

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Simpulan yang didapat setelah dilakukan penelitian adalah:

1. Rerata kadar HDL pada mahasiswa obesitas sebesar 38.26 mg/dl termasuk kategori menurun,
2. Rerata kadar LDL pada mahasiswa obesitas sebesar 153.83 mg/dl termasuk kategori meningkat.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kadar HDL dengan $p=0.000$, dengan nilai kekuatan koefisien korelasi = 0.683 yang tergolong kuat.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan LDL dengan $p=0.000$, dengan nilai kekuatan koefisien korelasi = 0.697 yang tergolong kuat.

B. Saran

1. Perlu dilakukan penelitian mengenai komponen lipid yang lain seperti kolesterol total dan trigliserida terkait dengan obesitas
2. Pada mahasiswa yang mengalami obesitas diharapkan dapat mengurangi berat badan.