

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Tidak terdapat korelasi antara indeks massa tubuh (IMT) dengan perubahan kadar laktat darah mahasiswa kedokteran Universitas Jenderal Soedirman.

B. SARAN

1. Perlu dilakukan penelitian sejenis yang mengukur presentase lemak tubuh dan kadar laktat darah untuk mengetahui korelasi antara lemak tubuh terhadap kadar laktat darah. Hal tersebut dilakukan agar dapat memberikan informasi kepada masyarakat terutama mahasiswa kedokteran mengenai pengaruh lemak terhadap kebugaran jasmani seseorang.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut yang mengukur presentase lemak tubuh dengan menggunakan metode lain agar diperoleh hasil analisis yang sesuai dengan teori.
3. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut yang didahului penyeragaman aktivitas fisik subjek penelitian agar diperoleh hasil analisis yang sesuai dengan teori.