

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan osteoporosis yang dilakukan oleh wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai pengetahuan yang baik dalam upaya pencegahan osteoporosis.
2. Wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai sikap yang cukup dalam upaya pencegahan osteoporosis.
3. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan osteoporosis pada wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan, Kartasura, Sukoharjo ($p = 0,008$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran bagi:

1. Dinas Kesehatan
 - a. Dinas Kesehatan diharapkan untuk meningkatkan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat, khususnya tentang osteoporosis melalui

kegiatan Posyandu, pertemuan warga, pemasangan sepanduk, poster dan lain-lain.

- b. Melakukan kampanye tentang pentingnya pencegahan osteoporosis melalui berbagai media cetak dan elektronik, sehingga informasi tentang osteoporosis pada wanita dapat diperoleh melalui televisi, radio dan lain sebagainya.

2. Masyarakat

- a. Masyarakat diharapkan senantiasa memperhatikan lingkungan dan membiasakan diri untuk mengkonsumsi makanan yang dapat mencegah osteoporosis, sehingga dapat meminimalisir terjadinya osteoporosis yang terlalu dini.
- b. Masyarakat diharapkan berperan aktif dalam meningkatkan pemahaman wanita dalam upaya pencegahan osteoporosis melalui keluarga, sehingga dapat membantu wanita untuk mencegah terjadinya osteoporosis.

3. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih mendalam lagi kaitannya dengan upaya pencegahan osteoporosis.