PERAN MEDIA LEMBAR BALIK DALAM MEMFASILITASI KONSELING KESEHATAN REPRODUKSI YANG EFEKTIF UNTUK IBU PERIMENOPAUESE: PERSPEKTIF LITERATUR

Oleh :

1. **Dwi Ratna Prima , S.ST. M.Keb**
2. **Marinem, S.ST., M.KM**
3. **Anah Sugihanawati, M.Pd**
4. **Nazwa Azizah**
5. **Tiara berliana**

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BUDI KEMULIAAN

JAKARTA

2021

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN

1	Judul Kegiatan	: Peran Media Lembar Balik dalam Memfasilitasi Konseling Kesehatan Reproduksi yang Efektif untuk Ibu Perimenopause: Perspektif Literatur
2	Ketua Peneliti	:
	a. Nama Lengkap	: Dwi Ratna Prima, S.ST., M.Keb
	b. Jenis kelamin	: Perempuan
	c. NIDN	: 0308048705
	d. Disiplin ilmu	: Kebidanan
	e. Jabatan	: Dosen tetap
	f. Institusi	: STIK Budi Kemuliaan
	g. Alamat	: Jl. Ketapang Raya No 63 RT 05/RW 005, Kel. Ketapang, Kec. Cipondoh, Kota Tangerang 15148
	h. No. telp/fax/email	: 085624126526 / daneshaazrafb@gmail.com
3	Jumlah anggota kegiatan	: 4 (empat) orang
4	Jumlah biaya kegiatan	: Rp. 5.900.000
5	Sumber biaya	: STIK Budi Kemuliaan

Mengetahui,
Ketua LPPM STIK
Budi Kemuliaan

(Chaterina Manurung, SST, M.Keb)

Jakarta, 1 Maret 2022
Ketua Peneliti
STIK Budi Kemuliaan

(Dwi Ratna Prima, S.ST., M.Keb)

Menyetujui,
Ketua STIK Budi Kemuliaan

(dr. Irma Sapriani, SpA)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan laporan penelitian ini. Penulisan laporan penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu kinerja Tridharma Perguruan Tinggi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Budi Kemuliaan. Saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. dr. Fahrul W. Arbi, Sp.A, MARS selaku Direktur Utama Lembaga Kesehatan Budi Kemuliaan
2. dr. Irma Sapriani, Sp.A selaku Ketua STIK Budi Kemuliaan
3. Sivitas akademika yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan penelitian ini

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga laporan penelitian ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 1 Maret 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI iii

BAB I 1

PENDAHULUAN 1

1.1 6

1.2 8

1.3 Pertanyaan Penelitian 3

1.4 Tujuan Penelitian 3

1.5 Manfaat Penelitian 4

1.6 Ruang Lingkup 4

BAB II 6

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI 6

2.1 Media Lembar balik 6

2.1.1 Pengertian 6

2.1.2 Kekurangan dan kelebihan media lembar balik 6

2.1.3 Ciri ciri lembar balik 7

2.2 Pengetahuan 7

2.2.1 Pengertian 7

2.2.2 Tingkat Pengetahuan 8

2.2.3 Faktor yang mempengaruhi pengetahuan 9
2.3 Kesehatan Reproduksi Wanita premenenopause 11
2.3.1 Pengertian 11
2.3.2 Gejala premenopause 12
2.4 Kerangka Teori 13
BAB III 14
KERANGKA KONSEP PENELITIAN, HIPOTESIS DAN METODOLOGI PENELITIAN 14
3.1 22
3.2 22
3.2.1 22
3.2.2 23
3.2.3 23
3.2.4 25
3.2.5 25
3.2.6 27
3.2.7 28
3.2.8 28
BAB IV 23
HASIL DAN PEMBAHASAN 23
4.1 Hasil 23
4.1.1 Pengetahuan Wanita Usia Subur 33
4.1.2 Perilaku Wanita Usia Subur 34

4.2 Pembahasan 34

4.2.1 Deskripsi efektivitas Media Lembar balik terkait Pengetahuan wanita usia subur tentang kesehatan reproduksi 34

4.2.2 Deskripsi Efektifitas Media Lembar balik terkait perilaku sehat wanita usia subur tentang kesehatan reproduksi 35

BAB V 37

PENUTUP 37

5.1 35

5.2 35

DAFTAR PUSTAKA 39

LAMPIRAN 41

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menopause merupakan proses fisiologis yang terjadi pada siklus reproduksi wanita. Secara biologis, fungsi alat reproduksi wanita terutama ovarium akan mengalami penurunan seiring dengan pertambahan usia. Hal tersebut menyebabkan wanita mengalami penurunan produksi estrogen hingga akhirnya tidak ada lagi produksi estrogen yang ditandai dengan tidak teratur hingga berhentinya siklus menstruasi (Irfana, 2021).

Penurunan fungsi ovarium dalam memproduksi hormon menimbulkan konsekuensi perubahan neurobiokimia seperti gejala vasomotor, gangguan tidur, kecemasan, depresi, migrain, dan perubahan kognitif (Monteleone, Mascagni, Giannini, Genazzani, & Simoncini, 2018). Persepsi individu terhadap gejala menopause dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti sosiodemografi, budaya, psikologis, dan gaya hidup (Fallahzade, Dehghani Tafti, Dehghani Tafti, Hoseini, & Hoseini, 2011).

Di Nigeria, gejala yang banyak dikeluhkan adalah nyeri sendi dan otot (59%) (Ola Olorun & Lawoyin, 2009). Gejala lain seperti nyeri sendi (90%), gangguan tidur (84%), dan kelelahan fisik dan mental (80%) banyak dilaporkan oleh wanita Mesir (Sweed, Elawam, Nabeel, & Mortagy, 2012). Berbagai gejala tersebut dapat dikelompokkan ke dalam domain dalam kualitas hidup, yaitu domain vasomotor, psikososial, fisik, dan seksual (Sydora, Fast, Campbell,Yuksel, Lewis, & Ross,2016).

Dalam Peraturan Pemerintah Nomor 71 Tahun 2014, yang menyatakan bahwa "Kesehatan Reproduksi yang menjamin setiap orang berhak memperoleh pelayanan kesehatan reproduksi yang bermutu, aman, dan dapat dipertanggung jawabkan, di mana peraturan ini juga menjamin kesehatan perempuan dalam usia reproduktif sehingga mampu melahirkan generasi yang sehat, akan berdampak

pada penurunan Angka Kematian Ibu (AKI). Kesehatan reproduksi adalah kesehatan secara keseluruhan yang mencakup kesehatan fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem dan fungsi serta proses reproduksi, bukan hanya kondisi tanpa penyakit atau kecacatan. [1]

Fase premenopouse terjadi perubahan kondisi fisiologis dan psikologis pada ibu yang telah memasuki proses menua. Salah satu dari dari perubahan kondisi psikologis premenopouse yaitu depresi (rasa cemas) yang disebabkan karena penurunan hormon estrogen. Media lembar balik akan dapat menyebabkan perilaku ketergantungan/kecanduan media lembar balik, yang dapat berbahaya bagi pengguna jika dalam penggunaannya dijadikan fokus utama dalam kehidupan.

Media lembar balik pada saat ini menjadi hal yang diminati oleh berbagai kalangan masyarakat. Sebuah riset yang telah dilaksanakan di tahun 2020 oleh salah satu komunitas yang bekerja sama dengan Hootsuite ialah *We are Social*, mereka menyatakan bahwa banyaknya populasi manusia di Indonesia cukup terbilang aktif dalam memanfaatkan media lembar balik dalam kehidupan sehari-harinya. Media lembar balik memiliki istilah lain, seperti jejaring sosial, jejaring sosial online, situs jejaring sosial, situs media lembar balik, Pinterest, Instagram, Youtube, Whatsapp, Facebook dan lain sebagainya (Sigerson & Cheng, 2018).

Ditinjau dari jumlah penduduk yang ada di Indonesia pada tahun 2008 sekitar 25.32 juta wanita memasuki usia menopause. Pada tahun 2015 diperkirakan jumlah tersebut akan bertambah sebesar 14%. Tahun 2021 diperkirakan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause adalah 30,3 juta orang atau 23% dari total penduduk wanita. (Kartini, 2020).

Sudah sewajarnya bagi setiap orang untuk menganggap kesehatan sebagai hal yang paling penting dalam hidup mereka. Hal inilah yang membuat orang mencari berbagai macam informasi tentang kesehatan mereka. Di masa lalu, nenek moyang kita dapat bertahan hidup tanpa bantuan media. Metode tradisional dan alami juga menjadi pilihan utama untuk meningkatkan faktor kesehatan keluarga. Meskipun demikian, fenomena ini belum tentu terjadi di zaman modern. Realita saat ini

menunjukkan bahwa informasi menyebar kian cepat ke masyarakat umum. Adanya berbagai media informasi yang dapat diakses secara online membuat informasi menyebar dengan cepat. Media baru juga tersedia untuk mendapatkan informasi kesehatan dengan mudah. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Nguyen (2020) menyarankan supaya masyarakat menggunakan media lembar balik tidak lebih dari 3 jam dalam sehari untuk menghindari adanya resiko kecanduan media lembar balik. Selain itu, bisa dapat mengakibatkan gangguan mental, gangguan kecemasan, stress, depresi untuk itu perlu mengontrol secara ketat waktu yang dihabiskan menggunakan media lembar balik dan membatasi postingan atau diskusi tentang masalah yang dapat menyebabkan gangguan mental. Temuan literature yang telah teliti menunjukkan gejala depresi dan kecemasan berhubungan dengan menggunakan media lembar balik yang berlebihan dan waktu pengguna media lembar balik yang berlebihan atau lebih dari 3 jam merupakan resiko yang signifikan terhadap kecemasan dan depresi pengguna.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis menyusun literatur review dengan tujuan untuk mengidentifikasi pengaruh media lembar balik terhadap kesehatan reproduksi pada wanita perimenopause dari berbagai riset yang telah dilakukan, sehingga aktivitas media lembar balik dapat menjadi perhatian khusus karna berkorelasi signifikan terhadap kesehatan reproduksi pada wanita perimenopause.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari uraian latar belakang tersebut, bahwa dengan semakin banyaknya media informasi yang tersedia berhubungan dengan semakin majunya zaman dan media informasi menjadikan petujuk bahwa informasi dapat disampaikan dengan berbagai cara dan sebagai tenaga kesehatan yang berperan langsung dengan masyarakat, diperlukannya ilmu mengenai berbagai cara untuk berkomunikasi dengan pasien dengan berbagai media lembar balik. Sehingga hal ini harus diketahui lebih lanjut bagaimana efektivitas media lembar balik dalam meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi pada perimenopause.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana peran media lembar balik dalam konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause

1.4 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui peran media lembar balik dalam konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause.

2. Tujuan Khusus

   2.1.1 Untuk mengetahui distribusi frekuensi rata-rata tingkat pengetahuan ibu sebelum dan setelah diberikan konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause berdasarkan perspektif literatur.

   2.1.2 Diketahui pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan ibu perimenopause tentang konseling kesehatan reproduksi berdasarkan perspektif literatur

1.5 Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

   Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan tentang peran media lembar balik dalam konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause. Serta menjadi referensi bagi akademisi maupun mahasiswa lain untuk membuat Penelitian lainnya khhususnya iteratur review.

2) Manfaat Praktis

   1. Bagi mahasiswa

      Dapat digunakan sebagai wawasan pengetahuan dan sumber referensi pembelajaran tentang media lembar balik dalam konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause.

   2. Bagi masyarakat

      Dapat menjadi salah satu media yang dapat digunakan sebagai sarana menyampaikan informasi kepada masyarakat mengenai peran media

lembar balik dalam konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause.

3. Bagi peneliti selanjutnya

   Sebagai sumber untuk melakukan penelitian selanjutnya dan sebagai informasi awal bagi peneliti berikutnya khususnya tentang peran media lembar balik dalam konseling kesehatan reproduksi bagi ibu perimenopause.

1.6 Ruang Lingkup

Penulisan artikel ini ialah literatur review. Strategi pencarian literatur review menggunakan kata kunci pencarian "media lembar balik" serta "konseling kesehatan reproduksi pada ibu perimenopause". Data yang diterapkan guna mendapatkan artikel international serta nasional bersumber dari database yang sesuai yakni google scholar serta pubmed. Kriteria inklusi yakni (1) Terbit 8 tahun terakhir (dari tahun 2014-2022), (2) Artikel Original, (3) Artikel dapat di akses penuh, (4) Artikel berbahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Sementara kriteria eksklusi ialah artikel yang diterbitkan dalam 8 tahun terakhir namun tidak dapat diakses sepenuhnya. Selama 8 tahun terakhir, ditemukan 626 artikel nasional serta 78 artikel international. Skrining awal dari kriteria judul, abstrak, serta kriteria inklusi mendapatkan 66 artikel, Skrining tahap kedua dari metode dan didapatkan 28 artikel, sehingga pada skrining tahap akhir dengan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan melalui hasil seleksi yaitu 9 artikel. Dari 9 artikel terdapat 7 artikel nasional dan 2 artikel internasional.

.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

2.1 Media lembar balik

Lembar balik adalah suatu alat peraga yang menyerupai album gambar. Biasanya terdiri dari lembaran yang berukuran 50 cm x 75 cm atau 28 cm x 50 cm, disusun sesuai urutan dan dibendel pada bagian atasnya. Dibawah gambar dituliskan pesan-pesan yang dapat dibaca oleh komunikan. Lembar balik digunakan dengan cara membalik lembaran-lembaran bergambar satu persatu.

Keuntungan lembar balik adalah isi pokok pembicaraan dapat disiapkan sebelumnya, urutan penyajian dapat diatur dengan tepat dan mudah disiapkan. Kelemahan lembar balik yaitu jika kualitas tulisan kurang *artistic,* mudah sobek, lembar balik tidak terlihat jelas dalam jarak lebih dari 15 meter. Lembar balik dapat digunakan dalam pertemuan kelompok maksimal 30 orang[36].

2.2 Pengetahuan

Pengetahuan berasal dari kata "tahu", dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata tahu mempunyai arti yaitu megerti sesudah melihat, menyaksikan mengalami, menenal dan mengerti. Menurut Mubarok (2011) pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman manusia itu sendiri dan pnegetahuan akan bertambah sesuai dengan proses pengalaman yang telah dialaminya. Pengetahuan merupakan tempat yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan[37]. Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan

terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagaian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2003; Suwanti dan Aprilin,2017).

Penelitian Rogers 1974, menungkapkan bahwa sebelum orang memperoleh perilaku baru, dalam diri orang tersbut terjadi proses yang berurutan yang disebut AIET yaitu[1] :

1. Awareness (Kesadaran), dimana orang tersebut meyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap objek.
2. Interest (merasa tertarik), terhadap objek. Disini sikap subjek sudah muali timbul.
3. Evaluation (menimbang-nimbang), terhadap baik atau tidaknya objek tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik.
4. Trial, dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai apa yang dikehendaki oleh stimulus.
5. Adaption, dimana subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap objek.

Menurut Notoadmodjo, 2011 terdapat enam tingkat pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif yaitu[1] :

a. *Knowladge* (pengetahuan)

Tahu artinya mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*Recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang di pelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu, "tahu" merupakan tingkat pengetahuan paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu: menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, mengatakan dan sebagainya.

b. *Comprehension* (memahami)

Diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menyimpulkan materi tersebut secara benar. Orang yag telah paham terhadap objek atau materi harus bisa mnejelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang telah dipelajari.

c. *Application* (aplikasi)

Yaitu sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya.

d. *Analysis* (analisis)

Merupakan suatu kemampuan untuk menganalisis materi kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokan.

e. Sintesis

Adalah menunjuk pada suatu kemampuan untuk meletakkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Misalnya: dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkas, dapat menyesuaikan, terhadpa suatu teori atau rumusan yang telah ada.

f. *Evaluation* (evaluasi)

Yang berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari responden kedalam pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkat-tingkat tersebut.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Riyanto (2013), yaitu[1]:

1. Pendidikan

Pendidikan adalah sebuah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dan juga usaha untuk mendewasakan manusia dengan upaya pengajaran dan pelatihan, makin tinggi oendidikan seseorang makin mudah untuk menerima informasi.

2. Media informasi

Informasi merupakan suatu cara untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumunkan, menganalisis, dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu sesuai undang-undang teknologi infomasi.

3. Sosial, budaya, dan ekonomi

Adat istiadat yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu sehingga status sosial ekonomi ini kan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4. Lingkungan

Lingkungan menjadi salah satu pengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan kedalam individu yang berada dilingkungan tersebut Karena adanya interaksi timbal balik atau tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

5. Pengalaman

Pengalaman adalah sumber pengetahuan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi.

2.3 Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yag masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Menurut Sunaryo (2004) sikap adalah kecenderungan bertindak

dari individu, berupa respon tertutup terhadap stimulus ataupun objek tertentu. Sikap dapat diartikan dari sifat yang tertutup. Dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi terhadap stimulus sosial. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau kegiatan akan tetapi merupakan "predisposisi" tindakan atau perilaku. Sikap masih termasuk reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka (tingkah laku terbuka).

A. Tingkatan sikap

Menurut Notoadmodjo 2011 sikap terdiri dari beberapa tingkatan, Yaitu:

a. *Receiving* (menerima)

Yaitu orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

b. *Responding* (merespon)

Merespon adalah memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang telah diberikan adalah sautu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mendiskusi tugas yang diberikan lepas pekerjaan itu benar atau salah, berarti orng menerima ide tersebut.

c. *Valuing* (menghargai)

Yaitu mengajak orang lain untuk mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah adalah suatu indikasi sikap ketiga.

d. *Responsible* (bertanggung jawab)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi[1].

B. Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap

1. Faktor internal

Berasal dari dalam individu itu sendiri. Dalam hal ini, orang tersebut menerima mengolah dan juga memilih segala sesuatu yang berasal dari luar memutuskan siapa yang diterima dan siapa yang tidak. Sehingga individu menentukan pembentukan

sikap. Faktor internal terdiri dari Faktor motivasi, faktor psikologis dan faktor fisiologis.

2. Faktor eksternal

Faktor yang berasal dari luar individu, berupa rangsangan untuk mengubah dan membentuk sikap. Rangsangan tersebut dapat bersifat langsung dan tidak langsung. Faktor eksternal terdiri dari pengalaman, situasi, norma, hambatan dan pendorong.

3. Pengalaman pribadi

Apa yang kita alami akan membentuk dan bersama kita mempengaruhi apresiasi rangsangan sosial. Tanggapan akan menjadi dasar pembentukan sikap untuk mampu mendapatkan kesan dan apresiasi yang seharusnya mempunyai pengalaman dengan objek psikologis. Apakah penghayatan akan membentuk sikap positif dan negative tergantung pada berbagai faktor lain.

4. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Orang lain disekitar kita merupakan salah satu diantara komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap kita. Orang yang dianggap penting adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi. teman sebaya, guru, teman kerja, istri atau suami dan lainnya.

5. Pengaruh kebudayaan

Apabila kita hidup dalam budaya yang mempunyai norma longgar bagi pergaulan sangat mungkin kita mempunyai sikap yang mendukung terhadap masalah kebebasan pergaulan *heteroseksual*.

6. Media massa

Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal merupakan landasan *kognitif* baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut. Pesan-pesan sugesti yang dibawa oleh informasi apabila cukup kuat akan memberikan dasar efektif dalam menilai sesuatu hal sehingga terbentuklah arah sikap tertentu.

7. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan dan agama sebagai suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya melakukan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu.

8. Pengaruh faktor emosional

Tidak semua sikap ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang-kadang suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang disadari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.[1]

C. Pengukuran sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang mengatakan sesuatu mengenai objek yang hendak diungkap. Pernyataan sikap berisi hal-hal positif mengenai objek sikap, yaitu kalimat yang bersifat mendukung atau memihak pada objek. Sebaliknya pernyataan sikap yang bersifat tidak mendukung maupun kontra terhadap objek sikap disebut dengan pernyataan yang negatif dalam jumlah yang seimbang. Dengan demikian pernyataan yang disajikan tidak semua positif dan tidak semua negatif yang seolah-olah isi skala memihak atau tidak mendukung sama sekali objek sikap.

2.5 Menopause

a. Pengertian

Menopause merupakan sebuah kata yang mempunyai banyak arti yang terdiri dari kata *men* dan *pausies* yang berasal dari bahasa Yunani yang pertama kali digunakan untuk meggambarkan berhentinya haid (Fintari, 2016). Menurut Jane (2019) definisi menopause yaitu 12 bulan amenore, menandakan akhir dari kapasitas reproduksi seorang wanita. Menopause didefinisikan secara retrospektif sebagai penghentian menstruasi spontan selama 12 bulan (Takahashi & Johnson, 2015). Menopause adalah suatu masa peralihan dalam kehidupan wanita, dimana ovarium berhenti menghasilkan

sel telur, aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti, pembentukan hormon wanita (estrogen dan progesteron) berkurang (Taufan Nugroho, 2014).

b. Patofisiologi

Menurut Mulyani (2013) tubuh wanita mempunyai persediaan sel telur atau ovum dengan jumlah terbatas dan masa menopause itu terjadi karena ovarium atau indung telur telah kehabisan sel telur atau ovum, hal ini menyebabkan produksi hormon dalam tubuh terganggu yaitu berhentinya produksi hormon seks wanita yang tidak lain adalah hormon estrogen dan progesteron.

Penurunan fungsi hormon dalam tubuh akan menyebabkan terjadinya penurunan fungsi tubuh dan gejala-gejala menopause akan mulai timbul dan terasa meskipun menstruasi masih datang. Saat itu akan mulai terlihat adanya perubahan pada haid yang mungkin menjadi lebih lama atau lebih singkat dan untuk jumlah darah menstruasi yang dikeluarkan menjadi tidak konsisten yaitu relatif menjadi lebih banyak dari sebelumnya.

c. Perubahan Fisik dan Psikologis Pada Wanita Menopause

Ketika seseorang memasuki masa menopause, fisik mengalami ketidaknyaman seperti rasa kaku dan linu yang dapat terjadi secara tiba- tiba disekujur tubuh, misalnya pada kepala, leher dan dada bagian atas, Kadang-kadang rasa kaku ini dapat di ikuti dengan rasa panas atau dingin, pening, kelelahan, jengkel resah, cepat marah dan berdebar-debar (Fintari, 2016).

Beberapa keluhan fisik yang merupakan tanda dan gejala dari menopause yaitu:

i. Gejolak rasa panas (*Hot Flushes*)

Hot Flushes adalah rasa panas yang luar biasa pada wajah dan tubuh bagian atas, hal ini terjadi karena jaringan-jaringan yang sensitif atau yang bergantug pada esterogen akan berpengaruh sewaktu kadar esterogen menurun dan akibat dari pengaruh hormon pada bagian otak yang bertanggung jawab untuk mengatur temperatur tubuh.

ii. Keringat di malam hari

Keluar keringat di malam hari disebabkan karena *hot flushes.* Semua wanita akan mengalami gejolak panas ini. Gejolak panas mungkin sangat ringan dan sama sekali

tidak diperhatikan oleh orang lain. Mungkin hanya seolah-olah suhu meningkat secara tiba-tiba sehingga menyebabkan kemerahan disertai keringat yang mengucur diseluruh tubuh. Rasa panas ini tidak membahayakan dan akan cepat berlalu. Sisi buruknya adalah tidak nyaman tetapi tidak pernah disertai rasa sakit.

iii. Kekeringan vagina

Jaringan yang melapisi vagina menjadi lebih kering, lebih tipis dan kurang elastis. Akibatnya mucul rasa gatal, panas, nyeri ketika melakukan hubungan seks dan lebih rentan terhadap infeksi saluran kemih vagina.

iv. Penambahan berat badan

Menopause seringkali dijadikan sebagai penyebab peningkatan berat badan, hal ini disebabkan karena berkurangnya kemampuan tubuh untuk membakar energi akibat menurunnya efektivitas proses dinamika fisik pada umumnya (Sandra, 2017).

v. Gangguan tidur dimalam hari

Gangguan tidur dimalam hari bisa berkaitan dengan gejolak panas (*hot flushes*) yang membuat tidur menjadi tidak nyaman atau karena sebab lain dan mimpi-mimpi yang menegangkan.

vi. Perubahan pada mulut

Perubahan pada mulut adalah kemampuan mengecap pada wanita berubah menjadi kurang peka, mengalami gangguan gusi dan gigi menjadi lebih mudah sakit.

vii. Nyeri tulang dan sendi

Nyeri tulang dan sendi terjadi karena seiring meningkatnya usia maka beberapa organ tidak mengadakan *remodelling* contoh tulang, bahkan tulang akan mengalami proses penurunan karena pengaruh dari perubahan organ lain.

viii. Fatigue (mudah lelah)

Mudah lelah sering muncul pada wanita menopause, hal ini terjadi karena perubahan hormonal pada wanita yaitu penurunan kadar hormon estrogen.

ix. Gangguan fisik lainnya

Setelah tiba masa menopause gangguan kesehatan yang mungkin akan dialami

wanita setelah memasuki atau berlangsungnya masa menopause yaitu osteoporosis, penyakit jantung, resiko kanker payudara, kanker leher rahim (serviks), kanker rahim.

Beberapa keluhan psikologis yang merupakan tanda dan gejala dari menopause, yaitu:

a. Penurunan daya ingat dan mudah tersinggung
b. Adanya penurunan kadar hormon estrogen akan berpengaruh terhadap neurotransmiter yang ada di dalam otak. Neurotransmiter ini akan menunjang proses kehidupan. Serotonin akan mempengaruhi suasana hati dan aktivitas istirahat. Endorfin akan menjalankan fungsi yang berhubungan dengan ingatan dan perasaan seperti rasa nyeri, sakit. Produksi endorfin pada masa menopause akan mengalami penurunan yang disebabkan karena kadar estrogen dalam darah juga mengalami penurunan. Dopamin memiliki fungsi yang mempengaruhi emosi, sistem kekebalan tubuh dan seksual. Kadar dopamin dipengaruhi oleh estrogen, selain itu juga endorfin dapat merangsang terbentuknya dopamin. Adanya penurunan kadar endorfin, dopamin dan serotonin akan mengakibatkan gangguan berupa menurunnya daya ingat dan suasana hati yang sering berubah-ubah atau mudah tersinggung.
c. Kecemasan

   Banyak wanita dan lansia yang mengeluh setelah menopause merasa menjadi pencemas. Kecemasan yang timbul sering dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan.
d. Stres

   Tidak ada orang yang bisa lepas sama sekali dari was-was dan cemas, termasuk para lansia menopause. Ketegangan perasaan atau stres terlalu beredar dalam lingkungan pekerjaan, pergaulan sosial, kehidupan rumah tangga dan bahkan menyelusup ke dalam tidur. Jika tidak ditanggulangi stres dapat menyita energi, mengurangi produktivitas kerja dan menurunkan kekebalan terhadap penyakit.
e. Depresi

   Wanita yang mengalami depresi sering sedih, karena kehilangan kemampuan untuk

berproduksi, karena kehilangan kesempatan untuk memiliki anak, sedih karena kehilangan daya tarik. Wanita merasa tertekan karena kehilangan seluruh perannya sebagai wanita dan harus menghadapi masa tuanya.

Berbagai keluhan menopause yang muncul baik berupa jangka pendek (*hot flushes*) maupun keluhan jangka panjang disebut sebagai sindrom menopause (Astari, 2014). Faktor yang menimbulkan sindrom menopause sebagai berikut :

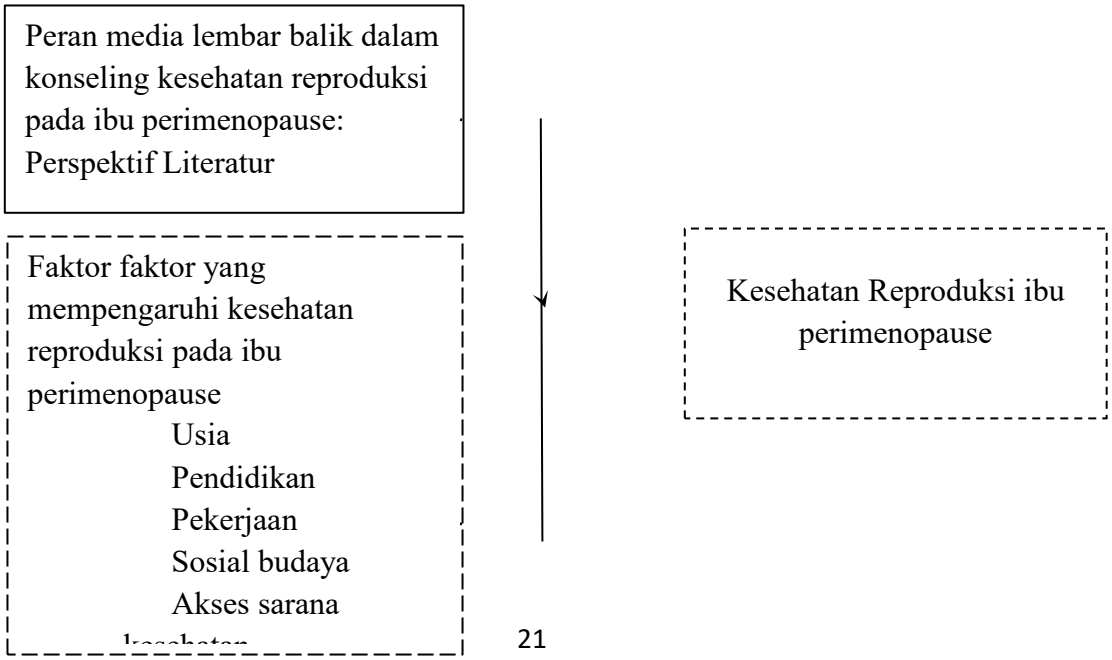
a. Faktor Fisik

Faktor fisik terdiri dari berat badan, usia pertama melahirkan, usia pertama kali haid, riwayat penyakit (penyakit yang berat dan kambuhan), berpengaruh terhadap munculnya sindrom menopause.

b. Faktor Psikis

Wanita menopause sering mengalami tekanan psikologis. Jika tekanan ini tidak diatasi, akan berkembang menjadi stress. Stress atau keadaan tegang akan merangsang otak yang dapat mengganggu keseimbangan hormon, yang akhirnya berdampak pada kesehatan tubuh.

2.6 Kerangka Teori



Gambar 2 Kerangka Teori

Keterangan:

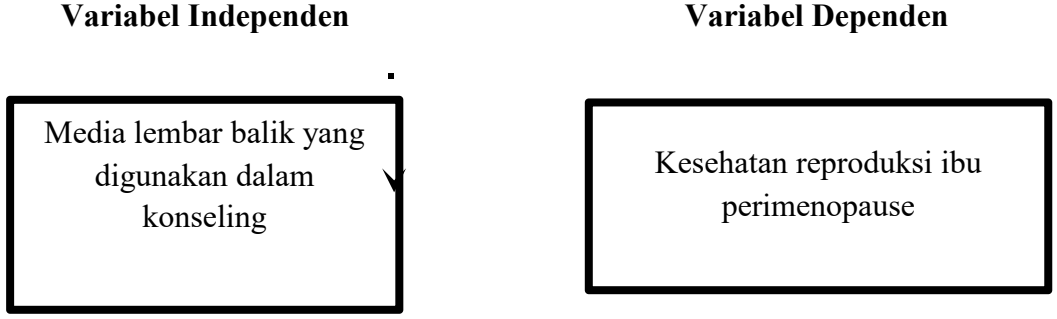
: Yang diteliti

: Yang tidak diteliti

BAB III

KERANGKA KONSEP PENELITIAN, HIPOTESIS DAN METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

3.2 Metodologi Penelitian

3.2.1 Metode Penelitian

4. Penulisan artikel ini ialah literatur review. Strategi pencarian literatur review menggunakan kata kunci pencarian “media lembar balik” serta “konseling kesehatan reproduksi pada ibu perimenopause”. Data yang diterapkan guna mendapatkan artikel international serta nasional bersumber dari database yang sesuai yakni google scholar serta pubmed. Kriteria inklusi yakni (1) Terbit 8 tahun terakhir (dari tahun 2014-2022), (2) Artikel Original, (3) Artikel dapat di akses penuh, (4) Artikel berbahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Sementara kriteria eksklusi ialah artikel yang

diterbitkan dalam 8 tahun terakhir namun tidak dapat diakses sepenuhnya. Selama 8 tahun terakhir, ditemukan 626 artikel nasional serta 78 artikel international. Skrining awal dari kriteria judul, abstrak, serta kriteria inklusi mendapatkan 66 artikel, Skrining tahap kedua dari metode dan didapatkan 28 artikel, sehingga pada skrining tahap akhir dengan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan melalui hasil seleksi yaitu 9 artikel. Dari 9 artikel terdapat 7 artikel nasional dan 2 artikel internasional.

4.1.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
1	Pengetahuan ibu perimenopause tentang kesehatan reproduksi	Pemahaman ibu perimenopause terkait dengan kesehatan reproduksi	Literatur Review	Pico	1. Baik 2. Cukup 3. Kurang	Ordinal
2	Pendidikan kesehatan	Yang dimaksud dengan pendidikan kesehatan dalam penelitian ini adalah pemberian informasi yang berkaitan dengan menopause yang diberikan melalui media lembar balik	Literatur Review	Pico	-	-

3.2.2 Tabel Definisi Operasional **Populasi, Sampel dan Besar Sampel**

4.1.1.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari objek atau individu yang memiliki karakteristik (sifat-sifat) tertentu yang akan di teliti. Adapun yang menjadi populasi pada penelitian ini adalah jurnal nasional dan internasional yang berkaitan dengan efektivitas media lembar balik dalam meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi pada ibu perimenopause.

4.1.1.2 Sampel

Sampel adalah Sebagian dari populasi yang diambil dengan cara-cara tertentu untuk diukur atau diamati karakteristiknya, kemudian ditarik kesimpulan mengenai karakteristik tersebut yang dianggap mewakili populasi.

Kriteria	Inklusi	Ekslusi
Population	Seluruh ibu perimenopause	Ibu perimenopause yang sedang dalam perawatan rawat inap di layanan kesehatan
Intervention	Peran media lembar balik dalam konseling	Tidak ada
Comparison	Tidak ada pembanding	Tidak ada pembanding
Output	Pemberian informasi yang berkaitan dengan menopause yang diberikan melalui media lemar balik	Media lembar balik yang efektif
Jenis penelitian	Kuantitatif (*cross sectional*), Deskriptif, eksperimen, non eksperimen, dll	Kualitatif
Bahasa publikasi	Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris yang tidak dapat di

		terjemahkan artinya baik menurut KBBI atau google translater
Periode Publikasi	2014-2022	Sebelum 2014

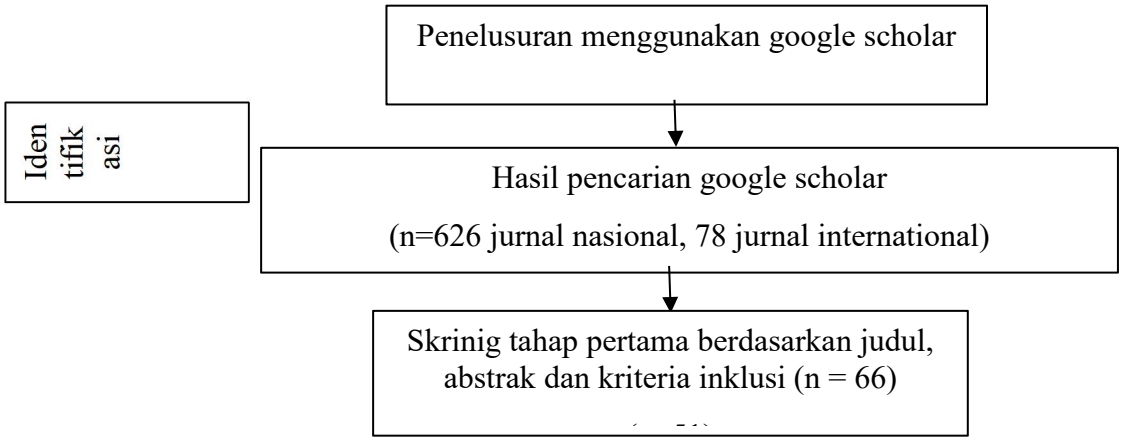
Tabel 3.2.3 Kriteria inklusi dan ekslusi

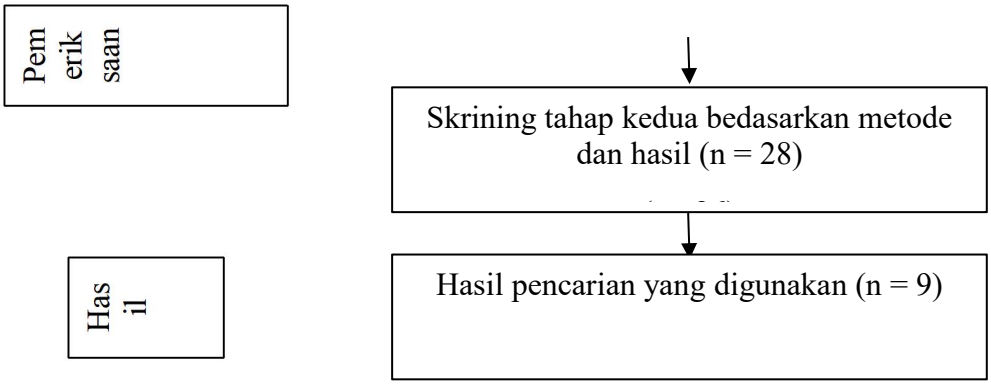
4.1.2 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Menurut Riyanto (2020) *purposive sampling* yaitu pemilihan sampel yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Proses pencarian dilakukan menggunakan search engine melalui situs *Google Scholar* dengan kata kunci " *peran media lembar balik dalam konseling ibu perimenopause*", "kesehatan reproduksi pada ibu perimenopause". Pengumpulan jurnal kemudian dilakukan penyaringan data berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

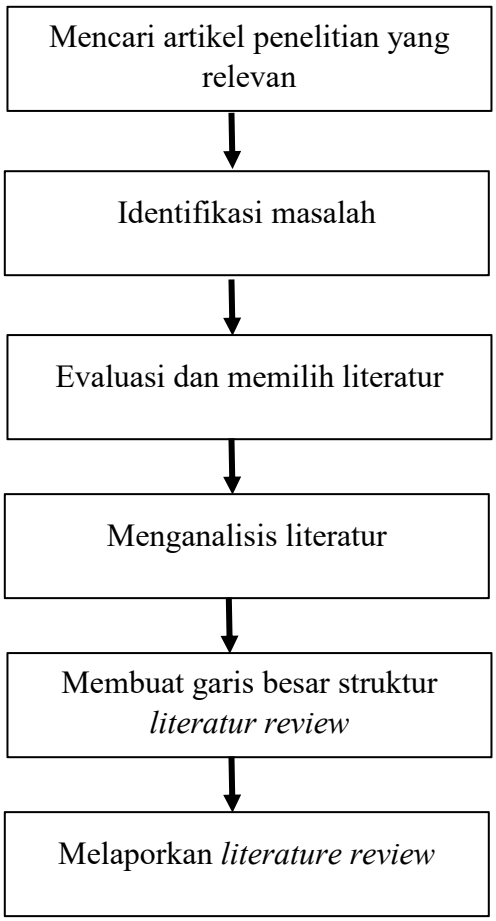
4.1.3 Prosedur Penelitian dan alur penelitian

4.1.3.1 Prosedur Penelitian





4.1.3.2 Alur Penelitian



Gambar 3.2.6 Bagan Alur Penelitian

4.1.4 Sumber, Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

4.1.4.1 Sumber

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pencaria jurnal/artikel dalam google scholar. Data ini didapatkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Sumber data diambil dari beberapa jurnal nasional dan internasional yang sesuai dengan kriteria inklusi.

4.1.4.2 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pengumpulan data *literatur review* dengan urut struktur tematik. Struktur Tematik mengelompokkan dan mendiskusikan sumber-sumber sesuai tema atau topiknya. Dengan mengelompokkan tema atau topik penelitian, dapat menunjukkan jenis topik yang penting dan memperkuat ketajaman dalam penelitian. Pengumpulan *literature review* digunakan beberapa tahapan diantaranya adalah pencarian artikel berdasarkan topik garis besar, pengelompokkan artikel berdasarkan relevansi dengan topik dan tahun penelitian lalu pengurutan struktur penjelasan serta perbandingan data yang saling berhubungan.

Setelah jurnal terkumpul selanjutnya peneliti mengelompokkan sejumlah artikel yang telah didapatkan berdasarkan relevansi topik media lembar balik dalam konseling tentang kesehatan reproduksi pada ibu perimenopause. Selain topik, peneliti juga mengelompokkan jurnal berdasarkan tahun penelitian, kemudian jurnal yang sudah dikelompokkan peneliti analisis penjelasan struktur mengenai keterkaitan artikel dan topik penelitian. Lalu peneliti membandingkan apabila ada jurnal yang saling berhubungan. Penambahan artikel jurnal

maupun *text book* lain bersifat memperkuat dan menambah ketajaman pembahasan hasil penelitian.

4.1.4.3 Instrumen Penelitian

Instrument pada penelitian ini dengan berdasarkan jurnal-jurnal atau dari penelitian terdahulu yang merupakan dari jurnal nasional maupun internasional. Instrument penelitian ini menggunakan teknologi mesin pencari *Google Chrome,* selanjutnya masuk ke dalam google scholar.

4.1.5 Lokasi dan Waktu

Lokasi pada penelitian ini tidak begitu spesifik yang melibatkan tempat, melainkan hanya bersumber pada jurnal dan penelitian terdahulu. Waktu dalam melakukan penelitian ini di mulai dari periode 24-1 Maret 2022.

4.1.6 Analisis Data Penelitian

4.1.6.1 Pengolahan Data

Langkah pertama, peneliti melakukan penelusuran beberapa buku dan jurnal sumber dari situs terpercaya kemudian Jurnal penelitian dari hasil penelusuran yang telah lolos dari uji kelayakan berdasarkan kriteria inklusi kemudian dibuat ringkasan jurnal meliputi judul jurnal, penulis, tahun terbit tujuan, inti dan hasil penelitian dari jurnal yang telah diperoleh.

4.1.6.2 Analisis Data

Setelah meringkas jurnal, peneliti membuat tabel dan menganalisis data dari catatan ringkasan jurnal tersebut kemudian dihubungkan dengan penelitian peneliti. Setelah membuat tabel, peneliti menjelaskan kesimpulan ringkasan dari tabel tersebut secara naratif dari jurnal jurnal yang digunakan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Penulis mendapatkan jurnal yang akan dijadikan sebagai *Literature Review* berjumlah 9 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan ekslusi yang terdiri dari 7 jurnal nasional dan 2 jurnal internasional, jurnal yang dikumpulkan diperoleh dari database *Google Scholar*. Berdasarkan dari 7 jurnal yang akan diteliti memiliki metodologi penelitian yang sama yaitu penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Proses pencarian dilakukan menggunakan search engine melalui situs *Google Scholar* dengan kata kunci " *peran media lembar balik dalam konseling kesehatan reprooduksi bagi ibu perimenopause*", "kesehatan reproduksi pada ibu perimenopause". Pengumpulan jurnal kemudian dilakukan penyaringan data berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusiTahun publikasi pada artikel yang diambil memiliki rentang tahun antara 2014-2022, berikut merupakan paparan hasil penulusuran artikel, yaitu :

Tabel 4. Ringkasan efektivitas pendidikan kesehatan pada ibu perimenopause

Author (Tahun)	Bahasa	Sumber Artikel	Tujuan	Desain	Hasil Temuan
Wijayanti dan Budhi Mulyadi (2018)	Indonesia	DOAJ	Tujuan dari jurnal ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan melalui pemberian booklet dan penyuluhan tentang penyakit ibu perimenopause dengan pengetahuan ibu perimneopause	*Quasi Exsperimental* dengan rancangan non- randomized pre-test-post- test group design	Hasil Pada Jurnal Ini Hasil uji statistic dengan menggunakan paired sample t test didapatkan p value .000 ($p < 0,05$), maka Ho di tolak dan ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan booklet terhadap pemahaman pasien ibu perimenopause
Rahayu Setyowati dan Sri Wahyuni (2019)	Indonesia	Google Scholar	Tujuan penelitian dalam jurnal ini untuk menentukan efek pendidikan kesehatan pada penurunan gejala di antara pasien perimenopause	Metode yang digunakan dalam jurnal ini *quasi eksperimen pre and post test without controle group*.	Hasil pada jurnal ini menunjukkan ada selisih rata-rata penurunan gejala perimenopause *pretest* dan *posttes* yaitu 7,5 dan perbedaan penurunan gejala perimenopause pretest dan postes adalah 4. Hasil analisis bivariate menunjukan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penurunan gejala dengan nilai p value < 0,05. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penurunan gejala perimenopause
Dene Fries Sumah (2019)	Indonesia	Google Scholar	Tujuan dalam jurnal ini ingin mengetahui apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dan senam ibu perimenopau se terhadap pengetahuan pasien perimneopause	Metode yang digunakan dalam jurnal ini menggunakan desain *quasi eksperiment pre and post test control group design*, teknik pengambilan sampel *simple random sampling*	Hasil yang didapat pada jurnal ini Hasil uji statistik non-parametrik Wilcoxon didapatkan ada perbedaan signifikan sebelum dengan sesudah intervensi selama empat minggu terhadap pengetahuan, TD sistolik, dan TD diastolik dengan p=0.000. Hasil uji regresi logistik ordinal menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan dan senam ibu perimneopause memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan gejala menopause (p=0.003), Nilai Pseudo R Square membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dan senam ibu perimneopause memberikan kontribusi

					terhadap penurunan gejala menopause sebesar 78,4%, Nilai odds ratio menunjukkan responden yang mendapatkan pendidikan kesehatan dan senam ibu perimneopause berpeluang mengalami penurunan gejala menopause sebesar 0.53 dibandingkan dengan kelompok kontrol.
Rendi, Dkk (2017)	Indonesia	Google scholar	Tujuan dari jurnal ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang ibu perimneopause terhadap perubahan perilaku gaya hidup klien ibu perimneopause	Metode yang digunakan dalam jurnal ini *Quasi Exsperiment* dengan pendekatan *Nonequivalent Pretest And Posttest With Control Group Design*	Hasil penelitian dalam jurnal yaitu menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang ibu perimneopause, menunjukkan sebelum pendidikan kesehatan pada kelompok eksperiment adalah 9 orang (90%) berperilaku cukup, 1 orang (10%) berperilaku kurang, dan setelah pendidikan kesehatan 6 orang (60%) berperilaku baik dan 4 orang (40%) berperilaku cukup. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang ibu perimneopause dengan p Value = 0.001 <α 0.050
Sri Wahyuni (2016)	Indonesia	Google Scholar	Tujuan dari penelitian dalam jurnal ini adalah mengetahui pengaruh pengaruh media booklet terhadap pendidikan manajemen diri pada	Metode yang digunakan dalam jurnal ini dengan desain one group pre-post test design.	Hasil dalam jurnal ini analisis perilaku self management sebelum dan sesudah diberikan edukasi ibu perimneopause dengan hasil uji T Paired didapatkan nilai pvalue adalah 0,000<α=0,05 artinya terdapat pengaruh yang signifikan menggunakan edukasi ibu perimneopause dengan media

			pasien ibu perimneopause di Puskesmas		booklet terhadap perilaku self management pada pasien ibu perimneopause.
Mahmut Kilic, *et all* (2016)	Inggris	Elsevier	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pengetahuan tentang ibu perimneopause dan sosio-demografi karakteristik pengendalian tekanan darah tinggi pada pasien yang didiagnosis ibu perimneopause.	Jenis penelitian *Cross Sectional*	Hasil yang didapat masing-masing. Pengaruh parameter sosio-demografis lainnya pada tingkat pengetahuan tidak signifikan bahkan setelah analisis multivariat. Tingkat pengetahuan berhubungan positif dengan rasio subjek dengan tekanan darah terkendali tetapi tidak signifikan (p>0.05)
Hajar Shayesteh, *et all* (2016)	Inggris	BMC	Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi pengaruh pendidikan pada gaya hidup pasien ibu perimneopause	Metode penelitian menggunakan *random sampling*	Hasil Yang didapat rata-rata skor gaya hidup total meningkat secara signifikan pada kelompok kasus dibandingkan dengan kelompok kontrol (P < 0,05)
Ayuche L. Ozoemena, *et all* (2019)	Inggris	Pubmed	Tujuan dari jurnal ini untuk menentukan efektivitas intervensi pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu	Metode penelitian ini *Quasi-eksperimental*	Hasil yang didapat menunjukan efek yang signifikan pada kelompok diberikan intervensi, yaitu nilai rata-rata pengetahuan HT meningkat signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kolompok kontrol (p<0,0001), pola dan kualitas tidur (p=0,003), diet sehat (p=0,000), dan kepatuhan pengobatan (p=0,000).

			perimneopause (HT)		
Hawa O. Abu, *et all* (2018)	Inggris	Pubmed	Tujuan dari jurnal adalah Untuk menilai pengetahuan pasien tentang ibu perimneopause dan hubungannya dengan praktik gaya hidup sehat jantung dan kepatuhan minum obat	Metode penelitian dalam jurnal melakukan *Cross Sectional Survey*	Hasil yang didapat menunjukan bahwa sebagian besar pasien perimenopause dapat mengidentifikasi gaya hidupm sehatnya.
Delevar farzaneh, *et all* (2019	Inggris	Pubmed	Tujuan dari jurnal adalah Untuk mengevaluasi dampak pendidikan manajemen diri yang disesuaikan dengan laterasi kesehatan pada pengobatan kontrol kepatuhan dan tekanan darah	Metode yang digunakan dalam jurnal uji coba dilakukan randomized controlled trial dengan lansia yang mempunyai penyakit hipeertensi primer yang tidak terkontrol dan informasi kesehatan yang tidak memadai	Hasil yang didapat menunjukan Pada awal, tidak ada perbedaan antar kelompok yang signifikan mengenai peserta karakteristik demografis, riwayat medis, dan kepatuhan minum obat. Setelah intervensi, perbandingan antar kelompok yang disesuaikan dengan skor pretest menunjukkan penurunan signifikan dalam skor rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik dan meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan karena intervensi (P <0,05). Namun, proporsi tekanan darah sistolik dan diastolik terkontrol tidak perbedaan antar kelompok yang signifikan secara statistik (P> 0,05).

Sitti Johri Nasela, *et all* (2019)	Inggris	Google Scholar	Tujuan dari jurnal ini untuk mendapatkan literatur terbaik tentang pendidikan kesehatan pada pencegahan ibu perimneopause berbasis komunitas yang berpotensi kekuatan untuk meregenerasi rekomendasi praktik klinis untuk meningkatkan upaya preventif dan promotif untuk ibu perimneopause	Metode yang digunakan dalam jurnal menggunakan sistematis mencari basis data elektronik dari Google dan Pubmed	menunjukkan bahwa pada semua penelitian dilakukan di negara maju negara dan sebagian besar artikel menggunakan kuantitatif metode. Intervensi terkait pemberian pendidikan kesehatan ada empat yaitu mengurangi konsumsi garam, lokakarya program melalui relawan sosial atau aktivis kesehatan, pendidikan kelompok ibu perimneopause tentang DASH dan gaya hidup kemudian pencegahan ibu perimneopause komprehensif dan program promotif.

BAB V

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Meski studi terkait mengenai peran dan dampak penggunaan media lembar balik terhadap upaya promosi Kesehatan reproduksi di masyarakat masih belum banyak dilakukan, penelitian-penelitian yang ada menunjukkan adanya potensi media lembar balik sebagai sarana untuk berbagi informasi dengan banyak orang lainnya. Pendidikan kesehatan yang baik menggunakkan media edukasi dan metode yang menarik dalam memberikan pendidikan kesehatan agar dapat lebih mudah dipahami oleh masyarakat, seperti menggunakan *leafleat, bookleaf*, lembar balik dan sebagainya, hal ini terbukti keefektifan pada penelitian sebelumnya. Pemberian edukasi ini berfokus pada diet garam, olahraga teratur, minum obat antihipertensi, pemeriksaan rutin tekanan darah dan sebagainya agar pasien hipertensi dapat mengendalikan penyakit serta memudahkan mencegah terjadinya komplikasi...

1.2 Saran

Bagi pasien Hipertensi diharapkan dapat selalu mengikuti kegiatan yang dilaksanakan tenaga kesehatan dan rutin mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan guna menambah wawasan serta pengetahuan akan gejala-gejala ketidaknyamanan yang diderita ibu perimenopause. Edukasi yang dilakukan dapat meningkatkan status kesehatan apabila dilaksanakan sesuai dengan apa yang disampaikan oleh petugas kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wahyuni, Srie. 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*. Aceh : Universitas Muhammadiyah Aceh

2. Widodo, Bintoro. 2014. *Pendidikan Kesehatan dan Aplikasinya di SD/MI.* Jawa Timur: UIN Maulana Malik Ibrahim3. Pristya TYR, Herbawani CK, Karima UQ, et al. Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja Menggunakan Kombinasi Media. *CARADDE J Pengabdi Kpd Masy* 2021; 4: 10–12.

3. World Health Organization. COVID-19 and digital health: What can digital health offer for COVID-19? [Internet]. 2020 [cited 2022 Oct 18]. Available from: https://www.who.int/china/news/feature-stories/detail/covid-19-and-digital-health-what-can-digital-health-offer-for-covid-19.

4. Adiputra IMS, Oktaviani NWTNPW, Munthe SA, et al. *METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN*. edisi 1. yayasan kita menulis, 2021.

7. Darsini, Fahrurrozi, Cahyono EA. PENGETAHUAN ; ARTIKEL REVIEW. *J Keperawatan* 2019; 12: 95–107.

8. Matjino, S.H (2019). Pengaruh konseling tentang menopause terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi menopause di Kelurahan Toboleu Kecamatan Kota Ternate Utara. Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan).

9. Yusnidar Y, Mirawati M. Edukasi Pada Wanita Usia Subur (WUS) Tentang Gangguan Sistem Reproduksi. *Abdimas Singkerru* 2022; 2: 105–112.

10. Herlinadiyaningsih H, Arisani G. Efektivitas Media Video dan Lembar balik terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Menstrual Hygiene di MA Darul Ulum Palangka Raya. *J Surya Med* 2022; 8: 193–207.