

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan:

1. Hampir seluruh responden tergolong dalam usia pralansia yang dibagi menjadi 3 kelompok umur yakni kelompok umur 51-55 tahun sebanyak (40,9%). Kelompok umur 56-60 tahun sebanyak (31,8%) dan kelompok usia 45-50 tahun sebanyak (27,3%). Terdapat (52,3%) responden perempuan dan (47,7%) laki-laki.
2. Setengah dari jumlah responden memiliki kadar kolesterol total pada batas atas, 30% pada kategori tinggi dan 20% lainnya normal.
3. Penderita hipertensi cenderung mengalami peningkatan kadar kolesterol total. Kadar kolesterol tinggi yang paling banyak ditemukan pada kelompok usia 56-60 tahun (15,9%) dan pada jenis kelamin perempuan (15,9%).

B. Saran

1. Bagi pasien hipertensi, melalui penelitian ini para pasien diharapkan mendapatkan pengetahuan dan informasi terkait kadar kolesterol bagi penderita hipertensi agar dapat mengetahui pentingnya mengendalikan kadar kolesterol total dalam darah dan pentingnya menjaga pola makan gaya hidup sehat dan selalu mengontrol kadar kolesterol dan tekanan darah.
2. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut terkait faktor lain yang mempengaruhi kadar kolesterol total pada penderita hipertensi seperti obesitas dan IMT.

3. Bagi puskesmas sebagai layanan kesehatan dapat mengembangkan program-program kesehatan untuk mengurangi peningkatan kadar kolesterol dan angka kejadian hipertensi, seperti memberikan penyuluhan rutin yang berfokus kepada pengendalian kolesterol dan tekanan darah yang dilakukan setiap minggu, sehingga pasien penderita hipertensi mendapatkan informasi dan pendidikan yang lebih baik lagi terkait dengan penyakit yang diderita serta mencegah terjadinya komplikasi yang dapat berujung pada kematian.