

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Rata rata responden dalam penelitian ini berusia 57 tahun dengan usia terendah 41 tahun dan usia maksimal 65 tahun. Karakteristik jenis kelamin dalam penelitian ini adalah laki laki sebesar 64,8%. Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan perguruan tinggi (48,9%). Responden memiliki pekerjaan wiraswasta sebesar 26,1% dan 26,1 % Pegawai Negeri Sipil, pengetahuan responden menunjukkan kategori baik tentang makanan mengandung kolesterol sebesar 68,2% yang dibuktikan penderita yang tidak mengkonsumsi makanan yang mengandung kolesterol seperti kuning telur ayam, coklat, lemak pada daging berwarna merah, dan makan burung darah berlebihan. Penderita makan secara teratur sesuai jumlah pembagian makanan yang telah dianjurkan dokter dan konsultasi gizi pasien, aktifitas cukup serta mengurangi stress, tetapi responden yang dominan laki-laki tidak mengetahui respon tubuh yang terjadi pada wanita menopause yang berakibat meningkatkan LDL dan belum tahu proses pengolahan dapat mempengaruhi kandungan kolesterol pada makanan dan belum tahu aneka macam makanan yang mengandung kolestero dan pengetahuan tentang bahaya dan akibat makanan mengandung kolesterol sebesar 68,2% menunjukkan kategori baik pada responden sudah tahu bahaya yang diakibatkan makanan yang mengandung kolesterol tetapi ada jawaban 25% responden tidak begitu memperhatikan pernyataan.

Keterbatasan Penelitian ini hanya dilakukan di Instalasi Elang rawat jalan sehingga hasilnya hanya menggambarkan keadaan yang ada di Instalasi tersebut. Penelitian ini hanya didasarkan pada kuesioner yang dilakukan dalam waktu yang relatif singkat, sehingga hasil yang diperoleh masih mempunyai banyak kekurangan yang harus diperbaiki, sehingga untuk penelitian selanjutnya dilakukan dengan cara observasi secara penuh, dan hanya meneliti gambaran pengetahuan tentang bahaya dan akibat makanan yang mengandung kolesterol

yang dianalisa dengan menyajikan data secara frekuensi tanpa dilakukan korelasi dengan variabel lainnya.

B. Saran

Bagi pasien hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan penderita PJK khususnya jenis kelamin laki-laki lebih meningkatkan pengetahuan tentang keanekaragaman makanan yang mengandung kolesterol seperti halnya kuning telur, daging asap, santan, otak sapi, cumi-cumi serta mengerti cara pengolahannya, sehingga tertanam pola konsumsi makanan sehat.

Penderita PJK juga lebih meningkatkan wawasan pengetahuannya dalam bahaya dan akibat makanan yang mengandung kolesterol sehingga dapat meminimalkan faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner

Bagi pelayanan keperawatan sebagai penambah bahan referensi dan media belajar bagi pelayanan keperawatan yang ingin meneliti hal yang sama agar mengetahui bahwa banyak aneka ragam jenis makanan yang mengandung kolesterol yang merupakan faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner, selain itu program PKMRS (Promosi Kesehatan Masyarakat di Rumah Sakit) supaya cakupannya diperluas khususnya di Rawat jalan Instalasi Elang RSUP Dr. Kariadi Semarang.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan sebagai penambah referensi dan media belajar bagi peneliti selanjutnya dan dapat mengembangkan beberapa variabel lain seperti kebiasaan merokok, kebutuhan aktivitas, kurang olah raga, stres emosional dan mental, yang berpengaruh pada penyakit jantung koroner.