

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai korelasi konsumsi makronutrien dengan profil lipid pada petugas kesehatan yang obesitas di RSUP Dr. M. Djamil Padang dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Distribusi karakteristik responden lebih dari separohnya berada diusia 36 sampai 45 tahun (masa dewasa akhir) dan berjenis kelamin perempuan.
2. Rata-rata konsumsi asupan makronutrien pada petugas kesehatan yang obesitas di RSUP Dr. M. Djamil Padang lebih rendah untuk karbohidrat dan sedikit meningkat untuk protein dan lemak berdasarkan anjuran Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019.
3. Rata-rata profil lipid pada petugas kesehatan yang obesitas di RSUP Dr. M. Djamil Padang berada di rentang normal untuk kolesterol total dan trigliserida serta mengalami peningkatan pada LDL dan HDL.
4. Terdapat korelasi yang signifikan antara karbohidrat dengan kolesterol total dan LDL serta tidak terdapat korelasi antara karbohidrat dengan HDL dan trigliserida.
5. Tidak terdapat korelasi antara protein dan lemak dengan kolesterol total, LDL, HDL, dan trigliserida.

#### **7.2 Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan penulis memberikan saran sebagai berikut

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel penelitian yang lebih luas dan lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi profil lipid selain asupan makronutrien seperti usia, jenis kelamin, riwayat hiperkolesterolemia, dan aktivitas fisik.

2. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk memperbaiki gaya hidup dan menambah pengetahuan terkait hal-hal yang dapat mempengaruhi profil lipid seperti asupan makronutrien.
3. Diharapkan kepada RSUP Dr. M. Djamil Padang untuk dapat meningkatkan upaya preventif melalui program-program yang terkait dengan faktor risiko, yang dapat meningkatkan asupan makronutrien dan profil lipid pada petugas kesehatan.

