

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan pada Atlet Pekan Olahraga Nasional Sumatera Barat 2016 mengenai hubungan stratifikasi atlet dengan kadar hemoglobin atlet dapat disimpulkan bahwa :

1. Atlet Pekan Olahraga Nasional Sumatera Barat 2016 hampir separuhnya mendapatkan stratifikasi andalan.
2. Rata-rata kadar hemoglobin yang dimiliki atlet Pekan Olahraga Nasional Sumatera Barat 2016 berada dalam kadar normal.
3. Tidak didapatkan hubungan yang bermakna antara stratifikasi atlet dengan kadar hemoglobin atlet Pekan Olahraga Nasional Sumatera Barat 2016.

7.2 Saran

1. Atlet diharapkan menggunakan fasilitas yang dimilikinya untuk meningkatkan status gizi, mengingat stratifikasi yang telah diberikan pada atlet dan harapan prestasi yang akan dicapai.
2. Komite Olahraga Nasional Indonesia diharapkan dapat meninjau kembali mengenai pemberian stratifikasi terhadap atlet dan pemilihan atlet setiap stratifikasi.
3. Dipelukan penelitian lain mengenai $VO_2\max$ untuk meninjau perbedaan kondisi atlet setiap stratifikasinya.

