

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil kuesioner responden pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik dari 25 responden dikelompokkan berdasarkan usia dengan frekuensi tertinggi sebanyak 8 orang pada usia 21-30 tahun, kemudian berdasarkan tingkat pendidikan terakhir dengan frekuensi tertinggi yaitu SMA dan Perguruan tinggi sebanyak 24 orang, lalu berdasarkan pekerjaan dengan frekuensi tertinggi sebagai pegawai swasta sebanyak 10 orang, dan berdasarkan sumber informasi mengenai manfaat sinar matahari dengan frekuensi tertinggi melalui internet sebanyak 14 orang.
2. Gambaran tingkat pengetahuan WUS mengenai manfaat sinar matahari didominasi oleh tingkat pengetahuan cukup sebanyak 12 orang.
3. Kadar vitamin D WUS yang tertinggi adalah golongan insufisiensi sebesar 19,2 ng/mL. Untuk golongan normal tidak ditemukan pada penelitian ini.
4. Nilai signifikansi *P-Value* yang di dapatkan pada penelitian ini sebesar 0,074 sehingga disimpulkan secara statistik tidak ditemukan hubungan pengetahuan mengenai manfaat sinar matahari dengan kadar vitamin D pada wanita usia subur.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa saran, sebagai berikut :

1. Bagi Institusi Kesehatan

Bagi petugas kesehatan disarankan agar lebih sering memberikan penyuluhan tentang kadar vitamin d terutama sumber-sumber vitamin d yang berasal dari sinar matahari dan sumber dari makanan, sehingga dapat menambah pengetahuan yang luas serta tercapainya kadar vitamin d yang normal khususnya pada wanita usia subur.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melanjutkan penelitian mengenai hubungan tentang manfaat sinar matahari dengan kadar vitamin d pada wanita usia subur, disarankan untuk menambah jumlah responden, agar didapatkan karakteristik responden yang beragam.