

BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan asupan lemak, serat dan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol pasien stroke rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan klasifikasi stroke didapatkan bahwa sebagian besar diagnosa pasien stroke ruang rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi adalah stroke non hemoragik.
2. Asupan lemak pasien stroke ruang rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi sebagian besar lebih.
3. Asupan serat pasien stroke ruang rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi sebagian besar kurang.
4. Aktivitas fisik pasien stroke rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi sebagian besar ringan.
5. Ada hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan kadar kolesterol total pasien stroke ruang rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi tahun 2019.
6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan kadar kolesterol total pasien stroke rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi tahun 2019.
7. Tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar kolesterol pasien stroke rawat inap Neurologi di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi tahun 2019.

6.2 Saran

1. Bagi Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi diharapkan dapat memberikan informasi lebih intensif mengenai stroke misalnya dengan memberikan konseling tentang pengendalian kadar kolesterol pada penderita stroke.
2. Penderita stroke di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi diharapkan dapat memperbaiki pola makan seperti mengurangi konsumsi lemak jenuh dan meningkatkan konsumsi serat seperti sayur dan buah serta memperbanyak aktivitas fisik.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti mengenai kadar *low density lipoprotein* (LDL) dan *high density lipoprotein* (HDL) pada pasien stroke.