

BAB V

KESIMPULAN

V.1 KESIMPULAN

Sesuai dengan tujuan penulisan yang Telah dikemukakan diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

Terapi yang diberikan pada penderita sprain ankle dengan memakai modalitas cryotherapy dengan memakai cold terapi, salah satu manfaat dari modalitas ini adalah untuk mengurangi rasa nyeri, dan dapat dilihat dari ketiga penyajian kasus pada masing-masing yang memakai cryotherapy dapat mengurangi nilai nyeri. Nyeri nilai 3 untuk nyeri gerak aktif dan pasif menjadi nyeri nilai 1 dan untuk nyeri tekan dari nilai 3 menjadi nyeri nilai 0.

Sprain ankle merupakan tarikan, peregangan, atau robek jaringan lunak, seperti kapsul sendi, ligamen, tendon, atau otot. Cedera ini sering terjadi pada atlet olahraga seperti sepak bola, volly, badminton, basket dan yang lainnya. Cidera pada ankle ini dapat terjadi karena beberapa faktor diantaranya, berolahraga tanpa pemanasan terlebih dahulu, tidak siapnya otot untuk melakukan aktifitas, pemakaian sepatu yang tidak sesuai dengan aktifitasnya.