

BAB 7 PENUTUP

7.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka disimpulkan bahwa :

1. Rerata IMT pada mahasiswa penyandang obes adalah $32,53 \pm 4,13$ kg/m².
2. Rerata IMT pada mahasiswa non obes adalah $21,11 \pm 1,85$ kg/m².
3. Rerata kadar non HDL-C pada mahasiswa penyandang obes adalah $131,43 \pm 34,70$ mg/dL.
4. Rerata kadar non HDL-C pada mahasiswa non obes adalah $123,93 \pm 35,55$ mg/dL.
5. Secara statistik, tidak ada perbedaan yang bermakna antara rerata kadar non HDL-C pada mahasiswa penyandang obes dan mahasiswa non obes.

7.2 Saran

1. Penelitian lanjutan dengan menggunakan subjek yang sama dengan penelitian ini bisa dilakukan sehingga terbentuk sebuah penelitian dengan desain kohort.
2. Penelitian lain bisa dilakukan dengan menganalisis faktor lain yang tidak diamati pada penelitian ini, seperti asupan makanan, aktivitas fisik, dan faktor genetik.
3. Masyarakat terutama penyandang obes diharapkan dapat menjaga dan mengendalikan berat badan dengan menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik yang cukup, serta menjaga pola hidup yang sehat agar terhindar dari penyakit yang berkaitan dengan obesitas.