BAB V

PENUTUP

1.1. Kesimpulan

1. Hasil pemeriksaan kadar kolesterol total berdasarkan usia ditemukan kadar kolesterol yang tinggi pada usia 55-69 tahun sebanyak 8 pasien dari 46 pasien.
2. Hasil pemeriksaan kadar kolesterol total berdasarkan berat badan ditemukan kadar kolesterol yang tinggi pada berat badan 61-70 kilogram sebanyak 5 pasien dari 46 pasien.

1.2. Saran

Dari hasil penelitian diatas diharapkan penderita hipertensi sebaiknya menerapkan pola hidup yang sehat, menjaga pola makan yang benar, melakukan olahraga secara teratur, menghindari stress untuk menjaga agar tekanan darah tidak meningkat dan kadar kolesterol dalam tubuh dalam batas normal.

Sebaiknya melakukan pemeriksaan tekanan darah dan kolesterol secara rutin agar tidak terjadi komplikasi yang lebih serius dari kedua penyakit tersebut.