

## HEALTH PROMOTION INFLUENCES ON KNOWLEDGE OF WOMEN'S MENOPAUSE IN RURAL

**Srimiyati**

Prodi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas  
 Email: [srimiyati@ukmc.ac.id](mailto:srimiyati@ukmc.ac.id)

Submisi: 20 Juli 2018 ; Penerimaan: 10 Agustus 2018 ; Publikasi 31 Agustus 2018

### ABSTRAK

Pendahuluan: Sindroma menopause di Indonesia 12,5%, sementara angka kejadian ketakutan menghadapi menopause di kabupaten Wonogiri mencapai 35,5%. Peningkatan status kesehatan masyarakat dilakukan sepanjang siklus kehidupan sejak bayi, balita, anak usia sekolah, remaja, dewasa sampai lanjut usia. Wanita premenopause perlu memiliki pengetahuan dan pemahaman yang benar terhadap menopause. Promosi kesehatan salah satu cara mengubah kognitif untuk membentuk perilaku sehat yang kondusif. Tujuan diketahuinya pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan menopause. Metode penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimen one group* dengan pendekatan *one group pre test-post test design* tanpa kelompok kontrol dilakukan di pedukuhan Sendang Agung, Sendang Mulyo dan Sendang Sari. Besar sampel 100 wanita premenopause, dipilih secara *multistage sample*. Alat ukur menggunakan kuesioner pengetahuan. Analisis data menggunakan *Kolmogorov-smirnov* dan *uji Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil nilai rata-rata *pre test* pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan tentang menopause sebesar 14,73. Sedangkan nilai rata-rata *post test* pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebesar 17,38 peningkatan sebesar 2,75 poin. Penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang menopause, responden yang berpengetahuan tinggi dari 44 responden (44%) menjadi 79 responden (79%). Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* = 0,000 < 0,05 artinya terdapat perbedaan bermakna antara tingkat pengetahuan mengenai menopause sebelum dan sesudah promosi kesehatan. Kesimpulan: bahwa promosi kesehatan memberikan pengaruh yang signifikan pada tingkat pengetahuan mengenai menopause. Peneliti selanjutnya dapat meningkatkan pengetahuan tentang menopause dengan metode dan media yang berbeda.

**Kata kunci:** *premenopause, promosi kesehatan, pengetahuan*

### ABSTRACT

*Background the incidence of menopausal syndrome in Indonesia is 12.5% while the incidence fear of facing menopause in Wonogiri district 35.5%. Improvement in community health status is carried out throughout the life cycle since infants, toddlers, school age children, adolescents, adults to the elderly. Premenopausal women are important to have understanding of menopause. Health promotion is one way to change cognitive to establish conducive healthy behavior. The purpose this study aims to knowing the effect of health promotion on menopause knowledge. Method of this research was pre experimental with approximation one group pre test post test design without a control group. This research was conducted at Hamlet Sendangagung, Sendangmulyo and Sendangsari. The sample size was 100 premenopausal women, taken with multistage sample technique. The instrument used is a questionnaire knowledge about menopause. The data analysis which done is by using Kolmogorov-smirnov and Wilcoxon test with confidence interval 95% and  $\alpha = 0,05$ . Result the average pre test score of knowledge before being given health promotion about menopause was 14,73. While the average value of post test of knowledge after given health education equal to 17,38, the increase of 2,75 poin. Result of this research indicated an increased respondents with good knowledge from 44 respondents (44%) became 79 respondents (79%) after inform the health promotion. Result of Wilcoxon test was *P-value* = 0,000 < 0,05 indicated a significant difference between the menopausal knowledge before and after inform the health promotion. Conclusions and recommendations that the health promotion giving a significant influence to knowledge about menopausal. Researchers can further increase knowledge about menopause with different methods and media.*

**Keywords:** *premenopausal, health promotion, knowledge*

## PENDAHULUAN

Sindroma menopause di Indonesia 12,5% (Baziad.2003) dan prevalensi rasa takut menghadapi menopause mencapai 35,5% (Wijayanti, 2013). Ketakutan terhadap menopause sering dihubungkan dengan kekhawatiran menghadapi situasi yang sebelumnya tidak dikhawatirkan. Hal ini dialami juga oleh 9 dari 10 wanita premenopause di desa Sendangagung dan Sendangmulyo yang diwawancarai pada awal penelitian, mengatakan takut dan bingung akan memasuki masa menopause.

Promosi kesehatan menjadi bagian dari upaya peningkatan status kesehatan masyarakat yang dilakukan secara kontinum sepanjang siklus kehidupan mulai usia bayi hingga usia lansia (Kemenkes RI, 2015). Pemberdayaan atau memandirikan masyarakat untuk memelihara, meningkat, melindungi kesehatannya dari dan untuk masyarakat itu sendiri merupakan tujuan promosi kesehatan (Notoatmodjo, 2012)

Pre-menopause dimaknai sebagai masa transisi dari masa produktif menuju ke menopause. Menopause menjadi fenomena universal bagi wanita karena berhentinya ovulasi dan menstruasi. Seiring penurunan estrogen pada masa menopause sering menjadi salah satu penyebab perubahan kesehatan fisik dan mental yang memerlukan tindakan serius. Namun para wanita belum menyadari bahwa berbagai gejala yang dialami merupakan tanda awal *menopause*. (Kasdu, 2002)

Pengetahuan menopause yang cukup dapat membantu wanita premenopause menyiapkan dirinya menjalani masa menopause, sehingga tidak lagi beranggapan bahwa

menopause menjadi masa yang menakutkan karena akan kehilangan suatu yang dibanggakan (Kasdu, 2002). Cara menyiapkan kaum wanita menghadapi masa menopause melalui promosi kesehatan untuk mengubah kognitifnya. Bertambahnya pengetahuan tentang menopause berdampak pada pengelolaan diri untuk menjalani masa menopause.

Menurut Sari (2009) pada penelitiannya di Ciputat menemukan bahwa sebesar 68,9% responden memiliki pengetahuan terhadap *menopause* pada kategori kurang. Peneliti lain yaitu Susilawati (2007) dalam penelitiannya di Desa Sambirejo Kecamatan Binjai Kabupaten Langkat menemukan bahwa pengetahuan responden terhadap persiapan fisik memasuki masa menopause 71,4% kurang, pengetahuan terhadap persiapan emosional memasuki masa menopause 71,4% kurang.

Mengacu pada data di Badan Pusat Statistik, penduduk Jawa Tengah menurut kelompok umur dan jenis kelamin tahun 2014 wanita berusia 40-44 berjumlah 1.237.622, usia 45-49 tahun berjumlah 1.131.649 sedangkan usia 50-54 tahun berjumlah 1.077.207 (BPS Jawa Tengah, 2015). Wanita premenopause di Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2012 sudah mencapai 3,9 ribu jiwa (10,73%) dari jumlah penduduk DIY (BPS DIY, 2014).

Berdasarkan hasil survey terhadap sepuluh wanita premenopause pada awal penelitian diperoleh pengetahuan wanita premenopause tentang menopause masih sangat sederhana. Penelitian dilakukan di desa Sendangagung, Sendangsari dan Sendang Mulyo bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan menopause.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat khususnya wanita menjelang menopause dan

petugas promotor di Puskesmas dalam meningkatkan pelayanannya melalui promosi kesehatan reproduksi wanita.

## KAJIAN LITERATUR DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS

Pre-menopause merupakan saat dimana tubuh mulai bertransisi menuju menopause. Masa ini terjadi selama dua hingga delapan tahun. Perubahan ini alamiah, karena merupakan tanda berhentinya masa reproduksi bagi seorang wanita. Pada masa ini, produksi hormon estrogen dan progesteron terjadi fluktuasi, naik dan turun tidak beraturan. Siklus menstruasi pun berubah, bisa memanjang atau menjadi memendek. Pre-menopause terjadi pada usia 40-an, namun demikian ada pula yang mengalami sejak usia pertengahan sekitar 30-an.

Pengetahuan merupakan respon terhadap stimuli atau informasi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan diperoleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo (2012)). Berdasarkan konsep ini, pengetahuan yang perlu diberikan kepada ibu pre-menopause antara lain arti menopause, tanda-tanda menopause dan gejala menopause.

Promosi kesehatan menjadi bagian dari usaha memberdayakan masyarakat yaitu kelompok wanita pre-menopause untuk memelihara, meningkatkan kesehatan reproduksi wanita pada usia senja. Upaya ini berasal dari anggota masyarakat yaitu peneliti dan untuk masyarakat, tujuannya untuk memandirikan para wanita pre-menopause atau masyarakat itu sendiri.

### Hipotesis penelitian:

Hipotesis yang dikembangkan pada penelitian ini adalah

H<sub>a</sub>: Ada pengaruh antara promosi kesehatan terhadap pengetahuan menopause

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimen one group pre-postest design*. Populasi penelitian ini adalah wanita pre-menopause yang tinggal di pedukuhan Sendangsari, Sendangagung, Sendangmulyo yang berusia 40–55 tahun sebanyak 421 orang pada tahun 2014. Besar sampel penelitian ini 100 responden dengan kriteria wanita usia 40–55 tahun, masih menstruasi secara teratur dalam 6 bulan terakhir. Sampel diambil secara acak menggunakan tehnik *multistage sample* (Notoatmodjo, 2010). Promosi kesehatan dilakukan menggunakan metode ceramah.

Pengumpulan data demografi dan data pengetahuan menggunakan kuesioner, dilakukan sebanyak dua kali yakni sebelum intervensi dan setelah 2 minggu diberikan promosi kesehatan. Pernyataan dalam kuesioner dibedakan menjadi 2 tipe yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Pengetahuan wanita menopause terhadap pengertian, tanda-tanda dan cara mengurangi keluhan diukur menggunakan kuesioner tertutup, pilihan jawaban disusun berdasarkan skala Guttman (Arikunto, 2013).

Nilai *r* uji validitas instrumen pengetahuan sebesar 0,421–0,702 dan *Alpha Cronbach's*: 0,893. Interpretasi nilai pengetahuan yang diperoleh menggunakan skor total yang didapat responden (Arikunto, 2013). Analisis data menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan proporsi masing-masing. Analisis bivariat untuk menganalisis pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Derajat kemaknaan sebesar 5%. Hasil uji normalitas data menggunakan

*Kolmogorov-smirnov* distribusi data pengetahuan sebaran datanya tidak normal maka analisis selanjutnya menggunakan uji *Wilcoxon Signt Rank*.

## HASIL

Penelitian dilakukan terhadap 100 wanita premenopause di desa Sendangsari, Sendangagung dan Sendangmulyo, Minggir, Sleman. Hasil penelitian berupa karekteristik responden, analisis univariat, analisis bivariat ditampilkan sebagai berikut:

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik sosial demografi responden pada penelitian ini didapatkan sebesar 72% berumur 45-49 tahun, dan 56% berpendidikan menengah, 68% berstatus bekerja, 88% sudah menikah, dan sebanyak 51% pernah hamil  $\geq 3$  kali (Tabel 1)

### 2. Analisis Univariat

Pengetahuan responden diperoleh menggunakan kuesioner berisi 20 pertanyaan tertutup yang sudah disediakan jawaban menggunakan skala Guttman yakni (B–S). Skor nilai jawaban responden dikategorikan menjadi 3 yaitu kurang, cukup dan baik. Pengkategorian nilai digunakan untuk menganalisis distribusi responden sebelum dan sesudah promosi kesehatan. Hasil analisis sebelum dan sesudah promosi kesehatan didapatkan ada peningkatan pengetahuan sesudah diberi promosi kesehatan. Responden yang memiliki pengetahuan baik sebelum promosi kesehatan sebanyak 44% meningkat menjadi 79% setelah diberi promosi kesehatan. Sedangkan responden yang berpengetahuan cukup sebanyak 37% berkurang menjadi 14% sesudah promosi kesehatan dan responden yang memiliki pengetahuan kurang

sebanyak 19% berkurang menjadi 7% setelah mengikuti promosi kesehatan mengenai menopause. (Gambar 1).

#### Karakteristik Responden

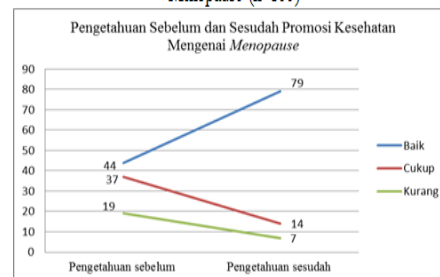
Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Sosial Demografi Wanita Premenopause (n=100)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur	40-44 tahun	1
	45-49 tahun	72
	50-55 tahun	27
Pendidikan	Pendidikan Dasar	17
	Pendidikan Menengah	56
	Pendidikan Tinggi	27
Pekerjaan	Bekerja	68
	Tidak bekerja	32
Pernikahan	Belum menikah	12
	Menikah	88
Paritas	Belum pernah	25
	1-2 kali	24
	> 3 kali hamil	51

Sumber: Srimiyati (2014)

#### Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan.

Skor Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Promosi Kesehatan Mengenai Menopause (n=100)



Sumber: Srimiyati (2014)

Gambar 1.

Pengetahuan sebelum dan sesudah Promosi Kesehatan

### 3. Analisis Bivariat

#### a. Uji Normalitas Data

Analisis normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data hasil penelitian berdistribusi normal atau tidak normal. Uji analisis normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov*. Hasil uji analisis diperoleh nilai  $p < 0,05$ , disimpulkan data pengetahuan sebelum diberi promosi kesehatan berdistribusi tidak normal. Demikian juga data pengetahuan sesudah promosi kesehatan distribusinya tidak normal (Tabel 2). Oleh karena data berdistribusi tidak normal maka uji bivariatnya menggunakan

*Wilcoxon Signed Rank Test.*

Tabel 2  
Uji Normalitas Data Pengetahuan Wanita Premenopause  
(n=100)

Pengetahuan	Median (minimum-maximum)	P-Value	p- $\alpha$	Normalitas
<u>Sebelum</u>	15 (2-20)	0,000*	0,05	tidak normal**
<u>Sesudah</u>	18 (9-20)	0,000*	0,05	tidak normal**

\* Kolmogorov-Smirnov    \*\* Uji statistik wilcoxon

### b. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan

Hasil uji analisis pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan menopause sebelum diberi promosi kesehatan rata-rata rankingnya (17,17) lebih rendah dibanding pengetahuan sesudah (42,93). Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapat nilai signifikansi 0,001(p<0,05). Ada beda yang signifikan antara pengetahuan sebelum dengan sesudah promosi kesehatan. Hasil perhitungan Z didapatkan nilai Z hitung > Z tabel (-7,724 > 1,96). Dengan demikian berdasarkan hasil uji statistik: Ho ditolak. Kesimpulannya, promosi kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan mengenai menopause (Tabel 3).

### Uji Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Menopause

Tabel 3. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Menopause  
(n=100).

Variabel	n	Mean Rank	Z	P
Pengetahuan Sebelum Promosi Kesehatan	100	negatif rank 17,17	-7,724 <sup>a</sup>	0,001
Pengetahuan Sesudah Promosi Kesehatan	100	positif rank 42,93		

## PEMBAHASAN

Menopause secara umum dipahami sebagai berhentinya ovulasi dan menstruasi bagi seorang wanita, sehingga tidak mampu hamil kembali. Peristiwa ini terjadi pada wanita berusia antara 45-55 tahun keatas, rata-rata pada usia 50-51 tahun (Janiwarty dan Herri, 2013).

Pengetahuan sebagai hasil dari tidak tahu menjadi tahu/paham yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek (Achmadi, 2013). Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh umur, pengalaman, pekerjaan, lingkungan, sosial budaya, informasi dan pendidikan (Notoadmodjo, 2012). Pengetahuan mengenai menopause adalah hasil dari tidak tahu menjadi tahu, kurang memahami menjadi paham setelah dilakukan proses belajar melalui promosi kesehatan mengenai menopause.

Umur menggambarkan kematangan fisik, psikis maupun sosial seseorang. Semakin bertambah umur harapannya semakin bertambah pula pengetahuan yang dimilikinya. Umur biologis mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir, semakin matang pola pikir seseorang semakin baik pengetahuan yang diperoleh (Notoadmodjo, 2012).

Hasil penelitian ini responden yang berusia 45-49 tahun diperoleh sebanyak 72%. Kelompok usia ini memiliki peluang yang baik karena pada usia ini masih mampu mempersiapkan diri memasuki usia menopause dan mampu menyerap informasi dengan baik. Kemampuan menyerap informasi mengenai tanda, maupun gejala menopause dapat memperkuat pemahaman tentang menopause sehingga dapat menerima masa

menopause dengan legowa, saat yang menyenangkan dan dinanti-nantikan.

Hasil penelitian ini didapatkan sebesar 56% responden berpendidikan sekolah menengah atas. Purnama (2010) menyatakan, seseorang dengan tingkat pendidikan menengah atas memiliki kemampuan menerima, mengolah, menerapkan pengetahuan baru. Lebih lanjut Purnama (2010) menyatakan: Pendidikan Menengah Atas merupakan tahap pendidikan yang menyiapkan seseorang supaya mampu melakukan hubungan timbal-balik dengan lingkungan sosial budaya, dan alam sekitar, serta dapat mengembangkan kemampuan baik dalam dunia kerja maupun pendidikan tinggi. Menurut Maulana (2012) tingkat pendidikan mempengaruhi respon seseorang terhadap informasi yang diterimanya, dengan demikian akan mempengaruhi pengetahuannya. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuannya.

Pada penelitian ini, responden yang memiliki status bekerja sebanyak 68%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Greendale A, et al (2011) di UCLA bahwa wanita yang bekerja tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengurus dirinya.

Wanita berstatus bekerja peningkatan pengetahuannya lebih rendah diban-ding wanita yang tidak bekerja karena wanita yang bekerja: <sup>1)</sup>memiliki kesibukan yang kompleks, <sup>2)</sup>berperan ganda <sup>3)</sup>tidak memiliki banyak waktu untuk dirinya. Menurut Notoatmodjo (2012) Wanita yang tidak bekerja di luar rumah tangga mempunyai banyak waktu untuk berinteraksi dengan lingkungan, mencari informasi dengan sahabat, saudara atau tetangga. Selain itu dengan berkembangnya teknologi dimanfaatkan para wanita yang tidak bekerja untuk

mendapatkan informasi kesehatan dengan mengakses internet, membaca buku, majalah kesehatan. Wanita ibu rumah tangga tidak terikat dengan tuntutan tugasnya, banyak kesempatan menambah pengetahuan, mendengar informasi, berbagi pengalaman menghadapi menopause dengan kerabat yang sebaya. Sementara wanita yang bekerja memiliki beban kerja dan tekanan dari lingkungan pekerjaan menyebabkan penurunan konsentrasi terhadap informasi yang diterimanya.

Hasil penelitian terhadap tingkat pengetahuan menopause yakni kemampuan menjawab pertanyaan tentang menopause menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sesudah diberikan promosi kesehatan. Pengetahuan sesudah promosi kesehatan lebih tinggi, perbedaannya secara statistik bermakna ( $p < 0,05$ ). Peneliti lain yang mendukung hasil ini adalah Senba di Jepang (Senba, 2010); Wijayanti di Kabupaten Wonogiri (Wijayanti, 2010) dan Mintarsih di Tasikmalaya (Mintarsih, 2007) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan. Dengan memberikan informasi tentang menopause melalui promosi kesehatan sebagai stimulus dapat merubah kognitif. Pengetahuan merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan kembali apa yang diketahuinya sebagai reaksi dari stimulus. Pengetahuan juga merupakan usaha seseorang untuk tahu melalui proses penginderaan terhadap suatu objek tertentu.

Terjadinya peningkatan pengetahuan sesudah diberi promosi kesehatan disebabkan karena dalam diri responden terjadi proses belajar yang dipengaruhi oleh faktor usia, pendidikan dan pekerjaan. Hasil *posttest* diperoleh rata-rata peningkatan pengetahuan

responden dari 14.73 menjadi 17.38, dan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 79 orang (79%). Ada peningkatan pengetahuan responden mengenai menopause sebagai akibat dari penerimaan informasi baru melalui promosi kesehatan yang dapat dipahami dengan baik. Penelitian ini memperkuat hasil penelitian Shafaei *et al.*, (2014) pendidikan kesehatan melalui dukungan kelompok pada gejala awal menopause dapat meningkatkan pengetahuan mengenai menopause.

Promosi kesehatan dengan metode ceramah ini dapat meningkatkan pengetahuan karena metode ini paling mudah diterapkan di masyarakat. Keunggulan metode ceramah adalah pemberi ceramah mudah dalam menguasai pertemuan, dapat diikuti oleh banyak orang, relatif mudah dalam penyiapan dan pelaksanaan. Teknik ceramah yang baik mendukung tercapainya penyerapan dan pemahaman optimal sehingga menambah pengetahuan seseorang (Azizaah, 2015). Promosi kesehatan tentang menopause merupakan informasi baru yang dapat mengubah persepsi tentang menopause. Peningkatan pengetahuan juga dipengaruhi oleh adanya proses kematangan alamiah dalam mengolah informasi yang diterimanya.

Berdasarkan analisis terhadap usia, pendidikan dan status bekerja responden, ada peningkatan skor pengetahuan antara sebelum dengan sesudah diberi promosi kesehatan. Disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh perlakuan yakni promosi kesehatan bukan dipengaruhi oleh karakteristik responden.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa adanya pengaruh promosi kesehatan dengan terhadap peningkatan pengetahuan menopause.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian dapat diambil kesimpulan: Promosi kesehatan meningkatkan pengetahuan wanita premenopause secara bermakna.

## SARAN

Perluasan pengetahuan menopause perlu dilakukan secara berkesinambungan. Peneliti selanjutnya dapat memberikan informasi lebih detail sekaligus meningkatkan pengetahuan menopause menggunakan metode dan media sesuai latar belakang responden, sehingga memberikan hasil yang lebih baik.

## Daftar Referensi

- Kementerian Kesehatan RI. 2015. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kasdu D. *Kiat Sehat dan Bahagia di Menopause*. 2002. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Sari, L. P. 2009. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Wanita Usia 40-70 Tahun Terhadap Menopause di Kompleks YUIN Ciputat*. Diperoleh pada tanggal 05 Maret 2015 dari [www.uinjkt.ac.id](http://www.uinjkt.ac.id).
- Sulistiwati. 2007. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Persiapan Memasuki Masa Menopause di Desa Sambirejo Kecamatan Binjai Kabupaten Langkat*. Diperoleh pada tanggal 17 April 2017 dari [www.unsu.ac.id](http://www.unsu.ac.id).
- Badan Pusat Statistik Propinsi Jawa Tengah. 2015. *Penduduk Jawa Tengah Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin*. Semarang: Badan Pusat Statistik
- Badan Pusat Statistik Provinsi D.I. Yogyakarta. 2014. *Daerah Istimewa*

- Yogyakarta Dalam Angka. Diperoleh pada tanggal 21 Maret 2015 dari [http://perpustakaan.bappenas.go.id/lontar/file?file=digital/142081-\[Konten\]DIY%20Dalam%20Angka%202014.pdf](http://perpustakaan.bappenas.go.id/lontar/file?file=digital/142081-[Konten]DIY%20Dalam%20Angka%202014.pdf)
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto S. 2013. *Dasar-dasar evaluasi pendidikan*. edisi 2. Jakarta : Bumi Aksara
- Achmadi, U.F. 2013. *Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Janiwarty, B., & Herri, Z. P. 2013. *Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Purnama, D. 2010. *Cermat Memilih Sekolah Menengah yang Tepat*. Jakarta: Gramedia.
- Maulana, LAM., 2012. Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Terhadap Status Gizi Siswa SD Inpres 2 Pannamu. Makasar: Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin Makassar. *Jurnal Kesmas Nasional*. 2 (3). 21-24
- Greendale et al. Perimenopause and Cognition. 2011. *Obstetri Gynecol Clin North Am*. 38(3):519–535.
- Senba N and H. Matsuo. 2010. Effect of a health education program on climacteric women. *Journal Climacteric*. 13: 561–569.
- Wijayanti MT. 2011. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan kecemasan pada wanita premenopause di Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri. Tesis. Surakarta Universitas Sebelas Maret. Tidak diterbitkan
- Mintarsih W. Pendidikan kesehatan menggunakan booklet dan poster dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan reproduksi di Kabupaten Tasikmalaya tahun 2007. Tesis. Yogyakarta FK Universitas Gadjah Mada. Tidak diterbitkan
- Shafaie, F. S., Mozghan, M., Maryam, J. 2014. Effect of Education through Support Group on Early Symptoms of Menopause: a Randomized Controlled Trial. Department of Midwifery, Faculty of Nursing and Midwifery, Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran. *Journal of Caring Sciences*. 3(4). 247-256
- Azizaah, D. L., Yuni, S.A., Ilya, K. 2015. *Media Ceramah dan Film Pendek Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Diare Berdasar Teori Health Promotion Model (HPM)*. Surabaya: Universitas Airlangga.