

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang kemudian diolah dan dianalisis, diperoleh kesimpulan bahwa:

- a. Terdapat penurunan risiko cedera dalam permainan bola voli melalui analisis faktor cedera.
- b. Terdapat pengaruh penurunan risiko cedera dalam permainan bola voli melalui analisis faktor penurunan risiko cedera dalam permainan bola voli, diantaranya: melalui pelatih, melalui keterampilan dalam permainan bola voli, melalui *warming up and cooling down*, melalui pertolongan pertama, melalui pakaian, melalui latihan, melalui lingkungan dan melalui makanan.

5.2 Implikasi

Membantu olahraga profesional kedokteran dalam mengkategorikan siswa atau atlet menjadi kelompok risiko rendah, menengah atau tinggi berdasarkan interaksi faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi untuk cedera besar di antara siswa atau atlet dalam permainan bola voli

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan dari hasil pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat dari penelitian ini. Adapun saran yang akan diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Guru pendidikan jasmani memiliki cara yang efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran permainan bola voli di sekolah, untuk menurunkan risiko cedera siswa, karena terbukti jika siswa mengalami cedera akan menghambat proses pembelajaran siswa.
2. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai peran analisis gerak untuk menurunkan risiko *cedera* dengan populasi yang lebih luas.
3. Membuat penelitian yang lebih mendalam mengenai peran analisis gerak untuk menurunkan risiko *cedera*, agar hasil penelitian lebih spesifik lagi.

(Bloemers, et al., 2011)