

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 sampel pasien hiperkolesterolemia di RSAD. Brawijaya Surabaya, dapat diambil kesimpulan kadar LDL (Low Density lipoprotein) normal sebanyak 21 pasien (70%) dan kadar LDL (Low Density lipoprotein) tidak normal sebanyak 9 pasien (30%).

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat di berikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Penderita Hiperkolesterolemia

Dengan dilakukannya pencegahan dengan cara mengatur pola makan yaitu dengan mengurangi makanan yang berlemak dan mengandung kolesterol, Olahraga secara teratur dan pola hidup yang sehat.

2. Bagi Masyarakat

Menambah wawasan informasi dan ilmu tentang cara mencegah terkenanya hiperkolesterolemia dengan berhati-hati dalam pemilihan makanan kemudian mengatur pola makan, Olahraga secara teratur dan pola hidup yang sehat.

3. Bagi penulis selanjutnya

diharapkan agar meneliti lebih lanjut tentang pasien hiperkolesterolemia yang berhubungan dengan HDL (High Density Lipoprotein) dan Trigliserida.

