

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Gangguan Menstruasi Wanita Usia Subur (WUS) Pada Tenaga Pengajar Di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara Tahun 2023

¹Pebrinawanti Saragih, ²Rhina Chairani Lubis, ³Hj. Tisnilawati, ⁴Hj. Ruseni

^{1,2,3,4}Program Studi D3 Kebidanan, STIKes Indah Medan

Email Corresponding: pebrinawantisaragih81@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Gangguan Menstruas Wanita Usia	Wanita usia reproduktif banyak memiliki masalah menstruasi atau haid yang abnormal, seperti sindrom menstruasi dan menstruasi yang tidak teratur. Wanita-wanita usia reproduktif zaman modern seperti sekarang ini sering dihadapkan pada berbagai masalah-masalah psikososial, medis dan ekonomi, sehingga dapat menimbulkan stres bagi wanita yang tidak mampu beradaptasi dengan tekanan eksternal dan internal(1). Kesehatan menstruasi merupakan salah satu aspek penting dalam Membangun kualitas sumber daya manusia dan berkaitan erat dengan Kesehatan reproduksi. Permasalahan seputar menstruasi seringkali dianggap tabu untuk dibahas di ranah publik dan kurang mendapat Perhatian untuk dipelajari dan diajarkan, khususnya kepada perempuan (2). Kegiatan Pengabdian masyarakat ini bertujuan agar wanita usia subur dapat mengetahui pentingnya untuk mengetahui tentang macam macam gangguan menstruasi dan cara mengatasinya. Kegiatan dilaksanakan dari Nopember 2023, kegiatan yang dilakukan berupa tanya jawab dan edukasi pada tenaga pengajar serta penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Gangguan Menstruasi Wanita Usia Subur (WUS) Pada Tenaga Pengajar Di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara Tahun 2023. Diharapkan wanita usia subur terus meningkatkan kegiatan penyuluhan terutama tentang macam-macam gangguan menstruasi dan cara mengatasinya. Pemahaman tentang Gangguan Menstruasi, Penyuluhan dimulai dengan memberikan pemahaman yang komprehensif tentang berbagai jenis gangguan menstruasi yang mungkin dialami oleh wanita usia subur. Ini termasuk siklus menstruasi normal, serta gangguan seperti amenore (tidak menstruasi), menoragia (perdarahan menstruasi yang berat), dismenore (nyeri menstruasi), dan gangguan siklus menstruasi lainnya. Hasil yang diharapkan dari penyuluhan ini adalah peningkatan pemahaman tenaga pengajar di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara tentang gangguan menstruasi pada wanita usia subur. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang masalah ini, diharapkan mereka dapat memberikan dukungan yang lebih efektif kepada siswi yang mungkin mengalami gangguan menstruasi, serta dapat mengambil langkah-langkah pencegahan yang tepat untuk menjaga kesehatan reproduksi mereka sendiri.
Keywords: Menstrual Disorders Women of Childbearing Age	Many women of reproductive age have menstrual problems or abnormal menstruation, such as menstrual syndrome and irregular menstruation. Women of reproductive age in modern times are often faced with various psychosocial, medical and economic problems, which can cause stress for women who unable to adapt to external and internal pressures(1). Menstrual health is an important aspect in building the quality of human resources and is closely related to reproductive health. Issues surrounding menstruation are often considered taboo to be discussed in the public sphere and receive little attention to be studied and taught, especially to women (2). This community service activity aims to ensure that women of childbearing age can understand the importance of knowing about various types of menstrual disorders and how to overcome them. Activities will be carried out from November 2023, activities will be in the form of questions and answers and education for teaching staff as well as reproductive health education about menstrual disorders in women of childbearing age (WUS) for teaching staff at Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara in 2023. It is hoped that women of childbearing age will continue to increase education activities, especially about various menstrual disorders and how to overcome them.
	This is an open-access article under the CC-BY-SA license. 

I. PENDAHULUAN

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang sudah mengalami menstruasi dengan umur sampai 15-49 tahun. Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15-49 tahun, dengan status belum menikah, menikah atau janda, yang berpotensi untuk mempunyai keturunan. Wanita usia subur mengalami menstruasi yang datang setiap bulan, tetapi banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik atau merasa tersiksa saat menjelang atau selama menstruasi berlangsung.(3)

Wanita usia reproduktif banyak memiliki masalah menstruasi atau haid yang abnormal, seperti sindrom menstruasi dan menstruasi yang tidak teratur. Wanita-wanita usia reproduktif zaman modern seperti sekarang ini sering dihadapkan pada berbagai masalah-masalah psikososial, medis dan ekonomi, sehingga dapat menimbulkan stres bagi wanita yang tidak mampu beradaptasi dengan tekanan eksternal dan internal(4)

Kesehatan menstruasi merupakan salah satu aspek penting dalam Membangun kualitas sumber daya manusia dan berkaitan erat dengan Kesehatan reproduksi. Permasalahan seputar menstruasi seringkali dianggap tabu untuk dibahas di ranah publik dan kurang mendapat Perhatian untuk dipelajari dan diajarkan, khususnya kepada perempuan. Hal tersebut antara lain yang menyebabkan masih tersebarnya mitos seputar Menstruasi dan persepsi yang tidak tepat berkaitan dengan menstruasi (2)

Penyakit pada sistem reproduksi wanita tidak boleh dianggap sepele. Gangguan pada organ reproduksi wanita ini bisa disebabkan banyak hal. Jika tidak diobati, beberapa penyakit pada sistem reproduksi wanita ini bahkan dapat meningkatkan risiko wanita untuk mengalami masalah kesuburan. Sistem reproduksi wanita terdiri dari labia mayora, labia minora, kelenjar Bartholin, klitoris, vagina, uterus atau rahim, ovarium (indung telur), dan tuba falopi(1)

Perempuan Indonesia beresiko terhadap berbagai masalah kesehatan, dan upaya upaya promosi dan prevensi kesehatan wanita pada kelompok wanita sehat sangat dibutuhkan mengingat selama ini kelompok sehat ini kurang memperoleh perhatian dalam upaya kesehatan masyarakat. Padahal kelompok orang sehat di suatu komunitas sekitar 80- 85 % dari populasi. Promosi dan prevensi yang dapat dilakukan sebagai upaya meningkatkan kondisi kesehatan Wanita.(1)

Fenomena di lapangan menunjukkan fakta bahwa pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan hanya di puskesmas ataupun di rumah sakit. Perempuan yang datang ke pelayanan kesehatan kebanyakan bertujuan untuk berobat dan sedikit yang berkunjung untuk melakukan upaya promotif atau preventif. Selain itu terbatas informasi tentang bagaimana perempuan usia reproduktif menjaga kesehatan dan mencegah penyakit(1)

Gangguan menstruasi dapat disebabkan karena faktor seperti usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik, status gizi, kelelahan, kualitas tidur dan penggunaan kontrasepsi. Stres menjadi salah satu faktor pemicu yang menyebabkan gangguan menstruasi pada wanita yang berdampak pada fisik, sosial, emosi, intelektual, dan spiritual. Stres adalah reaksi dari seseorang saat keinginan atau tuntutan tidak seimbang dengan kemampuan yang dimiliki dan menimbulkan ketegangan mental yang berdampak negatif, seperti pusing, tekanan darah tinggi, mudah tersinggung, sedih, sulit berkonsentrasi, perubahan nafsu makan, gangguan pola tidur. Stres dapat membuat kelenjar adrenal menyekresikan kortisol. Salah satu fungsi dari kortisol adalah menghambat Luteinizing Hormone (LH) sehingga pengeluaran hormon estrogen dan progesteron juga menjadi terganggu dan mengakibatkan siklus menstruasi menjadi terhambat.(5)

Kurangnya kesadaran masyarakat tentang pemeliharaan kesehatan reproduksi atau mempunyai konsep yang salah terhadap kesehatan reproduksi pada pasangan usia subur dapat disebabkan karena masyarakat masih belum menganggap bahwa kesehatan reproduksi itu penting. Faktor lain yang mempengaruhi hal tersebut adalah biaya pemeriksaan yang relatif mahal, dan pengetahuan masyarakat mengenai masalah kesehatan reproduksi saat ini pun masih kurang. Dengan adanya beberapa kendala yang terjadi pada pasangan usia subur maka tenaga kesehatan pun sulit mendeteksi adanya masalah kesehatan yang terjadi di daerah, padahal masalah kesehatan reproduksi yang tidak segera terdeteksi dan tidak segera mendapatkan tindakan preventif dan kuratif akan menjadi masalah yang cukup serius dan bahkan berbahaya seperti kanker serviks yang sekarang menjadi masalah kesehatan yang menjadi penyebab terbesar kematian di seluruh dunia, terutama di Negara berkembang. Atas dasar hal tersebut sehingga pendidikan tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sangat diperlukan, terutama bagi pasangan usia subur yang menggunakan kontrasepsi. Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan tindakan promotif dan preventif untuk meminimalisir terjadinya gangguan kesehatan reproduksi bagi pengguna kontrasepsi, sehingga dapat mendorong mereka untuk

menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, dan mau berupaya untuk mendatangi tenaga kesehatan untuk memeriksakan kesehatan reproduksinya.(1)

Wanita usia reproduktif banyak memiliki masalah menstruasi atau haid yang abnormal, seperti sindrom menstruasi dan menstruasi yang tidak teratur (Johnson, 2004). Wanita-wanita usia reproduktif zaman modern seperti sekarang ini sering dihadapkan pada berbagai masalah-masalah psikososial, medis dan ekonomi, sehingga dapat menimbulkan stres bagi wanita yang tidak mampu beradaptasi dengan tekanan eksternal dan internal. Sehingga stres dapat dikatakan sebagai faktor etiologi dari gangguan menstruasi(4)

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa 80% wanita di seluruh dunia mengalami menstruasi yang tidak teratur. Menurut data riset kesehatan dasar (2018) sebanyak 11,7% remaja putri di Indonesia mengalami haid tidak teratur. Selain itu kasus menstruasi tidak teratur ditemukan di Jawa Tengah pada rentang wanita 10-59 tahun mencapai 13,1%. Beberapa penelitian menunjukkan tingginya prevalensi remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi, diantaranya penelitian dengan persentase sebesar 93,2% yang dilakukan pada remaja putri berusia 10-19 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Islamy dan Farida (2019) menunjukkan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi siklus menstruasi adalah tingkat stres dengan $p\text{-value} = 0,015$ dan status gizi dengan $p\text{-value} = 0,026$. Selain itu, gangguan menstruasi yang terjadi pada wanita adalah dismenore. Dismenore adalah nyeri yang dirasakan dengan gejala kompleks berupa kram bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki

Disminore ada dua macam yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Remaja pada umumnya mengalami dismenore primer yaitu nyeri menstruasi yang dijumpai tanpa adanya kelainan pada alat genital dan lebih disebabkan oleh ketidakseimbangan steroid seks dalam ovarium, sedangkan dismenore sekunder adalah dismenore yang terjadi karena adanya kelainan ginekologi seperti salpingitis kronik, endometriosis, adenomiosis uteri, stenosis servik uteri dan kelainan ginekologi lainnya.(5)

Gangguan menstruasi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor hormonal, status gizi, indeks massa tubuh (IMT), dan gangguan psikologis seperti stress Gangguan menstruasi yang paling sering muncul adalah Polimenorea yaitu jika siklus menstruasi menjadi lebih sering atau memiliki interval dibawah 21 hari. Oligomenorea yaitu jika siklus menstruasi memanjang yang memiliki interval diatas 35 hari dan Amenorea yaitu keadaan dimana tidak terjadinya menstruasi pada seorang wanita dalam waktu 3 bulan atau lebih(6)

Wanita usia reproduktif banyak memiliki masalah menstruasi atau haid yang abnormal, seperti sindrom menstruasi dan menstruasi yang tidak teratur. Wanita-wanita usia reproduktif zaman modern seperti sekarang ini sering dihadapkan pada berbagai masalah-masalah psikososial, medis dan ekonomi, sehingga dapat menimbulkan stres bagi wanita yang tidak mampu beradaptasi dengan tekanan eksternal dan internal. Sehingga stres dapat dikatakan sebagai faktor etiologi dari gangguan menstruasi(4)

Penyuluhan adalah bentuk usaha pendidikan non-formal kepada individu atau kelompok masyarakat yang dilakukan secara sistematis, terencana dan terarah dalam usaha perubahan perilaku yang berkelanjutan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan dan perbaikan kesejahteraan. Penyuluhan merupakan upaya perubahan perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif. Pendekatan edukatif diartikan sebagai rangkaian kegiatan yang dilakukan secara sistematis, terencana, dan terarah dengan peran serta aktif individu, kelompok, atau masyarakat untuk memecahkan masalah dengan memperhitungkan faktor sosial, ekonomi, dan budaya setempat.(2) Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada tenaga pengajar di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara tentang gangguan menstruasi pada wanita usia subur (WUS). Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam mengenali gejala, memberikan dukungan kepada siswi yang mengalami gangguan menstruasi, mendorong langkah-langkah pencegahan dan pengelolaan yang tepat, serta memberdayakan mereka sebagai agen perubahan dalam menyebarkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi kepada siswi dan masyarakat secara luas.

II. MASALAH

Khalayak sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah wanita usia subur yang menjadi tenaga pengajar di Di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara Tahun 2023. Jumlah mitra ini ditetapkan dengan mempertimbangkan efisiensi dan intensitas pelaksanaan program. Mitra yang merupakan perempuan yang dalam masa usia subur yang berasal dari tenaga pengajar di Di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara, jenis permasalahan yang ditangani dalam kegiatan ini adalah dengan cara memberikan penyuluhan melalui tanya jawab tentang gangguan menstruasi dan permasalahan masalah reproduksi serta cara mengatasinya. Luaran dari kegiatan ini adalah dapat menambah pengetahuan wanita usia subur khususnya Tenaga Pengajar Yayasan

Al-Yasiriyah Bersaudara, tentang gangguan menstruasi dan cara mengatasinya. Hal ini berguna untuk dapat menambah pengetahuan wanita usia subur tentang gangguan menstruasi.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Gangguan Menstruasi Wanita Usia Subur (WUS) Pada Tenaga Pengajar Di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara Tahun 2023

III. METODE

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan cara tanya jawab terhadap wanita usia subur yaitu tenaga pengajar wanita seputar masalah kesehatan reproduksi terutama masalah gangguan menstruasi dan memberikan penyuluhan dan tentang gangguan menstruasi dan cara mengatasinya. Kegiatan dilakukan Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara Tahun 2023, peserta yang hadir di acara penyuluhan adalah wanita usia subur yaitu tenaga pengajar di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara sebanyak 20 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di bulan Nopember 2023. Kegiatan penyuluhan tentang gangguan menstruasi dan tanya jawab seputar gangguan menstruasi dan masalah kesehatan reproduksi pada wanita usia subur (WUS) dapat tercapai dan terlaksana pada saat tim pengabdian mendatangi yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara untuk melakukan penyuluhan terhadap wanita usia subur. peserta yang hadir di acara penyuluhan adalah wanita usia subur yang juga merupakan tenaga pengajar di yayasan tersebut.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Nopember 2023. Hasil dari beberapa tahapan pelaksanaan pada kegiatan pengabdian masyarakat yaitu tahap perencanaan sudah dilakukan pertemuan dan kerjasama dengan pihak Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara untuk pelaksanaan penyuluhan dan Tanya jawab tentang gangguan menstruasi dan cara mengatasinya. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Green (2005) bahwa perilaku seseorang di pengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah faktor predisposisi yaitu pengetahuan. Pengetahuan merupakan faktor yang mempermudah atau mempredisposisikan terjadinya perilaku seseorang. Pengetahuan seseorang akan suatu program kesehatan akan mendorong orang tersebut mau berpartisipasi didalamnya. Pada dasarnya, pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari dengan pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari dengan pengetahuan. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang adalah pengetahuan. Namun, pembentukan perilaku itu sendiri tidak semata-mata berdasarkan pengetahuan, tetapi masih dipengaruhi oleh banyak faktor yang sangat kompleks. Hasil evaluasi yang dilakukan setelah diberikan penyuluhan, tenaga pengajar Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara wanita usia subur dapat menjelaskan kembali tentang macam macam gangguan menstruasi dan cara mengatasinya, pada akhir sesi pertemuan, Wanita Usia subur yaitu tenaga pengajar diharapkan lebih aktif lagi dalam mencari informasi tentang gangguan menstruasi dengan mengakses media internet, membaca tentang materi yang sudah diberikan dalam penyuluhan, maupun aktif mencari informasi pada petugas kesehatan



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Gangguan Menstruasi Wanita Usia Subur (WUS) Pada Tenaga Pengajar Di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara Tahun 2023

Tahapan pengabdian dalam penyuluhan kesehatan reproduksi tentang gangguan menstruasi pada wanita usia subur (WUS) kepada tenaga pengajar di Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara pada tahun 2023 dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Perencanaan
Tahap awal adalah perencanaan penyuluhan, yang mencakup identifikasi tujuan, audiens target (tenaga pengajar), serta pemilihan metode dan materi yang sesuai dengan kebutuhan dan pemahaman mereka.
2. Persiapan Materi
Langkah berikutnya adalah persiapan materi penyuluhan, termasuk menyusun informasi yang akurat dan relevan tentang gangguan menstruasi, faktor penyebabnya, cara pencegahan, pengelolaan, dan pentingnya peran tenaga pengajar dalam mendukung siswi yang mengalami masalah ini.
3. Pelaksanaan
Tahap ini melibatkan penyampaian materi penyuluhan kepada tenaga pengajar. Materi disampaikan melalui presentasi, diskusi interaktif, atau media lainnya, dengan fokus pada memfasilitasi pemahaman dan pengenalan tanda-tanda gangguan menstruasi serta peran mereka dalam memberikan dukungan.
4. Diskusi dan Tanya Jawab
Setelah penyampaian materi, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memastikan bahwa tenaga pengajar memahami informasi yang disampaikan dengan baik. Hal ini juga memungkinkan mereka untuk berbagi pengalaman, pertanyaan, atau keprihatinan yang mungkin mereka miliki.
5. Evaluasi
Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas penyuluhan. Ini dapat dilakukan melalui survei atau kuesioner untuk mengukur tingkat pemahaman dan kepuasan tenaga pengajar terhadap materi yang disampaikan.
6. Tindak Lanjut
Setelah penyuluhan, dilakukan tindak lanjut yang melibatkan penyediaan sumber informasi tambahan, dukungan terus-menerus, atau pelatihan lanjutan jika diperlukan. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa tenaga pengajar dapat mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh dalam praktik sehari-hari mereka.

V. KESIMPULAN

Dari Kegiatan pengabdian masyarakat diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat ketercapaian sudah tercapai dengan baik, penyelesaian masalah menggunakan metode penyuluhan sudah mengatasi masalah ketidaktahuan WUS tentang macam-macam gangguan menstruasi dan cara mengatasinya

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Kepada masyarakat mengucapkan Terima kasih yang sebesar besarnya kepada seluruh pihak Yayasan Al-Yasiriyah Bersaudara khususnya Ketua Yayasan Sekolah Al-Yasiriyah Bersaudara yang telah ikut membantu terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga terlaksana dengan baik serta terima kasih yang sebesarbesarnya kepada STIKes Indah medan yang juga telah memberi kesempatan dan bantuan

977

kepada Tim pengabdian demi berjalannya kegiatan ini. Tim Pengabdian pada masyarakat juga memohon maaf jika terdapat kekurangan dalam penyusunan laporan Pengabdian Kepada Masyarakat ini. Saran dan Kritik sangat diharapkan demi perbaikan laporan pengabdian ini agar lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Yusnidar Y, Mirawati M. Edukasi Pada Wanita Usia Subur (WUS) Tentang Gangguan Sistem Reproduksi. *Abdimas Singkerru*. 2022;2(2):105–12.
- Legina A, Yuria M, Ardila R, Nurmala S. Laporan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Penyuluhan Online Mengenai Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. 2020;
- Utama aditia edy. Manfaat Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Wanita Usia Subur. 2020;(2014):1–14.
- Susilawati E, Sari LA. Pelaksanaan Penyuluhan tentang Gangguan Menstruasi dan Pembagian Buku Saku pada Wanita Usia Subur di Desa Penyengat Olak Kec. Jambi Luar Kota Kab. Muaro Jambi Tahun 2019. *J Abdimas Kesehat*. 2021;3(2):211.
- Ågerfalk. 済無 No Title No Title No Title. *Pap Knowl Towar a Media Hist Doc*. 2010;
- Filliya A. Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir Program A 2018 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. *Google Sch [Internet]*. 2022;1–9. Available from: <http://scholar.unand.ac.id/108193/>
- Yusnidar Y, Mirawati M. Edukasi Pada Wanita Usia Subur (WUS) Tentang Gangguan Sistem Reproduksi. *Abdimas Singkerru*. 2022;2(2):105–12.
- Legina A, Yuria M, Ardila R, Nurmala S. Laporan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Penyuluhan Online Mengenai Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. 2020;
- Utama aditia edy. Manfaat Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Wanita Usia Subur. 2020;(2014):1–14.
- Susilawati E, Sari LA. Pelaksanaan Penyuluhan tentang Gangguan Menstruasi dan Pembagian Buku Saku pada Wanita Usia Subur di Desa Penyengat Olak Kec. Jambi Luar Kota Kab. Muaro Jambi Tahun 2019. *J Abdimas Kesehat*. 2021;3(2):211.
- Ågerfalk. 済無 No Title No Title No Title. *Pap Knowl Towar a Media Hist Doc*. 2010;
- Filliya A. Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir Program A 2018 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. *Google Sch [Internet]*. 2022;1–9. Available from: <http://scholar.unand.ac.id/108193/>
- Larasati, Evi Dwi, Henny Dwi Susanti, and Yoyok Bekt Prasetyo. "Efektivitas penggunaan media promosi kesehatan video yoga dalam meningkatkan motivasi kesehatan wanita usia subur tentang kesehatan reproduksinya." *Jurnal Keperawatan 6.2* (2015).
- Trisnawati, Irna. "Faktor-faktor yang berhubungan dengan keputihan patologis pada wanita usia subur yang bekerja di pt unilever cikarang bekasi." *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes 9.1* (2018): 45-50.
- Achmad, Nurjannah. "Perubahan Pengetahuan Sikap Wanita Usia Subur Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Deteksi Kanker Serviks Dengan Pemeriksaan Metode Iva Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kota Garut Tahun 2016." *Prosiding Semnastek* (2016).
- Puspitasari, Kesna Natasya, Andi Nurlinda, and Reza Aril Ahri. "Konsumsi Transfer Factor Belle Vie Pada WUS Dengan Gangguan Menstruasi Di Kota Makassar." *Window of Health: Jurnal Kesehatan* (2018): 318-327.
- Harmarisa, Dewi, Nurlina Tarmizi, and Maryadi Maryadi. "Gambaran Wanita Usia Subur (Wus) Pengguna Iud Dan Implant Di Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2016." *Demography Journal of Sriwijaya (DeJoS) 2.1* (2017): 18-24.
- Nurhidayati, I., Elsera, C., & Widayanti, D. (2018). Perilaku Wanita Usia Subur (Wus) Dalam Partisipasi Program Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Pemeriksaan Payudara Klinis (Sadanis) Di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinom: Studi Fenomenologi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 1(1), 19-26.
- Yuliani, Diah Atmarina, and Arin Farhana Izzati. "Hubungan Menstruasi dengan Perubahan Emosional pada Wanita Usia Subur (WUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Tirto I." *Scientific Journal of Medsains 3.2* (2017): 29-34.
- ANANDA, Yuanita. Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik Berhubungan dengan Gangguan Menstruasi pada Akseptor KB di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2018, 4.2: 52-56.