

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan obesitas sentral dengan resiko penyakit jantung koroner di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2017 maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden dengan obesitas sentral memiliki karakteristik, berjenis kelamin perempuan, rentang umur 45-54 tahun, pendidikan terakhir SLTA, pekerjaan wiraswata, IMT 25,0-29,0, sering mengkonsumsi makanan berlemak, memiliki aktifitas fisik sedang, alamat Kelurahan Lubuk Buaya.
2. Rata-rata ukuran pinggang responden adalah 105,93 dengan standar deviasi 7,821.
3. Responden yang memiliki resiko terkena *angina pectoris* sebesar 39,7%, responden memiliki resiko terkena *infark miokard* sebesar 13,7%.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas sentral dengan resiko penyakit jantung koroner dengan nilai  $r = 0,589$  (kekuatan cukup kuat) dan arah (+), artinya semakin tinggi obesitas sentral maka semakin tinggi resiko penyakit jantung koroner.

## B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi tambahan kepustakaan dan pengetahuan ilmiah bagi mahasiswa dan institusi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas terutama dalam bidang medikal bedah mengenai hubungan obesitas sentral dengan resiko penyakit jantung koroner.

### 2. Bagi Institusi Kesehatan

Bagi petugas kesehatan khususnya perawat agar lebih mengefektifkan program kerja POSBINDU dalam pemberian promosi kesehatan mengenai resiko penumpukan lemak berlebih pada perut yang berdampak pada penyakit jantung koroner dengan cara mengajak masyarakat secara langsung (*door to door*) untuk dapat berpartisipasi dalam kegiatan dengan memberikan contoh makanan bergizi untuk dapat dijadikan responden sebagai contoh pola konsumsi makanan yang bergizi. Hal lain yang dapat dilakukan adalah mengaktifkan peran serta kader dalam mengunjungi responden sekali seminggu, yang sebelumnya telah diberi pengarahan oleh tenaga kesehatan. Disarankan juga kepada tenaga kesehatan agar dapat memberikan program olahraga rutin setiap minggunya lewat peran serta kader.

### 3. Bagi Responden

Diharapkan sebagai masukan untuk responden dalam upaya pencegahan penyakit jantung koroner sedini mungkin dengan mencegah terjadinya obesitas

sentral yang dapat mengakibatkan penyakit jantung koroner. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan adalah menerapkan perilaku hidup sehat yaitu mengontrol konsumsi makanan berlemak dan melakukan olahraga yang rutin.

