

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Ekstrak klorofil meningkatkan saturasi oksigen pada pria dewasa pasca olahraga.
2. Ekstrak klorofil menurunkan frekuensi denyut jantung pada pria dewasa pasca olahraga.

5.2 Saran

1. Perlu penelitian lebih lanjut tentang efek ekstrak klorofil terhadap pH darah.
2. Perlu penelitian lebih lanjut tentang bioavailabilitas ekstrak klorofil dalam tubuh.
3. Perlu penelitian lebih lanjut apakah kesamaan struktur klorofil dengan heme juga memiliki fungsi yang sama dengan heme dalam distribusi oksigen.