

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini disajikan kesimpulan dari hasil penelitian mengenai hubungan indeks masa tubuh dengan kadar kolesterol total pada wanita menopause.

5.1 Kesimpulan

Pada penelitian ini dapat disimpulkan beberapa hal mengenai indeks masa tubuh dengan kadar kolesterol total pada wanita menopause, yaitu:

- 5.1.1 Dari hasil penelitian sebagian besar wanita menopause memiliki indeks massa tubuh yang tidak normal sedangkan hampir setengahnya memiliki indeks massa tubuh normal.
- 5.1.2 Dari hasil penelitian hampir setengah wanita menopause memiliki kadar kolesterol tidak normal dan sebagian besar memiliki kadar kolesterol normal.
- 5.1.3 Dari hasil penelitian didapatkan hasil uji Chi-Square menunjukkan *Pvalue* $(0,788) > 0,05$. Dengan demikian H_0 di terima, yang berarti indeks masa tubuh pada wanita menopause tidak memiliki hubungan dengan kadar kolesterol total.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan kewaspadaan pasien khususnya wanita menopause mengenai hiperkolesterolemia yang tidak hanya terjadi pada seseorang dengan obesitas, namun juga pada seseorang dengan berat badan ideal, dengan melakukan pemeriksaan dan penyuluhan oleh tenaga kesehatan di posyandu lansia guna mengurangi potensi terjadinya hiperkolesterolemia.

5.2.2 Bagi Responden

Bagi responden yaitu wanita menopause Dusun Rambaan Kabupaten Malang agar menerapkan gaya hidup sehat, melakukan aktivitas fisik yang cukup, berolahraga secara teratur, dan makan makanan tinggi serat dan rendah asam lemak jenuh.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya dan mengembangkan penelitian ini dengan meneliti variabel lain yang mempengaruhi kadar kolesterol total pada wanita menopause dan dengan responden yang lebih banyak agar hasil penelitian dapat lebih akurat.