

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan judul “Hubungan Dukungan Suami Terhadap *Menopause Syndrome* Pada Wanita Perimenopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata” maka di Tarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat dukungan suami pada wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata sebagian besar berada pada kategori mendukung yang ditunjukkan melalui dukungan emosional, instrumental, informasi, dan penghargaan yang diberikan kepada istri selama masa perimenopause.
2. Tingkat *menopause syndrome* pada wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata sebagian besar berada pada kategori sedang hingga berat, dengan gejala yang meliputi gangguan fisik, psikologis, dan urogenital akibat perubahan hormonal pada masa perimenopause.
3. Terdapat hubungan antara dukungan suami dengan *menopause syndrome* pada wanita perimenopause di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Sadewata, di mana semakin baik dukungan yang diberikan suami maka semakin ringan gejala *menopause syndrome* yang dialami oleh wanita perimenopause.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka saran yang diberikan adalah sebagai berikut

1. Bagi pasangan suami istri, diharapkan suami dapat meningkatkan perhatian, komunikasi, serta dukungan emosional kepada istri selama masa perimenopause agar wanita lebih siap dan nyaman dalam menghadapi perubahan fisik maupun psikologis yang terjadi.
2. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dan Puskesmas Pembantu Desa Sadewata, diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan konseling mengenai perimenopause serta pentingnya keterlibatan suami dalam mendukung kesehatan reproduksi perempuan usia perimenopause.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang memengaruhi *menopause syndrome*, seperti tingkat stres, gaya hidup, status kesehatan, dan kualitas hubungan pernikahan, sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif.