

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Tidak ada pengaruh puasa terhadap kadar natrium dan kalium.
2. Rerata kadar natrium pada orang berpuasa yaitu (minggu 1 adalah 135.00 mmol/L, minggu 2 adalah 137.00 mmol/L, minggu 3 adalah 136.00 mmol/L)
3. Rerata kadar kalium pada orang yang berpuasa yaitu (minggu 1 adalah 3.825 mmol/L, minggu 2 adalah 3.600 mmol/L, minggu 3 adalah 3.500 mmol/L).
4. Berdasarkan hasil uji statistik pemeriksaan kadar natrium dan kalium menggunakan uji *friedman test* diperoleh nilai *p-value natrium* = 0,148 dan *p-value kalium* = 0,097 lebih besar dari α 0,05 sehingga dapat disimpulkan tidak ada pengaruh puasa terhadap kadar natrium dan kalium.

5.2.Saran

Diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih jauh lagi tentang natrium dan kalium, bukan saja pada orang berpuasa melainkan pada orang-orang normal lainnya, karena kekurangan natrium dan kalium bukan saja terjadi pada orang-orang sakit tetapi dapat terjadi pula pada orang-orang yang sehat.