

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pemeriksaan dan pembahasan tentang penelitian kadar kolesterol total pada lanjut usia yang mengikuti program pengelolaan penyakit kronis di Puskesmas Kedungmundu Semarang dengan 30 responden didapatkan hasil sebanyak 19 responden (63,3%) memiliki kadar kolesterol dalam batas normal, 8 responden (26,7%) memiliki kadar kolesterol dalam ambang batas tinggi dan 3 responden (10%) dengan kadar kolesterol yang tinggi.

B. Saran

1. Dari hasil penelitian diharapkan penderita hipertensi dan diabetes mellitus tipe 2 sebaiknya melakukan pola makan yang benar, olahraga teratur, serta melakukan pola hidup yang sehat agar kadar kolesterol darah tetap dalam batas normal dan rutin memeriksa kadar kolesterol dan tekanan darah.
2. Berdasarkan penelitian ini, diharapkan ada penelitian selanjutnya untuk mengukur kadar trigiserida pada lanjut usia yang mengikuti program pengelolaan penyakit kronis.