

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Hasil penelitian yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Perempuan dengan Sikap Dalam Mengatasi Keluhan Premenopause di Wilayah Puskesmas I Denpasar Barat” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Nilai median pengetahuan perempuan dalam mengatasi keluhan premenopause di wilayah Puskesmas I Denpasar Barat adalah 7.
2. Nilai median sikap perempuan dalam mengatasi keluhan premenopause di wilayah Puskesmas I Denpasar Barat adalah 7.
3. Ada hubungan yang kuat dan bermakna antara pengetahuan dengan sikap perempuan dalam mengatasi keluhan premenopause di wilayah Puskesmas I Denpasar Barat.

#### **B. Saran**

Mengacu dari penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang peneliti sampaikan, diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi perempuan yang memasuki usia premenopause disarankan agar senantiasa meningkatkan pengetahuan atau pemahaman tentang keluhan premenopause sehingga dapat mengetahui apa saja perubahan yang terjadi dan dapat mengatasi keluhan yang dialami.

2. Kepada puskesmas diharapkan membuat program kesehatan khusus premenopause dan menopause, seperti penyuluhan atau konseling bagi perempuan yang sudah memasuki usia 40-50 tahun agar dapat memberikan informasi dengan

jelas kepada masyarakat tentang premenopause, sehingga dapat berpengaruh pada kesiapan dalam mengatasi keluhan yang akan dialami sehingga perempuan dapat melakukan sikap yang positif.

3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan menggunakan teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling* serta dapat mengembangkan penelitian ini dengan variable yang berbeda sehingga dapat membahas secara mendalam dan mendapatkan inovasi baru untuk promosi kesehatan mengenai premenopause dan menopause.