

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Menurut data penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang kadar kolesterol total pada penderita hipertensi di Puskesmas Rendang Kabupaten Karangasem didapatkan bahwa :

1. Mayoritas karakteristik penderita hipertensi di Puskesmas Rendang Kabupaten Karangasem yaitu, sebanyak 39,5% merupakan kelompok usia 55 – 65 tahun, 53,5% responden dengan jenis kelamin perempuan, sebanyak 53,5% responden mengonsumsi kopi dengan kategori rendah dan sebanyak 32,6% responden mempunyai kebiasaan merokok.
2. Data pengukuran kolesterol total pada penderita hipertensi di Puskesmas Rendang Kabupaten Karangasem menunjukkan kadar kolesterol total nilai tertinggi yaitu 290 mg/dl. Sebanyak 53,4% responden memiliki kadar kolesterol total dengan nilai batas atas dan 14% responden memiliki kadar kolesterol total normal.
3. Mayoritas responden menunjukkan kadar kolesterol total yang tinggi pada rentang usia 66 - 74 tahun sebanyak 43,8%, sebanyak 45% responden laki – laki memiliki kadar kolesterol total tinggi, sebanyak 100% responden mengonsumsi kopi dengan kategori tinggi memiliki kadar kolesterol total tinggi dan sebanyak 50% responden memiliki kebiasaan merokok memiliki kadar kolesterol total tinggi.

B. Saran

1. Penderita hipertensi diharapkan memperoleh pengetahuan dan informasi mengenai kadar kolesterol yang relevan bagi kondisi mereka. Dengan demikian, pasien dapat memahami pentingnya pengendalian kolesterol total dalam darah, menjaga pola konsumsi makanan, menjalani pola hidup sehat, serta secara teratur memeriksa kadar kolesterol dan tekanan darah.
2. Peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih mendalam mengenai faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kadar kolesterol total pada pasien hipertensi, seperti konsumsi alkohol, obesitas, dan indeks massa tubuh (IMT).
3. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi puskesmas dalam mengembangkan program-program kesehatan untuk mengurangi kadar kolesterol serta kasus hipertensi. Salah satu upayanya dapat berupa penyuluhan rutin setiap minggu yang berfokus pada pengendalian kolesterol dan tekanan darah. Dengan pelaksanaan program tersebut, pasien hipertensi akan menerima pengetahuan dan edukasi yang lebih optimal mengenai penyakitnya, serta mampu menghindari komplikasi serius yang mengancam keselamatan jiwa.