

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian serta pembahasan menunjukkan hasil Gambaran Kadar Trigliserida Pada Satpam Perokok Aktif Di Universitas Bengkulu Tahun 2026, bisa disimpulkan bahwa :

1. Responden kadar trigliserida tinggi di Universitas Bengkulu dengan hampir sebagian responden (16%) memiliki kadar trigliserida yang Hipertrigliserida dan 38 responden atau sebagian besar responden (84%) memiliki kadar trigliserida Normal.
2. Rata-Rata usia responden 34,5 tahun
3. Hampir seluruh (62%) responden yang sering Merokok dan sangat sedikit (38%) satpam jarang merokok.
4. Seluruh (100%) responden satpam universitas bengkulu menggunakan rokok filter.
5. Hampir seluruh (69%) satpam yang sering makan berlemak dan sedikit (31%) satpam jarang makan berlemak.

B. Saran

Pada hasil penelitian dan pembahasan penelitian ingin memberi saran kepada pihak yang terkait di antaranya :

1. Bagi Instansi Pendidikan

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bermanfaat bagi mahasiswa Poltekkes kemenkes bengkulu yang mempelajari kadar trigliserida.

2. Bagi Peneliti lain

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lain yang berhubungan dengan kadar trigliserida pada satpam yaitu dengan mengembangkan variabel-variabel yang sudah ada serta meneliti faktor lain yang dapat menyebabkan kenaikan kadar trigliserida.

3. Bagi pembaca

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi pembaca dapat mencegah untuk terjadinya penurunan kadar trigliserida di dalam tubuh.