

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif dengan menggunakan metode kajian pustaka (literature review) dapat diambil beberapa kesimpulan. Kesimpulan tersebut dipaparkan sebagai berikut:

1. Hasil kajian pustaka mengenai karakteristik sampel, ditemukan usia sampel paling muda yaitu usia 35 tahun dan paling tua berusia >75 tahun. Berdasarkan jenis kelamin yang terbanyak menderita PJK adalah Laki-laki.
2. Hasil kajian pustaka diketahui bahwa dari 7 artikel yang dikaji terkait data kadar kolesterol sampel, terdapat 2 artikel menyatakan bahwa sebagian besar sampel kadar kolesterol pada kategori tinggi, sementara 2 artikel menyatakan bahwa sebagian besar sampel kadar kolesterol pada kategori mendekati optimal dan 3 artikel menyatakan bahwa sebagian besar sampel pada kategori normal.
3. Hasil kajian pustaka dari 3 artikel mengenai tingkat konsumsi lemak ditemukan bahwa 2 artikel menyebutkan rata-rata konsumsi lemak pasien PJK termasuk dalam kategori lebih (>25-30% dari kebutuhan energi total dalam sehari) sedangkan 1 artikel menyebutkan rata-rata konsumsi lemak pasien PJK termasuk dalam kategori defisit berat.
4. Hasil kajian pustaka dari 4 artikel mengenai tingkat konsumsi serat, ditemukan bahwa seluruh artikel menyebutkan rata-rata tingkat konsumsi

serat pasien PJK termasuk dalam kategori konsumsi kurang (<25 gram/hari).

5. Hasil kajian pustaka dari 1 artikel menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi lemak dengan kadar kolesterol pasien PJK ($p = <0,05$) dan 2 artikel menyatakan tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi lemak dengan kadar kolesterol pasien PJK ($p = >0,05$).
6. Hasil kajian pustaka dari 1 artikel menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi serat dengan kadar kolesterol pasien PJK ($p = <0,05$) dan 3 artikel menyatakan tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi serat dengan kadar kolesterol pasien PJK ($p = >0,05$).

B. Saran

1. Bagi pasien PJK yang memiliki tingkat konsumsi lemak dan serat yang sudah baik agar tetap mempertahankan dan menjaga pola konsumsinya. Supaya tidak mempengaruhi jumlah kadar kolesterol di dalam darah. Serta mengontrol kesehatan jantung dan cek kadar kolesterol darah secara rutin, agar kualitas hidup pasien lebih produktif.
2. Bagi ahli gizi di unit Penyakit jantung terpadu agar rutin memberikan edukasi gizi dengan berbagai macam metode dan media serta terus memotivasi pasien untuk mematuhi anjuran diet dengan mengonsumsi lemak yang rendah dan serat yang tinggi.
3. Bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian dengan variabel yang sama, agar melakukan penelitian secara langsung sehingga data yang didapatkan kuantitatif sehingga hasil yang diperoleh lebih dalam dan luas.