PENGARUH METODE *FOCUS GROUP DISCUSSION* (FGD) TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN MENOPAUSE PADA WANITA USIA SUBUR DESA SIMOREJO KECAMATAN KANOR KABUPATEN BOJONEGORO

Fitri.Wulandari

Pembimbing (1) Heny Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kes (2) Diah Eko Martini, S.Kep., Ns., M.Kep..

ABSTRAK

Menopause merupakan berhentinya abadi menstruasi yang dihasilkan dari hilangnya aktivitas hormonal. Periode menopause menyebabkan hot flashes, nyeri tulang dan sendi, kelelahan, masalah seksual karena vagina kering, depresi dan gangguan tidur.
Desain penelitian menggunakan *Pra-eksperiment* dengan rancangan *One-Grup Pre-test Post- test Design.* Sampel penelitian sebanyak 30 orang direkrut dengan *Random Sampling.* Yang dilakukan pada Maret-Juli 2022 di Desa Simorejo. Data diambil menggunakan kuisioner dan dianalisis menggunakan *Uji Wilcoxon* dengan menggunakan SPSS.
Hasil perhitungan dengan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan nilai signifikan demana p=0,000 artinya p<0,05 dengan nilai z=-4,420 yang berarti terdapat pengaruh metode *Focus Group Discussion* terhadap tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur desa Simorejo.
Ada pengaruh metode *Focus Group Discussion* terhadap tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro. Kajian diatas menunjukkan bahwa metode *Focus Group Discussion* yang diberikan pada WUS desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap WUS, karena dengan menggunakan metode *Focus Group Discussion* WUS lebih mudah memahami materi yang disampaikan.

Kata kunci : *Focus group discussion, Tingkat Pengetahuan, Menopause*

ABSTRACT

Menopause is the permanent cessation of menstruation resulting from the loss of hormonal activity. The menopausal period causes hot flashes, bone and joint pain, fatigue, sexual problems due to vaginal dryness, depression and sleep disturbances.
The research design used Pre-experiment with One-Group Pre-test Post-test Design. The research sample was 30 people recruited by Random Sampling. Which was carried out in March-July 2022 in Simorejo Village. Data were taken using a questionnaire and analyzed using the Wilcoxon test using SPSS.
The results of calculations using the Wilcoxon test obtained a significant value where p = 0.000 means p <0.05 with a value of z = -4.420 which means that there is an effect of the Focus Group Discussion method on the level of knowledge about menopause in women of childbearing age in Simorejo village.
There is an effect of the Focus Group Discussion method on the level of knowledge about menopause in women of childbearing age in Simorejo village, Kanor sub-district, Bojonegoro district. The study above shows that the Focus Group Discussion method given to WUS in Simorejo village, Kanor sub-district, Bojonegoro district, has a significant influence on WUS, because by using the Focus Group Discussion method WUS is easier to understand the material presented.

Keywords: Focus group discussion, Knowledge Level, Menopause

PENDAHULUAN

Wanita Usia Subur (WUS) adalah perempuan yang ada pada rentang usia 15-49 tahun. Perempuan yang ada di rentang usia ini masuk kedalam katagori usia reproduktif. Statusnya juga beragam, ada yang belum menikah, menikah atau janda. Wanita Usia Subur memiliki organ reproduksi yang berfungsi dengan baik. Oleh karena itu wanita di sarankan untuk menikah di rentang usia ini karena dinilai bisa lebih mudah mengalami kehamilan. Meskipun rentang Wanita Usia Subur adalah 15-49 tahun, namun puncaknya kesuburan ada di usia 20-29 tahun, di puncak usia kesuburan ini skala kehamilan terbilang sangat tinggi hingga 95%. Ketika seorang perempuan memasuki usia 30 tahun maka kemungkinan kehamilan akan menurun. Ketika memasuki usia 40 tahun kehamilan menurun 40%.

Menopause adalah berhentinya abadi menstruasi yang dihasilkan dari hilangnya aktivitas hormonal ovarium. Ini adalah diagnosis retrospektif, yang dapat dideteksi setelah 12 bulan dari haid terakhir tanpa penyebab yang timbul. Proses kegagalan ovarium merupakan periode yang berkelanjutan pada wanita paruh baya, yang ditandai dengan perubahan dalam periode intermenstrual dan perdarahan pola, disertai dengan fluktuasi hormonal didefinisikan sebagai transmisi menopause atau perimenopause yang terjadi pada usia rata-rata 47 tahun. Periode ini menopause dapat menyebabkan berbagai gejala karena perubahan kadar hormon seks darah, termasuk gejala vasomotor flashes panas dan berkeringat di malam hari, gejala fisik seperti sakit kepala, jantung berdebar, tulang dan nyeri sendi, kelelahan, masalah seksual karena kekeringan vagina, inkontinensia urin, perasaan depresi, dan gangguan tidur (Gynecol Assoc, 2016).

Menopause merupakan periode perkembangan hingga masa transisi dalam kehidupan perempuan. Meskipun menopause merupakan fenomena universal, ada variasi yang cukup besar di kalangan wanita mengenai usia mencapai menopause dan manifestasi dari tanda-tanda menopause dan gejala. Di seluruh dunia perkiraan untuk usia rata-rata di kisaran menopause 45-55 tahun (elkazeh & amaal, 2016).

Pada perempuan tidak semua mengalami gejala menopause yang sama. Gejala menopause yakni gelisah, takut, pelupa, pemarah, mudah tersinggung, nyeri tulang belakang, dan libido menurun. Seseorang disebut menopause jika tidak lagi menstruasi selama satu tahun. Hal ini umumnya terjadi ketika perempuan memasuki usia 48-52 tahun. Sebagaimana tahapan akhir menstruasi pada wanita juga bervariasi antara perempuan yang satu dengan perempuan yang lain. Misalnya pada wanita perokok cenderung mencapai menopause lebih cepat dari pada perempuan bukan perokok (elkazeh & amaal, 2016).

Dari data World Health Organization (WHO, 2014) menyatakan pada tahun 2030 jumlah perempuan diseluruh dunia yang memasuki masa menopuse diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang. Rata-rata menopause di Eropa adalah 54 tahun, di Amerika Utara adalah 51.4 tahun, di Amerika Latin adalah 48.6 tahun, dan di Asia (Hongkong, Indonesia, Korea, Malaysia, Filipina, Singapore dan Taiwan) adalah 51.1 tahun. Perkiraan kasar menunjukkan akan terdapat sekitar 30 - 40 juta wanita dari seluruh jumlah penduduk Indonesia yang sebesar 240 – 250 juta jiwa pada tahun 2010. Dalam kurun waktu tersebut (usia lebih dari 60 tahun) hampir 100% telah mengalami menopause dengan segala akibat serta dampak yang menyertainya (Proverawati, 2015).

Pada tahun 2016 di indonesia mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4% dari total populasi yang ada. Dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2017, di negara Indonesia angka presentase wanita umur 30-49 tahun yang mengalami manepouse mencapai 16,1% dengan jumlah 28.767 wanita. Proporsi wanita dengan umur 30-49 tahun yang menopause meningkat seiring dengan meningkatnya umur, dari angka 10% pada wanita umur 30-34 tahun, kemudian menjadi 17% pada wanita umur 44-45, dan menjadi 43% pada wanita umur 48-49 tahun. Jumlah penduduk di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020 berjumlah 40.665,696 jiwa dengan jumlah perempuan 20.374,104

jiwa. Data penduduk kabupaten Bojonegoro oleh Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa jumlah penduduk pada 2021 berjumlah 1.339,791, dengan jumlah perempuan 666,760 jiwa. Jumlah perempuan menopause berjumlah 113,291 jiwa (BPS, 2020).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 08 desember 2021 melalui wawancara secara langsung dari 30 ibu, 15 (50%) yang mengalami menopause dan tidak mengetahui tentang menopause. Ibu merasa sulit tidur, sering lupa, berkeringat dimalam hari, mudah tersinggung, nyeri sendi, sering lupa, vagina yang kering membuat ibu merasa khawatir dengan perubahan yang terjadi. Selain itu bidan desa mengatakan bahwa belum pernah diadakan pendidikan kesehatan tentang menopause serta ibu – ibu desa simorejo juga belum memahami fase klimakterium, tahap-tahap menopause, penyebab menopause, karakteristik perubahan fisik pada masa menopause, karakteristik perubahan psikologi pada masa menopause, tanda dan gejala, komplikasi menopause, pencegahan dampak negatif menopause. Dapat disimpulkan masih rendahnya tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah pendidikan, media massa/sumber informasi, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, usia. Seiring dengan peningkatan pengetahuan tentang menopause, maka akan meningkatkan pengetahuan tentang menopause. Maka peneliti menyadari perlu dilakukan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang menopause dan diharapkan mampu menyerap informasi baru tersebut dengan baik.

Oleh karena itu perlu diperlukan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah suatu penerapan konsep pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat didefinisikan sebagai usahaa atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan (perilakunya), untuk mencapai kesehatan secara optimal (aryastuti, 2017). Pendidikan kesehatan merupakan tindakan penting, yang perlu dilakukan dalam upaya meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai persiapan wanita menghadapi menopause (nasution, 2014). Salah satu bentuk pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan wanita dalam menghadapi manepouse adalah dengan metode focus group discussion (FGD).

FGD adalah suatu teknik pengumpulan data yang dapat memenuhi tujuan penelitian dan berbagai karakteristiknya, FGD adalah suatu teknik yang digunakan dalam penelitian ilmu-ilmu sosial untuk mengumpulkan data kualitatif. FGD mempunyai beberapa kegunaan atau manfaat seperti : memberikan informasi yang mendalam mengenai pengetahuan, mengembangkan konsep-konsep yang sesuai dengan kepercayaan dan bahasa peserta, cross-cek data dari sumber lain atau metode lain, sebagai langkah pendahuluan penelitian kuantitatif.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh metode focus group discussion (FGD) terhadap tingkat pengetahuan menopause pada wanita usia subur (WUS) Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *pra-eksperimental* dengan desain *one-group pre-post test design.* Sampel yang digunakan adalah simple random sampling yaitu wanita usia subur usia 30-45 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan kuisioner tingkat pengetahuan menopause.

HASIL PENELITIAN

Data Umum

1. Karakteristik Responden

Wanita usia subur dalam penelitian ini sejumlah 30 di desa simorejo kecamatan kanor kabupaten bojonegoro

1) Usia

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Tingkat Pengetahuan Manepouse Pada Wanita Usia Subur Berdasarkan Usia Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro

Usia	Jumlah	Presentase(%)
32	8	26,7%
39	12	40,0%
45	10	33,3%
Jumlah	30	100,0%

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian yang sudah di lakukan di desa Simorejo, didapatkan hasil karakteristik Wanita usia subur hamper Sebagian adalah usia 39 tahun yaitu sebanyak (40,0%) dan Sebagian kecil yaitu usia 32 tahun sebanyak (26,7%).

2) Pendidikan

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kaeakteristik Tingkat Pengetahuan Menopause Pada Wanita Usia Subur Berdasarkan Pendidikan Terakhir Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Presentase(%)
SD	6	20,0%
SMP	10	33,3%
SMA	14	46,7%
Jumlah	30	100,0%

Berdasarkan tabel 2 diatas, karakteristik wanita usia subur dari pendidikan sebagian besar adalah berpendidikan SMA sebanyak (46,7%) dan sebagian kecil adalah berpendidikan SD yaitu sebanyak (20,0%).

2.Data Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum dilakukan focus group discussion pada Wanita usia subur desa simorejo kecamatan kanor kabupaten bojonegoro

Tabel 3 Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Sebelum Dilakukan Focus Group Discussion Pada Wanita Usia Subur

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase(%)
Baik	1	3,3%
Cukup	6	20,0%
Kurang	23	76,7%
Jumlah	30	100,0%

Berdasarkan tabel 3 sebelum diberikan *focus group discussion* Sebagian besar tingkat pengetahuan tentang menopause kurang dengan jumlah (76,7%) dan Sebagian kecil tingkat pengetahuan tentang menopause baik dengan jumlah (3,3%).

2. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan tentang menopause sebelum dilakukan focus group discussion pada Wanita usia subur desa simorejo kecamatan kanor kabupaten bojonegoro

Tabel 4 Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Sesudah Dilakukan Focus Group Discussion Pada Wanita Usia Subur

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase(%)
Baik	11	36,7%
Cukup	15	50,0%
Kurang	4	13,3%
Jumlah	30	100,0%

Berdasarkan tabl 4 sesudah diberikan focus group discussion Sebagian besar tingkat pengetahuan tentang menopause cukup dengan jumlah (50,0%) dan Sebagian kecil tingkat pengetahuan tentang menopause baik dengan jumlah (36,7%).

3. Mengidentifikasi pengaruh metode focus group discussion terhadap tingkat pengetahuan tentang menopause pada Wanita usia subur desa simorejo kecamatan kanor kabupaten bojonegoro

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Pengaruh Metode Focus Group Discussion Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Pada Wanita Usia Subur Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	N	(%)	N	(%)
Baik	1	3,3 %	11	36,7 %
Cukup	6	20,0 %	15	50,0 %
Kurang	23	76,7 %	4	13,3 %
Total	30	100,0 %	30	100,0 %
Uji wicoxon z= -4,420 dan p=0,000				

Berdasarkan tabel 5 hampir seluruh tingkat pengetahuannya cukup berjumlah 15 (50,0%), dan sebagian kecil tingkat pengetahuan baik berjumlah 11 (36,7%), dan sebagian kecil juga dari tingkat pengetahuan yang kurang dengan jumlah 4 (13,3%). Hasil uji statistik wilcoxon didapatkan hasil p=0,000 dan p < 0,005 artinya ada pengaruh metode focus group discussion terhadap tingkat pengetahuan tentang menopause pada Wanita usia subur desa simorejo kecamatan kanor kabupaten bojonegoro.

PEMBAHASAN

1 Tingkat Pengetahuan Menopause Pada Wanita Usia Subur Sebelum Dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) di Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

Berdasarkan tabel 3 dijelaskan bahwa sebelum diberikan *Focus Group Discussion* tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur sebagia besar pada tingkat pengetahuan kurang. Sebagian besar wanita usia subur desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro berusia 32-45 tahun dengan pendidikan terakhir paling banyak yaitu SMA. Kurangnya pengetahuan disebabkan karena kurangnya informasi berupa penyuluhan tentang menopause dari tenaga kesehatan dan kurang memanfaatkan media elektronik atau media cetak secara baik sehubungan dengan informasi mengenai menopause.

Menopause merupakan berhentinya menstruasi secara permanen yang disebabkan hilangnya aktivitas ovarium. Menopause juga diartikan sebagai akhir proses biologis dari siklus menstruasi karena terjadi penurunan produksi hormon estrogen yang diproduksi oleh ovarium. Fungsi ovarium mulai berhenti dalam memproduksi hormon estrogen dan progesteron (Mulyani, 2013).

Pengetahuan adalah hasil dari tau dan setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia dari akal. Pengetahuan muncul ketika seseorang menggunakan akal budinya untuk mengenali benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dirasakan dan ditemui sebelumnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu: tingkat pendidikan, pengalaman, informasi, budaya dan sosial ekonomi.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro termasuk dalam kategori kurang.

2. Tingkat Pengetahuan Menopause Pada Wanita Usia Subur Sesudah Dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) di Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

Berdasarkan tabl 4 dijelaskan bahwa tingkat pengetahuan tentang menopause sesudah diberikan *Focus Group Discussion* sebagian besar pada tingkat sedang. Karena wanita usia subur desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro sudah mendapatkan pendidikan mengenai menopause.

Keberhasilan metode *Focus Group Discussion* dilakukan selama satu kali pertemuan dapat meningkatkan pengetahuan kurang menjadi pengetahuan baik pada WUS desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro. Hal ini didukung oleh teori berbeda dengan saat sebelum pengambilan data, mereka belum mendapatkan informasi yang spesifik mengenai menopause dan setelah dilakukan diskusi dengan menggunakan metode *Focus Group Discussion* dimana mereka saling bertukar pendapat masing-masing sehingga mampu memperoleh pemahaman yang baik. Prosedur penelitian ini yaitu : Pertama, peneliti menyebar kuisioner untuk mencari skor tingkat pengetahuan tentang menopause kurang sampai tinggi untuk dijadikan pre test. Selanjutnya, hasil pelaksanaan *Focus Group Discussion* dievaluasi dengan responden diminta untuk mengisis kuisioner Kembali

sebagai post test yang hanya diberikan diterakhir eksperimen.

Hal ini didukung dalam penelitian Gresty Massi & Vandri Kallo (2018), bahwa peningkatan pengetahuan metode *Focus Group Discussion* sangat efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pasien DM Tipe 2 di klinik Diabetes Kimia Farma Husada Manado.

2. Pengaruh Metode *Focus Group Discussion* (FGD) Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Pada Wanita Usia Subur (WUS) Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro

Berdasarkan tabel 5 dapat diperoleh hasil penelitian bahwa pada pre test sebelum dilakukan *Focus Group Discussion* sebagian besar wanita usia subur tingkat pengetahuan tentang menopause kurang. Dan pada saat post test sesudah diberikan *Focus Group Discussion* sebagian besar wanita usia subur tingkat pengetahuan tentang menopause cukup.

Dari hasil analisis dengan uji *Wilcoxon* yang menggunakan program *spss* 18.0 *for windows* didapatkan nilai z= -4,420 dan signifikan nilai p = 0.000 dimana standart signifikan p<0.005, maka H1 diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan *Focus Group Discussion*.

Hal tersebut didukung oleh Laurike Moeliono (2020), metode *Focus Group Discussion* memiliki peranan penting dalam pengetahuan WUS sebagai upaya untuk memperoleh informasi mendalam menyangkut pikiran, perasaan, sikap, nilai, kepercayaan sekelompok orang mengenai suatu isu saat proses diskusi, dan menghasilkan perubahan.

Kajian diatas menunjukkan bahwa metode *Focus Group Discussion* yang diberikan pada WUS desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap WUS, karena dengan menggunakan metode *Focus Group Discussion* WUS lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Hal ini sesuai dengan teori Nanda Aditya Rizky (2015), bahwa metode *Focus Group Discussion* dapat menggali topik masalah yang spesifik, pandangan dan pengalaman individu, melalui interaksi kelompok pada saat proses diskusi.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa metode *Focus Group Discussion* dapat meningkatkan pengetahuan tentang menopause pada WUS desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro.

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan serta tujuan dari penelitian maka yang dapat disimpulkan setelah pelaksanaan penelitian Bulan Juni 2022 di sebagai berikut :

5.1.1 Sebelum dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) sebagian besar wanita usia subur desa Simorejo memiliki tingkat pengetahuan tentang menopause masih kurang.

5.1.2 Sesudah dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) sebagian besar wanita usia subur desa Simorejo memiliki tingkat pengetahuan tentang menopause baik.

5.1.3 Terdapat pengaruh metode *Focus Group Discussion* (FGD) terhadap tingkat pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur desa Simorejo kecamatan Kanor kabupaten Bojonegoro.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, maka ada beberapa saran dari penulis yakni sebagai berikut :

5.2.1 Akademik

Sebaiknya dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam menambah pengetahuan tentang Pengaruh Metode *Focus Group Discussion* (FGD) Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Pada Wanita Usia Subur (WUS) Desa Simorejo Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

5.2.2 Praktis

1) Bagi Peneliti

Hendaknya menambah wawasan dan pengalaman mengenai metode *Focus Group Discussion* yang diterapkan oleh peneliti sebagai salah satu dalam meingkatkan pengetahuan tentang menopause. Selanjutnya dapat memberikan wawasan serta pengalaman

khususnya dalam mengembangkan yang lebih efektif dalam hal meningkatkan pengatahuan tentang menopause pada wanita usia subur.

2) Bagi Responden

Membantu meningkatkan pengetahuan tentang menopause pada wanita usia subur.

3) Bagi Profesi Keperawatan

Hendaknya penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar referensi dalam penelitian tentang tingkat pengetahuan menopause dengan menggunakan variable yang berbeda dan populasi yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik (BPS). (2015). Jumlah Penduduk Keseluruhan. Diakses tanggal 7 Januari 2019.

Jawa Timur (BPS JATIM). (2020). Jumlah Penduduk Provinsi Jawa Timur

Elkazeh & Amaal, 2016., Menopause Dan Andropause. Cetakan Pertama. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiraharjo

Gynecol Assoc, 2016., The New Menopause Book, Jakarta: Indeks.

Laurike Moeliono, *Focus Group Discussion*, Edisi Revi (Jakarta: Penerbit Universitas Atma Jaya, 2020). H10

Mulyani, N.S. (2013). Menopause akhir siklus menstruasi pada wanita diusia pertengahan. Yogyakarta: Nuha Medika

Proverawati, A. (2015). Menopause Dan Sindrom Premenopause. Yogyakarta: Nuha Medika