

## **BAB 7 PENUTUP**

### **7.1 Kesimpulan**

Dari penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa FK Unand angkatan 2013 mengenai perbedaan jumlah leukosit total sebelum dan sesudah melakukan aktivitas fisik intensitas sedang dapat disimpulkan bahwa :

1. distribusi jumlah leukosit total sebelum melakukan aktivitas fisik intensitas sedang dalam batas normal dengan rata-rata  $6659,09 \pm 969,89 \text{ sel/mm}^3$
2. distribusi jumlah leukosit total setelah melakukan aktivitas fisik intensitas sedang memiliki nilai lebih tinggi dibandingkan sebelum melakukan aktivitas fisik dengan rata-rata masih dalam batas normal, yakni  $8557,58 \pm 1252,82 \text{ sel/mm}^3$
3. terdapat perbedaan yang bermakna antara jumlah leukosit sebelum melakukan aktivitas fisik dengan jumlah leukosit sesudah melakukan aktivitas fisik intensitas sedang.
4. tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara rerata peningkatan jumlah leukosit pada subjek laki-laki dan subjek perempuan.

### **7.2 Saran**

1. Pada penelitian berikutnya diharapkan agar pengambilan sampel darah untuk menghitung jumlah leukosit total dilakukan dalam beberapa fase, yakni sebelum beraktivitas, segera setelah beraktivitas dan beberapa jam setelah beraktivitas agar diketahui berapa lama peningkatan leukosit tersebut dapat bertahan sebelum akhirnya kembali seperti semula.

2. Diperlukan penelitian lanjutan untuk melihat peningkatan leukosit yang terjadi pada aktivitas fisik dengan intensitas yang lebih ringan maupun intensitas yang lebih berat.
3. Diperlukan penelitian lanjutan untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan jumlah leukosit saat beraktivitas fisik.

