

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat ditarik simpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan responden yang paling banyak adalah responden dengan usia 40 – 50 tahun yaitu sebanyak 33 orang (53,2%), pendidikan diperoleh responden dengan pendidikan menengah (SMA) yang paling banyak yaitu berjumlah 35 orang (56,2%), pekerjaan diperoleh sebagian besar responden bekerja sebagai pedagang yaitu berjumlah 33 orang (53,2%), pendapatan keluarga perbulan diperoleh sebagian besar responden dengan pendapatan keluarga Rp. 2.500.000 – Rp. 3.500.000 yaitu berjumlah 48 orang (77,4%).
2. Tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause di wilayah kerja puskesmas sukawati I diperoleh sebagian besar responden mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 24 orang (38,7%), cemas sedang sebanyak 17 orang (27,4%) cemas berat sebanyak 3 orang (4,8%), tidak cemas sebanyak 18 orang (29,0%), serta tidak ada responden yang mengalami panik.

B. Saran

1. Bagi Kepala Puskesmas Sukawati I

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tolak ukur serta upaya dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yakni kesehatan yang menyangkut fisik maupun psikis. Peneliti menyarankan kepada institusi pelayanan kesehatan untuk selalu memberikan penyuluhan kepada masyarakat khususnya para ibu mengenai cara mengelola kecemasan atau stress pada masa premenopause.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulis berharap hasil penelitian ini kedepannya juga dapat digunakan sebagai acuan untuk mengadakan penelitian selanjutnya yang terkait dengan gambaran tingkat kecemasan wanita pada masa premenopause. Dalam penelitian ini, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami cemas ringan. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini, dengan pengembangan variabel penelitian seperti tingkat kecemasan dengan sikap wanita premenopause dalam menghadapi masa menopause, serta dapat melakukan pemilihan sampel dengan teliti.