

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V. 1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan terhadap hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

a. Karakteristik sosiodemografi perempuan masa klimakterium di poli lansia Puskesmas Cipondoh yang paling mendominasi adalah:

- 1) Pada rentang umur, frekuensi yang paling tinggi pada rentang 55-59 tahun sebanyak (49,4%)
- 2) Pada status pekerjaan, frekuensi paling tinggi sebagai ibu rumah tangga sebanyak (75,3%)
- 3) Pada status pernikahan, frekuensi paling tinggi pada responden yang menikah dengan suami yang masih hidup dan tinggal bersama sebanyak (76,6%)
- 4) Pada tingkat pendidikan, frekuensi paling tinggi pada responden yang berpendidikan dasar sebanyak (57,8%)
- 5) Pada tingkat pendapatan, frekuensi paling tinggi pada responden yang memiliki pendapatan  $\geq$  Rp 3.295.075 /bulan baik dari sendiri (20,1%) maupun dari suami/anak/keluarga (40,3%)
- 6) Pada status menopause, frekuensi paling tinggi pada responden postmenopause sebanyak (76%)

b. Berdasarkan *Menopause Rating Scale* (MRS), maka didapatkan :

- 1) Pada domain somatik, responden yang tidak memiliki keluhan gejala menopause sebanyak (38,3%).
- 2) Pada domain psikologis, responden yang memiliki keluhan gejala menopause namun tidak sampai mengganggu aktivitas/ringan sebanyak (31,2%)
- 3) Pada domain urogenital, responden yang tidak memiliki gejala menopause sebanyak (33,1%).

- c. Berdasarkan WHO *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), tingkat aktivitas fisik responden yang paling banyak berada pada tingkat tinggi sebanyak (41,6%)
- d. Berdasarkan WHOQOL-BREF, kategori kualitas hidup sebagian besar responden pada keempat domain tergolong buruk (64,9%;62,3%;51,9%;79,9%)
- e. Terdapat hubungan yang bermakna antara karakteristik sosiodemografi terhadap kualitas hidup perdomain:
  - 1) Umur berhubungan dengan domain psikologis, terlihat dari semakin tua umur responden, gejala seperti *bodily* dan *appearance*, perasaan negatif, perasaan positif, *self – esteem*, berpikir, belajar, memori, dan konsentrasi akan semakin tampak
  - 2) Pendidikan berhubungan dengan domain lingkungan, terlihat dari semakin tinggi pendidikan, perhatian terhadap sarana dan prasarana lebih tinggi
  - 3) Pendapatan berhubungan dengan keempat domain, terlihat dari semakin tinggi pendapatan, kualitas hidup responden semakin baik
- f. Terdapat hubungan antara tingkat gejala menopause domain somatik terhadap kualitas hidup domain lingkungan, terlihat dari semakin rendah gejala menopause, kualitas hidup domain lingkungan seperti sumber finansial, keamanan, partisipasi dan kesempatan untuk melakukan rekreasi semakin baik
- g. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat aktivitas fisik terhadap kualitas hidup domain kesehatan fisik, psikologis, dan hubungan sosial, terlihat dari semakin tinggi tingkat aktivitas fisik, kualitas hidup responden semakin baik.

## V.2 Saran

- a. Bagi masyarakat, pada penelitian ditemukan bahwa keempat domain kualitas hidup termasuk buruk dan hal tersebut terjadi karena responden sudah terbiasa dan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi, diharapkan bagi para responden untuk lebih peduli dan sadar akan aspek yang dapat memengaruhi kualitas hidupnya, seperti keluhan rasa sakit

yang dapat mengganggu aktivitas harian mereka, gangguan pada tidur mereka, gangguan pada kognitif seperti daya ingat dan konsentrasi

- b. Bagi klinisi, diharapkan bisa lebih sering mengadakan penyuluhan kepada ibu-ibu yang mulai memasuki masa klimakterium agar mereka menyadari pentingnya pengetahuan mengenai menopause dan perubahan-perubahannya agar menghadapi masa tua dalam keadaan sehat, mandiri, dan berperan aktif dalam masyarakat.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan pada penelitian berikutnya dapat melakukan penelitian dengan wawancara lebih fokus pada wanita yang pendidikan dan pendapatannya kurang dengan bahasa yang disesuaikan dengan tingkat pendidikan responden agar lebih mudah dipahami dan menghindari jawaban yang “biasa saja” sehingga skor kualitas hidup tidak bias.

