

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- Ekstrak etanol purwoceng tidak meningkatkan daya tahan otot pada mencit Swiss Webster jantan selama tes *treadmill*.

5.1.1 Simpulan Tambahan

- Pemberian ekstrak etanol purwoceng selama 7 hari tidak meningkatkan daya tahan otot pada mencit Swiss Webster jantan selama tes *treadmill*.

5.2 Saran

Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan:

- Penelitian menggunakan dosis ekstrak etanol purwoceng yang lebih tinggi.
- Penelitian mengenai dosis optimal untuk meningkatkan daya tahan otot.
- Penelitian dengan jangka waktu pemberian ekstrak etanol purwoceng yang lebih lama.
- Penelitian menggunakan intensitas kecepatan *treadmill* yang lebih rendah.
- Penelitian memeriksa kadar testosteron dalam darah sebelum dilakukan tes *treadmill*.
- Penelitian dengan pemberian ekstrak etanol purwoceng pada hari terakhir sebelum tes *treadmill*.
- Penelitian dengan metode *pre-test* dan *post-test*.