

## BAB 6 : PENUTUP

### 1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Diperoleh 8 artikel penelitian yang dimasukkan ke dalam telaah sistematis Faktor Risiko *Modifiable* Kejadian Penyakit Jantung Koroner di Indonesia. Keseluruhan artikel yang masuk kedalam telaah sistematis, seluruhnya digunakan dalam meta analisis. Diantaranya 4 penelitian dengan menggunakan desain studi *case control* dan 4 penelitian lainnya menggunakan desain studi *cross sectional*. Pada variabel pola konsumsi lemak digunakan sejumlah 3 artikel, pada variabel obesitas sentral digunakan sejumlah 2 artikel, dan pada variabel aktivitas fisik digunakan sejumlah 5 penelitian.
2. Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas sentral dan aktivitas fisik dengan kejadian penyakit jantung koroner. Hal ini dibuktikan dengan nilai p pada *test for overall effect*  $<0,05$  yaitu  $p=0,00001$  dan  $p=0,01$ . Berdasarkan hasil analisis didapatkan hasil estimasi efek gabungan 1,46 pada variabel obesitas sentral dan 2,29 pada variabel aktivitas fisik. Namun tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola konsumsi lemak dengan kejadian penyakit jantung koroner. Hal ini dibuktikan dengan nilai p pada *test for overall effect*  $>0,05$  yaitu  $p=0,92$ .

### 1.2 Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut mengenai hubungan pola konsumsi lemak dengan kejadian penyakit jantung koroner di Indonesia.

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas ruang lingkup wilayah studi penelitian yang melibatkan beberapa negara, benua atau pun ruang lingkup dunia. Kemudian diharapkan juga untuk menambah database seperti PubMed, ProQuest, dan EBSCO.

## 2. Bagi Masyarakat

Diharapkan kepada masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dengan mengimbangi asupan makan dan pengeluaran energi dengan meningkatkan aktivitas fisik seperti lebih banyak bergerak dan olah raga agar dapat terhindar dari penyakit jantung koroner.

## 3. Bagi Institusi Kesehatan Terkait

Diharapkan kepada institusi kesehatan seperti puskesmas lebih gencar lagi dalam memberikan pelayanan kesehatan dalam bentuk penyuluhan yang dapat dilakukan secara rutin mengenai faktor risiko penyakit jantung koroner. Serta diharapkan juga puskesmas untuk menjalankan program seperti senam jantung sehat secara rutin agar masyarakat dapat menambah aktivitas fisik dan menjalani pola hidup sehat agar terhindar dari faktor risiko penyakit jantung koroner.

