

## DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, I. (2015). *Pengaruh Masase Frirage Terhadap Perubahan Range Of Motion ( ROM ) Cedera Bahu Pada Pemain Tim UKM Softball Unnes*. Semarang: Unnes.
- Agustia, G. R., & Adi, S. (2019). Pengembangan Model Latihan Teknik Sapuan Rebah Depan ( Sirkel Bawah ) Pencak Silat Usia Remaja. Malang: *Indonesia Performance Journal*.
- Amjad, & Mega, S. (2016). *Teori dan Praktek Pencak Silat*. Malang: IKIP Budi Utomo Malang.
- Andrianto, S. D. (2016). *Pengembangan Aplikasi Panduan Pencegahan dan Perawatan Cedera untuk Olahraga Hiking (Smartpala) Berbasis Android bagi Pecinta Alam Pemula*. Yogyakarta: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNY.
- Arinda, E. N. (2014). Analisis Cedera Olahraga dan Pertolongan Pertama Pemain Sepak Bola. Surabaya: *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Arovah, N. I. (2010). *Diagnosis dan Manajemen Cedera Olahraga*. Yogyakarta: Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FIK UNY.
- Artanayasa, I. W., & Putra, A. (2014). Cedera pada Pemain Sepakbola. Bali: *Jurnal Prosiding Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA IV*.
- Artha, J. T. (2012). *Cedera Pada Atlet Pencak Silat Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY.
- Bahrudin, M. (2013). *Penanganan Cedera Olahraga pada Atlet (PPLM) dan (UKM) Ikatan Pencak Silat Indonesia dalam Kegiatan Kejurnas Tahun 2013*. Surabaya: Unesa.
- Elmagd, M. A. (2016). Common Sports Injuries. United Arab Emirates: *International Journal of Physical Education*, 1, 376–402. doi: 10.1016/B978-0-7216-0334-6.50040-6
- Fauzi, I. B. (2017). *Klasifikasi Cedera, Pemahaman Penanganan, dan Lokasi Cedera pada saat Latihan Penari Sanggar Omah Wayang Kabupaten Klaten*. Yogyakarta: Ilmu Keolahragaan FIK UNY.
- Firdausi, R. A., Yudhistira, A., & Herkutanto, H. (2018). *Reliabilitas Pendapat Ahli pada Fotografi Forensik dalam Memperkirakan Usia Memar*. FK UB: Majalah Kesehatan.
- Fudin, S., & Rahardjo, B. (2013). Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sma Negeri 1 Mantup Lamongan. Surabaya:

*Artikel E-Journal Unesa.*

- Graha, A. S., & Priyonoadi, B. (2012). *Terapi Masase Frirage Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Gerak Tubuh Bagian Bawah*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- \_\_\_\_\_. (2012). *Manfaat Terapi Masase Frirage Dan Stretching Dalam Penanganan Cedera Pada Atlet Olahraga Beladiri*. Yogyakarta: *Medikora*.
- Haryawan, T., Purba, R. H., & Tangkudung, A. W. A. (2017). *Pemahaman Personal Trainer Tentang Cedera Olahraga dan Program Penurunan Berat Badan di Fitness Elite Club Epicentrum Kuningan Jakarta*. Jakarta: Fakultas Ilmu Olahraga UNJ.
- Helmi, Z. N. (2012). *Gangguan Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ibrahim, A. (2019). *Materi Dasar Pencak Silat*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Irawan, A., Arfyanti, I., & Pratiwi, H. (2015). *Sistem Pakar Identifikasi Cedera pada Pemain Sepak Bola Menggunakan Metode Forward Chaining pada Persatuan Sepak Bola Indonesia Paser ( Persipas )*. Samarinda: STMIK Widya Cipta Dharma.
- Iswana, B., & Siswantoyo, S. (2013). *Model Latihan Keterampilan Gerak Pencak Silat Anak Usia 9-12 Tahun*. Yogyakarta: *Jurnal Keolahragaan*.
- Kumaidah, E. (2015). *Penguatan Eksistensi Bangsa Melalui Seni Bela Diri Tradisional Pencak Silat*. Semarang: FK Undip.
- Lanos, M. E. C. (2019). *Faktor-Faktor Penghambat Penugasan Keterampilan Gerakan Sircle, Sapuan Depan, dan Guntingan pada Atlet Binaan Perguruan Pencak Silat Satria Mandiri Sumatera Selatan*. Palembang: *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1(9), 1–10. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2016). *Pencak Silat edisi ke-3*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Marieb, E. N., & Hoehn, K. (2013). *Human Anatomy & Physiology*. United States of America: Publishing Services Inc.
- Martini, F. H., & Nath, J. L. (2012). *Fundamentals of Anatomy and Physiology*. United States of America: *In Journal of the American Medical Association*.
- Nagasena, P. (2018). *Tingkat Pengetahuan Mahasiswa FK UNS Angkatan 2018 Mengenai Pencegahan dan Penyebab Cedera Hamstring*. Surakarta: FK Universitas Sebelas Maret.



- Priyonoadi, B., & Nindyowati, M. H. (2016). Tingkat Kecemasan Atlet Aeromodelling Kelas Free Flight Setelah Mengalami Cedera Bahu Menjelang Pertandingan. Yogyakarta: *Medikora*.
- Riyadi, D. K. (2018). *Pengaruh Masase Frirage dengan Terapi Latihan dalam Meningkatkan ROM (Range Of Motion) pada Cedera Ankle di Persatuan Sepak Bola Gelora Muda Triharjo Sleman*. Yogyakarta: Ilmu Keolahragaan FIK UNY.
- Rudianto, R., & Sinuhaji, S. (2018). Pengaruh Transverse Friction Terhadap Skala Nyeri Pada Kasus Tennis Elbow Di Rsu Sembiring Deli Tua. Lubuk Pakam: *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (Jkf)*.
- Sanusi, R. (2019). Pemahaman Pelatih Futsal Terhadap Penanganan Cedera Engkel. Kepulauan Riau: *Jurnal Pendidikan Olahraga*.
- Saputro, Y. A., & Nugroho, S. (2014). Efektifitas Masase Frirage dalam Mengatasi Gangguan/Penurunan Range Of Movement Pemain Bulutangkis yang Mengalami Cedera Pergelangan Tangan. Yogyakarta: *Medikora*.
- Setiawan, A. (2011). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. Semarang: *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*.
- Setiawan, T. (2016). *Keefektifan Terapi Latihan Fleksibilitas dan Kekuatan Terhadap Pasca Cedera Otot Gastrocnemius*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2013). Textbook of Medical-Surgical Nursing. In L. S. Brunner & D. S. Suddarth (Eds.). United States of America: *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(10), 1689-1699. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004
- Spencer, D. C. (2012). Narratives of Despair and Loss: Pain, Injury and Masculinity in the Sport of Mixed Martial Arts. Canada: *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4(1), 117-137. doi: 10.1080/2159676X.2011.653499
- Timpka, T., Jacobsson, J., Bickenbach, J., Finch, C. F., Ekberg, J., & Nordenfelt, L. (2014). What is a Sports Injury?. Canada: *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 44(4), 423-428. doi: 10.1007/s40279-014-0143-4
- Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2010). *Principles of Anatomy and Physiology (13th ed.)*. United States of America: Biological Science of Textbooks, Inc.
- Widhiyanti, K. T., Ariawati, N., & Bagia, I. (2019). Analisa Penanganan Pertama Cedera Olahraga pada Tim Atlet Bola Voli Putra IKIP PGRI Bali. Bali: *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 5(1), 39-43. doi:

10.4324/9781315853178

Zein, M. I. (2015). Cedera Anterior Cruciate Ligament (Acl) Pada Atlet Berusia Muda. Yogyakarta: *Medikora*.

Zulman, Abas, S., & Deswandi. (2019). Pelatihan Pencegahan dan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga bagi Pelatih PPLP Sumatera Barat. Kota Padang: *Jurnal Berkarya Pengabdian pada Masyarakat*.

