

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan mengenai hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan profil lipid pada lansia di Niki Diagnostic Center, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar lansia di Niki Diagnostic Center memiliki IMT dalam kategori obesitas sebanyak 66,7%, diikuti kategori normal 24,2% dan kurus 9,1%.
2. Profil lipid lansia menunjukkan kadar kolesterol total tinggi sebesar 51,5%, HDL rendah sebesar 48,5%, LDL tinggi sebesar 39,4%, dan trigliserida sedikit tinggi 42,4%.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan kadar kolesterol total pada lansia ($p\text{-value} = 0,019$; $r = 0,407$).
4. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan kadar HDL pada lansia ($p\text{-value} = 0,988$; $r = -0,003$).
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan kadar LDL pada lansia ($p\text{-value} = 0,044$; $r = 0,353$).
6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan kadar trigliserida pada lansia ($p\text{-value} = 0,289$).

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar kolesterol total dan LDL pada lansia, namun tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara IMT dengan kadar HDL dan trigliserida.

5.2 Saran

a. Bagi Masyarakat (Lansia)

Lansia perlu menjaga berat badan ideal melalui pola makan seimbang dan aktivitas fisik rutin. Pemeriksaan profil lipid secara berkala perlu dilakukan untuk deteksi dini risiko penyakit degeneratif.

b. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Tenaga kesehatan perlu meningkatkan edukasi tentang pengendalian berat badan dan pola hidup sehat. Program skrining rutin IMT dan profil lipid perlu diperkuat sebagai langkah pencegahan penyakit degeneratif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menambahkan variabel lain seperti pola makan, aktivitas fisik, dan riwayat penyakit. Jumlah sampel juga perlu diperbesar agar hasil lebih representatif.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu terkait hubungan status gizi dan profil lipid pada lansia.