

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan dari tujuan penelitian dan pembahasan, maka didapatkan disimpulkan bahwa gambaran faktor yang mempengaruhi kondisi lipemik pada plasma di UDD PMI Kota Malang sebagai berikut :

- 5.1.1 Dari faktor internal yang mempengaruhi kondisi lipemik pada plasma adalah jenis kelamin sebagian besar adalah laki-laki, sebagian besar usia >39 tahun.
- 5.1.2 Dari faktor eksternal yang mempengaruhi kondisi lipemik pada plasma yaitu asupan makan, aktivitas, obesitas dan merokok.  
Dari asupan makanan yang tinggi lemak responden sering mengkonsumsi makanan berlemak, sering melakukan aktivitas fisik, obesitas, dan perokok aktif.
- 5.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi lipemik pada plasma sebagian besar berpengaruh dan salah satu tidak berpengaruh pada faktor tersebut.

#### **5.2 Saran**

##### 5.2.1 Bagi peneliti

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi dalam mengembangkan dan keterampilan khusus dalam pengetahuan untuk menghindari apabila mendapatkan lipemik.

##### 5.2.2 Bagi tempat penelitian

Hasil penelitian ini dapat sebagai acuan dalam meningkatkan manajemen mutu pada pelayanan darah dan mengembangkan pelayanan manajemen mutu pada darah lipemik.

### 5.2.3 Bagi pendonor

Hendaknya pendonor melakukan pola hidup sehat seperti membatasi konsumsi makanan yang berlemak jenuh, melakukan aktivitas olahraga minimal 2x dalam seminggu, dan tidak merokok supaya kadar kolesterol menjadi normal dan darah yang di doorkan dapat digunakan.