

## **BAB IV**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **4.1 Kesimpulan**

Leptin berperan dalam mengatur keseimbangan antara energi *intake* dan energi *expenditure* dengan cara menghambat nafsu makan dan meningkatkan metabolisme. Penghambatan nafsu makan terjadi karena jaringan lemak mensekresi leptin yang kemudian diangkut ke SSP dan di hipotalamus terjadi pengikatan leptin dengan reseptornya yang selanjutnya mengaktifkan sel saraf *anorexigenic* dan menghambat sel saraf *orexigenic*. Dengan perkataan lain, leptin mempunyai efek anti-obesitas.

#### **4.2 Saran**

Dengan banyaknya penemuan dan penelitian mengenai baik leptin itu sendiri maupun peran leptin dalam fisiologi dan patofisiologi tubuh, dalam hal ini, khususnya obesitas, telah diketahui bahwa leptin mempunyai efek anti obesitas.

Untuk menjadikan leptin sebagai alternatif terapi untuk obesitas diperlukan penelitian lebih lanjut tentang efek leptin yang adekuat terhadap obesitas. Obesitas dapat dicegah tidak hanya dengan pemberian leptin saja tetapi juga harus ditunjang dengan *eating plans* dengan porsi kecil, rendah kalori dan rendah lemak serta olahraga teratur.