

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 SIMPULAN

Hasil simpulan penelitian ini adalah:

1. Tidak terdapat hubungan antara rasio lingkaran pinggang terhadap tinggi badan dengan kadar Trigliserida
2. Tidak terdapat hubungan antara rasio lingkaran pinggang terhadap tinggi badan dengan kadar HDL

7.2 SARAN

Diperlukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan antara rasio lingkaran pinggang terhadap tinggi badan, dalam hal ini tidak hanya dengan pengukuran kadar trigliserida dan HDL saja, tetapi juga kadar LDL, gula darah, agar dapat lebih spesifik ke dalam hal obesitas abdominal dan dapat lebih diperhitungkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi seperti dilihat dari gaya hidup, seperti kebiasaan makan, dan olah raga.