

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

1. Terdapat pengaruh latihan fisik kronik dengan intensitas sedang terhadap peningkatan ekspresi gen LC3 pada limpa tikus galur Wistar tua.
2. Tidak terdapat pengaruh latihan fisik kronik dengan intensitas sedang terhadap penurunan ekspresi gen p62 pada limpa tikus galur Wistar tua.

#### **4.2 Saran**

Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai ekspresi protein p62 dengan metode imunoblot.

