

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan terkait perbedaan pengetahuan, sikap, dan pola makan pada penderita hiperkolesterolemia dan non hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang diperoleh kesimpulan antara lain sebagai berikut.

1. Tidak ada perbedaan pengetahuan pada penderita hiperkolesterolemia dan non hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang. Sebagian besar responden hiperkolesterolemia maupun non hiperkolesterolemia cenderung memiliki pengetahuan baik terkait kolesterol.
2. Tidak ada perbedaan sikap pada penderita hiperkolesterolemia dan non hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang. Responden hiperkolesterolemia cenderung memiliki sikap negatif, sedangkan responden non hiperkolesterolemia cenderung memiliki sikap positif.
3. Ada perbedaan pola makan pada penderita hiperkolesterolemia dan non hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang. Responden hiperkolesterolemia cenderung memiliki pola makan tidak baik, sedangkan responden non hiperkolesterolemia cenderung memiliki pola makan baik.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka dapat disarankan :

##### **1. Bagi Tenaga Kesehatan**

Diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat terkait fungsi kolesterol, pengolahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan, terapi farmakologi dan non farmakologi untuk penderita hiperkolesterolemia, dampak hiperkolesterolemia, serta hubungan penyakit stroke dengan kondisi hiperkolesterolemia. Pihak Puskesmas

Bululawang juga perlu memberikan konseling secara merata guna memperbaiki gaya hidup dan pola makan masyarakat yang tergolong berisiko menderita hiperkolesterolemia.

## **2. Bagi Masyarakat**

Sebaiknya semua masyarakat bisa menerapkan gaya hidup sehat seperti mengonsumsi makanan rendah lemak dan kolesterol sebagai upaya pencegahan hiperkolesterolemia.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Saran penulis bagi peneliti selanjutnya yaitu agar melakukan pengecekan kadar kolesterol secara bersamaan dengan pengambilan data responden, menggunakan lebih banyak responden sebagai sampel penelitian, dan meneliti faktor lain yang bisa memengaruhi kadar kolesterol. Selain itu, perlu dilakukan analisis multivariat untuk mengetahui faktor yang paling berpengaruh terhadap kadar kolesterol.