

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan hasil penelitian kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) pada wanita menopause dan belum menopause di wilayah kerja Puskesmas Bangutapan 1 Bantul dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 responden (5,56%) memiliki kadar HDL <40 mg/dL, 22 responden (61,11%) memiliki kadar HDL 40-60 mg/dL dan 12 responden (33,33%) memiliki kadar HDL >40 mg/dL.
2. Hasil rerata kadar HDL pada wanita menopause 45-55 tahun adalah 52,55 mg/dL sedangkan hasil rerata kadar HDL pada wanita belum menopause 45-55 tahun adalah 57,99 mg/dL.
3. Terdapat kadar HDL yang menurun pada wanita menopause dan belum menopause.

#### **B. Saran**

1. Bagi Responden
  - a. Bagi usia menopause dan belum menopause yang memiliki kadar HDL normal (40-60 mg/dl) untuk menjaga pola hidup sehat supaya kadar HDL tetap stabil.
  - b. Bagi usia menopause dan belum menopause yang memiliki kadar HDL rendah (<40 mg/dl) perlu mengkonsultasikan kesehatan secara teratur dipelayanan kesehatan terdekat untuk meminimalisir akibat yang akan ditimbulkan.

## 2. Bagi Peneliti

- a. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian kadar HDL pada responden yang sedang sakit dan dalam kondisi sehat.