JURNAL MIDWIFERY

Vol 8 No 2, August 2026

Effectiveness of Various Educational Media in Increasing Menopause Knowledge (Literature Review)

Efektifitas Berbagai Media Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Menopouse (Tinjauan Literatur)

[1]Eva Syafaatun Nikmah* & [1]Noveri Aisyaroh

ABSTRACT

Introduction: *Knowledge is one of the important factors that determine a woman's readiness in facing menopause. Around 80.9% of women in the premenopause stage worldwide apparently do not have an understanding of the menopause period. One way to broaden knowledge about menopause is through health education using educational media so that the information provided becomes more engaging and easier to understand.* ***Method:*** *This research is a Literature Review compiled based on the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 2020 guidelines. A literature search was conducted through the Google Scholar and PubMed databases for articles published in 2020–2025. The initial search results obtained 9,299 articles, then a selection process was carried out to obtain 11 articles that met the criteria for analysis.* ***Result:*** *An analysis of 11 articles found that leaflets, booklets, audiovisual materials, videos, brochures, quartet cards, and apps were used for educational purposes. These media were effective in increasing menopause knowledge. However, interpretation of the results requires consideration of the quality of the methodology and research design underlying the evidence.* ***Conclusion:*** *Media such as leaflets, booklets, audiovisual materials, videos, brochures, quartet cards, and applications can be used in providing education because they are effective in increasing knowledge about menopause.*

ABSTRAK

Pendahuluan: Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang menentukan kesiapan wanita dalam menghadapi masa menopause. Sekitar 80,9% wanita pada tahap premenopause di seluruh dunia, ternyata tidak mempunyai pemahaman tentang periode menopause. Salah satu cara untuk memperluas pengetahuan tentang menopause adalah dengan edukasi kesehatan menggunakan media edukasi sehingga informasi yang diberikan menjadi lebih menarik dan mudah dimengerti. **Metode penelitian:** Penelitian ini merupakan Literature Review yang disusun berdasarkan pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 2020. Pencarian literatur dilakukan melalui database Google Scholar dan PubMed terhadap artikel yang dipublikasikan pada tahun 2020–2025. Hasil pencarian awal memperoleh 9.299 artikel, kemudian dilakukan proses seleksi sehingga diperoleh 11 artikel yang memenuhi kriteria untuk dianalisis. **Hasil Penelitian:** Hasil analisis 11 artikel ditemukan media yang dipakai untuk edukasi adalah *leaflet, booklet,* audiovisual, video, *brosur,* kartu kuartet, dan aplikasi. Dimana media tersebut efektif dalam meningkatkan pengetahuan menopause. Namun, interpretasi hasil perlu mempertimbangkan kualitas metodologi dan desain penelitian yang mendasari bukti tersebut. **Kesimpulan:** Media *leaflet, booklet,* audiovisual, video, *brosur,* kartu kuartet, dan aplikasi dapat digunakan dalam memberikan edukasi karena efektif dalam meningkatkan pengetahuan menopause.

[1] Universitas Islam Sultan Agung

Korespondensi e-mail:
evasyafa04@gmail.com

Submitted: 31-01-2026
Revised: 14-07-2026
Accepted: 31-07-2026

How to Cite: Nikmah, E. S., & Aisyaroh, N. (2026). Effectiveness of Various Educational Media in Increasing Menopause Knowledge (Literature Review). Jurnal Midwifery, 8(2). https://doi.org/10.24252/jmw.v8i2.65181

Kata Kunci:
Media Edukasi; Pengetahuan; Menopause

Keywords:
Educational Media; Knowledge; Menopause

PENDAHULUAN

Berkurangnya aktivitas ovarium dan penurunan kesuburan adalah tanda masa klimakterium yang dikenal dengan masa menopause. Wanita dikatakan menopause ketika mereka tidak mengalami siklus menstruasi selama 12 bulan atau lebih setelah menstruasi terahir (Istighosah, 2025). Menurut WHO (2024), pada usia antara 45- 55 tahun kebanyakan wanita akan mengalami masa menopause secara alami. Menopause terjadi akibat hasil dari

DOI: 10.24252/jmw.v8i2.65181
Email : jurnal.midwifery@uin-alauddin.ac.id

Copyright 2026 © the Author(s)
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercialShareAlike 4.0 International License

penuaan biologis karena adanya degradasi fungsi ovarium yang menyebabkan penurunan hormon wanita (Kartikasari et al., 2025). Beberapa gejala yang sangat mengganggu, bahkan dapat membahayakan kebahagiaan keluarga dapat timbul akibat adanya penurunan hormon saat masa menopause (Anggraini & Dewi, 2023). Gejala fisik yang paling banyak dirasakan adalah detak jantung yang cepat, kelelahan, sakit kepala, sensasi kesemutan di anggota tubuh, ketegangan, kesulitan tidur, masalah ingatan, serta hilangnya minat pada seks (Saputri et al., 2024). Selain gejala fisik, pada periode menopause juga akan merasakan gejala emosional meliputi kecemasan, depresi, mudah marah dan lainya (Saras, 2024).

WHO (2024), melaporkan bahwa pada tahun 2021 perempuan berusia 50 tahun ke atas mencapai 26% dari seluruh populasi perempuan di dunia, meningkat dari 22% daripada satu dekade sebelumnya. Di Indonesia sendiri ada 60 juta perempuan yang mengalami menopause di tahun 2025 (Ulya & Andanawarih, 2021). Namun tingginya peningkatan jumlah perempuan menopause ini belum diimbangi dengan tingkat pengetahuan yang memadai. Dimana survei global yang dilakuakan oleh Munn et al (2022), di berbagai platform media sosial selama 5 minggu pada wanita usia di bawah 40 tahun menunjukkan tingkat pengetahuan yang minimal bahkan terbatas mengenai menopause yaitu sekitar lebih dari 80%, sedangkan, di Indonesia sendiri hasil penelitian Oklaini et al., (2022), menunjukkan (40,0%) berpengetahuan kurang, (33,3%) berpengetahuan cukup dan (26,7%) berpengetahuan baik.

Saat memasuki masa menopause, sebagian wanita ada yang menyikapinya secara wajar karena percaya bahwa kondisi ini bagian dari siklus kehidupan yang alamiah. Namun, tidak sedikit pula wanita yang memandang menopause sebagai sesuatu yang mengerikan. Keraguan ini umumnya muncul karena anggapan yang menunjuukkan jika menopause identik dengan kondisi tubuh yang tidak sehat, menurunnya kebugaran, serta berkurangnya daya tarik fisik (Cipto et al., 2020). Pengetahuan merupakan salah satu komponen penting yang menentukan kesiapan perempuan untuk menjalani periode menopause dimana perempuan dengan tingkat pengetahuan yang rendah akan mempunyai resiko 25 kali untuk tidak siap menjalani masa menopausenya (Nessi Meilan, 2022). Wanita yang mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai menopause akan cenderung lebih siap dan yakin untuk menghadapi tubuh yang berubah. Namun sebaliknya, perempuan dengan pengetahuan rendah cenderung merasa cemas, tidak percaya diri, dan tidak siap dalam mengahadapi masa tersebut. Diseluruh dunia, 80,9% wanita premenopause ternyata tidak memiliki wawasan mengenai masa menopause (Anggraini & Dewi, 2023).

Pendidikan kesehatan adalah salah satu cara untuk meningkatkan wawasan mengenai menopause. Edukasi kesehatan merupakan cara untuk menaikan derajat kesehatan sesorang atau kelompok (Khalida et al., 2022). Berdasarkan penelitian Siregar et al., (2024), yang dilakukan di Kp. Kaliulu RT 001/ RW 001 Desa Karang Raharja yang memnfaatkan media *leaflet*, poster, *powerpoint* dan tanya jawab menunjukkan peningkatan pengetahaun dengan kenaikan rata-rata 50% setelah dilakukan intervensi. Temuan ini selaras dengan studi yang dilakukan Kartikasari et al., (2025), edukasi kesehatan menggunakan audio-visual terbukti signifikan meningkatkan kesiapan kelompok Aisyiyah untuk menjalani menopause.

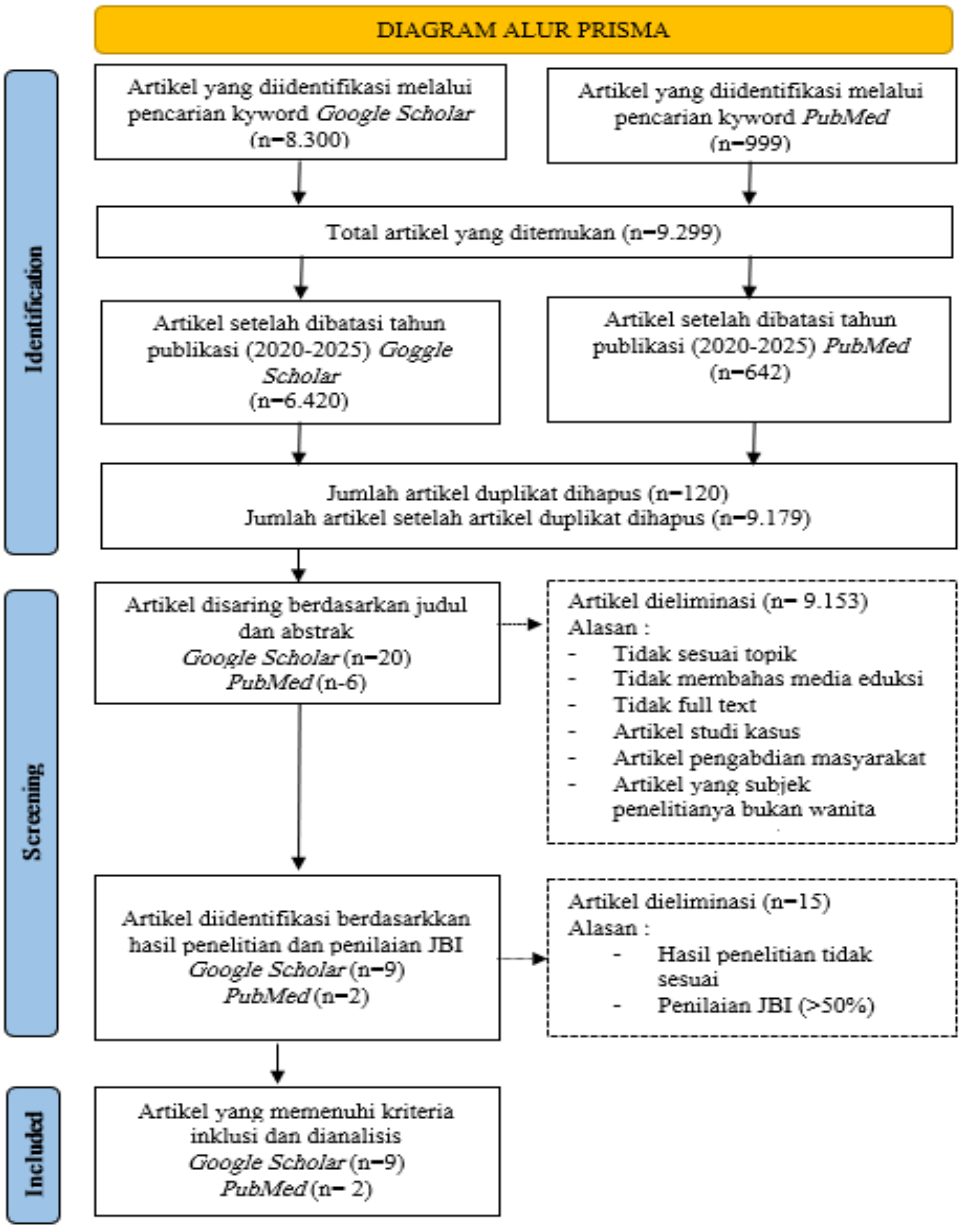
Pemberian pendidikan kesehatan yang didukung dengan media edukasi yang baik akan lebih membantu masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan mereka, yang nantinya akan memperkuat kemampuan, pengendalian diri, serta perubahan perilaku sebagai uapaya untuk meningkatkan derajat kesehatan mereka (Sutrisno & Sinanto, 2022). Media edukasi adalah sebuah sarana untuk menyampaikan informasi atau pesan- pesan yang dikemas lebih menarik

agar mudah di pahami oleh penerima informasi (Maulana, 2022). Tanpa penggunaan media edukasi, informasi yang disampaikan akan membuat penerima informasi menjadi bosan dan kurang fokus saat proses edukasi, sehingga informasi yang diterima menjadi tidak baik (Aisyaroh et al., 2024). Berbagai contoh media edukasi seperti audiovisual seperti video, metode lembar balik dan buku saku sudah terbukti dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan (Meiranny et al., 2023).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa media edukasi mampu meningkatkan pengetahuan perempuan mengenai menopause, masih terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian sebelumnya. Sebagian besar penelitian hanya mengevaluasi efektivitas satu jenis media edukasi pada kelompok tertentu dengan jumlah sampel yang terbatas, sehingga belum memberikan gambaran menyeluruh mengenai perbandingan efektivitas antar media edukasi. Oleh karena itu, diperlukan kajian literature review yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan membandingkan efektivitas berbagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan wanita mengenai menopause. Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap dan pola pikir yang lebih positif, sehingga perempuan dapat menerima perubahan selama menopause sebagai sesuatu yang normal dan alami. Dengan demikian, masa menopause dapat dilalui dengan perasaan lebih tenang dan tanpa kecemasan

METODE PENELITIAN

Artikel ini disusun melalui pendekatan tinjauan pustaka. Pencarian literatur dilakukan pada tanggal 16 Januari 2026 melalui database Google Scholar dan PubMed. Pencarian pada Google Scholar menggunakan kata kunci berbahasa Indonesia yang dikombinasikan dengan *operator boolean AND dan OR*, yaitu (edukasi OR media edukasi) AND (pengetahuan) AND (menopause). Sementara itu, pencarian pada PubMed menggunakan kata kunci yaitu (education OR educational media) AND (knowledge) AND (menopause). Pencarian dibatasi pada artikel yang dipublikasikan pada tahun 2020–2025. Hasil pencarian awal memperoleh 8.300 artikel dari Google Scholar dan 999 artikel dari PubMed. Selanjutnya dilakukan proses seleksi berdasarkan pedoman PRISMA 2020. Kriteria inklusi meliputi artikel yang mengkaji peran media edukasi terhadap pengetahuan menopause baik yang berbahasa Indonesia maupun berbahasa Inggris. Artikel yang dikecualikan dalam penelitian ini meliputi artikel pengabdian masyarakat, artikel study kasus, artikel yang mempunyai keterbatasan akses, dan artikel yang subjek penelitiannya bukan wanita premenopause atau wanita menopause. Berdasarkan proses seleksi diperoleh 20 artikel dari *Google Scholar* dan 6 artikel dari *PubMed* untuk penilaian teks lengkap (full-text review). Selanjutnya dilakukan penilaian kualitas metodologi menggunakan *Joanna Briggs Institute (JBI)* Critical Appraisal Checklist yang disesuaikan dengan desain penelitian masing-masing. Sintesis data dilakukan menggunakan metode *narrative synthesis*, yaitu dengan mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan karakteristik artikel, jenis media edukasi yang digunakan, serta efektivitas masing-masing media dalam meningkatkan pengetahuan wanita mengenai menopause.



Gambar 1. Diagram Alur Prisma

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan *literature review* yang telah dilakukan media edukasi yang di gunakan dalam pemberian edukasi mengenai menopause adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Tinjauan Artikel

No	Judul artikel	Nama Peneliti & tahun terbit artikel	Metode & sampel penelitian	Media edukasi	Kualitas penelitian (JBI)	Hasil penelitian
1.	Pengaruh Edukasi Kesehatan	Zulfa Khalida et al (2022)	Pre-eksperimen dengan one group pre test and post	Media *Leaflet*	Moderate Quality	Pendidikan kesehatan berbasis media *leaflet*

	dengan Media *leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause pada Ibu PKK RW 22 Ngoresan		test. Populasi penelitian merupakan anggota PKK RW 22 Ngoresan berusia 40-55 tahun. Sampel berjumlah 30 responden dengan teknik total sampling.			berpengaruh terhadap pengetahuan mengenai menopause. Didapatkan hasil uji Wilcoxon signifikan (ρ <0,05)
2.	Pengaruh Edukasi Kesehatan Media *Booklet* Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Wanita Premenopause di Desa Gunung Sugih Lampung Tengah	Devi Armala et al., (2024)	Kuantitatif dengan rancangan one group pretest & post test. Sampel berjumlah 16 wanita premenopause di Desa Gunung Sugih, menggunakan teknik purposive sampling.	Media *booklet*	Moderate Quality	Pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dengan nilai P value sebesar 0,000 < α (0,05).
3.	The Effectiveness of Audio-visual and *Booklet* Educational Media on Premenopausal Knowledge, Self-Efficacy and Stress in Premenopausal Women in Bandung City	Ridwan Setiawan et al., (2020)	Quasi experiment dengan pre-post test dengan desain kontrol grup. Responden berjumlah 76 orang, terdiri dari 38 orang kelompok intervensi dan 38 orang kelompok kontrol.	Media audio-visual dan media *booklet*	High Quality	Baik penggunaan media audiovisual dan *booklet* ataupun media *booklet* saja sama-sama meningkatkan pengetahuan menopause dengan nilai uji Mann Withney p=0,013, namun rata-rata pengetahuan pada media audiovisual dan *booklet* jauh lebih baik.
4.	Pengaruh Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Menopause pada Ibu-Ibu Pkk Di Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman	Firly Lativa Erliza dan Dwi Yati (2023)	Pre-eksperimen dengan rancangan satu grup pre-test dan post-test. sampel penelitian sebanyak 65 responden dengan teknik purposive sampling.	Media Video	Moderate Quality	Terdapat pengaruh pemakaian media video dalam pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan menopause dengan nilai ρ (0,000) < α (0,05)
5.	Effect Of Health Education on Knowledge and Attitude of Menopause Among Middle Age Teachers	Helen Gebretatyos et al., (2020)	Quasi-eksperimental dengan pengukuran pra-intervensi, pasca-intervensi segera, dan tindak lanjut tiga bulan. Sampel terdiri dari	Media selebaran dan brosur	High Quality	Edukasi ceramah dan diskusi yang disertai pemberian selabaran dan *browsur* Setelah intervensi, meningkatan pengetahuan

			99 guru perempuan usia 40–60 tahun yang dipilih dengan stratified random sampling.			dengan nilai signifikansi statistik ($p < 0,0001$).
6.	Pengaruh Media Edukasi Kartu Kuartet Terhadap Pengetahuan, Efikasi Diri, Dispareunia Perempuan Menopause	Iryanti et al., (2024)	Pre-test and post-test with control design. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Sampel berjumlah 70 orang (35 orang kelompok intervensi, dan 35 orang kelompok kontrol).	Kartu kuartet	High Quality	Penggunaan kartu kuartet sebagai sarana edukatif pada perempuan menopause dengan dispareunia terbukti mampu meningkatkan tingkat pemahaman dan efikasi diri, serta menurunkan derajat dispareunia secara bermakna dengan nilai statistik ($p < 0,05$).
7.	Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Wanita Menapause Jati Agung Kabupaten Pringsewu	Reny Marlena et al., (2025)	Pra Eksperimental dengan satu kelompok, jumlah populasi sebanyak 40 wanita usia 45-55 tahun, dengan teknik pengambilan sampel total sampling.	Media Audiovisual	Moderate Quality	Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap pengetahuan dengan hasil p-value = 0,001 < 0,05.
8.	Pendidikan Kesehatan dengan Pendekatan Health Belief Model Meningkatkan Perilaku Perempuan Menopause Tentang Resiko Osteoporosis	Yhenti Widjayanti (2022)	pra eksperimen dengan desain pre-posttest. Responden berjumlah 44 perempuan menopause, dengan teknik samnpling acak sederhana.	Media *booklet*	Moderate Quality	Edukasi kesehatan melalui media *booklet* menunjukkan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, serta tindakan perempuan menopause terkait risiko osteoporosis dengan hasil uji Wilcoxon signed ranked test didapatkan nilai $p < \alpha$, $\alpha = 0,05$
9.	Pengaruh Aplikasi Sahabat Perimenopause Terhadap Pengetahuan, Sikap dan	Novia Wulansari et al., (2023)	Studi quasi experimental dengan desain satu group pretest and postest. Jumlah sampel adalah 32	Media Aplikasi	Moderate Quality	Terjadi peningkatan pengetahuan sebelum penggunaan aplikasi Sahabat

	Keberhasilan Penurunan Gejala Perimenopause pada Kader Usia 40-53 Tahun		orang, dengan metode pengambilan sampel purposive sampling			Perimenopaus. Dengan nilai p=0,000 (p< 0,05).
10.	Efektivitas Promosi Kesehatan menggunakan Media Video dan *leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Osteoporosis	Ditya Yankusuma Setiani dan Warsini (2020)	Menggunakan desain quasy experimental dengan desain pre test dan post test control group design dengan jumlah responden yaitu 48 wanita pre menopause, 24 orang pada kelompok intervensi (media video) dan 24 orang pada kelompok kontrol (media *leaflet*)	Media Video dan *Leaflet*	High Quality	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi pada kelompok *leaflet* tidak ada perbedaan dengan p-value 0,180 (p > 0,05). Sedangkan pada kelompok video memperlihatkan kenaikan pengetahuan sesudah dilakukan edukasi p-value 0,025 (p < 0,05).
11.	Effect of Health-Promoting Lifestyle Modification Education on Knowledge, Attitude, and Quality of Life of Postmenopausal Women	Nirmala Rathnayake et al.,(2020)	Desain quasi-eksperimental. Sampel diperoleh melalui random cluster sampling berdasarkan wilayah kerja Public Health Midwife (PHM) di Distrik Galle, Sri Lanka Sampel berjumlah 72 wanita pascamenopause, berjumlah 37 orang kelompok intervensi serta 35 orang kelompok kontrol.	Media cetak	High Quality	Terdapat peningkatan bermakna pada pengetahuan dan sikap mengenai menopause setelah intervensi dan selama masa tindak lanjut (p < 0,001).

Berdasarkan hasil penelusuran, diperoleh 11 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil sintesis menunjukkan bahwa berbagai media edukasi, yaitu leaflet, booklet, audiovisual, video, brosur, kartu kuartet, dan aplikasi digital, secara konsisten dikaitkan dengan peningkatan pengetahuan wanita mengenai menopause. Namun, mayoritas bukti berasal dari penelitian dengan desain *pre-experimental dan one group pretest-posttest* yang memiliki tingkat evidensi lebih rendah dibandingkan *randomized controlled trial (RCT).*

PEMBAHASAN

Dalam pemberian edukasi kesehatan agar informasi yang di sampaikan dapat dipahami dan diterapkan oleh responden khususnya pada kelompok premenopause dan menopause memerlukan sebuah media. Secara umum media edukasi kesehatan diklasifikasikan ke dalam

beberapa jenis, yaitu media cetak, media audiovisual, dan media digital (Kadek Novi Andani et al., 2025). Sesuai dengan penelitian yang telah di lakukakan media cetak meliputi *leaflet, booklet*, brosur, dan kartu kuartet. Media audiovisual meliputi video. Sedangakan media digital meliputi aplikasi.

Media Cetak

Media cetak menjadi sarana yang paling banyak dimanfaatkan dalam pemberian edukasi kesehatan karena dinilai praktis, ekonomis, dan mudah dibawa oleh responden (Kadek Novi Andani et al., 2025). Berdasarkan penelitian yang direview oleh peneliti terdapat 7 penelitian yang menggunakan media cetak sebagai media edukasi yaitu *leaaflet, booklet,* brosur, dan kartu kuartet. Dimana semua penelitian tersebut menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan berbasis media cetak. Penelitian yang dilakukan Zulfa Khalida et al., (2022), pada 30 ibu PKK RW 22 Ngoresan sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan media *leaflet* menunjukkan pengetahuan kurang sebanyak 13 responden menjadi berpengatahuan baik sebanyak 18 responden (ρ-value 0,000 < 0,05). Sejalan pada temuan tersebut, meskipun dilakukan pada responden hipertensi dengan berbagai usia menunjukkan terdapat perbedaan dan pengaruh yang signifikanpada tingkat pengetahuan setelah pemberian pendidikan kesehatan dengan media *leaflet* dengan p-value 0,001 < 0,05. *Leaflet* merupakan alat yang efektif untuk menyebarkan informasi mengenai kesehatan, dimana *leaflet* menyajikaan informasi yang ringkas dan jelas. Salah satu keunggulan *leaflet* adalah murah, mudah dibuat, daya simpan lama, dan efektif dalam menyampaikan informasi karena desainnya yang sederhana (Handayani et al., 2026).

Penggunaan media *leaflet* membantu memudahkan masyarakat untuk memahami informasi yang disampaikan, dan efektif dalam meningkatkan wawasan, pandangan, dan perilaku hidup sehat masyarakat (Raditya et al., 2023). Namun penelitian Ditya Yankusuma Setiani dan Warsini (2020), menunjukkan jika edukasi kesehatan melalui media *leaflet* justru tidak menunjukkan perbedaan tingkat pengetahuan antgara sebelum dan sesudah intervensi, dengan nilai p-value 0,180 (p > 0,05). Sementara penelitian Wijaya dan Yuswantina (2024), pada 40 ibu hamil menunjukkan bahwa perubahan pengetahuan pada kelompok *leaflet* lebih rendah yaitu hanya 6%, sementara pada kelompok *booklet* sebesar 11,75%. Perbedaan keefektifan media *leaflet* dapat disebabkan oleh subjek, desain, bahasa yang digunakan, kedalaman materi, serta waktu pemberian edukasi.

Penelitian Devi Armala et al., (2024), mengenai penggunaan media *booklet* dalam pemberian edukasi kesehatan terbukti berpengaruh pada peningkatan wawasan (p= 0,000 < α 0,05). *Booklet* merupakan buku kecil yang berisi informasi ringkas dan menarik, biasanya terdiri dari 5-48 halaman (Yunalia Endang Mei, 2024). Karena berbentuk buku kecil penggunaan *booklet* sebagai media edukasi dapat membantu penyampaian informasi lebih terstruktur yang disertai ilustrasi, sehingga lebih mudah di ahami oleh responden, selain itu media ini juga bersifat praktis, dapat disimpan, dan diakses kapan saja jika responden membutuhkan informasi tersebut.

Penggunaan *booklet* dalam pemberian edukasi kesehatan berpotensi lebih besar dalam meningkatakan wawasan, pandangan, dan tindakan terkait kesehatan (Armala et al., 2024). Penelitian Yhenti Widjayanti (2022), juga menunjukkan bahwa *booklet* berpengaruh terhadap pengetahuan, pandangan dan perilaku perempuan menopause terkait risiko osteoporosis (p= 0,00, α= 0,05). Hasil yang sama juga disampaikan oleh Rachmasari et al., (2022), yang dilakukan pada pasien hipertensi menunjukkan peningkatan skor pengetahuan sebelum dan

sesuadah edukasi dengan media *booklet* (p= <0,001 < α 0,05). Selain temuan tersebut, penelitian Ridwan Setiawan et al., (2020), yang membandingkan penggunaan media *booklet* yang disertai media audiovisual dengan hanya menggunakan media *booklet* saja sama-sama meningkatkan skor pengetahuan dengan (p=0,013), namun rata-rata pengetahuan dengan menggunakan media audiovisual dan booklet menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh penggunaan unsur audiovisual yang mampu merangsang indera pendengaran dan penglihatan secara simultan, sehingga penyampaian informasi menjadi lebih menarik serta mudah dipahami.

Kartu kuartet adalah sebuah media pembelajaran berbentuk kartu tebal seperti karcis dengan beberapa kelompok, dimana setiap kelompok berisi 4 kartu dengan tema materi yang saling berkaitan (Siallagan et al., 2024). Kartu kuartet dapat dijadikan sebagai media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan karena informasi yang di sajikan dalam kartu kuartet berbentuk ringkas, terstruktur dan sederhana, selain itu dalam permainanya melibatkan kemampuan kognitif karena membutuhkan strategi, daya ingat dan konsentrasi (Sulastri & Saleh, 2020). Penelitian Iryanti et al., (2024), pada 70 orang mengenai dampak pemberian edukasi menggunakan media kartu kuartet pada perempuan menopause dengan dispareunia menunjukkan adanya peningkatan tingkat pemahaman secara signifikan dengan (p-value= 0,000 < 0,05). Temuan tersebut selaras dengan studi yang dilakukan oleh Siallagan et al., (2024), pada 30 orang siswa SMA Negeri 1 Bintang Bayu Kabupaten Serdang Bedagai tahun 2024 menemukan bahwa edukasi berbasis media kartu kuartet berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang kehamilan remaja (p value= 0,000 < α 0,05). Sementara penelitian Massau et al., (2025), pada 52 siswa kelas IV MI Ar-Rahmah Loa Janan Ilir juga menunjukkan (p-value 0,000 < α 0,05), hasil tersebut menegaskan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa mengenai perilaku menggosok gigi. Meskipun penelitian dilakukan pada subjek yang berbeda, seperti wanita menopause, remaja, dan anak usia sekolah, efektivitas media kartu kuartet menunjukkan hasil yang relatif konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa keberhasilan media kartu kuartet tidak semata-mata ditentukan oleh karakteristik usia atau kondisi fisiologis responden, melainkan oleh karakteristik media itu sendiri. Kartu kuartet tidak hanya berfungsi sebagai media edukatif, tetapi juga bersifat interaktif, sehingga mendorong keterlibatan aktif responden dalam proses pembelajaran, sehingga mampu meningkatkan perhatian dan konsentrasi responden selama proses edukasi berlangsung.

Media Audiovisual

Media audiovisual adalah salah satu bentuk media edukatif yang banyak digunakan untuk penyampaian informasi kesehatan karena mengombinasikan unsur visual dan audio. Media audiovisual menawarkan berbagai keunggulan dalam penyampaian informasi, seperti membantu memperjelas materi, menjembatani keterbatasan ruang dan waktu, meningkatkan ketertarikan serta motivasi, dan menarik perhatian melalui kombinasi elemen suara dan gambar (Iasha et al., 2025). Keunggulan tersebut sejalan dengan *Cognitive Theory of Multimedia Learning* yang dikemukakan oleh Mayer, (2021). Menurut Mayer, pembelajaran multimedia tidak hanya sekadar memanfaatkan berbagai media, tetapi mengintegrasikan representasi verbal, seperti teks atau narasi, dengan representasi visual berupa gambar, ilustrasi, atau animasi. Integrasi kedua representasi tersebut membantu dalam memproses informasi melalui saluran verbal dan visual secara bersamaan sehingga mempermudah pembentukan pengetahuan yang bermakna. Penelitian Reny Marlena et al., (2025), pada 40 wanita premenopause menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media

audiovisual terhadap pengetahuan dengan hasil (p-value = 0,001 < 0,05). Selaras dengan temuan tersebut, penelitian pada 50 wanita pre menopause diklinik kauman husada Malang juga menunjukkan bertambahnya wawasan setelah diberikan edukasi menggunakan media audiovisual (p-value = 0,001). Efektivitas media audiovisual dipengaruhi oleh keterlibatan indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan, sehingga mampu memperkuat perhatian, konsentrasi, serta kemampuan mengingat responden.

Salah satu media audiovisual yang paling sering digunakan adalah video. Video adalah sebuah media yang terdiri dari rangkaian gambar bergerak yang disertai unsur suara, disusun secara terstruktur yang mengandung pesan-pesan yang dirancang untuk mendukung tercapainya penerimaan informasi secara maksimal (Fadilah et al., 2023). Penelitian oleh Firly Lativa Erliza dan Dwi Yati (2023), pada ibu-ibu PKK Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Slemanyang berjumlah 65 orang menunjukkan pengaruh setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video dengan nilai (ρ=0,000 < α 0,05). Sesuai temuan tersebut studi yang dilakukan Ditya Yankusuma Setiani dan Warsini (2020), membandingkan antara pengaruh media *leaflet* dan video pada 48 wanita pre menopause menunjukkan pengetahuan kelompok video lebih tinggi dibandingkan kelompok *leaflet* dengan angka signifikansi (0,001 < 0,05). Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Arifin et al., (2025) pada 38 wanita menopause di Dusun Bluru Kidul Sidoarjo yang menunjukkan nilai p-value 0,000 (<0,05), yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan setelah ditampilkan media video edukasi SADARI. Efektivitas video dalam edukasi sangat dipengaruhi oleh kualitas desain, durasi penyajian, kesesuaian materi, dan karakteristik sasaran. Kondisi ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan Ovida et al., (2022), dimana membandingkan antara pengaruh *leaflet* maupun video terhadap pengetahuan lansia mengenai osteoporosis di Desa Lamgapang Aceh Besar, dimana hasil menunjukkan bahwa *leaflet* lebih besar meningkatkan pengetahuan dengan (p value 0.001 < α 0,05) dibandingkan kelompok video (p value 0.007 < α 0,05). Perbedaan efektifitas *leaflet* dan video terjadi karena *leaflet* memungkinkan lansia membaca informasi secara perlahan, berulang dengan menyesuaikan tempo belajar serta kecepatan pemrosesan informasi pada usia lanjut, mengingat pada usia lanjut terjadi penurunan fungsi kognitif, daya ingat, serta kecepatan pemrosesan informasi.

Media Digital

Semakin majunya teknologi informasi dan komunikasi, penggunaan media digital sebagai media edukasi juga semakin meningkat. Media digital yang dapat digunakan seperti aplikasi *smartphone*, situs web, dan telekonsultasi (Kadek Novi Andani et al., 2025). Penggunaan media digital dapat memfasilitasi responden untuk mengakses informasi tanpa keterbatasan tempat dan waktu, sehingga proses penguatan informasi dapat terjadi secara berkelanjutan. Media digital adalah media edukasi yang memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi untuk menyampaikan dan memproses informasi dalam bentuk digital dengan memanfaatkan jaringan internet yang didukung berbagai perangkat seperti telepon genggam, laptop, dan komputer (Yuniarti et al., 2023).

Contoh media digital yang dapat dipakai adalah aplikasi. Aplikasi edukasi dikembangkan sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan yang tersusun secara terencana dan terintegrasi dalam satu media digital. Pemanfaatan aplikasi di dalam smartphone digunakan sebagai alat bantu pembelajaran, sehingga partisipan semakin aktif terlibat, dan mempunyai dorongan belajar yang tinggi (Rukmana, 2025). Penelitian Novia Wulansari et al., (2023), yang dilakukan di Desa Sarimulya pada 32 orang kader usia 40-53 tahun menunjukkan peningkatan rerata pengetahuan setelah penggunaan aplikasi “sahabat

perimenopause" dengan nilai p=0.000. Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian Elfiza Fitriami dan Achmad Vindo Galaresa (2022), yang dilakukan pada 30 ibu di Puskemas Tenayan Raya Pekanbaru menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan mengenai stunting menggunakan aplikasi android p= 0,0001<0,05 terhadap peningkatan pengetahuan dan persepsi mengenai stunting. Temuan ini juga selaras oleh penelitian yang dilakukan oleh 70 remaja di SMA NU Kota Palembang, menunjukkan terdapat pengaruh penerapan aplikasi "SEHATI" terhadap peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi p= 0,000 (<0,05). Perbedaan subjek penelitian tidak menyebabkan perbedaan efektifitas karena media ini bersifat individual, yang mana pengguna dapat menentukan sendiri penggunaan aplikasi sesuai dengan kondisi kebutuhannya. Selain itu fitur pendukung seperti tampilan yang menarik, menu yang interaktif, dan notifikasi pengingat membantu penerimaan informasi lebih optimal karena didukung oleh partisipasi aktif oleh pengguna aplikasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Semua artikel menyatakan bahwa penggunaan media edukasi baik media cetak, media audiovisual, dan media digital berpotensi meningkatkan pengetahuan wanita mengenai menopause. Efektivitas media edukasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain seperti usia, tingkat pendidikan, dan kemampuan menerima informasi, desain media yang digunakan, metode penyampaian edukasi, serta durasi intervensi. Penyesuaian penggunaan media edukasi memiliki peran penting dalam menunjang keberhasilan proses edukasi, karena pemilihan media yang tepat mampu menyajikan pesan yang dipaparkan menjadi lebih menarik, dan mudah diterima, sehingga efeknya akan memperkuat pemahaman dan kemampuan mengingat terhadap informasi yang di sampaikan khususnya pada kelompok premenopause dan menopause. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain dengan tingkat evidensi yang lebih tinggi, seperti *randomized controlled trial* (RCT), serta mengevaluasi tidak hanya pengetahuan, tetapi juga perubahan sikap, kesiapan menghadapi menopause, perilaku kesehatan, dan retensi pengetahuan melalui tindak lanjut (*follow-up*).

DAFTAR PUSTAKA

Aisyaroh, N., Fadhillah, T. S., & Rosyidah, H. (2024). Efektivitas Media Edukasi SADARI terhadap Deteksi Dini Kanker Payudara: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, *7*(4), 735–743. https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.4949

Anggraini, N., & Dewi, B. P. (2023). Efektivitas Media Edukasi Audio Visual Dan Booklet Terhadap Pengetahuan Premenopause, Efikasi Diri Dan Stress Pada Wanita Premenopause. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, *13*(25), 95–107. https://doi.org/10.52047/jkp.v13i25.237

Arifin, W. A., Khasanah, U., Esyuananik, E., & Wulan, D. W. (2025). Use of SADARI Educational Video Media on the Knowledge and Attitudes of Menopausal Women. *Journal of Health Sciences*, *18*(01), 87–93. https://doi.org/10.33086/jhs.v18i01.5927

Armala, D., Palupi, R., & Putri, R. H. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Wanita Premenopouse di Desa Gunung Sugih Lampung Tengah. *Health Research Journal of Indonesia*, *2*(5), 277–284. https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/HRJI/article/view/343

Cipto, C., Siswoko, S., & Saptaningrum, E. (2020). Tingkat pengetahuan dan sikap ibu menghadapi masa menopause. *Jurnal Studi Keperawatan*, *1*(1), 6–9.

https://doi.org/10.31983/j-sikep.v1i1.5644

Fadilah, A., Nurzakiyah, K. R., Kanya, N. A., Hidayat, S. P., & Setiawan, U. (2023). Pengertian media, tujuan, fungsi, manfaat dan urgensi media pembelajaran. *Journal of Student Research*, *1*(2), 1–17. https://doi.org/10.55606/jsr.v1i2.938

Fitriami, E., & Galaresa, A. V. (2022). Edukasi pencegahan stunting berbasis aplikasi android dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, *5*(2), 78–85. https://doi.org/10.33862/citradelima.v5i2.258

Gebretatyos, H., Ghirmai, L., Amanuel, S., Gebreyohannes, G., Tsighe, Z., & Tesfamariam, E. H. (2020). Effect of health education on knowledge and attitude of menopause among middle-age teachers. *BMC Women's Health*, *20*(1), 232. https://doi.org/10.1186/s12905-020-01095-2

Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Halid, S. (2026). Penggunaan Leaflet pada Program Pendidikan Kesehatan Kelompok Perimenopause tentang Perubahan dan Kebutuhan Masa Perimenopause. *JDISTIRA-Jurnal Pengabdian Inovasi Dan Teknologi Kepada Masyarakat*, *6*(1), 153–159. https://doi.org/10.58794/jdt.v6i1.1833

Iasha, V., Dewi, N., Zahra, S. N., Sari, S. B. P., Salsa, T., Permadi, L. H., Sutisna, A. A., Lestari, L., & Kencana, B. A. M. (2025). Media Audio Visual Dapat Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Action Research Journal Indonesia (ARJI)*, *7*(2), 165–181. https://doi.org/10.61227/arji.v7i2.350

Iryanti, I., Hilman, A. F., & Karjatin, A. (2024). Pengaruh Media Edukasi Kartu Kuartet Terhadap Pengetahuan, Efikasi Diri, Dispareunia Perempuan Menopause. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, *34*(2), 324–335. https://doi.org/10.34011/jmp2k.v34i2.2023

Istighosah, N. (2025). Ginekologi pada Masa Menopause. *Ginekologi*, 105.

Kadek Novi Andani et al. (2025). *Buku referensi pentingnya aktivitas fisik bagi kesehatan jantung*. optimal untuk negeri. https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_REFERENSI_PENTINGNYA_AKTIVITAS_FISI/IiyDEQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0

Kartikasari, F., Pusparatri, E., Risnawati, I., & Jauhar, M. (2025). Peningkatan Kesiapan Menghadapi Menopause Melalui Edukasi Kesehatan Berbasis Media Audio visual pada Kelompok Pra Lansia. *Jurnal Inovasi Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, *5*(1), 110–117. https://doi.org/10.53621/jippmas.v5i1.403

Khalida, Z., Nurhidayati, S., Maulida, L. F., Wahidah, N. J., & Maulina, R. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menopause Pada Ibu PKK di RW 22 Ngoresan. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, *20*(1), 43–49. https://doi.org/10.26576/profesi.v20i1.130

Marlena, R., Kusuma, A., & Palupi, R. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Wanita Menopause di Desa Jati Agung Kabupaten Pringsewu. *Health Research Journal Of Indonesia*, *3*(3), 140–145. https://doi.org/10.63004/hrji.v3i3.582.

Massau, D. T., Tonapa, E., & Bernadetha, B. (2025). Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Kuartet untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Menggosok Gigi Siswa Sekolah Dasar. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, *4*(4), 1143–1152. https://doi.org/10.55123/sehatmas.v4i4.6293

Maulana, R. H. (2022). Literature Review: Efektivitas Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Siswa Anak Sekolah di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Bidkemas*, *13*(1), 10–23. https://doi.org/10.48186/bidkes.v13i1.423

Mayer, R. E. (2021). *Multimedia Learning*. Cambridge University Press. https://www.google.co.id/books/edition/Multimedia_Learning/jMfjDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0

Meiranny, A., Arisanti, A. Z., & Rahmawati, P. N. (2023). Literature Review: The Influence of Educational Media on Pregnant Mothers' Knowledge about Anemia. *Faletehan Health Journal*, *10*(02), 222–230. https://doi.org/10.33746/fhj.v10i02.547

Munn, C., Vaughan, L., Talaulikar, V., Davies, M. C., & Harper, J. C. (2022). Menopause knowledge and education in women under 40: Results from an online survey. *Women's Health (London, England)*, *18*, 17455057221139660. https://doi.org/10.1177/17455057221139660

Nessi Meilan, N. H. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan dalam Menghadapi Masa Menopause. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, *2*(1). https://doi.org/10.59946/jfki.2022.76

Oklaini, S. T., Fahriani, M., Mirdayanti, R., & Oktarina, M. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pramenopause dengan Kesiapan pada Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan Besurek*, *7*(1), 21–27. https://doi.org/10.51851/jkb.v7i1.330

Ovida, L. R., Iskandar, I., & Iqbal, M. (2022). Perbandingan Efektifitas Promosi Kesehatan Media Video Dengan Leaflet Terhadap Pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis di Desa Lamgapang Aceh Besar. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, *8*(1), 228–232. https://doi.org/10.33143/jhtm.v8i1.1961

Rachmasari, S. I., & Mardiana, M. (2022). Penggunaan Media Booklet Dalam Konseling Gizi Terhadap Skor Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium Dan Kalium Pada Pasien Hipertensi. *Journal of Nutrition College*, *11*(2), 143–153. https://doi.org/10.14710/jnc.v11i2.33192

Raditya, R., Nugroho, A. E., & Ikawati, Z. (2023). Pengaruh Pemberian Leaflet Digital terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Osteoartritis dan Pengobatannya. *Majalah Farmaseutik*, *19*(4), 573–581. https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v19i4.83880

Rathnayake, N., Alwis, G., Lenora, J., Mampitiya, I., & Lekamwasam, S. (2020). Effect of Health-Promoting Lifestyle Modification Education on Knowledge, Attitude, and Quality of Life of Postmenopausal Women. *BioMed Research International*, *2020*, 3572903. https://doi.org/10.1155/2020/3572903

Rukmana, R. (2025). Upaya Meningkatkan Keaktifan Belajar Peserta Didik Menggunakan Media Pembelajaran Interaktif Quizizz Pada Mata Pelajaran Informatika. *Jurnal MediaTIK*, 28–31. https://doi.org/10.59562/mediatik.vi.6020

Saputri, E., Afriyanti, I., Nasus, E., Tulak, G. T., Susanti, R. W., & Salu, S. P. (2024). Skrining Gejala Menopause Menggunakan Greene Crimacteric Scale Di Puskesmas Wundulako. *Jurnal Abdi Masyarakat Kita*, *4*(2), 132–141. https://doi.org/10.33759/asta.v4.i2.568

Saras, T. (2024). *Menopause: Panduan Komprehensif untuk Memahami dan Mengelola Transisi*. Tiram Media.

Setiani, D. Y., & Warsini, W. (2020). Efektifitas promosi kesehatan media video dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan osteoporosis. *Jurnal Kesehatan Holistic*, *4*(2), 55–67. https://doi.org/10.33377/jkh.v4i2.83

Setiawan, R., Iryanti, I., & Muryati, M. (2020). Efektivitas Media Edukasi Audio-visual dan Booklet terhadap Pengetahuan Premenopause, Efikasi Diri dan Stres pada Wanita Premenopause di Kota Bandung. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, *2*(1), 1.

Siallagan, R. D., Sinaga, S. N., Tarigan, E. F., & Pasaribu, R. S. (2024). Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Kartu Kuartet Terhadap Pengetahuan Tentang Kehamilan Remaja. *Indonesian Health Issue*, *3*(2), 110–118. https://doi.org/10.47134/inhis.v3i2.70

Siregar, R., Ramandhani, N. G., Henida, P., & Hati, T. Y. K. (2024). Edukasi Persiapan Menghadapi masa Menopause di Wilayah Kp. Kaliulu Rt 001 Rw 001 Ds Karang Raharja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, *5*(2), 2643–2649. https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3285

Sulastri, H. M., & Saleh, Y. T. (2020). *Pengaruh Media Kartu Kuartet Terhadap Kemampuan Membaca Siswa dalam Pelajaran Bahasa Indonesia*. *4*, 486–492. https://doi.org/10.23887/jppp.v4i3.26874

Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas penggunaan lembar balik sebagai media promosi kesehatan: tinjauan sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, *13*(1), 1–11. https://doi.org/10.32695/jkt.v13i1.129

Ulya, N., & Andanawarih, P. (2021). Kesiapan Wanita Usia 45-55 Tahun dalam Menghadapi Perubahan Masa Menopause. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, *8*(1), 7–13. https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol8.iss1.115

WHO. (2024). *Menopause*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/menopause

Widjayanti, Y. (2022). Pendidikan Kesehatan Dengan Pendekatan Health Belief Model Meningkatkan Perilaku Perempuan Menopause Tentang Resiko Osteoporosis. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *7*(4). https://doi.org/10.30651/jkm.v7i4.12497

Wijaya, L. A., & Yuswantina, R. (2024). Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi di Puskesmas Leyangan: The Effect of Providing Education Using Leaflet Media on the Knowledge of Hypertension Patients at the Leyangan Community Health Center. *Journal of Holistics and Health Sciences*, *6*(1). https://doi.org/10.35473/jhhs.v6i1.402

Wulansari, N., Hartiningsih, S. S., Raksanagara, A. S., Rowawi, R., & Rinaldi, A. (2023). Pengaruh Aplikasi Sahabat Perimenopause Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Keberhasilan Penurunan Gejala Perimenopause Pada Kader Usia 40-53 Tahun. *STIKes Dharma Husada Bandung.*

Yati, D., & Erliza, F. L. (2023). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Menopouse Pada Ibu-Ibu PKK di Dusun Cepor Sendangtirto Berbah Sleman. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, *14*(2), 200–207. https://doi.org/10.36569/jmm.v14i02.343

Yunalia Endang Mei, et al. (2024). *Keperawatan kesehatan jiwa dan psikososial*. Nuansa fajar cemerlang. https://www.google.co.id/books/edition/KEPERAWATAN_KESEHATAN_JIWA_DAN_PSIKOSOSI/VbGPEQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0

Yuniarti, A., Titin, T., Safarini, F., Rahmadia, I., & Putri, S. (2023). Media konvensional dan media digital dalam pembelajaran. *JUTECH: Journal Education and Technology*, *4*(2), 84–95. https://doi.org/10.31932/jutech.v4i2.2920