

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan di Kelurahan Sesetan mengenai gambaran kadar kolester ol pada pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Karakteristik pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan didapatkan pedagang dengan usia dewasa akhir 43 orang (86%) dan usia dewasa dini 7 orang (14%). Pedagang dengan jenis kelamin laki- laki 38 orang (76%) dan perempuan 12 orang (24%). Mencicipi masakan 1x 42 orang (84%) dan 2x 18 orang (36%). Pedagang dengan tingkat konsumsi kopi 1-2 gelas perhari 41 orang (82%) dan tidak konsumsi kopi 9 orang (18%). Pedagang tingkat merokok 1-5 batang sebanyak 24 orang (48%) dan tidak merokok 26 orang (52%). Pedagang dengan konsumsi makanan berlemak 1-2 x 48 orang (96%).
2. Pedagang nasi goreng di Kelurahan Sesetan memiliki Kadar kolesterol total dengan 50 reponden dengan pedagang yang memiliki kadar normal 37 orang (74%) dan 13 memiliki kadar kolesterol batas tinggi (26%).
3. Pedagang nasi goreng dengan usia dewasa dini 21-30 tahun normal 7 orang (14%) sedangkan usia dewasa akhir 40-60 batas tinggi 14 orang (28%) dan normal 29 orang (58%). Jenis kelamin laki- laki batas tinggi 14 orang (28%) dan normal 23 orang (46%) dan perempuan normal 13 orang (26%). Konsumsi kopi 1-2 gelas batas tinggi 11 orang (22%) dan normal 31 (62%). Merokok 1-5 batang batas tinggi 13 orang (26%) dan normal 11 orang (22%) sedangkan yang tidak merokok 15 orang (30%) dan normal 24 orang (48%).

Mencicipi masakan 1x batas tinggi 8 orang (16%) dan normal 24 orang (48%) sedangkan mencicipi 2 x batas tinggi 6 orang (12%) dan normal 12 orang (24%). Makanan berlemak 1-2 x batas tinggi 11 orang (22%) dan normal 36 orang (72%).

B. Saran

1. Bagi pedagang nasi goreng

Bagi pedagang nasi goreng diharapkan untuk menjaga kesehatan mulai dari pola makan, kebiasaan mengkonsumsi makanan berlemak, merokok dan tingkat konsumsi kopi. Kadar kolesterol dipantau dengan melakukan pemeriksaan kolesterol pelayanan kesehatan terdekat.

2. Bagi kelurahan setempat

Bagi kelurahan setempat diharapkan dapat membuat program mengenai kesehatan bagi para pedagang yang berjualan dikawasan kelurahan setempat dengan melakukan pemeriksaan awal untuk mengetahui penyakit.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa menjadi referensi untuk data perkembangan penelitian selanjutnya dengan menambahkan variabel penelitian aktivitas fisik, riwayat penyakit dan tingkat konsumsi makanan berlemak dengan kategori yang lebih spesifik.