

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil analisa yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Hasil dari penelitian yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas musuk I, didapatkan rata-rata usia responden adalah $52,43 \pm 10,63$ Usia *maximum* adalah 70, dan usia minimum adalah 32. Karakteristik jumlah responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari laki-laki yaitu sebanyak 31 responden (73,8%) Karakteristik pekerjaan responden dari penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang bekerja yaitu sebanyak 33 responden (78,6%)
2. Gambaran pola makan pada umumnya responden dari penelitian ini memiliki pola makan yang tergolong cukup yaitu sebanyak 25 responden (59,5%)

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pasien
Penderita hiperlipidemia diharapkan dapat menjaga pola makan lebih baik lagi dengan memperhatikan jumlah, jenis, dan frekuensi makan. Lebih menjaga pola makan, dan mengontrol kadar kolesterol total darah secara rutin
2. Bagi puskesmas
Diharapkan dapat melakukan penyuluhan dan konseling gizi pada penderita hiperlipidemia tentang penatalaksanaan diet penyakit generatif. Memberikan motivasi untuk merubah pola makan pasien yang masih belum baik belum sesuai diet jenis penyakit yang diderita dan gizi seimbang.
3. Bagi perawat
Diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada responden tentang pola makan yang baik agar responden lebih paham bagaimana untuk mengurangi dan mencegah peningkatan kadar kolesterol total
4. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan dapat melengkapi dan menambahkan hasil pembahasan pada penelitian yang belum terdapat di karya tulis ini.

