

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

1. Diagnosis Gizi yang diberikan pasien yaitu asupan lemak berlebih ditandai dengan hasil lab kadar kolesterol yang tinggi 226 mg/dL dan kegemukan/obesitas ditandai dengan IMT = 25,37 kg/m<sup>2</sup> (Obesitas tingkat ringan).
2. Intervensi Gizi yang diberikan kepada pasien yaitu memberikan Terapi Konseling Diet Rendah Lemak dan Kolesterol.
3. Hasil Monitoring dan Evaluasi  
Perkembangan Antropometri, adanya perubahan penurunan Berat Badan pasien menjadi 67 Kg selama 4 minggu.  
Perkembangan Tingkat Konsumsi Energi dan Zat Gizi, Rata-rata asupan Energi selama 4 minggu termasuk kategori Normal, kemudian Rata-rata asupan Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat, dan Kolesterol termasuk dalam kategori Defisit Tingkat Sedang.

#### 5.2 Saran

Asuhan gizi perlu didasarkan pada data antropometri, biokimia, fisik klinis, serta tingkat konsumsi energi dan zat gizi perlu di monitoring evaluasi untuk dijadikan dasar dalam pemberian intervensi atau penanggulangan apabila terdapat masalah baru. Untuk pasien diharapkan menerapkan diet yang telah diberikan pada saat konseling dan menjaga pola makan serta sering melakukan aktivitas fisik agar kadar kolesterol tetap stabil.