

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kesiapan wanita yang tidak bekerja di Dusun Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta 2019 terbanyak memiliki tingkat kesiapan cukup yaitu 58,6%
2. Tingkat kesiapan wanita yang bekerja di Dusun Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta 2019 terbanyak memiliki tingkat kesiapan cukup yaitu 60,7%
3. Ada perbedaan tingkat kesiapan menghadapi menopause antara wanita yang bekerja dengan yang tidak bekerja di Dusun Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta 2019 dengan  $p\text{-value} = 0,022$

#### **B. Saran**

1. Bagi Ibu Premenopause  
Hendaknya lebih meningkatkan pengetahuan tentang menopause agar dapat lebih siap dalam menghadapi menopause.
2. Bagi Program Studi Keperawatan  
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi dalam merumuskan program penyuluhan kepada masyarakat khususnya tentang pengetahuan dan kesiapan menopause sebagai salah satu wujud pengabdian kepada masyarakat.
3. Bagi Petugas Puskesmas Gamping II  
Lebih meningkatkan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu premenopause mengenai permasalahan yang terjadi saat menopause dan cara untuk mempersiapkan masa menopause dengan baik supaya lebih meningkatnya tingkat kesiapan yang dimiliki ibu premenopause.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya pada penelitian sejenis di masa mendatang perlu melibatkan berbagai faktor yang diduga dapat mempengaruhi tingkat kesiapan ibu premenopause dalam menghadapi menopause.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PEPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA