

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Penulis berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut :

1. Gambaran usia responden paling banyak berusia 45 tahun sebanyak 18 orang (22.5%) dan paling sedikit yakni 55 tahun sebanyak 1 orang (1.3%) dan pendidikan responden sebagian besar lulusan dari Sekolah Dasar sebanyak 63 orang (78.8%) dan lulusan Sekolah Menengah Pertama sebanyak 17 orang (21.3%).
2. Pengetahuan perempuan premenopause dalam menghadapi masa menopause di Desa Cidadali Kecamatan Cikalong Kabupaten Tasikmalaya sebagian besar ada pada kategori kurang yaitu sebanyak 43 orang (53.8%) dan kategori baik sebanyak 37 orang (46.3%).
3. Kecemasan perempuan premenopause dalam menghadapi masa menopause di Desa Cidadali Kecamatan Cikalong Kabupaten Tasikmalaya sebagian besar dalam kategori cemas yaitu sebanyak 48 orang (60.0%) dan kategori tidak cemas sebanyak 32 orang (40.0%).
4. Ada hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan perempuan premenopause dalam menghadapi masa menopause di Desa Cidadali Kecamatan Cikalong Kabupaten Tasikmalaya dengan  $p$  value 0,000.

## B. Saran

### 1. Bagi Ibu Premenopause

Ibu premenopause disarankan untuk meningkatkan pengetahuan dengan mencari informasi-informasi tentang persiapan dalam menghadapi masa menopause melalui media masa ataupun dari pihak kesehatan setempat.

### 2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kota Tasikmalaya.

Hasil penelitian dapat dijadikan informasi dan data selanjutnya dalam melakukan kegiatan baik dibidang pendidikan, penelitian maupun pengabdian kepada masyarakat tentang pengetahuan dan kecemasan perempuan premenopause dalam menghadapi menopause.

### 3. Bagi Masyarakat Desa Cidadali

Hasil penelitian dapat dijadikan salah satu dalam pengambilan keputusan dalam menghadapi ibu-ibu yang akan menopause agar tidak terjadi cemas, dengan bantuan kader informasi ini dapat disampaikan.

### 4. Bagi Profesi Perawat

Penelitian ini dapat memberikan edukasi yang tepat dalam mengurangi kecemasan saat menopause pada perempuan premenopause seperti definisi, tanda dan gejala serta penatalaksanaan perawatan.

### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini sebagai data awal untuk penelitian selanjutnya dengan metode penelitian yang berbeda serta mencari faktor-faktor yang bisa menangani cemas ataupun mencari faktor lain yang bisa menyebabkan

cemas pada perempuan premenopause dalam menghadapi masa menopause.

