

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari 110 responden (100%) terdapat 88 responden (100%) berpengetahuan baik tentang osteoporosis.
2. Dari 110 responden (100%) terdapat 52 orang (47,3%) yang berupaya baik dalam mencegah osteoporosis.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan wanita premenopause dengan upaya pencegahan osteoporosis di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan ($p\ value = 0,036$ dari uji *chi-square*). Dan didapatkan rasio prevalens 1,91 yang artinya pengetahuan buruk merupakan resiko 1,91 tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis

Saran

Saran yang dapat diberikan oleh penulis sehubungan dengan penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai masukan dan pertimbangan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan mempelajari variabel-variabel lain yang mempengaruhi masalah kesehatan yang sering terjadi pada masa premenopause dan menopausen terutama tentang osteoporosis dengan sampel lebih besar.
2. Bagi responden di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan agar dapat lebih meningkatkan dan memelihara kesehatan dengan cara mengatur diet makanan dan minuman, berolahraga secara teratur (mengikuti senam pencegahan os)
3. Bagi instansi kesehatan terkait, dalam penelitian ini adalah pihak Puskesmas kecamatan Grogol agar menyediakan dan meningkatkan mutu pelayana konseling terhadap wanita premenopause dalam

menghadapi masa sebelum dan setelah menopause, serta penyuluhan terhadap pencegahan osteoporosis sejak dini.