

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran parameter fungsi metabolisme lemak (kolesterol total, LDL, HDL, trigliserida) dan fungsi ginjal (ureum dan kreatinin) pada peserta Prolanis di Puskesmas Oesapa Kota Kupang, dengan membandingkan hasil pemeriksaan bulan Mei dan November, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pada bulan Mei, sebagian besar peserta Prolanis memiliki kadar kolesterol total, LDL, HDL, dan trigliserida yang masih normal. Namun, gangguan profil lipid tetap ditemukan, terutama pada peserta perempuan, kelompok lansia (60–77 tahun), serta peserta dengan hipertensi dan diabetes melitus.
2. Pada bulan November, pola serupa masih terlihat: mayoritas peserta memiliki profil lipid normal, tetapi gangguan lipid lebih sering dijumpai pada peserta perempuan dan lansia, khususnya yang menderita hipertensi atau diabetes melitus.
3. Jika dibandingkan, profil lipid peserta menunjukkan kecenderungan membaik dari bulan Mei ke November: proporsi kolesterol total normal naik dari 60% menjadi 66%, LDL normal naik dari 68% menjadi 78%, dan trigliserida normal naik dari 58% menjadi 68%. Proporsi kadar HDL tinggi yang bersifat protektif juga meningkat dari 28% menjadi 40%. Perbaikan ini mengindikasikan bahwa upaya pengendalian faktor risiko metabolik pada peserta Prolanis mulai menunjukkan hasil yang positif.

4. Pada bulan Mei, fungsi ginjal sebagian besar peserta masih normal, dengan kadar kreatinin normal pada 96% peserta dan ureum normal pada 98% peserta. Peningkatan kadar kreatinin dan ureum lebih banyak ditemukan pada kelompok lansia serta peserta dengan diabetes melitus dan hipertensi.
5. Pada bulan November, fungsi ginjal sebagian besar peserta tetap normal, meskipun proporsi kadar tinggi meningkat: kreatinin normal turun menjadi 88% dan ureum normal turun menjadi 94%. Kenaikan kadar kreatinin dan ureum ini paling banyak terjadi pada kelompok lansia dan peserta diabetes melitus.
6. Berbeda dengan profil lipid, fungsi ginjal justru menunjukkan kecenderungan menurun dari bulan Mei ke November: proporsi kreatinin tinggi naik dari 4% menjadi 12%, dan ureum tinggi naik dari 2% menjadi 6%. Artinya, perbaikan pada metabolisme lemak tidak diikuti oleh perbaikan fungsi ginjal, sehingga kedua aspek ini perlu dipantau secara terpisah dan berkelanjutan.
7. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa peserta Prolanis perempuan, lanjut usia, serta yang mengidap hipertensi atau diabetes melitus merupakan kelompok dengan risiko tertinggi mengalami gangguan metabolisme lemak dan penurunan fungsi ginjal. Oleh karena itu, pemantauan kesehatan secara rutin pada kelompok ini sangat penting untuk mencegah komplikasi penyakit kronis lebih lanjut.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Oesapa Kota Kupang, diharapkan dapat meningkatkan program pemantauan rutin terhadap parameter metabolisme lemak dan fungsi ginjal pada peserta Prolanis, terutama pada kelompok risiko tinggi seperti lansia, perempuan, penderita hipertensi, dan diabetes melitus.
2. Bagi tenaga kesehatan dan pengelola Program Prolanis, perlu meningkatkan edukasi kepada peserta mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, kepatuhan pengobatan, serta pengendalian faktor risiko untuk mencegah dislipidemia dan gangguan fungsi ginjal.
3. Bagi peserta Prolanis, diharapkan dapat lebih disiplin dalam menjaga pola hidup sehat, melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala, serta mengikuti anjuran tenaga kesehatan guna mencegah komplikasi penyakit kronis.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan cakupan variabel yang lebih luas, jumlah sampel yang lebih besar, serta metode analisis yang lebih mendalam untuk melihat hubungan antara faktor risiko dengan perubahan profil lipid dan fungsi ginjal secara lebih komprehensif.