

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada perokok aktif di Banjar Bekul, Kelurahan Panjer, Kecamatan Denpasar Selatan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik subyek penelitian diketahui bahwa sebagian besar (20,0 %) pada kelompok umur 26-30 tahun, sebanyak 50,0 % dengan kategori perokok sedang, dan sebanyak 60,0 % menghisap rokok selama ≤ 10 tahun.
2. Hasil pemeriksaan kadar kolesterol total pada perokok aktif yaitu kategori normal sebanyak 56,7 %, batas risiko tinggi sebanyak 13,3 %, risiko tinggi sebanyak 30,0 %.
3. Kadar kolesterol total yang melebihi batas normal paling banyak ditemukan pada kelompok usia > 30 tahun (33,3 %), banyaknya merokok per hari kategori perokok berat dan perokok sedang keduanya sebanyak (20,0 %), serta lama merokok > 10 tahun (30,0 %).

B. Saran

1. Bagi masyarakat

Diharapkan tidak merokok untuk mencegah peningkatan kadar kolesterol total dan melakukan pola hidup sehat.

2. Bagi instansi

Diharapkan agar dosen atau mahasiswa dapat memberikan penyuluhan tentang bahaya merokok serta kandungan yang ada dalam rokok dan kolesterol total agar masyarakat dapat mewaspadai bahaya rokok.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan melakukan penelitian analitik atau membandingkan kolesterol total pada perokok aktif dan perokok pasif.