

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Sebagian besar wanita menopause di Kelurahan Penajam tidak mendapatkan dukungan suami yaitu sebanyak 51 orang (58,6%).
2. Sebagian besar wanita menopause di Kelurahan Penajam tidak memiliki kualitas hidup yang buruk sebanyak 56 orang (64,4%).
3. Ada hubungan dukungan suami dengan kualitas hidup wanita menopause di Kelurahan Penajam dengan nilai signifikan p value 0,000.

#### B. Saran

1. Bagi Wanita Menopause

Wanita menopause lebih mengetahui masalah perubahan-perubahan pada masa menopause yang berdampak pada kualitas hidup dan berkomunikasi dengan suami mengenai masalah-masalah yang diharapinya selama masa menopause.

2. Bagi Puskesmas Penajam

Puskesmas dapat mengadakan penyuluhan-penyuluhan kepada wanita pre menopause dan melibatkan suami mengenai perubahan-perubahan masa menopause yang dapat mempengaruhi kualitas hidup, Puskesmas dapat membantu dan membantu wanita mempersiapkan diri menghadapi masa menopause melalui konseling-konseling tentang menopause.

### 3. Bagi Prodi S1 Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan perbandingan dan materi untuk perkuliahan sekaligus bahan referensi untuk mahasiswa mengenai masalah menopause..

### 4. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan hasil penelitian ini dilahan praktek atau tempat kerja untuk mensosialisasikan masalah menopause agar wanita menopause dapat memperbaiki kualitas hidupnya.

### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan kepada peneliti selanjutnya dan memberikan penambahan wawasan khususnya dalam hubungan dukungan suami dengan kualitas hidup wanita menopause. Penelitian dapat dikembangkan dengan melakukan modifikasi pada jumlah sampel, desain penelitian eksperimen melalui intervensi.