

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian terhadap tikus model dislipidemia yang mendapat perlakuan suplementasi omega-3 dan *exercise* adalah sebagai berikut:

Omega-3 menurunkan kadar trigliserida tikus jantan galur Wistar model dislipidemia.

Exercise menurunkan kadar trigliserida tikus jantan galur Wistar model dislipidemia.

Omega-3 menurunkan kadar trigliserida sama baik dibandingkan dengan *exercise* pada tikus jantan galur Wistar model dislipidemia.

5.2 Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya untuk mengetahui efek hipolipemik omega-3 dan *exercise* khususnya terhadap kadar trigliserida:

1. Kontrol positif sebaiknya menggunakan fibrat karena fibrat dapat menurunkan kadar trigliserida lebih rendah daripada simvastatin.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pemberian omega-3 dan *exercise* pada tikus model dislipidemia dengan jangka waktu yang lebih lama dan menggunakan hewan coba yang mempunyai pola metabolisme mirip dengan manusia.
3. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar hasil yang didapat lebih menggambarkan efek yang sebenarnya.
4. Pada suplementasi omega-3 perlu dipertimbangkan efek samping suplementasi omega-3.