

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian tentang hubungan asupan sumber antioksidan (vitamin C, E) dan Indeks Massa Bebas Lemak (IMBL) dengan derajat keparahan pasien PPOK rawat jalan di RS Paru dr Ario Wirawan Salatiga dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Jenis kelamin subyek penelitian sebagian besar adalah laki-laki (77,8 %), usia subyek penelitian adalah lanjut usia dengan usia rata – rata  $67,6321 \pm 8,21993$ , pendidikan terakhir subyek penelitian paling banyak adalah SD (31,1 %) dan status merokok sebagian besar subyek penelitian adalah bekas perokok (64,4 %).
2. Asupan vitamin C subyek penelitian sebagian besar adalah kurang (64,4%) dengan rata-rata asupan sebanyak  $80,85 \pm 54,77$  mg.
3. Asupan vitamin E subyek penelitian hampir seluruhnya kurang (97,8 %) dengan rata-rata asupan sebanyak  $5,72 \pm 2,50$  mg.
4. Indeks Massa Bebas Lemak (IMBL) laki-laki sebagian besar rendah (62,9%) dengan rata-rata  $15,26 \pm 3,06$  kg/m<sup>2</sup>, IMBL perempuan sebagian besar juga rendah yaitu 70% dengan rata-rata  $13,75 \pm 2,71$  kg/m<sup>2</sup>.
5. Derajat keparahan PPOK subyek penelitian sebagian besar adalah derajat sedang (46,7 %) dengan rata-rata nilai FEV<sub>1</sub> sebesar  $70,89 \pm 18,46$  %.
6. Ada hubungan antara asupan sumber antioksidan (vitamin C) dengan derajat keparahan pasien PPOK rawat jalan di RS Paru dr Ario Wirawan Salatiga.
7. Ada hubungan antara asupan sumber antioksidan (vitamin E) dengan derajat keparahan pasien PPOK rawat jalan di RS Paru dr Ario Wirawan Salatiga.
8. Ada hubungan antara Indeks Massa Bebas Lemak (IMBL) dengan derajat keparahan pasien PPOK rawat jalan di RS Paru dr Ario Wirawan Salatiga.

### 5.1.1 Saran

Perlu diberikan edukasi/ konseling gizi kepada pasien PPOK rawat jalan di RS Paru dr Ario Wirawan Salatiga tentang pentingnya asupan makanan sumber antioksidan (vitamin C, E) dan status gizi agar tidak memperparah kondisi penyakitnya.

