

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 96 sampel pria perokok aktif yang merokok di Kecamatan Denpasar Selatan diperoleh kesimpulan bahwa :

1. Responden berdasarkan usia paling banyak pada kelompok usia 50-60 tahun yang memiliki kategori kadar kolesterol total tinggi dengan jumlah merokok >20 batang/hari sebanyak 5 orang (62.5%) dan lama merokok >10 tahun sebanyak 7 orang (53.8%).
2. Berdasarkan frekuensi jumlah rokok yang dikonsumsi per hari, mengkonsumsi rokok 1-10 batang/hari dengan persentase tertinggi sebanyak 37 orang (38.5%). Sedangkan berdasarkan lama mengkonsumsi rokok, paling lama merokok >10 tahun dengan persentase tertinggi sebanyak 65 orang (67.7%).
3. Kadar kolesterol pada perokok aktif di Kecamatan Denpasar Selatan, diperoleh hasil kadar kolesterol total dengan persentase tertinggi yaitu pada kategori normal sebanyak 51 orang (53.1%).
4. Terdapat hubungan jumlah batang rokok yang dikonsumsi setiap hari dengan kadar kolesterol total dengan nilai *sig.* < 0.05 (0.003 < 0.05) dan tidak terdapat hubungan lama mengkonsumsi rokok dengan kadar kolesterol total dengan nilai *sig.* > 0,05 (0.645 > 0.05).

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian diatas, saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Bagi perokok aktif diharapkan mulai membiasakan diri secara perlahan untuk mengurangi serta menghilangkan kebiasaan mengkonsumsi rokok dan melakukan cek kesehatan rutin secara berkala.
2. Bagi penelitian selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang serupa dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi acuan dan diharapkan dapat mengembangkan faktor-faktor tambahan lainnya yang mungkin dapat mempengaruhi hubungan merokok dengan kadar kolesterol total pada perokok aktif.