

PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN MENOPAUSE PADA IBU-IBU PKK DI DUSUN CEPOR SENDANGTIRTO BERBAH SLEMAN

The Effect Of Educational Video To Increase Knowledge On Menopause Among PKK Mothers In Cepor Sendangtirto Berbah Sleman

Firly Lativa Erliza ¹, Dwi Yati ²

^{1,2}S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, 55293, Indonesia

Email: dwie.ns215@gmail.com

*Corresponding Author

Tanggal Submission: 15 Agustus 2023, Tanggal diterima: 30 Desember 2023

Abstrak

Wanita menopause akan mengalami penurunan berbagai fungsi tubuh, sehingga akan berdampak buruk bagi fisik dan psikis wanita. Salah satu faktor yang menyebabkan wanita tidak siap menerima perubahan psikis dan fisik pada masa menopause diantaranya pendidikan, pengetahuan yang masih rendah serta informasi yang masih kurang. Beberapa penelitian menyatakan pengetahuan wanita tentang menopause masih rendah, hal ini seperti hasil penelitian Asifah (2021) menyatakan sebanyak 58,3% serta penelitian Ningsih (2018) sebanyak 20,8% wanita memiliki pengetahuan yang kurang tentang menopause. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan menopause pada ibu-ibu PKK sebelum dan sesudah diberikan edukasi video. Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif *pre-eksperimen* dengan rancangan *one grup Pre-test and Post-test*. Pengambilan data dilakukan pada bulan Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini Ibu-ibu PKK Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman yang berjumlah 189 dengan sampel penelitian sebanyak 65 responden dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan menopause. Analisis data meliputi univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Wilcoxon*. Hasil Analisis tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar responden termasuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak (80%) dan hasil pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar responden termasuk dalam kategori baik yaitu sebanyak (90%). Hasil analisis data diperoleh nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$ maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan video terhadap peningkatan pengetahuan menopause pada ibu. Terdapat pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan menopause pada Ibu-ibu PKK Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media edukasi video.

Kata Kunci: Menopause, Pengetahuan, Video Edukasi

Abstract

Menopause is characterized by a decrease in various body functions, which has a negative impact on the physical and mental health of women. One of the factors inhibiting readiness to accept these changes is the lack of education, knowledge, and information about menopause. Research shows that awareness about menopause remains low, such as in Asifah (2021) (58.3%) and Ningsih (2018) (20.8%). The study aims to test the impact of educational videos on increased knowledge of menopause. Pre-experimental quantitative research with a one-group design pre-post tests. Data collection was completed in May 2023. Population: 189; sample: 65 respondents using purposive sampling techniques. Data were collected using menopause knowledge questionnaires. Data analysis covered univariates and bivariate using Wilcoxon statistical tests. Before education, most respondents (80%) were in the category of having less knowledge, while after education, the majority (90%) was in the good category. Data analysis showed a value of $p (0.000) < \alpha (0.05)$, so it concluded there was an influence of health education videos on increased knowledge of menopause.

Keywords: menopause, knowledge, educational video

PENDAHULUAN

Menopause menandakan bahwa menstruasi dan reproduksi seorang wanita sudah berakhir. Hal ini disebabkan penghasil utama estradiol dan inhibin yaitu sel granulosa ovarium mengalami penurunan (Widiyastuti *et al.*, 2022). Menopause menandakan bahwa menstruasi dan reproduksi seorang wanita sudah berakhir. Hal ini berlangsung akibat penghasil utama estradiol dan inhibin yaitu sel granulosa ovarium mengalami penurunan. Terjadinya hambatan estrogen dan inhibin pada gonadotropin, menyebabkan *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Hormone Luteinizing* (LH) mengalami peningkatan. Peningkatan hormon FSH ini mengakibatkan menstruasi memendek sampai menstruasi tidak terjadi lagi (Widiyastuti *et al.*, 2022).

Menopause menjadi hal yang paling banyak dibicarakan dan dianggap membingungkan bahkan dipermasalahakan bagi Sebagian wanita. Beberapa dari mereka menganggap menopause sebagai hal yang menakutkan ini berawal dari pemikiran dirinya bahwa wanita menopause berarti sudah tidak sehat. Keterbatasan informasi ini yang membuat wanita takut menghadapi menopause (Sari, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2025 Indonesia akan ada 60 juta wanita menopause (Ulya & Andanawarih, 2021). World Health Organization (WHO) juga memprediksi pada tahun 2023 mendatang jumlah perempuan di dunia yang memasuki masa menopause akan mencapai 1,2 milyar orang. Artinya sebanyak 1,2 milyar perempuan akan memasuki usia lebih 50 tahun, dan angka itu merupakan tiga kali lipat dari angka sensus tahun 1990 jumlah perempuan menopause (Nurlina, 2021). Sedangkan jumlah penduduk perempuan di Kabupaten Sleman Yogyakarta umur 45-49 tahun mencapai 76.242 jiwa, umur 50-54 tahun berjumlah 71.865 jiwa, dan umur 55-59 tahun berjumlah 61.998 jiwa (Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman, 2018).

Menopause normalnya terjadi pada usia 45-55 tahun. Menopause menimbulkan munculnya perubahan fisik dan psikologis yang berakibat pada sensitivitas sehingga wanita menopause menjadi lebih mudah tersinggung, mudah marah, kurang percaya diri, dan mengalami keluhan lainnya (Lubis, 2016).

Penelitian yang dilakukan Matjino, (2019) juga menunjukkan adanya kecemasan berat yang dialami oleh ibu sebelum dilakukannya penyuluhan menopause sebanyak 40,0% dan kecemasan sedang sebanyak 37,1%. Keluhan yang mempunyai pengaruh teratas yakni kekeringan vagina dan gangguan tidur dengan presentase 9,7%, kelelahan dan kecemasan dengan presentase 16,7% .

Diperkirakan sebanyak 70% yang berusia 45 sampai 54 tahun mengarah pada gejala menopause seperti *hot flushes*, gangguan tidur, depresi, jantung berdebar, gelisah, mudah sakit hati, cepat marah, sakit kepala, takut, sulit untuk berkonsentrasi, pikun, mudah lelah, kekurangan tenaga, kesemutan, berkunang kunang, obstipasi, berat badan meningkat, gangguan libido, dan nyeri pada otot dan tulang. Adapun keluhan yang mempunyai pengaruh teratas yakni kekeringan vagina dan gangguan tidur dengan presentase 9,7%, kelelahan dan kecemasan dengan presentase 16,7% (Asriati *et al.*, 2019).

Peningkatan pengetahuan merupakan tanggung jawab Seluruh petugas kesehatan, baik dilihat dari jenis maupun tingkatannya pada dasarnya adalah pendidik kesehatan (*health*

educator), sehingga untuk memperoleh hasil yang efektif dalam proses pendidikan kesehatan diperlukan alat bantu seperti media pendidikan kesehatan (Wintoro & Uswatun, 2022). Media yang dipilih secara tepat akan membantu ibu untuk memahami konsep dan informasi yang diterima atau yang dimiliki ibu sebelumnya. Media pendidikan kesehatan seperti video dapat menarik perhatian dari rangsangan luar lainnya, dibandingkan dengan media poster dan leaflet yang mudah rusak, hilang, dan bila desain tidak menarik, masyarakat enggan untuk membaca dan menyimpannya, oleh sebab itu peneliti lebih memilih menggunakan media video (Maulana, 2021). Video yang diberikan berupa animasi yang berisi informasi tentang definisi menopause, faktor-faktor yang mempengaruhi menopause, pencegahan keluhan menopause.

Penelitian yang dilakukan oleh Khalida (2022) menggunakan media leaflet, didapatkan hasil tingkat pengetahuan sebelum mendapatkan edukasi kesehatan mengenai menopause adalah 9,97 dan tingkat pengetahuan setelah dilakukan edukasi kesehatan mengenai menopause adalah 13,03 yang berarti mengalami peningkatan. Penelitian yang dilakukan oleh Novianti (2021) menggunakan media video, didapatkan hasil jumlah rata-rata sebelum (*pretest*) sebesar 54,11, dan setelah (*post-test*) sebesar 86,64. Dari hasil penelitian tersebut terdapat pengaruh edukasi menopause terhadap peningkatan pengetahuan.

Dari hasil studi yang dilakukan oleh peneliti dengan observasi pada ibu-ibu di Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman didapatkan tiga dari tujuh ibu hanya mengetahui bahwa menopause itu tidak lagi mengalami menstruasi, dan dua orang ibu tidak tahu tanda dan gejala menopause, dan dua ibu lainnya mengatakan belum pernah sama sekali mendengar informasi mengenai menopause. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan menopause pada ibu-ibu PKK sebelum dan sesudah diberikan edukasi video.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif *pre-eksperimen* dengan rancangan *one grup pre-test and post-test*. Pengambilan data dilakukan pada bulan Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini ibu-ibu PKK Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman yang berjumlah 189 dengan sampel penelitian sebanyak 65 responden dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan menopause serta media video edukasi dengan informasi tentang definisi menopause, faktor-faktor yang mempengaruhi menopause, pencegahan keluhan menopause, dengan adanya gambar bergerak, tulisan dan suara. Uji validitas konten kepada dua orang *expert*, yaitu *expert* pada bidang promosi kesehatan dan Bidan untuk menilai apakah konten video yang akan digunakan oleh peneliti telah mencerminkan konten pendidikan kesehatan untuk ditayangkan pada ibu-ibu PKK. Analisis data meliputi univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Wilcoxon*.

HASIL

Analisis Univariat

Hasil tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video.

Tabel 1. Hasil *Pre-test*

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	4	6.2
Cukup	9	13.8
Kurang	52	80.0
Total	65	100.0

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh hasil sebagian besar responden termasuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 52 responden (80.%).

Hasil tingkat pengetahuan tentang menopause setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video.

Tabel 2. Hasil *Post Test*

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	59	90.8
Cukup	3	4.6
Kurang	3	4.6
Total	65	100.0

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil sebagian besar responden termasuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 59 responden (90.8%).

Analisis Brivariat

Analisis yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dengan menggunakan uji statistik t kemudian diprogram dengan sistem komputer menggunakan program SPSS for windows.

Hasil *pretest* dan *posttest* pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dapat dilihat pada Tabel 3 dibawah ini :

Tabel 3. Uji Wilcoxon

Variabel	Mean Rank	Signifikansi	Z Wilcoxon	Keterangan
Pengetahuan				
a. <i>Pre-test</i>	8.26	0,001	-6.961	Signifikan
b. <i>Post-test</i>	17.35			

Berdasarkan hasil analisa Tabel 3 dapat diketahui nilai signifikansi uji wilcoxon menunjukkan nilai kurang dari 0,05 yaitu sebesar 0,000. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan hasil dari *pretest* ke *posttest* yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pengetahuan ibu-ibu PKK tentang menopause sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

PEMBAHASAN

1. Tingkat pengetahuan Ibu-Ibu PKK di Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman tentang menopause sebelum dilakukan pendidikan Kesehatan.

Hasil penelitian sebelum diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dengan kategori kurang yaitu sebanyak 52 responden (80%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asifah (2021) yang menunjukkan bahwa 60 responden yang memiliki pengetahuan yang baik hanya 13 responden (21,7%), pengetahuan cukup sebanyak 12 responden (20%) dan sedangkan sebanyak 35 responden (58,3%) memiliki pengetahuan yang kurang. Pengetahuan menopause yang kurang dapat memengaruhi sikap dan perilaku dalam kehidupan seseorang. Pengetahuan baik akan memengaruhi sikap dan perilaku yang baik dan sebaliknya, jika pengetahuan tentang menopause kurang maka dampak yang terjadi selalu diabaikan.

Sejalan dengan teori Mubarak dalam buku Purba *et al.*, (2023) faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya adalah pendidikan, pekerjaan, pengalaman dan informasi. Pada umumnya semakin banyak pengalaman seseorang, maka akan semakin banyak juga pengetahuan yang didapatkan.

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas pekerjaan responden adalah sebagai petani yaitu sebanyak 27 responden (41,5%) seseorang yang bekerja sebagai petani akan menghabiskan waktunya di sawah mereka hanya pulang untuk beristirahat tidak ada waktu untuk mencari informasi dan tidak memiliki sumber informasi yang membantu mereka untuk memiliki pengetahuan yang lebih luas, semakin mudah memperoleh informasi maka akan semakin cepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru. Pada penelitian ini hasil karakteristik responden berpendidikan SD sebanyak 24 responden (36,9%). Sejalan dengan penelitian Wahyuni (2020) yang menyatakan responden dengan pendidikan tinggi akan lebih siap menghadapi menopause dibandingkan dengan wanita yang tingkat pendidikannya menengah dan rendah.

2. Tingkat pengetahuan Ibu-Ibu PKK di Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman tentang menopause setelah diberikan pendidikan Kesehatan

Hasil penelitian setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan menggunakan video edukasi pada ibu-ibu PKK tentang menopause menunjukkan hasil pengetahuan dengan kategori baik yaitu sebanyak 59 responden 90.8%. Penelitian ini membuktikan hampir seluruh Ibu-ibu PKK mengalami peningkatan pengetahuan, hal tersebut dikarenakan adanya pendidikan kesehatan menggunakan media video edukasi. Hal ini kemungkinan disebabkan karena video dapat merangsang pengetahuan ibu-ibu PKK, melatih berpikir logis, analistik dan mempertajam daya imajinasi. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuriska (2021) menggunakan media video yang menunjukkan bahwa seluruh responden yang berjumlah 47 orang didapatkan hasil 90,21 dengan standar deviasi 9,83 yang menyatakan responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Artinya responden mampu menerima informasi yang diberikan melalui video. Penggunaan

media video juga dibuktikan oleh penelitian Larasanti & Rumintang (2020) pendidikan kesehatan yang diberikan menggunakan media video didapatkan hasil peningkatan yang signifikan.

Penggunaan media pembelajaran sangat membantu dalam keefektifan proses pembelajaran pada saat proses kegiatan belajar mengajar berlangsung. Dengan adanya media pembelajaran, peserta didik lebih termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran. Tanpa media dalam sebuah proses pembelajaran sangat mungkin pembelajaran tidak menghasilkan hasil. Hasil yang dimaksud adalah dari yang tidak tahu menjadi tahu, dan dari yang tidak mengerti menjadi mengerti (Audie, 2019). Sejalan dengan penelitian ini responden yang tidak tahu mengenai menopause menjadi tahu setelah diberikan edukasi tentang menopause menggunakan media video.

3. Pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan menopause pada Ibu-ibu PKK

Pengaruh video edukasi dilakukan dengan pengukuran *pretest* dan *posttest*, secara statistik didapatkan hasil nilai $\rho (0,000) < \alpha (0,05)$. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis video terhadap peningkatan pengetahuan ibu menopause. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa video edukasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang menopause.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Novianti (2021) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode video terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu dalam menghadapi menopause di Desa Hegarmanah Kecamatan Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

Media pendidikan kesehatan seperti video dapat digunakan sebagai alat bantu dalam memberikan pendidikan kesehatan. Penggunaan media video dalam memberikan pendidikan kesehatan dirasa sangat tepat untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, terutama pada kalangan anak-anak usia sekolah dan ibu-ibu. Masyarakat lebih menyukai bentuk gambar yang sifatnya ada suara dan gambar bergerak (Munayarokh *et al.*, 2022).

Penelitian ini menggunakan media video yang terdapat gambar dan suara, dimana gambar dan tulisan terlihat jelas dan mudah untuk dipahami. Tidak hanya itu media video pada penelitian ini juga didukung oleh suara sehingga responden semakin tertarik untuk memperhatikan.

Penelitian ini juga sejalan dengan teori Sulfemi dalam buku Syaifullah (2020) yang menyatakan media audiovisual memiliki beberapa sifat diantaranya yaitu kemampuan untuk meningkatkan persepsi, pengertian, retensi (ingatan) dan transfer (pengalihan) belajar. Dengan menggunakan media audiovisual, pembelajaran akan memberikan pengalaman langsung dan menjadikan proses belajar lebih menyenangkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut : 1) Tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK tentang menopause sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video termasuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 52 responden (80%), 2) Tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK tentang menopause setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video masuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 59 responden (90.8%), 3) Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK tentang menopause di Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu : 1) Bagi ibu-ibu PKK disarankan untuk terus meningkatkan pengetahuan tentang menopause, ibu-ibu PKK hendaknya mencari informasi dari berbagai sumber yang bisa menambah ilmu pengetahuan tentang menopause, 2) Bagi Perawat diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi atau bahan kajian untuk melakukan penyuluhan kesehatan tentang menopause, 3) Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan dapat digunakan sebagai dasar atau masukan untuk penelitian lebih lanjut. Peneliti berharap penelitian selanjutnya dapat mengembangkan ruang lingkup penelitian ini lebih lanjut mengenai menopause. Penelitian lain diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan media, desain, variabel dan sampel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Asifah, M. (2021). *Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause di Pedukuhan Gowok. JKM Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 8, 180–191.
- Asriati, C. R., Wijaya, M., Nirmala, S. A., Gondodiputro, S., & Rahmiati, L. (2019). *Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Fisik dan Psikis Memasuki Masa Menopause. Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(2), 99.
- Audie, N. (2019). *Peran Media Pembelajaran Meningkatkan Hasil Belajar. Posiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*, 2(1), 470–477.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman. (2018). <https://slemankab.bps.go.id>
- Khalida, Z., Maulida, L. F., Wahidah, N. J., Maulina, R., & Nurhidayati, S. (2022). *Pengaruh Edukasi Kesehatan dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause pada Ibu PKK RW 22 Ngoresan The Effect of Health Education With The Leaflet Media on A Knowledge Level of Menopause in The PKK Mothers at RW 22 Ngoresan*. 20(1), 44–50.
- Larasanti, P. A., & Rumintang, B. I. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Dampak Kehamilan Usia Remaja Di Smpn 1 Lingsar Tahun 2018. Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(2), 21.

- Lubis, N. L. (2016). *Wanita & Perkembangan Reproduksi*.
- Matjino, S. H. (2019). *Pengaruh Penyuluhan tentang Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Toboleu Kecamatan Kota Ternate Utara. Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*.
- Maulana, N. (2021). *Promosi Kesehatan dan Pendidikan*. CV Sarnu Untung.
- Munayarokh, M., Herawati, T., Idhayanti, R. I., & Nikmawati, N. (2022). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet Fe. Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan, 2(1), 18–24*.
- Novianti, R., Kartika, I. I., & Fitrianingrum, A. (2021). *Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Tanda dan Gejala Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu dalam Menghadapi Menopause di Desa Hegarmanah Kecamatan Cikarang Timur Kabupaten Bekasi Tahun 2021. Jurnal Kesehatan Bhakti Husada, 7(02), 18*.
- Nurlina. (2021). *Kualitas Hidup Wanita Menopause*. CV. Media Sains Indonesia.
- Purba, I. E., Sinaga, J., Adiansyah, & Sihura, I. R. (2023). *Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Terhadap Lansia Pelaksanaan Vaksinasi Covid-19*. umsu press.
- Sari, N. L. (2018). *Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Dalam Menghadapi Menopause. Literature Review : Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Literature Review: Factors Affecting Women's Readiness In Facing Menopause, 3(2), 121*.
- Syaifullah, A. (2020). *Visual Image Science Corner: Media Bantu Pembelajaran Sains*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Ulya, N., & Andanawarih, P. (2021). *Kesiapan Wanita Usia 45-55 Tahun dalam Menghadapi Perubahan Masa Menopause. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan, 8(1), 7–13*.
- Wahyuni, S., Yusrizal, & Wardiati. (2020). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Wanita di Kecamatan Langsa Timur Kota Langsa Factors Influencing The Readiness of 40-50 year-old women in Facing Menopause in. 6(1), 4–12*.
- Widiyastuti, N. E., Pastuty, R., Banase, F. E. T., Mulyati, I., Demang, F. Y., Danti, R. R., Pramestiyani, M., Yaner, N. R., Putri, K. M., Primayanti, M., Lestari, D., Sholichah, A. M., Khasanah, R. N., Suryati, Y., Ridawati, I. D., Rosnani, Winarna, N. B. A., Nazarena, Y., Mawarni, E. E., Hakiki, Mi. (2022). *Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana* (A. Munandar (Ed.); Munandar,). Media Sains Indonesia.
- Wintoro, P. D., & Uswatun, A. (2022). *Asuhan Pembelajaran Kesehatan Masyarakat* (R. Fitria (Ed.). CV Mitra Cendekia Media.
- Yuriska, V. (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Ratu Agung Tahun 2021. 26(2), 173–180*.