

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 sampel yang masing – masing terdiri dari 15 pengguna kontrasepsi pil dan 15 pengguna kontrasepsi suntik di RT 05 RW 03 Kelurahan Rongtengah Kecamatan Sampang Kabupaten Sampang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kadar trigliserida pada wanita yang menggunakan kontrasepsi pil adalah tinggi.
2. Kadar trigliserida pada wanita yang menggunakan kontrasepsi suntik adalah normal.
3. Ada perbedaan kadar trigliserida pada wanita yang menggunakan kontrasepsi pil dan suntik.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat diberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Masyarakat

- a. Sebaiknya masyarakat yang mengkonsumsi kontrasepsi pil dan suntik hendaknya melakukan pemeriksaan laboratorium secara rutin seperti trigliserida, kolesterol, *HDL* dan *LDL*
- b. Konsultasi pada medis jika ada keluhan.

- c. Merubah gaya hidup yang lebih sehat guna mengurangi resiko peningkatan kadar lemak dalam tubuh dengan cara mengkonsumsi makanan dan minuman rendah lemak serta olahraga yang teratur.

2. Bagi peneliti

Dapat melakukan penelitian terhadap jenis pemeriksaan darah lainnya pada wanita yang menggunakan kontrasepsi pil, serta memeriksa kadar metabolisme tubuh lainnya terhadap jenis kontrasepsi selain pil dan suntik seperti susuk, *IUD*.