

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

1. Pemberian konseling gizi terhadap profil lipid kolesterol dan trigliserida pada remaja obesitas berpengaruh pada remaja obesitas hal ini dikarenakan pemberian konseling gizi dapat mengubah pola makan responden, terutama dalam pemilihan jenis makanan yang tinggi kolesterol dan trigliserida
2. Pemberian konseling gizi memiliki pengaruh terhadap asupan lemak jenuh pada remaja obesitas dan terbukti efektif dalam mengubah sikap dan perilaku pemilihan makan pada remaja obesitas.

B. SARAN

Sebaiknya intervensi yang diberikan lebih lanjut mengenai pengaruh konseling gizi pada remaja obesitas meliputi pengetahuan tentang nilai gizi bahan makanan dan perubahan perilaku agar lebih selektif makanan sehat. Selain itu perlu adanya dukungan dari orang tua untuk menyediakan makanan sehat dan bergizi lengkap.