

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden ditinjau berdasarkan usia dan jenis kelamin. Ditemukan bahwa rata-rata usia responden yaitu berusia 20 tahun, responden termuda berusia 19 tahun dan responden dengan usia tertua yaitu 22 tahun. Sementara itu, dalam hal jenis kelamin, terdapat 15 responden laki-laki (25,4%) dan 44 responden perempuan (74,6%).
2. Indeks massa tubuh rata-rata 21,6 terendah 15,7 dan tertinggi 37,5.
3. Kadar kolesterol total rata-rata 203.02 mg/dl, terendah 141 mg/dl, dan tertinggi 351 mg/dl.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dan kadar kolesterol total pada mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, seperti yang ditunjukkan oleh uji Korelasi-*Spearman* sebesar 0.784 ($p > 0.05$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan disarankan untuk:

1. Para responden diharapkan dapat mengontrol kadar kolesterol tubuhnya dengan mengatur pola makan, seperti dengan mengurangi konsumsi makanan tinggi kolesterol, serta menerapkan gaya hidup yang sehat.
2. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk meningkatkan jumlah sampel dengan parameter pemeriksaan yang berbeda yaitu dengan pengukuran lingkar perut dan pemeriksaan profil lipid.