

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Kadar Kolesterol Total dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Sukasada I, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1 Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kelompok usia lansia awal (46–55 tahun) sebanyak 36,4%, dengan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 54,5%. Berdasarkan riwayat genetik, 50,0% memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga. Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), mayoritas responden termasuk dalam kategori obesitas tingkat 1 sebanyak 52,3%.
- 2 Tekanan darah responden sebagian besar berada pada kategori hipertensi derajat 1 sebanyak 50,0%, diikuti kategori normal tinggi sebanyak 20,5% dan hipertensi derajat 2 sebanyak 15,9%.
- 3 Kadar kolesterol total responden menunjukkan bahwa setengah dari jumlah responden, yaitu 50,0%, memiliki kadar kolesterol total tinggi, 34,1% berada pada ambang batas tinggi, dan hanya 15,9% memiliki kadar kolesterol normal.
- 4 Hasil analisis hubungan antara kadar kolesterol total dan tekanan darah menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik dengan nilai  $p = 0,029$  ( $p < 0,05$ ). Nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,329 menandakan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi rendah, yang berarti semakin tinggi kadar kolesterol total, maka semakin tinggi pula tekanan darah pada penderita hipertensi.

## **B. Saran**

### **1. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan tekanan darah, seperti kadar trigliserida, kolesterol HDL dan LDL, kadar gula darah, serta aktivitas fisik. Selain itu, menggunakan metode pemeriksaan kolesterol berbasis enzimatis diharapkan dapat meningkatkan akurasi hasil dan memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan antar variabel.

### **2. Bagi penderita hipertensi**

Penderita hipertensi, diharapkan lebih memperhatikan pola hidup sehat dengan cara menjaga asupan makanan rendah lemak jenuh dan kolesterol, meningkatkan aktivitas fisik secara teratur, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar kolesterol secara berkala di fasilitas kesehatan.

### **3. Bagi Puskesmas**

UPTD Puskesmas Sukasada I diharapkan dapat memperkuat program promotif dan preventif melalui edukasi gizi seimbang, penyuluhan tentang bahaya hiperkolesterolemia, dan pembentukan kelompok posbindu yang aktif dalam pemantauan tekanan darah dan kadar kolesterol masyarakat.