

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Ada hubungan tinggi lompatan dengan kejadian *sprain* pergelangan kaki pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.
2. Ada hubungan bentuk *arcus pedis* dengan kejadian *sprain* pergelangan kaki pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.
3. Ada hubungan tinggi lompatan dengan bentuk *arcus pedis* pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.

B. Saran

1. Bagi Atlet

Lebih memperhatikan faktor risiko dalam melakukan lompatan saat *jumping smash* guna mencegah terjadinya cedera pada pergelangan kaki.
2. Bagi Peneliti Lainnya
 - a. Untuk lebih mengkaji lagi mengenai faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi kejadian *sprain* pada pergelangan kaki seperti berat badan, tinggi badan, dan frekuensi dalam melakukan lompatan *jumping smash*.
 - b. Untuk lebih mengkaji lagi mengenai hubungan *cavus foot* dengan tinggi lompatan.
 - c. Untuk lebih mengkaji lagi mengenai hubungan langsung dari bentuk *arcus pedis* dengan tinggi lompatan yang mengakibatkan kejadian *sprain* pergelangan kaki