Vallejo, M. S., Blümel, J. E., Chedraui, P., Matsumura-Kasano, J., Meza, P., Monterrosa-Castro, Á., Ñáñez, M., López, M., Ojeda, E., Rey, C., Valadares, A. L. R., Rodríguez-Vidal, D., Rodrigues, M. A. H., Saavedra, J., Salinas, C., Sosa, L., Tserotas, K., Acuña-San Martín, M., Aguirre, M. S., ... Gutiérrez-Crespo, H. (2026). Severity of Menopausal Symptoms is Associated with Lower Work-Related Quality of Life and Job Satisfaction in Midlife Latin American women: REDLINC XIII. *Maturitas*, 208, 108918. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2026.108918>
- Wibowo, D. A., Tanoto, W., & Heni, S. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Insomnia*. Kediri: Lembaga Omega Medika.
- 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>
- Yoshany, N., Mazloomi Mahmoodabad, S. S., Bahri, N., Moori, M. K., & Hanna, F. (2020). Association between Lifestyle and Severity of Menopausal Symptoms in Postmenopausal Women. *Electronic Journal of General Medicine*, 17(5), em222. <https://doi.org/10.29333/ejgm/7885>
- Yuda, H. T., & Yuwono, P. (2021). Pengetahuan, Perilaku Tentang Covid 19 Dan Kualitas Hidup Penderita Dm Pada Masa Pandemi Di Wilayah Puskesmas Gombang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 269. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i3.648>
- Yusnidar, Y., Mayanti, A., Yeyen, Y., Hasnah, A., Ilahi, N., & Hijrah, N. (2024). Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Lansia Menopause di Kelurahan Salekoe Kota Palopo. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(1), 208–213. <https://doi.org/10.31004/jh.v4i1.582>
- Zacharias, T., Wenno, & Laurens, S. (2020). *Metode Penelitian Sosial Teori Dan Aplikasi*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Zahroh, C., Ekawati, L., Munjidah, A., Afridah, W., Noventi, I., & Winoto, P. M. P. (2020). Quality of Life Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 6(2), 248–251. <https://doi.org/10.33023/jikep.v6i2.648>
- Zainuddin, M. (2020). *Metodologi Penelitian Kefarmasian 2*. Surabaya: Airlangga University Press.