

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil telaah studi pustaka yang dilakukan pada 15 artikel dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata kadar kolesterol berkisar antara 173,29 mg/dL – 247,44 mg/dL, kadar maksimum kolesterol berkisar antara 284 mg/dL – 388 mg/dL, dan kadar minimum kolesterol berkisar antara 82 mg/dL – 110 mg/dL pada penderita hipertensi
2. Sebanyak 14 artikel menyatakan adanya hubungan kadar kolesterol dengan kejadian hipertensi dan 1 artikel menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara kadar kolesterol dengan kejadian hipertensi

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan dapat disarankan untuk:

1. Penderita hipertensi diharapkan agar dapat melakukan pengecekan kadar kolesterol darah secara rutin
2. Melakukan upaya untuk menjaga kadar kolesterol darah agar tidak semakin meningkat dengan mengatur pola hidup yang baik dan berolahraga secara teratur
3. Mengurangi asupan makanan yang mengandung kolesterol tinggi sehingga komplikasi penyakit dapat dicegah