

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan yaitu terdapat penurunan ekspresi gen *p62* pada otot jantung tikus galur wistar yang diberikan latihan fisik akut intensitas sedang selama 3 hari dan 6 hari. Tetapi, tidak terdapat penurunan ekspresi gen *p62* pada otot jantung tikus galur wistar yang diberikan latihan fisik akut intensitas sedang selama 15 hari.

5.2 Saran

Saran yang dapat diberikan penulis, yaitu:

- Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai ekspresi gen *P62* pada organ lainnya, misalnya otot (*m. vastus lateralis*, *m. tibialis anterior*) dan hepar.
- Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai ekspresi gen lain seperti *mTOR*, *Beclin-1*, *ATG8*, *ULK-1* untuk mengetahui lebih dalam proses *autophagy* yang terjadi pada latihan fisik.
- Dilakukan pemeriksaan histopatologis pada otot jantung tikus.