

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat perbandingan antara kadar LDL pada obesitas tipe *apple shaped* dan obesitas tipe *pear shaped* di lingkungan Pegawai Negeri Sipil pada kantor kelurahan, Kecamatan Tanjung Karang Pusat Kota Bandar Lampung.
2. Rerata kadar kolesterol LDL pada penderita obesitas tipe *apple shaped* sebesar 169,40 gr/dL dan rerata kadar kolesterol LDL pada penderita obesitas tipe *pear shaped* sebesar 136,20 gr/dL.
3. Selisih rerata kadar kolesterol LDL pada penderita obesitas tipe *apple shaped* dan tipe *pear shaped* yaitu sebesar 33,20 gr/dL.
4. Terdapat perbedaan yang bermakna antara kadar LDL pada penderita obesitas tipe *apple shaped* dan obesitas tipe *pear shaped* di lingkungan Pegawai Negeri Sipil pada kantor kelurahan, Kecamatan Tanjung Karang Pusat Kota Bandar Lampung.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, berikut ini adalah beberapa saran untuk menjadi bahan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya:

1. Saran bagi Pegawai Negeri Sipil Kecamatan Tanjung Karang Pusat Kota Bandar Lampung

Setelah dilakukan penelitian terkait kadar kolesterol LDL penderita obesitas pada Pegawai Negeri Sipil Kecamatan Tanjung Karang Pusat Kota Bandar Lampung, didapatkan kadar kolesterol LDL yang cukup tinggi terutama pada obesitas tipe *apple shaped*. Maka diharapkan agar setiap pegawai yang menderita obesitas untuk mengatur kembali pola hidupnya dan secara rutin melakukan cek kesehatan sebagai tindakan pencegahan penyakit metabolik.

2. Saran bagi peneliti selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol LDL pada penderita obesitas.