

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat 66% perokok aktif mempunyai kadar hs-CRP normal dan 34% perokok aktif mempunyai kadar hs-CRP diatas normal.
2. Terdapat 78% perokok aktif mempunyai kadar kolesterol LDL normal dan 22% perokok aktif mempunyai kadar kolesterol LDL diatas normal.
3. Tidak terdapat korelasi kadar hs-CRP dan kolesterol LDL pada perokok aktif dengan aktivitas fisik.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi perokok aktif, sebaiknya menjaga berat badan agar nilai IMT tetap normal, karena berdasarkan penelitian ini semakin tinggi IMT, semakin tinggi pula kadar hs-CRP dan kolesterol LDL.
2. Penelitian selanjutnya, diharapkan untuk menganalisis korelasi hs-CRP dengan pemeriksaan *High Density Lipoprotein* (HDL), agar didapatkan gambaran lain tentang pengaruh merokok terhadap pemeriksaan lipid.
3. Penelitian selanjutnya, sebaiknya melakukan wawancara terkait gejala penyakit kardiovaskular pada perokok aktif, karena merokok dikaitkan erat dengan adanya penyakit kardiovaskular.

4. Penelitian selanjutnya, sebaiknya melakukan wawancara terkait kebiasaan makan subjek penelitian, karena pola makan setiap individu akan berpengaruh terhadap kadar kolesterol LDL.
5. Penelitian selanjutnya, diharapkan melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu saat pemilihan subjek penelitian, guna menyingkirkan subjek yang memiliki riwayat diabetes.
6. Penelitian selanjutnya, sebaiknya menggunakan subjek penelitian yang memiliki kadar kolesterol LDL yang tinggi, karena pada penelitian kali ini subjek sebagian besar memiliki kadar kolesterol LDL yang normal.