

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran kesiapan perempuan menghadapi menopause di Desa Tegalrejo Bayat Klaten, didapatkan beberapa kesimpulan:

1. Berdasarkan karakteristik perempuan yang menjadi responden dalam penelitian ini didapatkan umur perempuan 46-50 tahun sebanyak (70%). Sebagian besar berpendidikan SMP sebanyak (53%). Sebagian besar responden bekerja sebanyak (68,6%) baik bekerja sebagai PNS, swasta, buruh, wiraswasta. Status perkawinan responden menikah sebanyak (82,9%). Riwayat kontrasepsi responden sebagian besar adalah suntik KB sebanyak (35,7%).
2. Gambaran Kesiapan Perempuan Menghadapi Menopause di Desa Tegalrejo Bayat Klaten adalah siap dengan jumlah sebanyak (65,7%). Dan kurang siap sebanyak (34,4%).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ada beberapa saran yang dapat diberikan, yaitu :

1. Bagi Perempuan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan perempuan terutama usia 40-50 tahun untuk lebih meningkatkan kesiapan baim secara fisik, psikis maupun spiritual dan untuk sharing dan mencari informasi tentang menopause untuk mempersiapkan perempuan menjalani masa menopause dengan baik.

2. Bagi Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas)

Diharapkan petugas kesehatan memberikan pendidikan kesehatan terkait kesiapan perempuan dalam menghadapi menopause agar perempuan dapat menjalani masa menopause dengan baik.

3. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang menopause sebagai bahan atau sumber bacaan di perpustakaan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai Gambaran Kesiapan Perempuan Menghadapi Menopause dan menjadi lebih baik lagi dengan menggunakan desain penelitian, populasi, dan sampel serta metode penelitian dan variabel yang berbeda dari penelitian sebelumnya untuk meningkatkan ilmu pengetahuan serta penelitian menjadi lebih luas.