

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmady, F., Niknami, M., & Khalesi, Z. B. (2022). Quality of sleep in women with menopause and its related factors. *Sleep Science*, 15(Special 1), 209–214. doi: [10.5935/1984-0063.20220021](https://doi.org/10.5935/1984-0063.20220021)
- Almeida, A., Esmeraldo, S., Knaier, L., Pedro, J., & Amed, M. (2024). Insomnia and the menopause : Where are we and where are we going ? Insônia e menopausa : Onde estamos e para onde vamos ? Insomnio y menopausia : ¿Dónde estamos y hacia dónde vamos ?, 2024, 1–8. DOI: [10.33448/rsd-v13i1.44523](https://doi.org/10.33448/rsd-v13i1.44523)
- Annah, I., & Mashar, H. M. I. (2020). Status Pernikahan dan Dukungan Sosial Suamiterhadap Kualitas Hidup Wanita Menopause di Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Muda: Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan*, 2(1), 9-17. DOI: <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i1.56>
- Annah, I., Mashar, H. M. I., Febriani, I., & Miden, D. K. (2021). Perbedaan Kualitas Hidup Wanita Menopause Daerah Urban dan Rural. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(2), 377-386. DOI: <https://doi.org/10.32583/pskm.v11i2.1228>
- Annisa, D. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(1980), 1349–1358. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.9498>
- Arfanda, P. E., Aprilo, I., & Mappaompo, M. A. (2024). Pengaruh Kegiatan Fun Run terhadap Mental Well Being: Studi pada Komunitas di Sulawesi Selatan. *Sport Education Journal*, 1(2), 172-180.

<https://journal.unm.ac.id/index.php/sej/article/view/5420/3560>

Baharuddin, H., Multazam, A. M., & Asrina, A. (2018). Fungsi Seksual Perempuan Menopause di Kota Makassar Tahun 2018. *Al-Sihah: The Public Health Science Journal*, 11(1). DOI: <https://doi.org/10.24252/as.v11i1.6534>

Ballot, O., Ivers, H., Ji, X., & Morin, C. M. (2022). Sleep Disturbances During the Menopausal Transition: The Role of Sleep Reactivity and Arousal Predisposition. *Behavioral Sleep Medicine*, 20(4), 500–512. DOI: [10.1080/15402002.2021.1937171](https://doi.org/10.1080/15402002.2021.1937171)

Baral, S., & Kaphle, H. P. (2023). Health-related quality of life among menopausal women: A cross-sectional study from Pokhara, Nepal. *PloS one*, 18(1), e0280632. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280632>

Bashir, K., Khalid, U., Amjad, F., Khalil, H., Maryam, S., & Batool, R. (2023). Prevalence of Insomnia in Menopausal Women. *Pakistan Journal of Health Sciences*, 43–46. DOI: <https://doi.org/10.54393/pjhs.v4i08.985>

Benge, E., Pavlova, M., & Javaheri, S. (2024). Sleep health challenges among women: insomnia across the lifespan. *Frontiers in Sleep*, 3, 1322761. DOI: <https://doi.org/10.3389/frsle.2024.1322761>

Desi N.T.Idris, Fidiana K, Y. A. (2016). Gambaran Kejadian Insomnia Pada Wanita Menopause Berdasarkan Komponen Insomnia Rating Scale. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.32660/jurnal.v2i1.147>

Dewi, S. K., & Sudaryanto, A. (2020). Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Pencegahan Demam Berdarah. Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

(SEMNASKEP)

2020,

73–79.

<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/11916/Call%20For%20Paper%20NEW-78-84.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). Meningkatkan kualitas hidup

lansia konsep dan berbagai intervensi. Wineka Media.

https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=IWCIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Meningkatkan+kualitas+hidup+lansia+konsep+dan+berbagai+intervensi&ots=z_dgCP235R&sig=ulnhQBwthxNmFCG0-7_7CmD-pOQ&redir_esc=y#v=onepage&q=Meningkatkan%20kualitas%20hidup%20lansia%20konsep%20dan%20berbagai%20intervensi&f=false

Fatimah, M. (2018). Pengaruh status pernikahan dan kebermaknaan hidup terhadap

kebahagiaan pada mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri

Maulana Malik Ibrahim). <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/11921>

Febrianti, A. D. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Menopause

Dini (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

<http://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/5959>

Gorga, H., Lasmini, P. S., & Amir, A. (2016). Hubungan Jumlah Paritas dengan

Usia Menopause. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(2).

<https://doi.org/10.25077/jka.v5i2.529>

Grasiah, J., Amansyah, A., & Pratama, I. H. (2022). Hubungan jumlah paritas

terhadap usia menopause. *Jurnal Prima Medika Sains*, 4(1), 5–10. DOI:

<https://doi.org/10.34012/jpms.v4i1.2260>

Har, A. (2018). Pengaruh terapi mendengarkan murottal al quran terhadap tingkat

insomnia pada mahasiswa keperawatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
(Bachelor's thesis, Jakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah.
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/42331/1/ABDUL%20HAR-FIKES.pdf>

Hulu, V. T., & Kurniawan, R. (2021). Memahami dengan Mudah Statistik Nonparametrik Bidang Kesehatan: Penerapan Software Spss dan Statcal. (n.p.): Prenada Media.
<https://books.google.co.id/booksid=4lfBEAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>

Jeon, G. -H. (2024). Insomnia in Postmenopausal Women: How to Approach and Treat It? *Journal of Clinical Medicine*, 13(2), 428.
<https://doi.org/10.3390/jcm13020428>

Juliana, D., Anggraini, D., & Amalia, N. (2021). Hubungan Antara Karakteristik Wanita Dengan Keluhan Pada Masa Menopause Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Perumnas II Pontianak. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 3(1), 33-38.
[https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:022lzt8ugMJ:scholar.google.com/+Juliana,+D.,+Anggraini,+D.,+%26+Amalia,+N.+\(2021\).+Hubungan+Antara+Karakteristik+Wanita+Dengan+Keluhan+Pada+Masa+Menopause+Di+Wilayah+Kerja+Upk+Puskesmas+Perumnas+II+Pontianak.+Borneo+Nursing+Journal+\(BNJ\),+3\(1\),+33-38.&hl=id&as_sdt=0,5](https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:022lzt8ugMJ:scholar.google.com/+Juliana,+D.,+Anggraini,+D.,+%26+Amalia,+N.+(2021).+Hubungan+Antara+Karakteristik+Wanita+Dengan+Keluhan+Pada+Masa+Menopause+Di+Wilayah+Kerja+Upk+Puskesmas+Perumnas+II+Pontianak.+Borneo+Nursing+Journal+(BNJ),+3(1),+33-38.&hl=id&as_sdt=0,5)

Kamal, N. N., & Seedhom, A. E. (2017). Quality of life among postmenopausal women in rural Minia, Egypt. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 23(8).
https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/326770/EMHJ_23_08_2017.pdf?

[sequence=1#page=7](#)

Karlindo, S. M., & Hidayat, F. (2022). Pengaruh aktivitas fisik terhadap insomnia pada menopause. *Tarumanagara Medical Journal*, 4(2), 340–345. DOI: <https://doi.org/10.24912/tmj.v4i2.18607>

Karmi, R. T. (2021). hubungan pengetahuan dengan tingkatkecemasan pada ibu premenopause usia (40-50 tahun). *Humantech: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia.*, 1(1), 37–58. <https://doi.org/10.32670/ht.v1i1.778>

Kasiati, & Ni Wayan Dwi Rosmalawati. (2016). Kebutuhan Dasar Manusia I. Pusdik SDM Kesehatan. https://elibrary.stikeswilliambooth.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1455&keywords=

Lasut et al., (2017). Analisis Perbedaan Kinerja Pegawai Berdasarkan Gender, Usia Dan Masa Kerja (Studi Pada Dinas Pendidikan Sitaro). *JOURNAL EMBA*, Volume Vol 5 No 2, Pp. 2771-80. <https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3509008&val=30673&title=KOMPETENSI%20PEGAWAI%20TERHADAP%20KINERJA%20PELAYANAN%20RUMAH%20SAKIT%20DI%20KOTA%20BANDUNG>

Latifa, R., Chang, K., Liem, A., Idriyani, N., Roebiyanto, A., Rahmah, M., & Puri, V. G. S. (2023). Indonesian Version of WHO-5 Well-being Index Amidst COVID-19 Pandemic Settings: Scale Validation using Confirmatory Factor Analysis and Item Response Theory. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan*

<https://doi.org/10.15408/jp3i.v12i2.33964>

Lumonang, S. H., & Toban, Y. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Faktor-Faktor Yang B erhubungan Dengan. *Jrunal Kesehatan Lingkung*,

8(2), 78–81. <http://repository.stikstellamarismks.ac.id/id/eprint/693>

Marlia, T. (2021). Hubungan Antara Usia Menarche Dan Riwayat Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Menopause Dini Pada Lansia Di Desa Dukuh Indramayu.

Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 6(2), 94-102. DOI:

<https://doi.org/10.31943/afiasi.v6i2.168>

Moolhuijsen, L. M. E., & Visser, J. A. (2020). Anti-Müllerian Hormone and Ovarian Reserve: Update on Assessing Ovarian Function. *The Journal of clinical endocrinology and metabolism*, 105(11), 3361–3373.

<https://doi.org/10.1210/clinem/dgaa513>

Munir, B. (2015). *Neurologi dasar*. Jakarta: Sagung Seto, 174-79.

https://library.akimal.ac.id/index.php?p=show_detail&id=378&keywords=

Nasa, F. N., Gondodiputro, S., & Rahmiati, L. (2018). Relationship between Gymnastics Exercise and Insomnia in Elderly. *International Jour*. DOI:

[10.15850/ijih.v6n1.1132](https://doi.org/10.15850/ijih.v6n1.1132)

Nazila, D., Salami, S., & Kemal, T. A. (2023). Hubungan Menopause Dengan Kualitas Hidup Wanita. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2737-2744.

<https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.10215>

- Nur, M. A., & Saihu, M. (2024). PENGOLAHAN DATA. *Scientica: Jurnal Ilmiah Sains dan Teknologi*, 2(11), 163-175.
<https://jurnal.kolibi.org/index.php/scientica/article/view/2764/2672>
- Ntikoudi, A., Owens, D. A., Spyrou, A., Evangelou, E., & Vlachou, E. (2024). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy on Insomnia Severity Among Menopausal Women: A Scoping Review. *Life*, 14(11), 1405.
<https://doi.org/10.3390/life14111405>
- Pratiwi, L., & Liswanti, Y. (2021). Serba-Serbi Menopause (Sudut Pandang Teori dan Penelitian). (n.p.): CV Jejak (Jejak Publisher).
https://books.google.com/books/about/Serba_Serbi_Menopause_Sudut_Pandang_Teor.html?id=wU5QEAAAQBAJ
- Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L., Aslindar, D. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., & Yuniati, I. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif* Pradina Pustaka.
<https://books.google.co.id/books?id=B5t1EAAAQBAJ>
- Proserpio, P., Marra, S., Campana, C., Agostoni, E. C., Palagini, L., Nobili, L., & Nappi, R. E. (2020). Insomnia and menopause: a narrative review on mechanisms and treatments. *Climacteric*, 23(6), 539–549. DOI: [10.1080/13697137.2020.1799973](https://doi.org/10.1080/13697137.2020.1799973)
- Purba, M. (2024). Penyuluhan Menopause Untuk Kesiapan Diri Menghadapi Menopause Di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian*

Masyarakat Disiplin Ilmu (JPMASDI), 2(2), 215-219. doi
[10.47709/jpmasdi.v2i2.4574](https://doi.org/10.47709/jpmasdi.v2i2.4574)

Rivonda Bennovry, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Usia Kejadian Menopause Di Kota Padang Tahun 2023 (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ANDALAS). <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/471939>

Runiari, Nengah, Santiningsih, & Wayan, N., (2016) KUALITAS HIDUP WANITA MENOPAUSE. Jurnal Gema Keperawatan, 9 (1). pp. 70-78. ISSN 2088 – 7493. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/3945>

Sianturi, P, S., (2020). Gambaran Pengetahuan Dan Kejadian Insomnia Pada Wanita Menopause Di Desa Banualuhu Kecamatan Pagaran Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2020. <https://repository1.stikeselisabethmedan.ac.id/files/original/e36e40da82be8eb393e51fb3d1c05fee1140003b.pdf>

Sifah, L. A. (2023). Effects of Applying Foot Massage and Lemongrass Oil Aromatherapy on Sleep Quality of Menopausal Women: Pemberian Massage Kaki dan Aromaterapi Minyak Sereh (Lemongrass) Terhadap Kualitas Tidur pada Ibu Menopause. *In Prosiding University Research Colloquium*, (pp. 45-52). <https://repository.unimugo.ac.id/2764/1/LUTFI%20AS%20SIFAH%20NIM.%20B2020010.pdf>

Silalahi, E. S. (2020). Hubungan Jumlah Paritas Dengan Menopause Di Dusun Iii Desa Sei Mencirim Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang: Nama

Lengkap Penulis: Efi Satriana Silalahi, Sst, Mkm. Evidence Based Journal, 1(2), 12-19. <https://doi.org/10.71283/ebj.v1i2.20>

Siregar, I. A. (2021). Analisis Dan Interpretasi Data Kuantitatif. *ALACRITY : Journal of Education*, 1(2), 39–48. DOI: <https://doi.org/10.52121/alacrity.v1i2.25>

Sitorus, M. A., Simarmata, R., & Siregar, P. A. (2020). Analisis Preferensi Jumlah Anak Ideal di Provinsi Sumatera Utara: Analisis Data Skunder SDKI 2017. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 2(2), 87-98. DOI: <https://doi.org/10.33143/jhtm.v4i2.419>

Situmorang, M. Q. (2024). The Application of Chamomile Tea and Honey Combination to Reduce Insomnia in Perimenopause Women. *In Prosiding University Research Colloquium*. <https://repository.unimugo.ac.id/2885/>

Sofiyanti, I. (2023). Efektifitas Akupresure dalam Mengatasi Gangguan Tidur pada Menopause. *In Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 2, No. 1, pp. 190-195). <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/374/214>

Spadola, C. E., Guo, N., Johnson, D. A., Sofer, T., Bertisch, S. M., Jackson, C. L., ... Redline, S. (2019). Evening intake of alcohol, caffeine, and nicotine: Night-to-night associations with sleep duration and continuity among African Americans in the Jackson Heart Sleep Study. *Sleep*, 42(11), 1–7. DOI:

[10.1093/sleep/zsz136](https://doi.org/10.1093/sleep/zsz136)

Sugiyono. (2015). Statistik Nonparametris Untuk Penelitian. Alfabeta.

[https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:xDDuyEunpjEJ:scholar.google.com/+Total+sampling+yaitu+teknik+pengambilan+sampel+yang+memakai+semua+anggota+populasi+sebagai+sampel+\(Sugiyono,+2017\).+&hl=id&as_sdt=0,5](https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:xDDuyEunpjEJ:scholar.google.com/+Total+sampling+yaitu+teknik+pengambilan+sampel+yang+memakai+semua+anggota+populasi+sebagai+sampel+(Sugiyono,+2017).+&hl=id&as_sdt=0,5)

Suhaid, D. N., Nanur, F. N., Prasetyo, B., dkk. (2021). Kesehatan Reproduksi.

(n.p.): Pradina Pustaka.

[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=ycheEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=Suhaid,+D.+N.,+Nanur,+F.+N.,+Prasetyo,+B.,+dkk.+\(2021\).+Kesehatan+Reproduksi.+\(n.p.\):+Pradina+Pustaka+&ots=MifoxJNiER&sig=7ZQksZr2i2ATuFyTtpBuv5dhNKY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=ycheEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=Suhaid,+D.+N.,+Nanur,+F.+N.,+Prasetyo,+B.,+dkk.+(2021).+Kesehatan+Reproduksi.+(n.p.):+Pradina+Pustaka+&ots=MifoxJNiER&sig=7ZQksZr2i2ATuFyTtpBuv5dhNKY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

Sukmawati, A. S., Sabur, F., Nur, M., Darmawan, A. R., Mahbub, K., Irmawati, I.,

... & Aziz, A. (2023). BUKU AJAR METODOLOGI PENELITIAN. PT.

Sonpedia Publishing Indonesia.

https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_AJAR_METODOLOGI_PENELITIAN/vrriEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=BUKU+AJAR+METODOLOGI+PENELITIAN.&pg=PA3&printsec=frontcover

Susanti, E. T., & Sari, H. L. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Jenis-Jenis Alat

Kontrasepsi Terhadap Pemilihan Alat Kontrasepsi. Jurnal Kesehatan, 9(1), 53-

57. <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/95-217-1-SM.pdf>

Sumirta, I. N. (2017). “Faktor yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) pada

Lansia ". *Jurnal Gema Keperawatan* , 8(1): 20 – 30. <https://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL%20GEMA%20KEPERAWATAN/JUNI%202015/I%20Nengah%20Sumirta.pdf>

Swarjana, I. K., & SKM, M. (2022). Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian. Penerbit Andi.

[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=87J3EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Swarjana,+I.+K.,+%26+SKM,+M.+\(2022\).+Populasisampel,+teknik+sampling+%26+bias+dalam+penelitian.+Penerbit+Andi.&ots=LOGDr7VMxo&sig=Yuu1jXSKEIIKZeew8VLmS6axZk&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=87J3EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Swarjana,+I.+K.,+%26+SKM,+M.+(2022).+Populasisampel,+teknik+sampling+%26+bias+dalam+penelitian.+Penerbit+Andi.&ots=LOGDr7VMxo&sig=Yuu1jXSKEIIKZeew8VLmS6axZk&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

Syadiyah, H. (2018). Keperawatan Lanjut Usia Teori dan Aplikasi. Indomedia Pustaka. https://www.academia.edu/42837289/Keperawatan_Lanjut_Usia

Syalfina, A. D., & Kusuma, Y. L. H. (2018). Stress Dan Insomnia Pada Menopause. Medica Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit),10(2).<https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/MM/article/view/294/274>

Tallutondok, E. B., Setyowati, S., Wijaya, Y. M., Marlina, Y., Irawati, H. R., Restipa, L., ... & Rajunitrigo, R. (2024). Buku Ajar Keperawatan Maternitas (Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia Tahun 2021) (Buku 1). <https://repository.penerbiteureka.com/publications/568670/buku-ajar-keperawatan-maternitas-berdasarkan-kurikulum-pendidikan-ners-indonesia>

Tarigan, I., Sinuhaji, L. N. B., & Sembiring, M. (2019). Hubungan pendidikan, paritas, pekerjaan dan lama menopauase dengan kualitas hidup perempuan

- menopause di puskesmas kabanjahe kabupaten karo. *Jurnal Mutiara Ners*, 2(1), 158-167. <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/NERS/article/view/597/543>
- Trisetiyaningsih, Y. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Perempuan Klimakterik. *Media Ilmu Kesehatan*, 5(1), 30-39. https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=7PuYHlsAAAAJ&citation_for_view=7PuYHlsAAAAJ:u5HHmVD_uO8C
- Troynikov, O., Watson, C. G., & Nawaz, N. (2018). Sleep environments and sleep physiology: A review. *Journal of Thermal Biology*, 78, 192–203. doi:[10.1016/j.jtherbio.2018.09.012](https://doi.org/10.1016/j.jtherbio.2018.09.012)
- Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S., & Bech, P. (2015). The WHO-5 well-being index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(3), 167–176. <https://doi.org/10.1159/000376585>
- Wardani, P. K., Fitriana, F., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan siklus menstruasi dan usia menarche dengan Dismenor Primer pada siswi kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1). DOI: <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.414>
- Weihs, A. e. (2022). “Lack of structural brain alteration associated with insomnia: Findings from the ENIGMA-Sleep working group”. *Sleep Medicine*, 100: S128. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sleep.2022.05.351>
- WHO. (2024). Menopause. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/menopause>
- Widjayanti, Y. (2018). Gambaran Kualitas Tidur Wanita Menopause. *JPK : Jurnal*

Penelitian Kesehatan, 8(1), 45–49. <https://doi.org/10.54040/jpk.v8i1.125>

Widjayanti, Y. (2022). Gambaran Kualitas Hidup Pada Wanita Menopause: Description of Quality of Life in Menopausal Women. Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing), 8(2), 256-261. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i2.911>

Wijayanti, A., & Purwani, R. (2024). Hubungan Usia Menarche dengan Usia Menopause. Jurnal Ilmiah permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 14(1), 461-466. <https://doi.org/10.32583/pskm.v14i1.1802>

Wiltshire, A. H. (2016). The meanings of work in a public work scheme in South Africa. International Journal of Sociology and Social Policy, 36(1/2), 119–135. <https://doi.org/10.1108/IJSSP-02-2015-0014>