

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

- Ada hubungan lingkaran pinggang / *waist circumference* (WC) terhadap Volume Ekspirasi Paksa detik pertama (VEP₁) pada laki-laki dewasa.
- Peningkatan lingkaran pinggang / *waist circumference* (WC) dapat menyebabkan penurunan volume ekspirasi paksa detik pertama (VEP₁) pada laki-laki dewasa.

5.2 Saran

- Percobaan ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh dan hubungan lingkaran pinggang terhadap volume ekspirasi paksa detik pertama (VEP₁) dengan menggunakan subjek penelitian yang lebih banyak jumlahnya. Diharapkan dengan lebih banyak subjek penelitian hasil yang didapatkan lebih signifikan
- Perlu penelitian lebih lanjut dengan menggunakan subjek penelitian berjenis kelamin wanita
- Hasil penelitian ini tidak bisa digunakan sebagai indikator untuk mengetahui fungsi paru, karena masih kurangnya jumlah dan variasi individu dari subjek penelitian.