

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Orang *Obese* makan jumlah camilan lebih banyak dari orang *Non-Obese*

5.2 Saran

1. orang *Obese* harus mengendalikan nafsu makan camilannya.
2. Kalau tidak bisa menjalankan saran yang pertama maka pilihlah camilan yang sehat dan seimbang.