

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran kadar kolesterol total pada perokok aktif di Desa Keliki, Kecamatan Tegallalang, Kabupaten Gianyar maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kadar kolesterol total pada perokok aktif di Desa Keliki, Kecamatan Tegallalang, Kabupaten Gianyar lebih banyak memiliki kadar kolesterol total kategori normal sebanyak 33 responden dengan persentase 76.7%, kolesterol batas tinggi sebanyak 5 responden dengan persentase 11.6% Dan kolesterol tinggi sebanyak 10 responden dengan persentase 11.6%.
2. Karakteristik perokok aktif pada penelitian ini yaitu berdasarkan kategori usia paling banyak pada kelompok usia (41-52 tahun) yaitu sebanyak 2 responden kolesterol tinggi dengan persentase 18.2%. Karakteristik berdasarkan lama merokok, paling banyak merokok selama 7-13 tahun sebanyak 3 responden kolesterol tinggi dengan persentase 17.6%. Berdasarkan karakteristik jumlah rokok yang dikonsumsi sebanyak >20 batang sebanyak 3 responden kolesterol tinggi dengan persentase (75.0%).
3. Kadar kolesterol total tinggi lebih banyak diderita pada kelompok usia (41-52 tahun) dengan persentase 18.2%, berdasarkan lama merokok paling banyak merokok selama 7-13 tahun dengan persentase 17.6%, berdasarkan jumlah rokok yang dikonsumsi sebanyak >20 batang dengan persentase (75.0%).

B. Saran

1. Bagi masyarakat terutama para perokok aktif agar dapat mengurangi konsumsi rokok berlebih dan menerapkan pola hidup sehat.
2. Bagi instansi, Puskesmas diharapkan agar dapat memberikan penyuluhan terkait bahaya merokok serta hubungan antara merokok dan peningkatan kadar kolesterol baik secara langsung maupun melalui media edukasi elektronik.