

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil Penelitian Hubungan Sikap dan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause Di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025 Dapat diambil kesimpulan :

1. Kurang dari (46,6%) responden belum siap menghadapi menopause di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025.
2. Kurang dari (46,6%) responden memiliki tingkat sikap negatif dalam menghadapi menopause di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025.
3. Kurang dari (39,7%) responden tidak mendapatkan dukungan keluarga dalam menghadapi menopause di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025.
4. Terdapat hubungan tingkat sikap dengan kesiapan menghadapi menopause di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025 (*p value* = 0,000).
5. Terdapat hubungan terhadap dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi menopause di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025 (*p value* = 0,000).

B. Saran

1. Bagi Penelitian

Diharapkan dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan dari bangku perkuliahan, menambah pengetahuan, serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian di bidang kebidanan dan untuk mengetahui hubungan sikap dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause di Puskesmas Koto Baru Simalanggang Tahun 2025.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kesiapan wanita menghadapi menopause selain sikap dan dukungan keluarga, seperti tingkat pengetahuan, status sosial ekonomi, dukungan sosial dari teman atau komunitas, kepribadian, strategi coping, self-efficacy, dan faktor-faktor lainnya. Penelitian multifaktorial ini akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang determinan kesiapan menghadapi menopause.

3. Bagi Puskesmas Koto Baru Simalanggang

Diharapkan dapat mengembangkan program edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif dan terstruktur khusus untuk wanita premenopause dan menopause. Program ini sebaiknya tidak hanya bersifat informatif tetapi juga mencakup aspek pembentukan sikap positif dan pemberdayaan keluarga. Puskesmas perlu menyediakan waktu khusus untuk konseling menopause, baik secara individual maupun kelompok,

yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih seperti bidan atau perawat yang memiliki kompetensi dalam konseling kesehatan reproduksi. Konseling ini sebaiknya tidak hanya ditujukan kepada wanita premenopause tetapi juga melibatkan suami atau anggota keluarga lainnya agar keluarga memahami perubahan yang terjadi dan dapat memberikan dukungan yang efektif.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan menambah referensi di perpustakaan Universitas Alifiah Padang.

