

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Pada penelitian ini terdapat 108 sampel dengan rata rata sampel berjenis kelamin perempuan sebesar 95,4% dan laki - laki 4,6%, sampel terdiri dari usia 15 tahun sampai dengan 17 tahun dengan rata rata sampel berusia 16 tahun
- b. Kategori indeks massa tubuh sampel terbanyak yaitu pada kategori berat badan normal dengan persentase 51,9% dan yang terakhir pada kategori obesitas II dengan persentase 6,5%.
- c. Pada *ankle range of motion* kategori terbanyak yaitu pada kategori normal, kemudian yang merupakan terbanyak kedua yaitu pada kategori kurang dan yang terakhir kategori lebih.
- d. Terdapat hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan *Ankle Range of Motion* (ROM) pada Siswa di SMK Kesehatan Bhakti Insani Depok adapun hubungannya tidak searah, dimana jika nilai IMT lebih besar maka nilai *ankle* ROMnya akan lebih kecil.

V.2 Saran

Disarankan untuk penelitian selanjutnya menyiapkan perencanaan dan persiapan yang matang sebelum melakukan penelitian, baik dari segi waktu, tempat, atau pengetahuan. Selain itu, disarankan kepada para remaja untuk mengontrol berat badannya karena seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa indeks massa tubuh memiliki hubungan dengan besar nilai ROM pada *ankle*.