

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi pustaka tentang gambaran kadar profil lipid pada penderita obesitas yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari 10 artikel yang dikaji rata-rata kadar kolesterol total berkisar antara 154,5-245 mg/dL, kadar rata-rata HDL berkisar antara 43,1-162,7 mg/dL, kadar rata-rata LDL berkisar antara 82,6-170,3 mg/dL, dan kadar rata-rata trigliserida berkisar antara 89,3-265,1 mg/dL. Kemudian terdapat 2 dari 10 artikel yang telah dikaji menyatakan kadar tertinggi kolesterol total berkisar antara 215-256 mg/dL dan kadar terendah berkisar antara 15-135 mg/dL, kadar tertinggi HDL berkisar antara 56-60 mg/dL dan kadar terendah 38 mg/dL, kadar tertinggi LDL berkisar antara 149-201 mg/dL dan kadar terendah berkisar antara 69-77 mg/dL, serta kadar tertinggi trigliserida berkisar antara 170-250 mg/dL dan kadar terendah berkisar antara 45-54 mg/dL.
2. Persentase kadar profil lipid pada 9 dari 10 artikel (90%) menunjukkan hasil peningkatan kolesterol total, LDL, trigliserida dengan presentase kadar kolesterol total berkisar antara 7%-80 %, presentase kadar LDL berkisar antara 4,4%-81,3%, presentase kadar trigliserida berkisar antara 5%-80,4%, serta pada 1 dari 10 artikel (10%) menunjukkan hasil normal.

B. Saran

1. Menerapkan pola hidup sehat sejak dini untuk mencegah terjadinya obesitas. Sehingga segala risiko yang berdampak buruk bagi kesehatan dapat ditekan semaksimal mungkin.
2. Jika didapatkan suatu hal yang memicu tingginya profil lipid di dalam darah maka perlu mendapatkan pengobatan yang maksimal.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk tetap berfokus pada penelitian kadar profil lipid penderita obesitas tetapi dengan tujuan penelitian yang lebih kompleks dan lengkap.