

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden yaitu lansia perempuan sebesar 58,75 persen, rata-rata pendidikan lansia 9 tahun (SMP/SMA), rata-rata besaran keluarga 5 orang, pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga, rata-rata pendapatan lansia Rp. 743.125, lansia tidak menggunakan obat sebesar 63,75.
2. Gaya hidup lansia termasuk gaya hidup tidak sehat sebesar 85 persen.
3. Pola makan lansia termasuk pola makan kurang baik sebesar 51,28 persen.
4. Hiperkolesterolemia lansia termasuk kategori tinggi dengan rata-rata $283,18 \pm 19,59$ mg/dL.
5. Hasil analisis uji korelasi rank spearman terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara gaya hidup dengan hiperkolesterolemia pada lansia dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,510 dan nilai p-value sebesar 0,000 pada taraf signifikan 0,05 artinya semakin baik gaya hidup lansia maka semakin baik hiperkolesterolemia pada lansia.
6. Hasil analisis uji korelasi rank spearman terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara pola makan dengan hiperkolesterolemia pada lansia dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,506 dan nilai p-value sebesar 0,000 pada taraf signifikan 0,05 artinya semakin baik pola makan maka semakin baik hiperkolesterolemia pada lansia.

7. Berdasarkan hasil analisis *regresi linier berganda* terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara gaya hidup, pola makan dengan hiperkolesterolemia pada lansia ($Y = 13,35 + 3,45X_1 + 1,32X_2$), artinya semakin baik gaya hidup dan semakin baik pola makan maka semakin baik hiperkolesterolemia pada lansia. Dengan nilai R square yang didapat sebesar 0,430 dan nilai p-value 0,000 yang setelah dikalikan 100 persen menjadi 40,3 persen. Hal ini berarti sebesar 40,3 persen variasi hiperkolesterolemia dijelaskan dengan variabel gaya hidup dan pola makan. Sedangkan sisanya sebesar 59,7 persen dijelaskan oleh faktor-faktor lain diluar penelitian ini.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat implikasi yang digunakan untuk peningkatan kesehatan di Wilayah Puskesmas Desa Lalang yaitu :

1. Hasil dari penelitian di wilayah Puskesmas Desa Lalang yaitu, masih rendahnya gaya hidup dan pola makan lansia sehingga hal tersebut dapat dijadikan data oleh puskesmas atau pelayanan kesehatan untuk melakukan penyuluhan tentang gaya hidup dan pola makan, guna mengurangi hiperkolesterolemia di daerah tersebut.
2. Hasil dari penelitian di wilayah Puskesmas Desa Lalang yaitu terdapat angka hiperkolesterolemia yang tinggi, sehingga hal tersebut dapat menjadi dasar pelayanan kesehatan untuk lebih memperhatikan hiperkolesterolemia yang ada di wilayah setempat untuk memperkecil angka tersebut.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian diatas, maka disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan akurat, diharapkan agar peneliti selanjutnya melakukan penelitian lanjutan dengan menambah satu variabel dan menambah jumlah sampel.
2. Pelayanan kesehatan diharapkan dapat memberikan pelayanan obat-obatan dan juga konseling kepada lansia agar lebih memperhatikan kadar kolesterol dalam tubuh mereka agar tidak berdampak lebih jauh yaitu pada penyakit degeneratif.
3. Diharapkan kepada para lansia yang mengalami hiperkolesterolemia untuk mengunjungi pelayanan kesehatan masyarakat agar dapat dilakukan pengecekan secara rutin terhadap kadar kolesterol dan dapat diberikan penanganan oleh instansi kesehatan.