

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran persiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause* di Dusun Sayegan, Srihardono, Pundong, Bantul, Yogyakarta. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Persiapan ibu dari segi fisik dalam menghadapi masa *menopause* kategori siap, yaitu sebanyak 38 responden (76,0%).
2. Persiapan ibu dari segi psikis dalam menghadapi masa *menopause* kategori siap, yaitu sebanyak 34 responden (68,0%).
3. Persiapan ibu dari segi spiritual dalam menghadapi masa *menopause* kategori siap, yaitu sebanyak 38 responden (76,0%).

B. Saran

1. Bagi Ibu *premenopause* di Dusun Sayegan, Srihardono, Pundong, Bantul, Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan wawasan terutama tentang gambaran persiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause*.

2. Bagi Intansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak terkait (Puskesmas, Dinas Kesehatan) mengenai gambaran kesiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause*.

3. Bagi STIKES A Yani Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana sebagai saran memperkaya ilmu kebidanan terutama tentang gambaran persiapan ibu dalam menghadapi masa *menopause*

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA