

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Penelitian ini menghasilkan video dengan judul “Video Edukasi Penanganan Awal Cedera *Ankle Sprain*” yang berdurasi empat menit 25 detik dengan format MP4.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil rancangan video edukasi ini, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti, di antaranya sebagai berikut:

##### 1. Ilmu Keperawatan

Menggunakan video edukasi ini sebagai bahan media pembelajaran dalam upaya menambah pengetahuan tentang bagaimana cara melakukan penanganan awal cedera *ankle sprain*.

##### 2. Mahasiswa UKM Basket UMY

- a) Menggunakan video ini sebagai bahan belajar tentang penanganan awal cedera *ankle sprain* atau keseleo.
- b) Menyediakan perlengkapan penanganan awal cedera *ankle sprain* yang meliputi *ice pack* berisikan es beserta *cool box* dan *elastic bandage*.

##### 3. Peneliti Selanjutnya

Melakukan uji validitas dan reliabilitas video serta melakukan uji coba ke responden, baik pendidik maupun peserta didik.