

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Nilai RMS pada otot *gastrocnemius* menunjukkan perbedaan bahkan pada subjek yang sama-sama aktif berolahraga, yang diakibatkan oleh pengaruh ketebalan lemak bawah kulit, IMT, dan kondisi lainnya.
2. Batasan *Coefisien Variation (CV)* sebesar 15% mampu memisahkan data pengukuran yang tidak stabil akibat gangguan saat pengukuran.
3. Integrasi perangkat menunjukkan bahwa data pengukuran baseline berhasil diproses dan disimpan secara nyata tanpa kehilangan data saat perangkat dimatikan.
4. Durasi ketahanan perangkat saat digunakan terkonfirmasi mampu selama 210 hingga 240 menit dengan efisiensi konversi daya regulator sebesar 86%.

5.2 Saran

1. Variasi tinggi angkatan kaki antar-subjek saat jinjit menyarankan perlunya pengukuran dan standarisasi untuk sudut pergelangan kaki agar kontraksi otot saat pengambilan baseline setara.
2. Perangkat perlu dilengkapi dengan fitur indikator sisa baterai pada alat atau aplikasi agar pengguna tahu kapan harus melakukan pengisian daya.