

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari temuan studi tentang hubungan kadar LDL dengan tekanan darah pada perokok aktif di Desa Sumerta Kelod Kecamatan Denpasar Timur, dapat disimpulkan yakni:

1. Karakteristik responden mengindikasikan bahwasannya sebagian besar berada pada kelompok usia dewasa madya (30–44 tahun) dan dewasa akhir/pra lansia (45–59 tahun) masing-masing sebesar 44,2%, sedangkan kelompok dewasa muda (18–29 tahun) hanya sebesar 11,6%. Seluruh responden memiliki lama merokok ≥ 5 tahun (100%), yang menunjukkan paparan rokok jangka panjang, dengan mayoritas tergolong perokok ringan sebesar 46,5%, diikuti perokok sedang sebesar 44,2%, dan perokok berat sebesar 9,3%.
2. Hasil pengukuran kadar LDL mengindikasikan bahwasannya mayoritas sampel berada pada kategori near optimal sebesar 39,5%, diikuti kategori optimal sebesar 30,2% dan borderline tinggi sebesar 25,6%, serta sebagian kecil berada pada kategori tinggi sebesar 4,7%.
3. Hasil pengukuran tekanan darah mengindikasikan bahwasannya mayoritas sampel berada pada kategori pre-hipertensi sebesar 51,2%, diikuti kategori normal sebesar 39,5% dan hipertensi tahap 1 sebesar 9,3%, tanpa ditemukan responden dengan hipertensi tahap 2.
4. Hasil analisis hubungan kadar LDL dengan tekanan darah menggunakan uji *Spearman Rank* mengindikasikan nilai *p value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,479, yang menyatakan terdapat korelasi

signifikan dengan kekuatan sedang dan arah positif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi kadar LDL maka tekanan darah cenderung meningkat pada perokok aktif.

B. Saran

Berdasarkan temuan studi ini, dapat disampaikan beberapa saran yaitu:

1. Bagi masyarakat (perokok aktif)

Disarankan untuk mengurangi hingga menghentikan kebiasaan merokok serta menerapkan pola hidup sehat melalui diet rendah lemak jenuh, peningkatan aktivitas fisik, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala, khususnya profil lipid dan tekanan darah.

2. Bagi tenaga kesehatan dan pelayanan kesehatan

Diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif serta preventif melalui edukasi mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan kardiovaskular, serta melakukan skrining rutin kadar LDL dan tekanan darah pada kelompok berisiko, terutama perokok aktif usia produktif.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan guna menjalankan studi lebih lanjut dengan mempertimbangkan variabel lain yang dapat memengaruhi kadar LDL dan tekanan darah, seperti pola makan, aktivitas fisik, indeks massa tubuh (IMT), serta faktor genetik, sehingga diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

4. Bagi institusi pendidikan

Temuan studi ini diharapkan bisa menjadi acuan ilmiah dan bahan pengembangan pembelajaran di bidang Teknologi Laboratorium Medis, khususnya terkait pemeriksaan profil lipid serta faktor risiko penyakit kardiovaskular.