

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Karakteristik pasien yang memeriksakan kadar trigliserida dalam penelitian ini dari 55 responden paling banyak didapatkan pasien dengan jenis kelamin laki-laki (61,8%), kategori usia manula atau > 65 tahun (34,5%), kategori obese 1 (47,3%), lingkar pinggang yang tidak normal (72,2%), dan kadar trigliserida yang tidak normal (65,5%).
- b. Terdapat hubungan antara lingkar pinggang terhadap kadar trigliserida darah di poliklinik *Medical Check Up* RSUP Fatmawati.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

Agar dapat meningkatkan pengetahuan tentang faktor risiko yang dapat menyebabkan obesitas sentral dan hipertrigliseridemia. Dapat menjaga pola makan, aktivitas fisik, dan menurunkan berat badan agar mengurangi risiko terjadinya penyakit seperti penyakit kardiovaskular, hipertensi, dan diabetes yang disebabkan oleh obesitas sentral dan hipertrigliseridemia.

V.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian lanjutan menggunakan desain penelitian lain seperti *case control* atau kohort agar dapat melihat hubungan sebab akibat dan juga bisa meneliti secara langsung faktor-faktor yang memengaruhi lingkar pinggang dan kadar trigliserida darah.

V.2.3 Bagi RSUP Fatmawati

Disarankan dapat memberikan edukasi tentang bahaya yang dapat terjadi akibat meningkatnya kadar trigliserida darah dan edukasi nutrisi untuk menjaga berat badan pada ukuran normal.