

## **BAB V**

### **SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan penulis, maka dapat disimpulkan bahwa ditemukan persentase masing-masing indikator pada atlet laki-laki dan perempuan. Persentase error *Knee flexion: initial contact* (laki-laki = 15,0%, perempuan = 23,8%), *Hip flexion: initial contact* (laki-laki = 0%, perempuan = 0%), *Trunk flexion: initial contact* (laki-laki = 5,0%, perempuan = 0%), *Ankle-plantar flexion: initial contact* (laki-laki = 15,0%, perempuan = 0%), *Medial knee position: initial contact* (laki-laki = 10,0%, perempuan = 57,1%), *Lateral-trunk flexion: initial contact* (laki-laki = 30,0%, perempuan = 9,5%), *Stance width: wide* (laki-laki = 0%, perempuan = 0%), *Stance width: narrow* (laki-laki = 85,0%, perempuan = 81,0%), *Foot position: external rotation* (laki-laki = 0%, perempuan = 0%), *Foot position: internal rotation* (laki-laki = 0%, perempuan = 0%), *Symmetric initial foot contact: initial contact* (laki-laki = 5,0%, perempuan = 14,3%), *Knee-flexion displacement* (laki-laki = 10,0%, perempuan = 23,8%), *Hip-flexion displacement* (laki-laki = 0%, perempuan = 0%), *Trunk-flexion displacement* (laki-laki = 10,0%, perempuan = 23,8%), *Medial-knee displacement* (laki-laki = 30,0%, perempuan = 95,2%). Skor 0-2 pada *Joint displacement* (laki-laki = 70,0 : 30,0 : 0%, perempuan = 33,3 : 61,9 : 4,8%), *Overall impression* (laki-laki = 65,0 : 30,0 : 5,0%, perempuan = 33,3 : 61,9 : 4,8%).

#### **5.2 Implikasi dan Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan sebagai berikut:

##### **5.2.1 Implikasi**

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi oleh pihak tertentu dalam mencari skor LESS.
- 2) Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi oleh banyak pihak seperti pelatih, khususnya pada cabang olahraga voli yang bisa dipakai untuk mencari skor LESS agar bisa menekan angka kemungkinan cedera pada atlet.

### 5.2.2 Rekomendasi

- 1) Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat mengambil sampel dengan jumlah yang lebih banyak.
- 2) Penelitian ini menemukan adanya persentase skor LESS masing-masing indikator pada atlet laki-laki dan perempuan. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya agar menguji dengan variable lain, seperti usia, cabang olahraga lain dan dengan yang lainnya.

Demikian simpulan, implikasi dan rekomendasi dari penelitian yang berjudul analisis *landing error* pada atlet voli yang dapat dipaparkan oleh peneliti. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pelatih maupun masyarakat.