

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian kesimpulan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Dukungan suami pada istri yang menghadapi menopause sebagian besar kategori cukup sebanyak 37 orang (64,9%).
2. Kesiapan istri menghadapi menopause sebagian besar kategori cukup sebanyak 37 orang (64,9%).
3. Ada hubungan dukungan suami dengan kesiapan istri menghadapi menopause ( $p=0,023$ ), dengan keeratan hubungan kategori rendah.

#### **B. Saran**

1. Bagi Ibu yang Menghadapi Menopause

Bagi ibu diharapkan menambah kesiapan ibu dalam menghadapi masa menopause. Kesiapan yang masih perlu ditingkatkan ibu yaitu kesiapan secara fisik, dimana semakin tua maka fisik juga akan semakin lemah sehingga ibu perlu meningkatkan kesiapan fisik dengan istirahat yang cukup.

2. Bagi suami

Suami diharapkan agar selalu mengoptimalkan dukungan yang diberikan kepada istri yang menghadapi masa menopause. Salah satu hal yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan informasi terkait dengan gejala menjelang menopause sehingga dapat memberikan informasi maupun bertukar informasi dengan istri terkait dengan gejala menjelang menopause.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk pengembangan ilmu keperawatan dalam meningkatkan kesiapan istri menghadapi menopause. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan menghubungkan variable selain dukungan suami dengan kesiapan menghadapi menopause sehingga penelitian lebih berkembang. Peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menopause.