

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kadar *high-density lipoprotein* (HDL) pada penderita diabetes melitus di Puskesmas I Denpasar Selatan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan distribusi pasien diabetes melitus terbanyak berada pada kelompok usia dewasa menengah sebesar 41,9%, diikuti lansia sebesar 39,5% dan dewasa muda sebesar 18,6%. Berdasarkan jenis kelamin, kebanyakan responden adalah wanita sebesar 58,1%. Berdasarkan indeks massa tubuh (IMT), sebagian besar responden berada pada kategori kelebihan berat badan sebesar 51,2%. Sedangkan berdasarkan tingkat kepatuhan minum obat, responden berada pada kategori sedang sebesar 72,1%.
2. Kadar *high-density lipoprotein* (HDL) pada penderita diabetes melitus menunjukkan bahwa kategori rendah merupakan yang terbanyak yaitu sebesar 53,5%, diikuti kategori normal sebesar 34,9%, dan tinggi sebesar 11,6%.
3. Kadar *high-density lipoprotein* (HDL) rendah berdasarkan karakteristik responden, secara keseluruhan paling banyak ditemukan pada kelompok usia lansia (70,6%), serta lebih sering terjadi pada pria (72,2%) dibandingkan wanita (40,0%). Berdasarkan karakteristik indeks massa tubuh (IMT), sebagian besar responden berada pada kategori kelebihan berat badan dengan persentase sebesar 77,3%. Selain itu, proporsi kadar HDL rendah lebih banyak ditemukan pada responden dengan kepatuhan minum obat kategori sedang (48,4%) dan kategori rendah (77,8%).

B. Saran

Disarankan bagi pasien penderita diabetes melitus untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatan, khususnya menjaga kadar *high-density lipoprotein* (40-59 mg/dL) tetap optimal melalui pola hidup sehat seperti menjaga berat badan ideal (dengan IMT 18,5-24,9), meningkatkan aktivitas fisik seperti berolahraga rutin, serta patuh dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran tenaga kesehatan. Dan untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain seperti LDL, kolesterol total, trigliserida, pola makan, dan aktivitas fisik agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai profil lipid pada penderita diabetes melitus.