

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Menopause dengan Kesiapan Menghadapi Menopause di Desa Molosipat, Kec. Popayato Barat, Kab. Pohuwato Tahun 2014 dapat disimpulkan:

1. Pengetahuan ibu tentang menopause sebagian besar dikategorikan kurang yaitu sebanyak 42 orang (72,4%) dari jumlah responden.
2. Kesiapan ibu dalam menghadapi menopause sebagian besar dikategorikan tidak siap yaitu sebanyak 32 orang (55,2%)
3. Ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menopause dengan kesiapan menghadapi menopause.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi wanita yang berusia 40-50 tahun

Di harapkan dapat menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menopause dengan banyak membaca buku tentang menopause atau melalui media informasi lainnya, sehingga dapat meningkatkan pemahaman tentang bagaimana cara menghadapi menopause dan mengurangi keluhan-keluhan menjelang menopause.

**2. Bagi tenaga kesehatan**

Sebaiknya meningkatkan intensitas penyuluhan pengetahuan tentang menopause baik kepada ibu-ibu yang akan mengalami menopause maupun yang telah masuk usia menopause agar pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu tentang menopause dapat semakin meningkat sehingga dapat membentuk kepercayaan dalam menghadapi menopause.

**3. Bagi peneliti selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya di harapkan dapat mengkaji lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesiapan ibu menghadapi menopause.