

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil asupan lemak dari sumber yang diteliti mengatakan, bahwa tidak ada hubungan asupan lemak dengan kadar kolesterol pada penderita PJK ($p=0,358$ dan $p=0,916$), dan satu penelitian berhubungan antara asupan lemak dengan kadar kolesterol pada penderita PJK ($p=0,016$).
2. Hasil asupan serat dari sumber yang didapat mengalami perbedaan, terdapat sumber yang signifikan ($p=0,013$), yaitu adanya hubungan asupan serat dengan kadar kolesterol pada penderita PJK, dan dari dua sumber lagi tidak signifikan ($p=0,955$, $p=1,00$, dan $p=0,655$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian kepustakaan yang sudah diteliti, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan faktor lain yang dapat berpengaruh pada kadar kolesterol responden, seperti penyakit penyerta, aktifitas fisik, kondisi merokok. Peneliti dapat memakai metode eksperimental, memberikan kriteria inklusi dan eksklusi dengan tepat, membedakan jenis asupan lemak dan serat yang akan diteliti.