

ANALISIS BIBLIOMETRIK DENGAN VOSVIEWER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN WANITA MENOPOUSE DI GOOGLE SCHOLAR

Mursudarinah¹, Indarwati^{2*}

^{1,2}Diploma III Keperawatan Universitas Aisyiyah Surakarta
Email: ndari1964@gmail.com¹, indarstikes@gmail.com^{2*}

Abstract

Physical changes, health problems and psychology during menopause are the reasons for the high level of anxiety in women. Women who have negative perceptions will have high levels of anxiety about menopause. Many studies have been conducted on menopause, but it is not yet known what variables have been widely analyzed. Objectives, Researchers intend to 1) find out the development of research on anxiety in menopausal women, 2) map the development of research on anxiety in menopausal women. To answer these questions, the bibliometric analysis method uses Vosviewer on secondary data from previous research results. Meta data sources are taken from Google Scholar with the keywords: menopause, description, perception, anxiety. Publis or Perish is used to harvest and screen the desired variables for analysis. The years 2017 to 2023 were selected. 500 published articles of research results have an h index and have been cited, articles are selected from reputable international journals and internationally registered in the international home database. The results found that the development of research related to the topic of anxiety in menopausal women has not receded, but still exists. The complexity of the problems of menopausal women to experience anxiety is very diverse and affects the survival of women. With the presentation of the results of the descriptive analysis, it can be said that research related to menopausal anxiety will continue to increase over time, with various variables that appear in menopausal women. For further researchers, they can continue the study on the variables of the influence of menopausal women's anxiety on women's physical disorders.

Keywords: Anxiety, Menopause, PoP, Vosviewer

Abstrak

Perubahan fisik, gangguan kesehatan dan psikologis pada masa menopause menjadi alasan tingginya tingkat kecemasan para wanita. Wanita yang memiliki persepsi negatif akan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi tentang menopause. Banyak penelitian telah dilakukan terkait menopause, namun belum tahu variabel apa saja yang telah banyak dianalisis. Tujuan, Peneliti bermaksud untuk 1) mengetahui perkembangan penelitian tentang kecemasan wanita menopause, 2) memetakan perkembangan penelitian kecemasan menopause.. Untuk menjawab pertanyaan tersebut maka Metode analisis bibliometrik menggunakan Vosviewer pada data sekunder hasil -hasil penelitian yang terdahulu. Sumber meta data diambil dari google scholar dengan kata kunci : menopause, description, perception, anxiety. Publis or Perish digunakan untuk memanen dan menscreening variabel yang diinginkan untuk dianalisis. Tahun 2017 hingga 2023 dipilih. 500 artikel publikasi hasil penelitian telah mempunyai h indeks dan telah dicitasi, artikel dipilih dari jurnal internasional bereputasi maupun internasional terdaftar di home base data internasional. Hasil ditemukan bahwa Perkembangan penelitian terkait topik kecemasan pada wanita menopause tidak surut, namun tetap eksis. Kompleksitas permasalahan wanita menopause hingga mengalami kecemasan sangat beragam dan mempengaruhi kelangsungan hidup wanita. Dengan paparan hasil analisa deskriptif dapat dikatakan penelitian terkait kecemasan menopause terus akan meningkat dari waktu ke waktu, dengan beragamnya variabel yang muncul pada wanita menopause. Bagi peneliti selanjutnya, bisa melanjutkan kajian pada variabel pengaruh kecemasan wanita menopause terhadap gangguan fisik wanita.

Keyword : Kecemasan, Menopos, PoP, Vosviewer

1. Pendahuluan

Siklus kehidupan manusia dari konsepsi hingga lansia selalu akan ditandai dengan gejala-gejala yang muncul secara fisik maupun psikologis. Konsepsi di dalam rahim akan mengalami perubahan karena adanya pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh, setelah lahir akan mengalami perubahan fisik dan psikologis, begu seterusnya hingga usia yang dikendaki Allah terjadi. Wanita dalam perkembangan alat reproduksinya akan mengalami menstruasi sebagai tanda siapnya organ kewanitaan yang dimulai saat pubertas, usia 10 hingga 16 tahun [1]. Dan akan mengalami menopause yaitu berakhirnya menstruasi kurang lebih di usia 51 tahun [2].

Wanita di Indonesia kurang lebih mengalami menopause antara 40-65 tahun [3], berbeda dengan hasil penelitian Retno bahwa Wanita menopause antara 51 tahun [4].

Menopause merupakan hal yang normal terjadi pada Wanita [5] dan dikaitkan dengan adanya perubahan reproduksi dan hormonal [6] kehadirannya secara bertahap diawali fase perimenopause, menopause dan post menopause [7]. Pada masa menopause, akan mengalami perubahan fisik maupun psikis pada diri seorang perempuan. Dengan perubahan tersebut akan terjadi banyak keluhan seperti hot flashes, mudah capek, jantung berdebar, nafsu sexual rendah, nyeri otot dan sendi, sensitif, sakit kepala [8], [9] Gejala lain yang dikeluhkan wanita menopause adalah gangguan tidur [10], munculnya keluhan tersebut sering dianggap sebagai suatu stressor tersendiri bagi wanita, penelitian lain juga menemukan bukti bahwa rasa ketakutan menghadapi masa menopause sering muncul pada beberapa wanita [11]. Stressor yang akhirnya menimbulkan sebuah kecemasan yang bersifat ringan dan bahkan akhirnya bisa menimbulkan kepanikan dan bahkan mengalami kesulitan tidur [12]. Selanjutnya fase pascamenopause merupakan fase setelah menopause [7], yaitu ketika fluktuasi hormonal mulai stabil dengan berbagai gejala yang dialami selama perimenopause mulai mereda. Wanita menopause ditandai gejala utama seperti mengalami hot flashes, berkeringat di malam hari, gangguan tidur, kekeringan pada vagina atau perubahan suasana hati [13]. Gejala gangguan tidur menunjukkan kualitas tidur yang rendah. Kualitas tidur merupakan kepuasan yang dialami seseorang tentang pengalamannya. Kualitas tidur terdiri dari empat aspek : sleep efficiency, sleep latency, sleep duration, and wake after sleep onset [14]. Gangguan tidur juga berkaitan dengan semakin bertambahnya usia serta berkaitan dengan body mass index [14]. Kualitas tidur merupakan masalah klinis yang sangat kompleks dan harus di atasi segera, karena masalah tidur berkaitan dengan kekebalan tubuh seseorang, Kurang tidur berkaitan dengan keadaan penyakit kronis dan meningkatnya risiko mengalami infeksi, termasuk penyakit kardiometabolik, neoplastik, autoimun, dan neurodegenerative [15].

Berdasarkan hasil penelusuran artikel di google scholar, menjelaskan beberapa dekade terakhir wanita bekerja mulai memasuki fase menopause masih banyak dan di usia sebelum 45 tahun meningkat. Sedangkan diusia empat puluhan tahun banyak wanita mengalami peran ganda. Sebagai istri sebagai ibu dan sebagai wanita karir [16] bahkan sebagai nenek yang sering dibebani merawat cucu [17]. Wanita karir yang sudah berkeluarga dituntut untuk bisa menjalankan tugas domestik dan juga bekerja membantu mencari nafkah. Wanita berperan ganda harus mampu mengatur waktu, manajemen konflik, manajemen dirinya sendiri serta manajemen pendidikan agar kehidupan keluarganya sukses dan ideal [18], sedangkan pria mengerjakan tugas domestik dianggapnya lemah. Fenomena beratnya peran ganda seorang wanita berdampak buruk terhadap kesehatannya, perlu fisik dan psikis yang kuat untuk menjalankan tugas semuanya.

Proses menuju tua merupakan hal alamiah yang akan dialami setiap individu dan dapat disertai dengan keluhan-keluhan klinis yang mengganggu. Oleh karena itu, menjadi tua dipandang sebagai momok yang menakutkan, terutama bagi kaum wanita. Kekhawatiran ini dapat berawal dari asumsi bahwa usia tua sangat identik dengan minimnya kesehatan, kurangnya kebugaran dan kecantikan diri, bahkan menopause menjadi suatu hal yang pasti dan tidak dapat dihindari. Kondisi ini tentu sangat menakutkan bagi seorang wanita, kendati demikian fase tua dan menopause merupakan suatu kenyataan yang seyogyanya dijalani oleh setiap wanita; terlepas dari keengganan diri untuk menjalaninya. Rasa khawatir yang berlebihan justru akan berdampak pada sulitnya melalui masa-masa tersebut bagi seseorang wanita. Sulit-mudahnya menjalani masa menopause merupakan suatu hal yang bersifat individual. Dengan kata lain tidak semua wanita beranggapan serupa, akan tetapi pada umumnya wanita kerap berpandangan demikian. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti ingin mengetahui perkembangan publikasi penelitian tentang kecemasan menopause tahun 2017 hingga sekarang 2023, mengetahui peta perkembangan publikasi tema kecemasan wanita menopause berdasarkan kata kunci.

2. Metode

Metode Penelitian yang dipilih untuk menjawab pertanyaan penelitian ini adalah dengan analisis bibliometrik menggunakan Vosviewer pada data sekunder hasil-hasil penelitian yang

terdahulu. Sumber meta data diambil dari google scholar dengan kata kunci: *menopause, anxiety. Software Publis or Perish* digunakan untuk memanen dan menscreening variabel yang diinginkan untuk dianalisis. Tahun publikasi paper yang dipilih dibatasi dari tahun 2019 hingga 2023. Jumlah artikel yang dikehendaki di awal adalah 500 artikel publikasi hasil penelitian. Selanjutnya dari 500 artikel dipilih yang telah terindeks h indeks, dan dicitasi, artikel dipilih dari jurnal internasional bereputasi maupun internasional terdaftar di home base data internasional Google Scholar. Tehnik Analisa deskriptif dengan menggunakan *visualization Vosviewer* yang terdiri dari tiga metode, yang pertama adalah *Visualisasi Network, Overlay dan Dencity*.

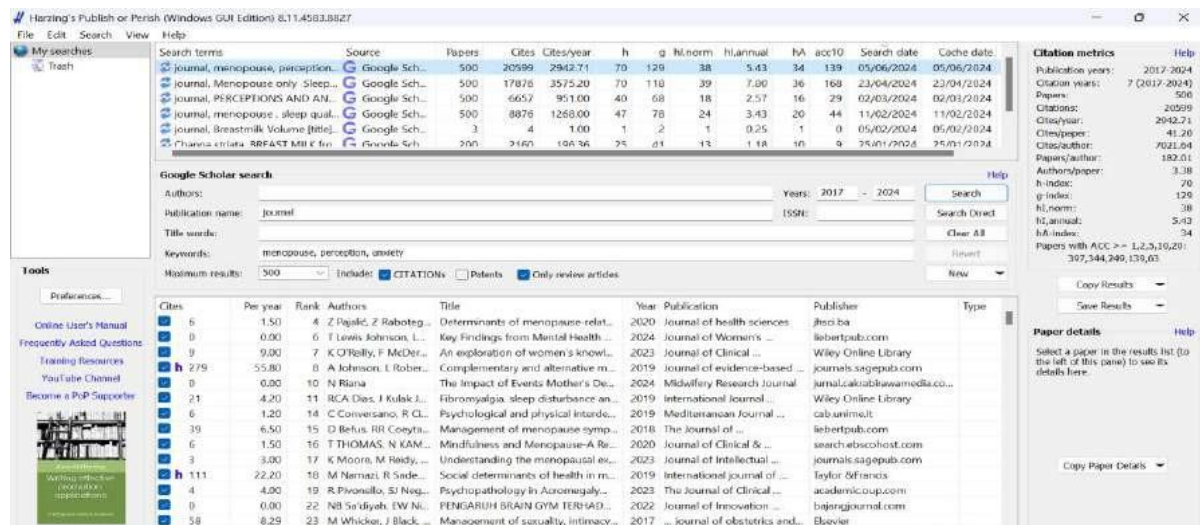
3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian tentang Analisa Bibliometrik dengan Vosviewer terhadap kecemasan Wanita menopause dilakukan dengan menggunakan meta data di google scholar dengan alat pemanen data Publis or Perish dari tahun publikasi 2017 hingga 2023. Analisa dilakukan menggunakan software Vosviewer. Hasil dan pembahasan dapat di lihat pada paparan berikut ini.

3.1 Hasil

Paparan hasil penelitian ini dilakukan secara bertahap mulai dari hasil penggunaan Publis or Perish hingga pemetaan penelitian dengan menggunakan visualisasi Vosviewer. Pembahasan mengacu pada tujuan penelitian ini. Yang mana tujuan penelitian ada dua yaitu untuk mengetahui perkembangan penelitian tentang kecemasan wanita menopause dan bagaimana peta jalan penelitian menopause tersebut. Berikut adalah Hasil penelitian tentang perkembangan penelitian kecemasan wanita menopause.

Perkembangan penelitian persepsi dan kecemasan wanita menopause. Penggunaan software Publis or Peris untuk memanen data dari google dengan key word menopause, percepcion, anxiety. Dengan 500 artikel yang dikehendaki dari tahun 2019 hingga 2023 dipaparkan pada Gambar 1 sebagai berikut.

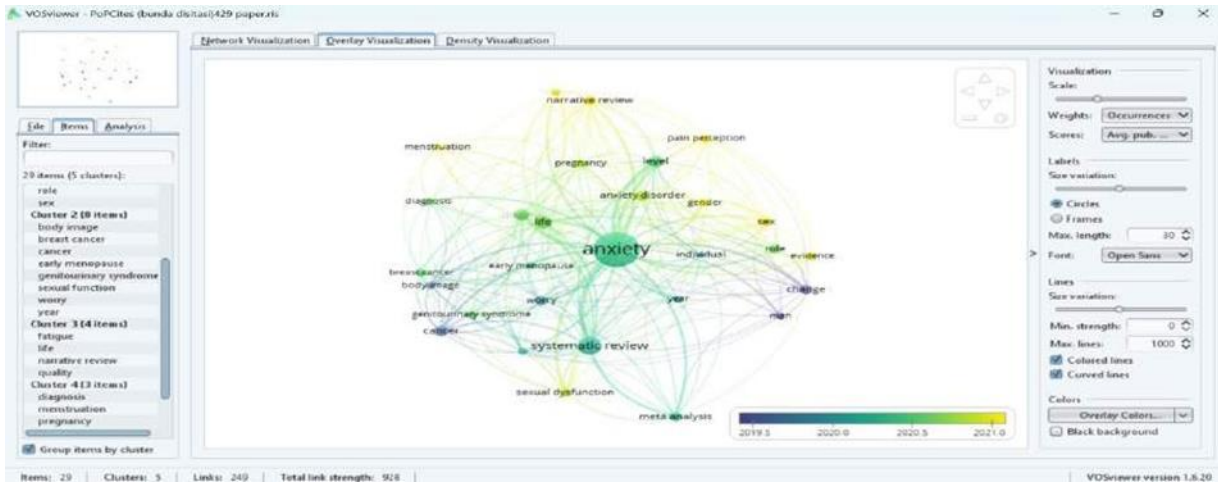


Gambar 1. Hasil penelusuran PoP 500 artikel sejak tahun 2017-2024 dengan *keyword menopause, anxiety*

Hasil penelusuran tujuh tahun yang lalu tentang menopause dan kecemasan wanita di google scholar didapatkan 20599 artikel disitasi, 2942.71 disitasi per tahun, citasi paper 41, 7021.64 citasi per author, 70 ter indek h dan 129 ter indek g. Sedangkan hasil analisa perkembangan penelitian bisa dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Perkembangan penelitian tentang persepsi dan kecemasan menopause

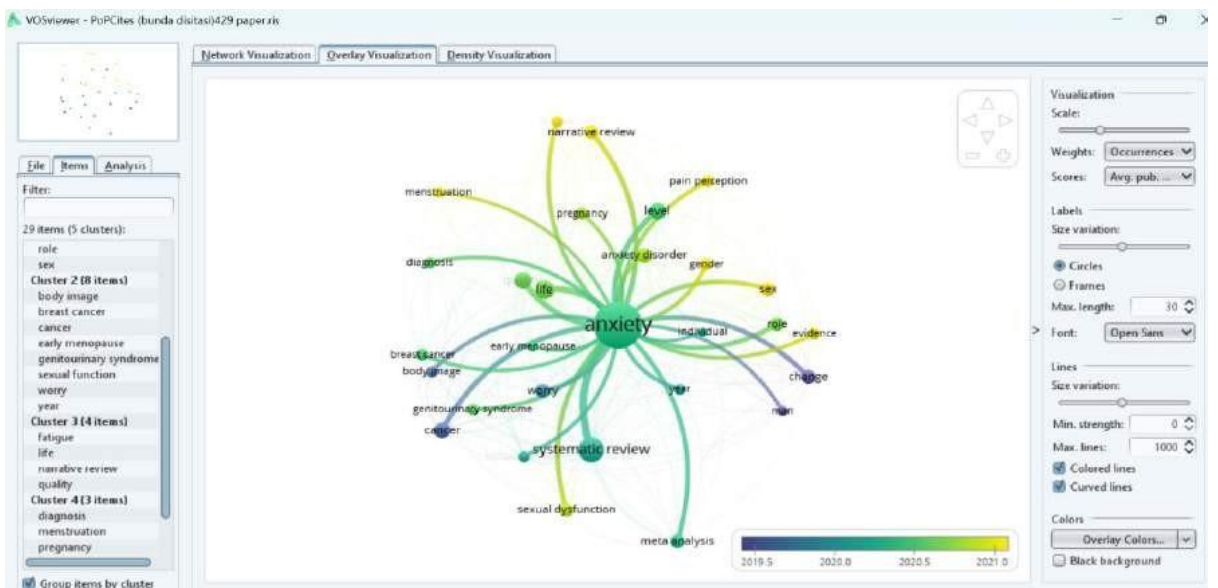
No	Tahun Publikasi	Jumlah artikel
1	2017	53
2	2018	51
3	2019	49
4	2020	48



Gambar 3. Hasil *Visualization* metode *Overlay* dengan *Vosviewer*

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa rata-rata usia responden di SDN 2 Sukorejo adalah 11,18 tahun dengan standar deviasi 0,955 tahun, serta usia minimal 10 tahun dan maksimal 13 tahun.

Berdasarkan paparan gambar 3, dapat dideskripsikan bahwa penelitian tingkat kecemasan wanita menopause masih menarik untuk diteliti. Dengan melihat peta berdasarkan tahun yang dilambangkan dengan warna biru sebagai kode bahwa paper tersebut dipublikasikan tahun 2019- 2020an, hijau adalah kode bahwa paper tersebut dipublikasikan tahun 2021an dan warna kuning menunjukkan bahwa paper tersebut dipublikasikan setelah tahun 2022an.



Gambar 4. Merupakan *visualisasi* dengan *shoot* pada variabel utama kecemasan menggunakan *Vosviewer*.

Occurrence atau Variabel utama anxiety dilihat dengan ketebalan garis serta warnanya memberikan gambaran bahwa anxiety masih sering muncul bersama-sama dengan co occurrence systematic review, early menopause, life, diagnosis, 2022 diantaranya adalah pain perception, menstruasi, pregnancy, sexual dysfunction, sex, gender, evident, narrative review.

Hasil Pemetaan berdasarkan Overlay Visualization menggunakan program software Vosviewer.



Gambar 5. Hasil visualization Dencity melalui software Vosviewer

Visualization metode Dencity yang dipaparkan pada gambar 5 menunjukkan bahwa, co-occurrence anxiety atau kecemasan adalah yang tersering muncul sesuai dengan kata kunci yang dipilih oleh peneliti. Co-occurrence yang sering muncul bersamaan dengan anxiety adalah Sistematis Literatur Review dan life. Co-occurrence yang jarang muncul secara bersamaan dengan menopause adalah yang besaran node nya lebih kecil dan menjauhi node anxiety. Node tersebut adalah narrative review, pain perception, menstruation, diagnoses, man, individual.

3.2. Pembahasan

Perkembangan penelitian Kecemasan Wanita Menopos. Perkembangan penelitian tentang kecemasan wanita menopause berdasarkan hasil analisa menggunakan software PoP menunjukkan bahwa topik menopause secara kuantitas adalah konsisten dari tahun 2017 hingga 2020. Dan mulai tahun 2021 mengalami peningkatan. Untuk tahun 2024 hingga bulan Juni sudah terdapat 34 publikasi. Artinya perkembangan penelitian terkait topik kecemasan pada wanita menopause tidak surut, namun tetap eksis. Kompleksitas permasalahan wanita menopause sangat beragam dan mempengaruhi kelangsungan hidup wanita. Topik menopause merupakan topik yang menarik untuk dikaji, karena menopause yang merupakan fase alamiah selalu terjadi pada wanita dengan gejala yang dimunculkan berbeda beda antara wanita yang satu dengan yang lainnya. Gejala yang muncul pada wanita menopause yang menjadi kriteria diagnose menopause seperti yang dijelaskan pada penelitian sebelumnya yaitu hotfluses, kecemasan, insomnia, banyak berkeringat, menipisnya kulit, rasa gatal pada kulit, sesak nafas, vagina kering , depresi, gangguan sendi, sakit pada punggung, sering kram pada waktu malam, sakit saat hubungan seks, sering kencing, meningkatnya hormon Luteinizing dan menurunnya estradiol [6][19].

Kecemasanwanita dalam menghadapi masa menopause menunjukkan kurangnya rasa percaya diri [20]. Dan kepercayaan diri dipengaruhi oleh penampilan fisik. [21] Menghadapi masa peralihan menuju menopause beberapa wanita mengalami ketakutan akan masa depan kehidupannya [11]. Rasa takut dan khawatir yang berlebihan justru akan berdampak pada sulitnya melalui masa-masa tersebut bagi seseorang wanita. Sulit-mudahnya menjalani masa manopause merupakan suatu hal yang bersifat individual, sesuai kesiapan masing masing individu. Ada sebagian yang menganggapnya bahwa menopause bukan suatu yang berhubungan dengan masalah biomedis atau gangguan penyakit[22], Hal ini menjadi menarik untuk terus dikaji. Dengan demikian jika kita korelasikan dengan paparan hasil penelitian tersebut dapat dikatakan penelitian terkait menopause terus akan meningkat dari waktu kewaktu, dengan beragamnya variabel yang muncul pada wanita menopause.

Pemetaan Penelitian Kecemasan Menopause. Pemetaan penelitian dengan meta data google scholar dengan menggunakan *soft ware Publis or Perish* serta divisualisasikan dengan *Vosviewer* tentang persepsi dan kecemasan wanita *menopause*. Dianalisa dengan melihat simbol besar

kecilnya node co-occurrence, ketebalan garis penghubung antar node dan warna yang ditampilkannya.

Warna biru pada garis yang menghubungkan antar co-occurrence menunjukkan paper dipublikasikan antara tahun 2019 hingga 2020, warna hijau dipublikasikan antara tahun 2021 hingga 2022 dan warna kuning menunjukkan bahwa paper dipublikasikan setelah tahun 2022. Besarnya node yang terlihat menunjukkan bahwa co-occurrence tersebut sering muncul dalam setiap penelitian terkait kecemasan menopause. Sedangkan ketebalan garis yang menghubungkan menunjukkan bahwa betapa seringnya co-occurrence tersebut muncul bersamaan dengan variabel utama.

Hasil analisa publikasi paper terkait kecemasan wanita menopause ditemukan bahwa warna biru hijau dan kuning secara kuantitas paper terpublikasi konstan, sedangkan node terbesar pada co-occurrence Kecemasan diikuti dengan sistematic literatur sudah sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Hasil visualisasi tampak node terbesar adalah anxiety/kecemasan, *systematic review*, *life dan level*. Co-occurrence tersebut berwarna hijau yg artinya paper terpublikasi pada tahun 2021 hingga 2022. Maknanya bahwa setelah tahun 2020 pasca Covid 19 topik kecemasan wanita menopause mulai diteliti. Kecemasan masyarakat setelah pandemi Covid 19 sangat beragam penyebabnya. Depresi dan Ketakutan akibat ganasnya virus Corona yang mematikan, ketakutan- ketakutan akibat dampak Covid dalam hal lemahnya ekonomi, jarak dan isolasi sosial, sulitnya adaptasi adanya perubahan-perubahan yang mendadak [23]. Di China ditemukan bahwa tingkat keparahan kecemasan berhubungan dengan sindrome menopause [24]. Di India prevalensi kecemasan wanita peri dan pasca-menopause selama pandemi disebabkan karena ketakutan tertular infeksi Covid 19 dan kualitas hidup yang buruk [25].

4. Kesimpulan

Perkembangan penelitian terkait topik kecemasan pada wanita menopause tidak surut, namun tetap eksis. Kompleksitas permasalahan wanita menopause hingga mengalami kecemasan sangat beragam dan mempengaruhi kelangsungan hidup wanita. Dengan paparan hasil analisa deskriptif dapat dikatakan penelitian terkait kecemasan menopause terus akan meningkat dari waktu ke waktu, dengan beragamnya variabel yang muncul pada wanita menopause.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan penelitian ini hingga selesai dan bisa terpublikasi di jurnal ilmiah hasil penelitian bidang Kesehatan.

Daftar Pustaka

- [1] R. Ghandour, W. Hammoudeh, R. Giacaman, G. Holmboe-Ottesen, and H. E. Fjeld, "Coming of age: a qualitative study of adolescent girls' menstrual preparedness in Palestinian refugee camps in the West Bank and Jordan," *Sex. Reprod. Heal. Matters*, vol. 30, no. 1, pp. 1–17, 2022, doi: 10.1080/26410397.2022.2111793.
- [2] M. Ahuja, "Age of menopause and determinants of menopause age: A PAN India survey by IMS," *J. Midlife. Health*, vol. 7, no. 3, pp. 126–131, 2016, doi: 10.4103/0976-7800.191012.
- [3] I. A. N. P. Diyu and N. L. A. Satriani, "Menopausal symptoms in women aged 40-65 years in Indonesia," *Int. J. Heal. Med. Sci.*, vol. 5, no. 2, pp. 169–176, 2022, doi: 10.21744/ijhms.v5n2.1896.
- [4] R. Hartanti, Satiyem, W. A. Wiyasa, Nurdiana, and B. P. P. Suryana, "Menopause-Specific Quality of Life among Indonesian Women: A Descriptive Study," *EAS J. Nurs. Midwifery*, vol. 2, no. 4, pp. 280–284, 2020, doi: 10.36349/EASJNM.2020.v02i04.012.
- [5] I. M. P. S. Ilankoon, K. Samarasinghe, and C. Elgán, "Menopause is a natural stage of aging: a qualitative study," *BMC Womens. Health*, vol. 21, no. 1, pp. 1–9, 2021, doi: 10.1186/s12905-020-01164-6.
- [6] N. Santoro, "Perimenopause: From research to practice," *J. Women's Heal.*, vol. 25, no. 4, pp. 332–339, 2016, doi: 10.1089/jwh.2015.5556.
- [7] Y. Eko Saputra, "Gambaran Menopause dan Cara Mengatasi Menopause," *Surabaya Biomed. J.*, vol. 1, no. 2, pp. 104–113, 2022, doi: 10.30649/sbj.v1i2.15.

- [8] D. E. Simangunsong, M. F. G. Siregar, R. S. Triyoga, and R. Lubis, "The impact of premenopausal empowerment model based health belief model to changes in physical activity levels in controlling complaints of perimenopausal women in Pematangsiantar City, Indonesia, 2017," *G. Ital. di Ostet. e Ginecol.*, vol. 39, no. 4–5, pp. 181–192, 2017, doi: 10.11138/giog/2017.39.4.181.
- [9] V. Tandon, S. Sharma, A. Mahajan, A. Mahajan, and A. Tandon, "Menopause and sleep disorders," *J. Midlife. Health*, vol. 13, no. 1, pp. 26–33, 2022, doi: 10.4103/jmh.jmh_18_22.
- [10] F. C. Baker, L. Lampio, T. Saaresranta, and P. Polo-Kantola, "Sleep and Sleep Disorders in the Menopausal Transition," *Sleep Med. Clin.*, vol. 13, no. 3, pp. 443–456, 2018, doi: 10.1016/j.jsmc.2018.04.011.
- [11] M. Refaei, S. Mardanpour, S. Z. Masoumi, and P. Parsa, "Women's experiences in the transition to menopause: a qualitative research," *BMC Womens. Health*, vol. 22, no. 1, pp. 1–8, 2022, doi: 10.1186/s12905-022-01633-0.
- [12] T. Wiranda and A. K. Dewi, "Poor sleep quality in post menopause woman," *Sci. Midwifery*, vol. 11, no. 1, pp. 76–84, 2023, doi: 10.35335/midwifery.v11i1.1197.
- [13] E. R. Duralde, T. H. Sobel, and J. A. E. Manson, "Management of perimenopausal and menopausal symptoms," *Bmj*, 2023, doi: 10.1136/bmj-2022-072612.
- [14] F. Ahmady, M. Niknami, and Z. B. Khalesi, "Quality of sleep in women with menopause and its related factors," *Sleep Sci.*, vol. 15, no. Special 1, pp. 209–214, 2022, doi: 10.5935/1984-0063.20220021.
- [15] S. Garbarino, P. Lanteri, N. L. Bragazzi, N. Magnavita, and E. Scoditti, "Role of sleep deprivation in immune-related disease risk and outcomes," *Commun. Biol.*, vol. 4, no. 1, 2021, doi: 10.1038/s42003-021-02825-4.
- [16] S. Viotti, G. Guidetti, I. Sottimano, L. Travierso, M. Martini, and D. Converso, "Do Menopausal Symptoms Affect the Relationship between Job Demands, Work Ability, and Exhaustion? Testing a Moderated Mediation Model in a Sample of Italian Administrative Employees," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 18, no. 19, 2021, doi: 10.3390/ijerph181910029.
- [17] X. Gao, *Why grandmothers take care of grandchildren? Research of middle-class elder women in Chinese cities*, no. Isemss. Atlantis Press SARL, 2023. doi: 10.2991/978-2-38476-126-5_35.
- [18] M. A. Rizqi and S. A. Santoso, "Peran Ganda Wanita Karir Dalam Manajemen Keluarga," *Manajerial*, vol. 9, no. 01, p. 73, 2022, doi: 10.30587/manajerial.v9i01.3483.
- [19] N. Atamimi and R. B. Sanmustari, "Ada apa dengan menopause?," *Bul. Psikol.*, vol. 8, no. 1, pp. 28–32, 2000.
- [20] W. Sari, E. Yunitasari, and R. H. Putri, "Kecemasan pada perempuan yang menghadapi menopause; Sebuah tinjauan literatur," *Wellness Heal. Mag.*, vol. 2, no. 2, pp. 315–320, 2020, doi: 10.30604/well.022.82000122.
- [21] C. T. Rahardja, "Hubungan Penampilan Fisik, Kepuasan Diri, Media, dan Self-Esteem pada Wanita," *J. Manaj. dan Bisnis Indones.*, vol. 4, no. 2, pp. 261–271, 2017, doi: 10.31843/jmbi.v4i2.123.
- [22] S. S. Matina, E. Mendenhall, and E. Cohen, "Women's experiences of menopause: A qualitative study among women in Soweto, South Africa," *Glob. Public Health*, vol. 19, no. 1, pp. 1–12, 2024, doi: 10.1080/17441692.2024.2326013.
- [23] N. Nasrullah and L. Sulaiman, "Analisis Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Indonesia," *Media Kesehat. Masy. Indones.*, vol. 20, no. 3, pp. 206–211, 2021, doi: 10.14710/mkmi.20.3.206-211.
- [24] S. Huang, Z. Wang, D. Zheng, and L. Liu, "Anxiety disorder in menopausal women and the intervention efficacy of mindfulness-based stress reduction," vol. 15, no. 3, pp. 2016–2024, 2024.
- [25] S. Khatak, M. Gupta, S. Grover, and N. Aggarwal, "Depression among Peri- and Post-Menopausal women during COVID-19 pandemic in Chandigarh, North India: A study from community," *J. Midlife. Health*, vol. 13, no. 3, pp. 233–240, 2022, doi: 10.4103/jmh.jmh_92_22.