

DAFTAR PUSTAKA

- Abadini, D., & Wuryaningsih, C. E. (2018). Determinan aktivitas fisik orang dewasa pekerja kantoran di Jakarta tahun 2018. *Jurnal promosi kesehatan indonesia*, 14(1), 15. <https://doi.org/10.14710/jpki.14.1.15-28>
- Adiputra, M. S., Ni, W. T., & Ni, P. W. O. (2021). Metodologi penelitian kesehatan. *angewandte chemie international edition*, 6(11), 951–952., 1–308. https://books.google.co.id/books/about/metodologi_penelitian_kesehatan.htm?id=DDYtEAAAQBAJ&redir_esc=y
- Ambardini, R. (2020). *Aktivitas fisik pada lanjut usia*. 14. <https://docplayer.info/32865043-aktivitas-fisik-pada-lanjut-usia-oleh-rachmah-laksmi-ambardini-staf-pengajar-fik-universitas-negeri-yogyakarta.html>
- Armini, N. K. A., Ni'mah, L., & Silviani, B. S. (2019). Complaints in menopausal women and its correlation with lifestyle and stress. *Jurnal Ners*, 13(2), 184–189. <https://doi.org/10.20473/jn.v13i2.7753>
- Dewi, I. G., & Wuryaningsih, C. E. (2019). Aktivitas fisik masyarakat urban di Jakarta Selatan. *hasanuddin journal of midwifery*, 1(1), 23. <https://doi.org/10.35317/hajom.v1i1.1790>
- Dharmansyah, D., & Budiana, D. (2021). Indonesian adaptation of the international physical activity questionnaire (IPAQ): psychometric properties. *jurnal pendidikan keperawatan indonesia*, 7(2), 159–163. <https://doi.org/10.17509/jpki.v7i2.39351>
- Dinkes Aceh. (2018). Lakukan aktifitas fisik 30 menit setiap hari. *dinas kesehatan provinsi Aceh*, 3–5.
- Djollong, A. F. (2014). Tehnik pelaksanaan penelitian kuantitatif (technique of quantitative research). *istiqlah : jurnal pendidikan dan pemikiran islam*, 2(1), 86–100. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlah/article/view/224>
- Ekasari, M., Riasmini, N., & Hartini, T. (2018). Meningkatkan kualitas hidup lansia konsep dan berbagai strategi intervensi. *wineka media*. <https://books.google.co.id/books?id=IWCIDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Galas, M., Dabrowska, J., Ptaszkowski, K. and, & Plinta, R. (2019). *High physical activity level may reduce menopausal symptoms*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.3390/medicina55080466>
- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krusturup, P. (2022). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 27(1–2), 20–25. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1757494>
- Hartini, W. M., Roosarjani, C., & Dewi, Y. A. (2019). Bahan ajar teknologi bank darah (TBD) metodologi penelitian dan statistik. kementerian kesehatan republik indonesia.
- Heinemann, K., Ruebig, A., Potthoff, P., Schneider, H. P. G., Strelow, F., Heinemann, L. A. J., & Thai, D. M. (2004). The menopause rating scale (MRS) scale: A methodological review. *health and quality of life outcomes*, 2, 1–8. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-2-45>
- Kauffman, T., Scott, R., Barr, J., & Moran, M. (2014). A comprehensive guide to geriatric rehabilitation. in *a comprehensive guide to geriatric rehabilitation*.

- <https://doi.org/10.1016/c2010-0-68608-1>
- Kemenkes. (2013). Keputusan menteri kesehatan No.80 tahun 2013. menteri kesehatan republik indonesia, 1536, 3. file:///C:/Users/User/Downloads/Documents/bn1536-2013.pdf
- Kemenkes RI. (2018). Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018. kementerian kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Khadilkar, S. S. (2019). Musculoskeletal disorders and menopause. *journal of obstetrics and gynecology of india*, 69(2), 99–103. <https://doi.org/10.1007/s13224-019-01213-7>
- Kusumasari, R. V., Sari, D. N. A., & Humairah, N. (2021). Jurnal ilmiah permas: jurnal ilmiah STIKES kendal. menopause berhubungan dengan tingkat kepuasan seksual pada wanita menopause, 11(Januari), 71–80. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Marettih, A. K. E. (2020). Kualitas hidup perempuan menopause. *marwah*, 19(jurnal perempuan, agama, dan jender). <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/marwah/article/viewFile/506/486>
- Mokosuli, R., Jesephus, J., & Joseph, W. (2016). Hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi ko. 5(agustus), 218–221.
- Nguyen, T. T. P., Phan, H. T., Vu, T. M. T., Tran, P. Q., Do, H. T., Vu, L. G., Doan, L. P., Do, H. P., Latkin, C. A., Ho, C. S. H., & Ho, R. C. M. (2022). Physical activity and social support are associated with quality of life in middle-aged women. *PLoS ONE*, 17(5 May), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268135>
- Novitasary, M. D. (2014). Hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas pada wanita usia subur peserta jamkesmas di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado. *Jurnal E-Biomedik*, 1(2), 1040–1046. <https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.3255>
- Oktiani, C., Agushyibana, D. F., & Mawarni, A. (2017). Hubungan faktor demografi, aktivitas fisik, riwayat penyakit, dan metode Kb dengan keluhan perimenopause pada pedagang serabi Ambarawa, Semarang. *jurnal kesehatan masyarakat (e-Journal)*, 5(4), 8. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/download/18342/17418>
- Proverawati, A., & sulistyawati, E. (2010). Menopause dan sindrome premenopause (W. Kristiyanasari (ed.)). Nuha Medika.
- Purnama, H., & Suhada, T. (2019). Tingkat aktivitas fisik pada lansia di provinsi Jawa Barat, Indonesia. *Jurnal keperawatan komprehensif (comprehensive nursing journal)*, 5(2), 102–106. <https://doi.org/10.33755/jkk.v5i2.145>
- Purwanza dkk., S. W. (2022). Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi. In *News.Ge* (Issue March).
- Sahir, I., Andryani, Z. Y., & Firdayanti. (2021). Manajemen asuhan kebidanan pada Ny “S” dengan perimenopause di Puskesmas Bangkala Kec. Bangkala Kabupaten Jeneponto tanggal 08 S/D 29 Desember 2020. *jurnal midwifery*, 3(2), 76–87. <https://doi.org/10.24252/jmw.v3i2.24343>
- Saknadur. (2005). Perempuan usia pramenopause di Denpasar Selatan I Gusti Ayu Putri Darsitawati dan I Gusti Ayu Putu Wulan Budisetyani. 2(1), 3.
- Sasnitiari, N. N., Mulyati, S., & . (2018). Pengaruh senam aerobik low impact terhadap pengurangan keluhan ibu premenopause di wilayah Puskesmas Merdeka Bogor tahun 2016. *midwife journal*, 5(01), 62–73.

<https://media.neliti.com/media/publications/234015-pengaruh-senam-aerobik-low-impac-terhada-a61773fe.pdf>

Yazia, V. Hamdayani, D. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan ibu premenopause dalam menghadapi masa menopause. *jurnal ilmiah kesehatan jiwa*, 2(2), 53–68.