

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan yang sedang tentang menopause yaitu sebanyak 38 orang (56.7%).
2. Sebagian besar responden mempunyai tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 45 orang (67.2%).
3. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause di Desa Kebocoran Kecamatan Kedung Banteng Kabupaten Banyumas tahun 2011 yaitu ditunjukkan dengan harga τ sebesar -0,320 taraf signifikan 0,006, bernilai negatif artinya semakin rendah tingkat pengetahuan tentang menopause semakin tinggi tingkat kecemasan ibu menghadapi menopause.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat di desa Kebocoran, kecamatan Kedung Banteng, kabupaten Banyumas.
 - a. Perlu meningkatkan pemahaman tentang menopause, bisa melalui diskusi dengan dokter, bidan maupun perawat komunitas atau dengan orang – orang yang telah berpengalaman dengan menopause, mencari informasi melalui buku, majalah maupun televisi.

- b. Bagi ibu-ibu yang berusia kurang dari 50 tahun jangan malu untuk ikut mencari tahu tentang menopause karena semakin tahu tentang menopause kita semakin bisa mempersiapkan diri dalam menghadapi menopause dan mengurangi kecemasan dalam menghadapi menopause.
2. Bagi Profesi bidan dan tenaga kesehatan lain yang ada di Desa Kebocoran, Kecamatan Kedung Banteng, Kabupaten Banyumas.
Peneliti menyarankan pada para tenaga kesehatan baik bidan maupun tenaga kesehatan yang lain agar lebih memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai wacana dan masukan untuk lebih meningkatkan ilmu pengetahuan dan dapat digunakan sebagai alat untuk diadakannya suatu promosi kesehatan yang meliputi penyuluhan, pendidikan kesehatan dan penjelasan tentang menopause itu sendiri. Cara mengobati keluhan tanpa menggunakan obat yaitu misalnya dengan olahraga secara teratur, makan-makanan yang sehat dan bergizi serta berfikiran positif dimasa tuanya khususnya bagi para wanita yang memasuki usia menopause.

3. Bagi Mahasiswa Stikes A.Yani Prodi D III Kebidanan.

Peneliti menyarankan bagi mahasiswa agar hasil penelitian ini dapat digunakan untuk sarana pembelajaran tentang Kesehatan Reproduksi Wanita khususnya tentang Menopause dan menjadi sarana untuk penelitian selanjutnya serta dapat digunakan sebagai referensi di perpustakaan Stikes A.Yani

4. Bagi Peneliti Lain

Peneliti menyarankan bagi peneliti lain yang tertarik dan berminat untuk melakukan dan mengembangkan penelitian hubungan tingkat pengetahuan ibu premenopause tentang menopause dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menopause, disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai perbandingan keaslian penelitian selanjutnya.