

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai profil kadar kolesterol total di Puskesmas Sukaraja Kecamatan Bumi Waras Kota Bandar Lampung tahun 2021 diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi kadar kolesterol total tahun 2021 dari 250 pasien didapatkan rata-rata kadar kolesterol total 218,40 mg/dl, nilai tertinggi kadar kolesterol total 418 mg/dl, dan nilai terendah kadar kolesterol total 98 mg/dl.
2. Distribusi frekuensi kadar kolesterol total berdasarkan usia tahun 2021 didapatkan kadar kolesterol total tertinggi yaitu 418 mg/dl pada kelompok usia 55-64 tahun dengan rata-rata kadar kolesterol total yaitu 231,49 mg/dl dan nilai terendahnya yaitu 104 mg/dl
3. Distribusi frekuensi kadar kolesterol total berdasarkan jenis kelamin tahun 2021 didapatkan pada laki-laki rata-rata kadar kolesterol total yaitu 203 mg/dl, nilai tertinggi 315 mg/dl, nilai terendah 108 mg/dl, dan pada perempuan didapatkan rata-rata kadar kolesterol total yaitu 223,33 mg/dl, nilai tertinggi 418 dan nilai terendah 98 mg/dl
4. Persentase kadar kolesterol total normal jenis kelamin laki-laki berjumlah 29 orang (47,5%), persentase kadar kolesterol normal jenis kelamin perempuan berjumlah 52 orang (27,5%), persentase kadar kolesterol tidak normal jenis kelamin laki-laki berjumlah 32 orang (52,5%), persentase kadar kolesterol tidak normal jenis kelamin perempuan berjumlah 137 orang (72,5%)

B. Saran

Berdasarkan penelitian di atas, peneliti menyarankan agar:

Bagi penderita kolesterol hendaknya selalu melakukan pemeriksaan kadar kolesterol secara rutin, serta mengkonsumsi obat secara teratur sehingga penyakit kolesterol yang diderita dapat dipantau dan terkonkrol dengan baik,

melakukan pemeriksaan kadar kolesterol total secara berkala dan melakukan olahraga rutin