BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian diatas terdapat beberapa kesimpulan yang akan menjawab rumusan masalahnya, diantaranya:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian Ekstrak Moringa Terhadap inflamasi IL-6 pada Jaringan Adiposa Tikus Galur Wistar. Hal ini disebabkan karena pemberian ekstrak moringa pada inflamasi IL-6 terbukti bisa menurunkan kadar lemak pada jaringan adiposa.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian Ekstrak Moringa Terhadap inflamasi TNF-alpha pada Jaringan Adiposa Tikus Galur Wistar. Hal ini disebabkan karena pemberian ekstrak moringa pada inflamasi TNF-alpha terbukti bisa menurunkan kadar lemak pada jaringan adiposa.
3. Terdapat pengaruh Latihan Intensitas sedang Terhadap Inflamasi IL-6 Pada Jaringan Adiposa Tikus Galur Wistar. Hal ini disebabkan karena pemberian ekstrak moringa dan latihan intensitas sedang pada inflamasi IL-6 terbukti bisa menurunkan kadar lemak pada jaringan adiposa.
4. Terdapat pengaruh Latihan Intensitas sedang Terhadap Inflamasi TNF-alpha Pada Jaringan Adiposa Tikus Galur Wistar. Hal ini disebabkan karena pemberian ekstrak moringa dan latihan intensitas sedang pada inflamasi TNF-alpha terbukti bisa menurunkan kadar lemak pada jaringan adiposa.

5.2 Implikasi Penelitian

Implikasi pada penelitian kali ini salah satunya bagi para pelaku olahraga, baik itu rekreasi maupun prestasi; atlet, pelatih maupun instruktur olahraga. Penelitian ini menunjukan adanya pengaruh dari ekstrak moringa untuk mengurangi proses inflamasi IL-6 dan TNF-alpha pada jaringan adiposa tikus galur wistar.

Saepul Anwar, 2022
EFEK SUPLEMENTASI EKSTRAK MORINGA DAN LATIHAN INTENSITAS SEDANG TERHADAP INFLAMASI IL-6 DAN TNF-ALPHA PADA JARINGAN ADIPOSA TIKUS GALUR WISTAR
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Oleh karena itu, Tujuan dari moringa sudah jelas menurunkan efek inflamasi *IL-6* dan *TNF-alpha* Ketika digabung dengan *moderate exercise*, maka dia sifatnya adiktif dan itu menambah benefit dari exercise untuk menurunkan inflamasi.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil dari temuan penelitian ini, peneliti merekomendasikan untuk penelitian selanjutnya, yaitu sebagai berikut:

1. Menganalisis efek moringa dengan olahraga yang sifatnya berat
2. Menganalisis efek moringa dengan organ lain.
3. Menganalisis efek moringa dengan sampel yang lain.