

Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Yang Akan Menghadapi Menopause

Retty Nirmala Santiasari*

*STIKES William Booth Surabaya, Jln. Cimanuk No. 20, Telp. (031) 5633365

Email : rettynirmala@gmail.com

ABSTRAK

Menopause merupakan proses berhentinya fungsi reproduksi yang ditandai dengan berakhirnya masa menstruasi yaitu pada umur 50 tahun. Kecemasan ibu pada masa menopause adanya rasa takut tidak bisa memuaskan kembali suami saat hubungan seksual, takut penurunan daya ingat, perubahan berat badan. Kecemasan tersebut dapat diatasi dengan pendidikan kesehatan. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kecemasan pada ibu yang akan menghadapi menopause. **Metode:** Desain penelitian menggunakan pra-eksperimen (*one-group test design*). Populasinya semua ibu-ibu yang akan menghadapi menopause umur >50 tahun di PKK Demak Timur sebanyak 28. Teknik Sampling adalah *simple random sampling*. Sampel sebanyak 28 yaitu ibu-ibu yang akan menghadapi menopause di PKK Demak. Variabel *independen* penelitian adalah pemberian pendidikan kesehatan pada ibu yang akan menghadapi menopause, variabel *dependennya* yaitu kecemasan ibu yang akan menghadapi masa menopause. Pengumpulan data menggunakan kuesioner data diperoleh, dimasukkan ke tabel prosentase. Hasil penelitian dari 28 responden sebelum pendidikan kesehatan tingkat kecemasan ringan sebanyak 20 responden (71,4%) dan sesudah pendidikan kesehatan tidak ada kecemasan sebanyak 25 responden (89,3%). Hasil dianalisa dengan uji *Wilcoxon Test* diperoleh nilai $p=0,000$. Kesimpulan: terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kecemasan ibu menghadapi menopause.

Kata kunci : Pengetahuan, Pernikahan Usia Dini, Remaja

PENDAHULUAN

Premenopause merupakan masa yang menjelaskan tentang tahun-tahun menjelang masa menopause. Masa transisi ini biasanya memerlukan waktu 4-5 tahun, dan ditandai adanya ketidakteraturan menstruasi (Morgan, 2009). Menopause merupakan berhentinya menstruasi secara permanen akibat kegagalan ovarium (Morgan, 2009). Menopause adalah berhentinya fungsi reproduksi dengan ditandai adanya berhentinya menstruasi yang terjadi pada umur sekitar 50 tahun (Manuaba, 2008).

Menjadi tua merupakan hal yang menakutkan bagi perempuan. Para ibu-ibu banyak yang sudah mengerti mengenai menopause melalui media masa atau dari tenaga kesehatan, tetapi terlalu banyaknya informasi yang mereka dengar membuat mereka masih bertanya-tanya dan bingung apakah tanda-tanda yang mereka alami ini adalah tanda-tanda yang akan terjadi atau yang mereka akan alami. Kenyataan di lapangan mereka mendapat informasi yang didapatkannya kurang jelas karena cara menjelaskan yang tidak dimengerti oleh para ibu-ibu, tidak diberikan kesempatan

untuk bertanya, suara yang tidak terlalu jelas, tidak adanya penjelasan tentang contoh-contohnya. Ibu-ibu beranggapan bahwa, apabila mengalami menopause dirinya akan menjadi tidak sehat, dan tidak cantik lagi. Kondisi ini yang membuat ibu merasa sedih dan menyakitkan dalam menghadapi menopause. Di Indonesia seorang perempuan yang akan menghadapi menopause tingkat kecemasannya tinggi. Menurut teori keperawatan *Sister Calista Roy* yang menguraikan bagaimana individu mampu meningkatkan kesehatannya dengan cara mempertahankan perilaku secara adaptif serta mampu merubah perilaku yang maladaptif. Pandangan Roy mengemukakan bahwa individu sebagai makhluk biopsikososial dan spiritual sebagai satu kesatuan yang utuh memiliki mekanisme koping untuk beradaptasi terhadap perubahan lingkungan sehingga individu mampu beradaptasi yang berespon terhadap fisiologis, salah satunya kecemasan yang segera mengarahkan seseorang untuk mencegah ancaman atau meringankan akibatnya. Kecemasan adalah suatu penyerta yang normal dari pertumbuhan, dari perubahan dari pengalaman sesuatu yang baru dan belum dicoba, dan arti hidup (Kaplan, 1997). Kecemasan ibu yaitu takut menurunnya aktivitas seksual karena merasa tidak dapat memuaskan suaminya. Takut terjadi penurunan daya ingat, takut akan perubahan bert badan dan adanya perubahan kulit seperti kulit kering, pengerutan, hal tersebut yang membuat ibu cemas akan menghadapi menopause. Setiap masalah yang dialami seseorang memiliki cara sendiri untuk mengatasinya, salah satu diantaranya adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan secara umum merupakan upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu maupun kelompok dan masyarakat. pendidikan kesehatan adalah suatu penerapan konsep pendidikan di

dalam bidang kesehatan (Notoadmojo, 2003).

Berdasarkan penelitian kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya jumlah penduduk dan derajat kesehatan masyarakat Indonesia pada tahun 2000 sekitar 25% dari penduduk perempuan Indonesia akan mencapai usia menopause. Data pada tahun 2003, jumlah wanita di dunia memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 milyar orang. Data dari BPS pada tahun 2009 bahwa 5.320.000 wanita Indonesia telah memasuki masa menopause pertahunnya. Depkes RI memperkirakan penduduk Indonesia pada tahun 2020 akan mencapai 262,6 juta jiwa dengan jumlah wanita yang hidup dalam usia menopause sekitar 30,3 juta jiwa dengan usia rata-rata menopause 49 tahun. Bappenas memperkirakan pada tahun 2025 jumlah penduduk Indonesia ada 273,65 juta jiwa dan angka harapan hidup pada tahun 2025 adalah 73,7 tahun. Kejadian para wanita yang mengalami menopause cukup banyak dan tidak sedikit para perempuan yang mengkhawatirkan akan datangnya menopause. Masalah kecemasan dialami perempuan menopause perlu perhatian khusus. Ketika peneliti melakukan studi pendahuluan pada ibu PKK Demak Timur Surabaya diperoleh data, yaitu 12 Ibu bu PKK yang terdapat di Demak Timur Surabaya yang mengalami kecemasan 8 orang, sedangkan 4 orang tidak mengalami kecemasan hal ini menunjukkan bahwa peningkatan jumlah wanita usia tua ini tentunya akan menimbulkan problema tersendiri apalagi ditambah dengan munculnya keluhan-keluhan pada masa menopause yang menimbulkan kecemasan. Walaupun tidak menyebabkan kematian, menopause dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan dapat menyebabkan gangguan dalam pekerjaan sehari-hari yang dapat menurunkan kualitas hidup.

Seperti halnya dengan masalah-masalah perempuan lainnya premenopause mi disebut sebagai periode yang kritis, karena perubahan-perubahan dalam sistem hormonal mi mempengaruhi jasmani dan rohani, sehingga terjadilah proses kemunduran yang progresif dan total. Banyaknya perubahan dan kemunduran tersebut terjadi krisis dalam kehidupan psikis pribadi, yaitu diliputi kecemasan Masalah umum pada perempuan yang menjelang menopause adalah terjadinya kecemasan karena mereka harus beradaptasi dengan perubahan pada seluruh organ tubuhnya. Perempuan akan diliputi bayangan kecemasan yang sebenarnya hal tersebut adalah perasaan tidak rela melepaskan dan berusaha mempertahankan femininitasnya yang sekarang sudah mengalami proses kemunduran.

Hal inilah yang membuat kebanyakan perempuan menerima informasi salah mengenai datangnya menopause sehingga menimbulkan permasalahan yang belum bisa dipecahkan sendiri salah satunya masalah kecemasan itu sendiri. Path umumnya kecemasan bersifat subyektif, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut dan disertai adanya perubahan fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan pernapasan dan tekanan darah (Hartono, 2006). Jika masalah kecemasan mi dibiarkan begitu saja akan menimbulkan stress yang berkepanjangan pada para wanita. Pada dasarnya setiap individu menghadapi permasalahan dalam hidupnya dalam intensitas yang berbeda. Permasalahan ibu yang akan menghadapi menopause, mengalami kecemasan yang kadang tidak menyadari bahwa mereka sedang mengalami masa-masa keemasan. Salah satu cara bisa membantu mengatasi permasalahan kecemasan ibu yang mengalami menopause adalah pendidikan

kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, dimana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer/teori dan sesorang ke orang lain dan bukan pula seperangkat prosedur, akan tetapi perubahan tersebut terjadi adanya kesadaran dan dalam individu, kelompok atau masyarakat sendiri (Wahit, dkk, 2006). Dengan adanya pendidikan kesehatan mi dapat membantu menyelesaikan atau memecahkan masalah, mengurangi atau menghapus rasa takut (kecemasannya) mengurangi emosi yang negatif, mampu menghadapi situasi baru, mampu beradaptasi, dapat membuat keputusan yang tepat. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap penurunan kecemasan pada ibu yang akan mengalami menopause.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian mi adalah bersifat praeksperimental (*one-group pre-post test design*) adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Pada penelitian mi untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling terhadap kecemasan pada ibu yang akan menghadapi menopause. Variabel bebas dalam penelitian mi adalah pemberian pendidikan kesehatan pada ibu yang akan menghadapi masa menopause dan Variabel terikat dalam penelitian mi adalah kecemasan pada ibu yang akan menghadapi masa menopause. Populasi pada penelitian mi adalah Semua ibu-ibu yang akan menghadapi menopause di PKK Demak Timur Surabaya N: 30, adapun sampel pada penelitian mi adalah Sebagian ibu-ibu yang akan menghadapi menopause di PKK Demak Timur Surabaya n : 28, dan teknik sampling dalam penelitian mi menggunakan *Probrabilhy sampling* dengan pendekatan *Simple random sampling* yaitu pemilihan

sampel dengan cara ini merupakan jenis probabilitas yang paling sederhana. Untuk mencapai sampling ini setiap elemen diseleksi secara acak. Pada pemilihan sampel saat dilapangan yaitu dengan cara peneliti menuliskan nama-nama ibu PKK sejumlah 30 dalam sebuah kertas, kertas tersebut di gulung dan dimasukkan kedalam kotak (kotak arisan). Peneliti menjatuhkan 2 nama yg ada dalam kotak tersebut dan 28 nama yang tersisa dipilih sesuai dengan besar sampel yang dibutuhkan. Instrument penelitian mi menggunakan pertanyaan tertutup dengan jumlah kuesioner 20 untuk pernyataan kecemasan yang di isi subyek yang diteliti. Menggunakan alat ukur *Zwig Self — Rating Skala Kecemasan (SAS)*. **Anal isa** data yang digunakan dalam penelitian mi yaitu SPSS 16 yang menggunakan Uji *Wilcoxon test*. Menentukan pengaruh variabel bebas dalam penelitian mi adalah pemberian pendidikan kesehatan pada ibu yang akan menghadapi masa menopause terhadap variabel terikat dalam. penelitian mi adalah kecemasan pada ibu yang akan menghadapi masa menopause.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian tentang pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kecemasan pada ibu yang akan menghadapi menopause di PKK Demak Timur adalah sebagai berikut

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

NO	umur	Jumlah Responden	%
1	50-55 tahun	18	64,2%
2	56-65 tahun	10	35,8%
3	66-75 tahun	0	0%
4	>75 tahun	0	0%
Total		28	100%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan sebagian besar responden berusia 50-55 tahun sebanyak 18 responden (64,2%)

Karakteristik responden berdasarkan status perkawinan.

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan status perkawinan

NO	Status perkawinan	Jumlah Responden	%
1	Menikah	28	100%
2	Tidak menikah	0	0%
3	Cerai	0	0%
4	Janda	0	0%
Total		28	100%

Berdasarkan tabel 2 didapatkan secara keseluruhan responden berstatus menikah sebanyak 28 responden (100%).

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan

NO	Pendidikan	Jumlah Responden	%
1	Tidak sekolah	0	0%
2	SD	10	35,8%
3	SMP	7	25%
4	SMA	8	28,5%
5	Pendidikan Tinggi	3	10,7%
Total		28	100%

Berdasarkan tabel 3 didapatkan terbanyak responden berpendidikan SD sebanyak 10 responden (35,8%).

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan.

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan

NO	Pendidikan	Jumlah Responden	%
1	Tidak bekerja	0	0%
2	Pensiun	2	7,1%
3	IRT	14	50%
4	Wiraswasta	10	35,8%
5	PNS	2	7,1%
Total		28	100%

Berdasarkan tabel 4 didapatkan sebagian besar responden sebagai ibu rumah tangga sebanyak 14 responden (50%).

Karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan.

Karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan sebelum pemberian pendidikan kesehatan

Tabel 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan sebelum pemberian pendidikan kesehatan

NO	Tingkat Kecemasan	Jumlah Responden	%
1	Tidak ada kecemasan	5	17,9%
2	Ringan	20	71,4%
3	Sedang	3	10,7%
4	Berat	0	0%
Total		28	100%

Berdasarkan tabel 5 didapatkan sebagian besar responden sebelum pemberian pendidikan kesehatan memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 20 responden (71,4%).

Karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan sesudah pemberian pendidikan kesehatan

Tabel 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan sesudah pemberian pendidikan kesehatan

NO	Tingkat Kecemasan	Jumlah Responden	%
1	Tidak ada kecemasan	25	89,3%
2	Ringan	3	10,7%
3	Sedang	0	0%
4	Berat	0	0%
Total		28	100%

Berdasarkan tabel 6 didapatkan mayoritas responden sesudah pemberian pendidikan kesehatan memiliki tingkat kecemasan sebanyak 25 responden (89,3%).

Tabel 7. Distribusi frekuensi responden sesudah pemberian pendidikan kesehatan berdasarkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan

NO	Tingkat Kecemasan	Sebelum Pendidikan Kesehatan	%	Sesudah pendidikan kesehatan	%	Nilai <i>p</i>
1	Tidak ada kecemasan	5	17,9%	25	0%	0,000
2	Kecemasan ringan	20	71,4%	3	7,1%	
3	Kecemasan sedang	3	10,7%	0	50%	
4	Kecemasan berat	0	0%	0	35,8%	
Total		28	100%	28	7,1%	

Berdasarkan tabel 7 didapatkan terbanyak responden sebelum pemberian pendidikan kesehatan yang tidak cemas sebanyak 5 responden (17,9%) dan didapatkan mayoritas responden sesudah pendidikan kesehatan yang tidak cemas sebanyak 25 responden (89,3%).

PEMBAHASAN

Tingkat kecemasan sebelum pemberian pendidikan kesehatan pada ibu yang mengalami masa menopause di Demak Timur Surabaya

Berdasarkan tabel terlihat bahwa dan 28 responden. 20 responden (71,4%) mengalami kecemasan ringan. Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar. sang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi mi tidak memiliki obyek yang spesifik kecemasan dialami secara subyektif dan dikomunikasikan secara interpersonal dan berada dalam suatu rentang (Stuart, 2006). Pada suatu rentang tersebut tingkat kecemasan yang terjadi sebelum pemberian pendidikan kesehatan adalah tingkat kecemasan ringan dimana sebagian besar sebelum pemberian pendidikan kesehatan ibu-ibu mengalami kecemasan ringan menurut Stuart (2006) kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan mi menyebabkan individu menjadi waspada dan men ingkatkan lapang persepsinya. Manifestasi yang muncul pada kecemasan ringan yaitu path respon fisiologis meliputi sesekali nafas pendek,

mampu menerima rangsang yang pendek dan path respon kognitif meliputi koping persepsi luas, mainpu menerima rangsang yang kompleks, konsentrasi path masalah, dan menyelesaikan masalah (Stuart and Sundeen, 1998). Menurut Mulyani, 2013 munculnya kecemasan yang dapat terjadi pada wanita menopause merupakan respon alamiah terhadap suatu hal yang akan atau sudah dihadapi, tetapi peruj,ahan emosi seseorang sangat tergantung individu masing-masing, tergantung bagaimana pandangan seorang wanita tentang menopause itu sendiri terinasuk pengetahuannya tentang menopause. Perubahan psikis mi sangat mempengaruhi kualitas hidup seseorang.

Selain itu, tingkat kecemasan sebelum pemberian pendidikan kesehatan adalah kecemasan ringan juga dipengaruhi oleh usia. Menurut Stuart and Sundeen (1998) Seseorang yang mempunyai umur lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan akibat kecemasan dan pada seseorang yang lebih tua. Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan sebagian besar responden berusia 50 — 55 tahun sebanyak 18 responden (64,2%). Sedangkan berdasarkan tabel 5.2 didapatkan secara keseluruhan

responden berstatus menikah sebanyak 28 responden (100%). Pada usia tersebut telah memasuki usia premenopause, dimana pada usia ini ibu-ibu dituntut untuk mampu mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause. Ketidakpastian ibu-ibu dalam menghadapi menopause dapat menyebabkan kecemasan. Menurut Stuart & Sundeen (1998) Pendidikan yang rendah akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan, tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru termasuk dalam menguraikan masalah yang baru. Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan terbanyak responden berpendidikan SD sebanyak 10 responden (35,8%). Seseorang yang berpendidikan rendah biasanya kurang mendapatkan informasi dan memiliki pemikiran yang kurang luas sehingga lebih mudah mengalami suatu kecemasan. Menurut Notoadmojo (2007) kesehatan dan aspek ekonomi terlihat dan produktivitas seseorang (dewasa) dalam anti mempunyai kegiatan yang menghasilkan sesuatu yang dapat menyokong hidupnya atau keluarganya secara finansial. Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan sebagian besar responden sebagai Ibu rumah tangga sebanyak 14 responden (50%). Hal ini berarti bahwa responden sebagai ibu rumah tangga mempunyai keuntungan dalam hal waktu dibandingkan dengan ibu yang bekerja. Apabila para ibu mampu memanfaatkan dengan baik waktunya yang bermanfaat berkaitan dengan mempersiapkan diri menghadapi menopause maka akan meringankan kecemasannya dengan menambahkan pengetahuannya dan berbagai sumber seperti media massa, media elektronik, dan tenaga kesehatan. Sesuai dengan pernyataan disebutkan pengetahuan yang cukup akan

memahami dan siapkan dirinya menjalani masa menopause dengan lebih baik. Kecemasan yang dialami oleh ibu-ibu memiliki tingkat kecemasan yang berbeda pada setiap individunya, hal tersebut dibenarkan oleh Mulyani (2013) yang mengatakan tidak ada seorang pun yang dapat memastikan kapan menopause ini akan datang. Kebanyakan wanita akan mengalaminya pada usia 50 tahun tapi tidak menutup kemungkinan jika terjadi lebih cepat atau lebih lambat. Wanita yang menilai atau menganggap menopause itu sebagai peristiwa yang menakutkan dan perlu dihindari, maka stress pun sulit untuk dihindari. Kecemasan yang dialami akan berdampak pada ketidakmampuan ibu untuk melakukan tindakan yang benar dalam menghadapi menopause. Dengan tidak adanya pendidikan kesehatan akan membuat seseorang atau individu tidak mengetahui informasi ataupun pengetahuan mengenai menopause khususnya pada ibu-ibu yang akan menghadapi menopause. Pengetahuan yang kurang akan menimbulkan tingkat kecemasan pada ibu-ibu yang akan menghadapi menopause dengan hasil mengalami kecemasan ringan walaupun kecemasan tersebut masih dalam taraf yang ringan. Jika pada mulanya mengalami kecemasan yang ringan dan kecemasan tersebut tidak ditangani akan menimbulkan kecemasan yang lebih berat lagi.

KESIMPULAN

Pengetahuan remaja tentang dampak pernikahan usia dini di SMA Negeri 1 Mendoyo, Jembrana Bali sebagian besar siswanya berpengetahuan baik.

SARAN

1. Bagi Institusi SMA Negeri 1 Mendoyo, Jembrana Bali
Hendaknya pihak sekolah bekerjasama dengan orang tua/wali murid untuk menimalkan remaja menikah dini, mengingat dampak pernikahan dini yang sangat banyak terutama dampak terhadap kesehatan yang dapat menyebabkan kematian ibu dan bayi
2. Bagi siswa
Diharapkan siswa benar-benar memahami dan meningkatkan pengetahuan mereka tentang dampak pernikahan usia dini
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dalam penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mendorong remaja melakukan pernikahan usia dini dengan menggunakan metode wawancara dan kuesioner agar mendapatkan hasil yang lebih akurat
4. Bagi Institusi (STIKes William Booth)
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya yang lebih luas serta dapat dijadikan masukan dalam melakukan pengabdian masyarakat dosen dan mahasiswa dalam menanggulangi dampak pernikahan dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, "*Himpunan Peraturan Perundang-Undangan Tentang Pernikahan*". <http://www.arhp.org/about-us/position-statements>
- Arikunto, S. 2007. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statiska. 2008. "*Tingginya Angka Pernikahan Dini di Indonesia*". <http://www.arhp.org/about-us/position-statements>
- BKKBN. 2002. *Program dan Pelayanan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: BKKBN

Hurlock, EB. 1998. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga

Kusmiran, Eny. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika

Manuaba, Ida Bagus Gede. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Edisi I. Jakarta: EGC

Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Nursalam. 2007. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi Tesis dan Instrumen Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta