

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause dengan tingkat kecemasan sedang mengalami perubahan fisik sedang sebanyak 2 wanita dengan presentase (3,3%).
2. Mayoritas wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause di Kelurahan Sambong memiliki perubahan fisik ringan dengan tingkat kecemasan normal sebanyak 30 ibu dengan presentase (49,9%).
3. Didapatkan hasil p value = 0,088, r = 0,222 yang menunjukkan korelasi positif, artinya termasuk dalam kategori kekuatan korelasi rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini tidak ada hubungan bermakna antara perubahan fisik dengan tingkat kecemasan pada wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopause di Kelurahan Sambong, Kabupaten Batang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat diambil saran sebagai berikut :

1. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Bagi institusi, hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam meningkatkan pengetahuan pembaca dan kepada tenaga pengajar agar

lebih banyak mengajarkan kepada mahasiswa bagaimana cara menurunkan tingkat kecemasan pada wanita premenopause.

2. Bagi Puskesmas

Disarankan kepada petugas Puskesmas khususnya perawat maternitas untuk lebih berperan serta dalam memberikan informasi dan pendidikan kesehatan khususnya mengenai premenopause agar tidak terdapat persepsi dan mitos yang salah tentang premenopause sehingga ibu-ibu dapat menerima perubahan fisik maupun psikis yang terjadi tanpa menimbulkan kecemasan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan wanita usia pertengahan dalam menghadapi fase premenopasue dengan metode yang lain guna mengatasi keterbatasan dalam penelitian ini.