

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 43 responden peminum arak di Desa Angantaka, dapat di simpulkan bahwa

1. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Angantaka, Abiansemal, Badung, ditemukan karakteristik bahwa mayoritas responden berusia 18–28 tahun (44,2%) dan memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA (65,1%). Sebagian besar responden mengonsumsi arak sebanyak 5–10 gelas per kali minum (55,8%) dengan menggunakan gelas sloki berukuran 20–30 ml, dan lama konsumsi arak terbanyak berada dalam rentang 11–20 tahun (46,5%).
2. Berdasarkan pemeriksaan kadar kolesterol total didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar kolesterol total tinggi yaitu 65,1%, kategori ambang batas (27,9%), dan kategori normal (7,0%).
3. Berdasarkan pemeriksaan tekanan darah didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tekanan darah dalam kategori normal tinggi sebanyak 39,5%, kategori hipertensi derajat 1 (32,6%), kategori hipertensi derajat 2 (2,3%), dan sisanya dalam kategori normal sebanyak 25,6%.
4. Rata-rata kadar kolesterol total peminum arak di Desa Angantaka, Abiansemal, Badung sebesar 246,56 mg/dL, yang masuk dalam kategori tinggi, sedangkan rata-rata tekanan darah didapat sebesar 130,77 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 81,51 mmHg untuk tekanan darah diastolik, yang termasuk dalam kategori normar tinggi.

5. Terdapat hubungan yang signifikan antara kadar kolesterol total dengan tekanan darah pada peminum arak di Desa Angantaka, Abiansemal, Badung, hubungan ini memiliki arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kadar kolesterol total, maka tekanan darah juga cenderung meningkat.

B. Saran

1. Bagi masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat menerapkan gaya hidup yang lebih sehat, terutama untuk mengurangi kebiasaan mengonsumsi minuman beralkohol yaitu arak.

2. Bagi pihak pelayanan kesehatan

Pihak pelayanan kesehatan agar memberikan edukasi berkelanjutan tentang pentingnya pengendalian kadar kolesterol total dan tekanan darah pada masyarakat terutama yang memiliki kebiasaan mengonsumsi minuman arak.

3. Untuk peneliti berikutnya

Penelitian berikutnya disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol total dan tekanan darah, seperti pola makan, aktivitas fisik, obesitas dan riwayat keluarga.