BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Penerimaan diri wanita premenopause di Dusun Karang Tengah, Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta 2019 sebagian besar memiliki penerimaan diri kategori sedang yaitu sebanyak 39 responden (68,4%).
2. Tingkat kecemasan wanita premenopause di Dusun Karang Tengah, Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta 2019 menunjukkan sebagian besar memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 31 orang (54,4%).
3. Adanya hubungan antara penerimaan diri dengan tingkat kecemasan wanita premenopause di Dusun Karang Tengah, Nogotirto, Gamping, Sleman, (p= 0,000) dengan keeratan hubungan dalam kategori kuat yaitu nilai r = -0,688.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian tentang penerimaan diri dengan tingkat kecemasan wanita premenopause di Dusun Nogotirto, Gamping, Sleman, yang telah dipaparkan di atas, terdapat beberapa saran yang peneliti sampaikan antara lain sebagai berikut :

1. Bagi Wanita Premenopause

   Bagi wanita premenopause hendaknya lebih memahami dan meningkatkan penerimaan diri saat memasuki masa premenopause sehingga bisa mengatasi serta meminimalkan tingkat kecemasan yang terjadi.
2. Bagi Keluarga

   Sebaiknya semua keluarga memberikan dukungan serta semangat kepada wanita premenopause, agar selalu menerima dirinya dan optimitis terhadap masa depan.

PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

3. Bagi Petugas Kesehatan

   Petugas kesehatan khusunya perawat hendaknya memberikan informasi mengenai premenopause dan menopause serta bagaimana cara meningkatkan penerimaan diri akan perubahan yang terjadi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   a. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian selanjutnya, lebih baik menambahkan faktor lain yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada premenopause seperti usia, keadaan fisik, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, dukungan keluaga dan sosial budaya.

   b. Selain itu sebaiknya peneliti berikutnya lebih menekankan metode wawancara dan lebih mendetail dalam memberikan pertanyaan agar didapatkan informasi yang lengkap tentang masalah yang diambil.

PEPUSTAKAAN UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA