

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Terdapat hubungan (korelasi) positif $P=0,00$ dimana nilai batas ($P<0,05$) antara status gizi dan massa otot pada Kadet Mahasiswa cohort 2 dan 3 dengan tingkat korelasi kuat sebesar (51,6%)
2. Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa Kadet Mahasiswa cohort 2 dan 3 lebih banyak yang mempunyai IMT yang normal jika dibandingkan dengan IMT yang kurang ataupun lebih (75,7%)
3. Kadet Mahasiswa cohort 2 dan cohort 3 cenderung mempunyai massa otot yang normal daripada yang berlebih ataupun yang kurang (70,5%)
4. Pada hasil penelitian didapatkan rata-rata Massa otot pada laki-laki cenderung lebih tinggi daripada perempuan (perbedaan sekitar hampir 10%) begitupun dengan IMT cenderung lebih tinggi laki-laki daripada perempuan (23,09% berbanding 22%)

5.2 Saran

1. Perlu dilakukan follow up terhadap hasil IMT dan massa otot secara berkala apabila terjadi perbedaan di kemudian hari
2. Disarankan melakukan juga penelitian terhadap faktor-faktor perancu setiap variabel yang berisiko mempengaruhi