

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan antara latihan fisik ketahanan mars terhadap angka kejadian mars hemoglobinuria pada siswa Secataif Rindam Jaya Tahun Ajaran 2015/2016, didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Siswa Secataif Rindam Jaya Tahun Ajaran 2015/2016 memiliki fisik ketahanan mars yang baik.
- b. Jumlah siswa yang positif hemoglobinuria sebanyak 0,0% pada kilometer ke-0, positif hemoglobinuria sebanyak 4,2 % pada kilometer ke-100, dan positif hemoglobinuria 23,9% pada kilometer ke-170.
- c. Terdapat hubungan bermakna antara latihan fisik ketahanan mars dengan angka kejadian mars hemoglobinuria dari kilometer ke-0 sampai kilometer ke-170 pada siswa Secataif Rindam Jaya Tahun Ajaran 2015/2016.
- d. Tidak terdapat perbedaan signifikan angka kejadian mars hemoglobinuria pada kilometer ke-0 dan kilometer ke-100.
- e. Terdapat perbedaan signifikan angka kejadian mars hemoglobinuria pada kilometer ke-100 dan kilometer ke-170.

V.2 Saran

Dari kesimpulan yang telah diuraikan, maka penulis memberikan saran sebagai berikut :

- a. Bagi siswa Secataif Rindam Jaya
Diharapkan bagi siswa Secataif Rindam Jaya untuk melaporkan jika terdapat tanda dan gejala dari anemia yang merupakan komplikasi dari mars hemoglobinuria.

b. Bagi Rindam Jaya

Diharapkan untuk dokter dari Rindam Jaya untuk memberikan *follow up* dari keadaan para siswa, apakah ada penyakit lanjutan yang disebabkan oleh latihan Yudha Wastu Pramuka atau tidak.

c. Bagi TNI-AD

Diharapkan dapat mempertimbangkan jarak dan beban pada latihan fisik ketahanan mars serta mengevaluasi sepatu yang baik dan ergonomis untuk meminimalisir terjadinya mars hemoglobinuria.

d. Bagi Peneliti Lain

- a. Bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lanjutan dapat memperluas variabel penelitian.
- b. Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan metode pengukuran lainnya untuk mengukur variabel penelitian.

