

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Wanita usia subur 35-40 tahun di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon Progo dari 32 responden, mayoritas memiliki kesiapan yang kurang dalam menghadapi perubahan premenopause secara fisik sejumlah 30 responden (94%) dan minoritas cukup sejumlah 2 responden (6%).
2. Wanita usia subur 35-40 tahun di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon Progo dari 32 responden, mayoritas memiliki kesiapan yang kurang dalam menghadapi perubahan premenopause secara psikologis sejumlah 26 responden (81%), cukup siap 5 responden (16%) dan minoritas siap sejumlah 1 responden (3%).
3. Wanita usia subur 35-40 tahun di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon Progo dari 32 responden, mayoritas memiliki kesiapan yang kurang dalam menghadapi premenopause sejumlah 27 responden (84%) dan minoritas sejumlah 5 responden (16%).

B. Saran

1. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon Progo
Bidan di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon progo hendaknya memberikan konseling atau penyuluhan pada wanita khususnya usia 35-40 tahun tentang kesiapan menghadapi premenopause.
2. Bagi wanita usia 35-40 tahun di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon Progo
Wanita usia 35-40 tahun yang belum mengetahui tentang informasi kesehatan khususnya masalah kesiapan menghadapi premenopause dan bertanya kepada tenaga kesehatan yang terdekat agar tercipta wanita yang lebih sehat.

3. Bagi Kader di Dusun Sempu Bumirejo Lendah Kulon Progo

Diharapkan kader untuk secara aktif bekerja sama dengan tenaga kesehatan khususnya bidan yang ada di dusun Sempu untuk mencari informasi kesehatan terutama tentang menghadapi premenopause.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat lebih mengembangkan wawasan tentang kesehatan reproduksi tentang kesiapan wanita menghadapi premenopause terutama di daerah yang masih kekurangan tenaga kesehatan serta menambah jumlah item pertanyaan agar hasil penelitian yang didapatkan dapat lebih signifikan.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA