

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Kesimpulan :

1. WC pada obese lebih besar daripada non obese.
2. BMI berhubungan linier dan sangat kuat dengan WC.

Kesimpulan tambahan :

1. Kita dapat memprediksi BMI dengan pengukuran WC.
2. Pada penderita obesitas, lemak tubuh dapat dimonitor dengan mengukur WC.

#### **5.2 Saran**

1. Dengan adanya penelitian ini diharapkan masyarakat dapat menggunakan pengukuran WC untuk mengetahui kejadian obese lebih dini dan dapat dengan segera mencegah serta mengatasinya.
2. Sebaiknya diadakan penelitian mengenai pengaruh dan hubungan BMI dengan WC dengan jumlah sampel yang lebih banyak.