

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis univariat, terdapat 68 responden berada pada kelompok usia ≤ 35 - ≥ 55 tahun, 35 responden laki-laki dan 33 responden perempuan. Dan memiliki indeks massa tubuh dengan kategori $< 18,5$ - ≥ 30 . Hal ini menunjukkan bahwa responden penelitian didominasi oleh kelompok tersebut di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu.
2. Sebagian besar usia responden memiliki hubungan terhadap kadar kolesterol total, yaitu sebanyak 27 orang (39,7%) dengan usia 35-44 tahun dan 41 orang (60,3%) dengan usia 45-54 tahun di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. Dengan nilai $p = 0,018$
3. Sebagian besar jenis kelamin responden memiliki hubungan terhadap kadar kolesterol total, yaitu sebanyak dari 68 responden terdapat 35 orang (51,5%) laki-laki dan 33 orang (48,5%) perempuan di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. Dengan nilai $p = 0,035$
4. Sebagian besar indeks massa tubuh responden memiliki hubungan terhadap kadar kolesterol total, yaitu 34 orang (50%) dengan Indeks Massa Tubuh 18,5-24,9 (normal), 24 orang (35,3%) dengan Indeks Massa Tubuh 25-29,9 (overweight) dan 10 orang (14,7%) dengan Indeks Massa Tubuh ≥ 30 (obesitas) di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. Dengan nilai $p = 0,001$

B. SARAN

1. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian sejenis dengan menggunakan pengukuran kadar kolesterol total melalui pemeriksaan laboratorium yang terstandar serta melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan secara langsung untuk menentukan indeks massa tubuh. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian dengan pengelompokan usia yang lebih spesifik sehingga hubungan antara usia, indeks massa tubuh, jenis kelamin, dan kadar kolesterol total dapat diketahui dengan lebih jelas.

2. Bagi puskesmas Kandang Kota Bengkulu

Puskesmas Kandang Kota Bengkulu disarankan untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga kadar kolesterol total, terutama pada kelompok usia yang berisiko dan masyarakat dengan indeks massa tubuh berlebih. Selain itu, Puskesmas diharapkan dapat mengoptimalkan skrining kadar kolesterol secara berkala sebagai bagian dari deteksi dini sehingga risiko peningkatan kadar kolesterol dapat diketahui dan ditangani lebih awal.

3. Bagi Institusional

Institusi pendidikan diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dalam proses pembelajaran dan pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai hubungan usia, jenis kelamin, dan indeks massa tubuh terhadap kadar kolesterol total.

Selain itu, institusi pendidikan diharapkan dapat mendorong pelaksanaan kegiatan pendidikan dan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga kadar kolesterol melalui penerapan gaya hidup sehat sesuai dengan kelompok usia dan status indeks massa tubuh.

