

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Dari 10 artikel ilmiah yang dikaji, 7 artikel membahas jumlah dan persentase penderita hipertensi pada laki-laki berkisar antara 3-44 (10%-53,33%) dan pada perempuan berkisar antara 14-91 (46,67%-90%).
2. Dari 10 artikel ilmiah yang dikaji, 6 artikel membahas kadar kolesterol total rata-rata pada penderita hipertensi berkisar antara 194,89-286,5 mg/dl, kadar terendah berkisar antara 82-224 mg/dl, dan kadar tertinggi berkisar antara 280-388 mg/dl.
3. Dari 10 artikel ilmiah yang dikaji, 7 artikel membahas jumlah dan persentase penderita hipertensi yang mempunyai kadar kolesterol normal berkisar antara 5-41 (16,67%-95%) dan penderita dengan kadar kolesterol lebih dari normal berkisar antara 1-78 (5,0%-83,33%).

#### **B. Saran**

Berdasarkan data yang diperoleh dari studi pustaka tentang gambaran kadar kolesterol total pada penderita hipertensi, maka peneliti menyarankan:

1. Bagi masyarakat untuk selalu waspada terhadap segala faktor resiko yang dapat meningkatkan terjadinya hipertensi, melalui pencegahan sejak dini dengan cara menerapkan gaya hidup sehat, makan makanan yang bergizi, berhenti merokok, dan melakukan diet rendah lemak jenuh dan kolesterol. Sehingga resiko terjadinya hipertensi dapat ditekan seminimal mungkin.
2. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya tetap berfokus pada objek penelitian kadar kolesterol total terhadap penderita hipertensi tetapi dengan menambahkan tujuan penelitian yang lebih kompleks dan lengkap seperti karakteristik berdasarkan pekerjaan pasien, penyakit yang mendukung resiko hipertensi dan penyakit komplikasi yang di akibatkan kadar kolesterol total pada penderita hipertensi, hal ini guna memperkaya artikel penelitian yang berfokus pada kadar kolesterol total pada penderita hipertensi yang masih jarang ada.