DAFTAR PUSTAKA

Aco Tang, Gambaran Tingkat Keseimbangan Atlet Sepakbola Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Sulawesi Selatan, Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 5Nomor 1 Tahun 2014.

Afif Kurniawan, Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental 2017 , Vol. 2(1).

Ahmad Khoirur Roziqin, *at, al,* Pengaruh Model Latihan Fisik Menggunakan Bola Terhadap Daya Tahan Aerobik Pemain Sepakbola Usia 15-18 Tahun, Journal Kesehatan Olahraga Volume 01 Nomor 03Tahun 2013.

Ali Satia Grah, Kegunaan Rehabilitasi Dan Terapi Dalam Cedera Olahraga, MEDIKORA Volume I, No. 1 Edisi April 2005.

Anton Komaini, S.Si.,M.Pd, Sport Science, Vol. 18, Juli 2012.

Anton Komaini., Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Jasmani, Vol.18, No.23, Juli 2012.

Anna Kurnia, Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Stiffness Knee Dextrapost Repair Anterior Cruciatum Ligament di RSO. Prof. DR. Soeharso, Surakarta, 2012.

Altius, jurnal Ilmu Olahraga & Kesehatan, Vol. 2, No. 1, Januari 2012.

Arif Setiawan, Faktor Timbulnya Cedera Olahraga, Jurnal Media Ilmu Keolahragaan IndonesiaVolume 1. Edisi 1. Juli 2011.

Awaluddin, Jurnal Pesona Dasar, Vol. 1, No. 4, Oktober 2015.

Bagus Kanang Ibrahim, Pengaruh Propioceptive Neuromuscular Facilitation Terhadap Kekuatan Dan Fleksibilitas Tungkai Pada Pemain Sepakbola Di SSB Maguwoharjo Putra (MATRA), Maguwoharjo, Sleman, MEDIKORA Volume I, No. 1 Edisi April 2005.

Bambang Priyonoadi, Berbagai Macam Tes Untuk Menentukan Tingkat Kestabilan Sendi Lutut, MEDIKORA Volume I, No. 1 Edisi April 2005.

Bella Banathy, *Instructional System* (Belmont,CA: Fearon Publisher, 1968).

Borg, W.R. & Gall, M.D. Gall, *Educational Research: An Introduction, Eighth Edition*. New York: Longman, 2005).

Benny A Pribadi. *Model Design Sistem Lama* (Jakarta; dian raya, 2009).

Bimantoro Setio Nugroho, "The Level Of Athletes Knowledge About Exercise Therapy And Ankle Injury In Telaga Utama Football Club", Physical Education, and Sports Science, 2017.

David Surya Febrianto, Profil Strategi Pemulihan Secara Fisiologi Atlet Sepakbola PSBI Blitar Senior, Journal Kesehatan Olahraga FIK Unesa. Vol 2. Nomor 1 tahun 2013.

Dhendy Purwanto, Pengaruh Weight Training dan Body Weight Training Terhadap Penurunan Kadar Lemak Tubuh Member Laki-Laki di Jambuluk Fitnes, april, 2017.

Djoko, Pekik Irianto, Panduan Latihan Kebugaran (yang efektif dan Aman), Yogyakarta (2000: 65)

Dewi Libriana et, al, Jurnal Fisioterapi Indonesia Vol. 5, No. 2, Oktober 2015.

Djezed, Zulfa dkk, Buku Pembelajaran Sepak Bola, FPOK IKIP Padang (1992).

Dwi hatmisari Ambarukmi et.al.,*Pelatihan pelatih fisik level 1* (Jakarta : kemenpora, 2007).

Dwi Wahyu Santosa, Pengaruh Pelatihan Squat Jump Dengan Metode Interval Pendek Terhadap Daya Ledak (*Power*) Otot Tungkai, Jurnal Kesehatan Olahraga Vol 3. Nomor 1 Tahun 2015.

Dick Walter, Lou Carey, dan James O. Carey, *The Systematic Design of Instruction* (Ohio: Pearson New Jersey Columbus, 2009).

Emzir, *Metodelogi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif,* (Jakarta: raja grafindo Persada, 2012).

Erwan Nur, et., al, *Analisis Cedera Olahraga Dan Pertolongan Pertama Pemain Sepak Bola (Studi Kasus Liga Springhill Putaran I)*

Erwan Nur Arinda, Analisis Cedera Olahraga dan Pertolongan Pertama Pemain Sepak Bola (Studi Kasus Liga Springhill Putaran II Pengcab PSSI Surabaya 2014), Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 02 Nomor 03Tahun 2014.

Faizal Chan, Jurnal Cerdas Sifa, Edisi No.1. Mei-Agustus 2014.

Faizal Chan, *Strength Training* (Latihan Kekuatan), Cerdas Sifa, Edisi No.1. Mei – Agustus 2012

Fathan Nurcahyo, Pencegahan Cedera Dalam Sepak Bola, jurnal Medikora Volume I, No. 1 Edisi April 2005.

Fathan Nurcahyo, Pencegahan Cedera Dalam Sepak Bola, Jurnal Medikora Vol VI, No. 1, April 2010

Fathan Nurcahyo, *Pencegahan Cedera Olahraga., Jurnal Medikora Vol VI, No. 1, (April 2010).*

Fitriani Lumongga, Sendi Lutut, Digitized by USU digital library 2004

Gede Noviada, I nyoman Kanca, Gede Eka budi, "Metode Pelatihan Taktis *Passing* Berpasangan Statis dan *Passing* Sambil bergerak terhadap Keterampilan Teknik Dasar *Passing Control" Jurnal Universitas Pendidikan Ganesha,* Volume 1, (2014):

Gelen, Ertugrul. "Acute effects of different warm-up methods on sprint, slalom dribbling, and penalty kick performance in soccer players." *The Journal of Strength & Conditioning Research,* Volume 24(4), (2010).

Ghufron Dias Abdillah, Pemahaman Pelatih Sekolah Sepakbola Se-Kota Madiun Tentang Physiological Recovery, Journal Kesehatan Olahraga FIK Unesa. Vol 2. Nomor 1 tahun 2013.

Giriwijoyo,H.Y.S.Santoso, Didik Jafar Sidik. Ilmu Kesehatan Olahraga. (Bandung: PT.Remaja Rosdakarya. 2013).

Giri wanto, *Fisiologi dan Olahraga* (Yogyakarta; graha ilmu, 2013).

Hadi Setyo Subyono, Triah Retnoningsih, Tingkat Keberhasilan Masase Frirage Terhadap Penanganan Range Of Movement Cedera Ankle, *Journal of Sport Sciences and Fitness,*2015.

Hardianto Wibowo, *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*, (Jakarta ;Buku Kedokteran 1993).

Handri Mailana, Pemahaman Pemain U 23 Persatuan Sepakbola Eagle Sidoarjo Pacitan Tentang PPC (Pencegahan Dan Perawatan Cedera), 2015.

I Putu Panca Adi, Hubungan Antara Koordinasi Gerak Mata-Kaki Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Operan Panjang Dalam Permainan Sepakbola, Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains & Humaniora.

James Tangkudung. Kepelatihan Olahraga. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya. 2012.

Kurnia Dwi Aisyah, Pengaruh Latihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Kekuatan Otot Tungkai, Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 03Nomor 01Tahun 2015

Kurdi, Sukadiyanto, "Pengembangan Model Pembelajaran Motorik dengan Pendekatan Bermain Menggunakan *Agility Ladder* untuk Anak Sekolah Dasar", *Jurnal Keolahragaan,* Volume 2 No. 2, 2014.

M. Atwi Suparman, *Desain Instruksional Modern* (Jakarta: Erlangga, 2012).

Margono, *Masalah Cedera Pada Olahraga Tenis Lapangan Suatu Upaya Pencegahan, Cakrawala Pendidikan, No.1 , Tahun X, Febuari 1991.*

Maskun Pudjianto, Penatalaksanaan Fisioterapi Dalam Mengurangi Nyeri Pada Kasus Osteoartritis Sendi Lutut, (Study kasus di RSUD Dr Muwardi Surakarta).

Muhajir, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* (Jakarta: Erlangga, 2007).

Meylisa Putri Ayunanda, Perbedaan Pengaruh *Open Kinetik Chain* dengan *Close Kinetik Chain* terhadap Peningkatan Kemampuan Fungsional Sendi Lutut Pada Wanita Lanjut Usia, 2014

Meirizal Usra, *Cedera dalam Cabang Olahraga Bela Diri Dan Teknik Mengatasinya*, 2012.

Michael kjaer, at, al, Texbook of sports Medicine, Published 2003.

Muhamad Ikhwan Zein, Cidera Anterior Cruciate Ligament (ACL) pada Atlet Berusia Muda, Medikora, Vol XI, No. 2 Oktober 2013.

Mohamad Yusuf Ditya, Kontribusi Panjang Betis, Panjang Paha, dan Daya Ledak Tungkai terhadap akurasi menendang pada pemain sepakbola BIMA AMORA U-16 Gresik, Journal Kesehatan Olahraga FIK Unesa. Vol 2. Nomor 1 tahun 2013.

Moh. Husnul Marom, Kondisi Psikologis Pemain Futsal Yang Pernah Mengalami Cedera Dalam Kejuaraan Futsal Se-Kabupaten Tuban, Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 02 Nomor 03Tahun 2014.

Moh Rifan, Efek C*ryotherapy* Terhadap Pemulihan Kelelahan Atlet Sepakbola, MEDIKORA Volume I, No. 1 Edisi April 2005.

Nurhayati Simatupang, Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed, Jurnal Pedagogik Keolahragaan Volume 02, Nomor 01, Januari-Juni 2016

Nurhayati Simatupang, Jurnal pedagogik Keolahragaan, Vol 02, No.01, Januari-Juni 2016.

Nanang kusnadi, dan Enur nurdin. *diklat ilmu kepelatihan dasar* (Tasikmalaya : Universitas Siliwangi , 2010).

Novita Intan Arovah, Diagnosa Dan Manajemen Cedera Olahraga, Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 5Nomor 1 Tahun 2014.

Punaji Setyosari, *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan* (Jakarta: Prenada Media Group, 2010).

Pengcab Pssi Surabaya 2014)., Jurnal Kesehatan Olahraga Vol 2, No 3 (2014).

Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional, 2010).

Ranintya Meikahani dan Erwin Setyo Kriswanto, Pengembangan Buku Saku Pengenalan Pertolongan Dan Perawatan Cedera Olahraga Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama, Jurnal Pendidikan Jasmani IndonesiaVolume 11, Nomor 1, April 2015.

Robert L. Baker dan Richard E. Schutz, *Instructional Product Research* (New York: D. Van Nostrand Company, 1972).

Samosir Bravo, *Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan (Educational Research & Development)*, 2009.

Sarah Ulliya, *at, al,* Pengruh Latihan *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Fleksibilitas Sendi Lutut Pada Lansia Di Panti Wreda Wening Wardoyo Ungaran, Media Ners, Volume 1, Nomor 2, Oktober 2007.

Sugiyono, *metode penelitian kuantitatif,kualitatif dan R&D,* (Bandung; Alfabeta, 2011).

Sport Clinic RSUD Dr. Soetomo, Meningkatkan Performance Atlit Pasca Cedera Lutut, jurnal Quality Medical Care Project, Surabaya 2014

Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan* (Jakarta: PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya, 2005).

Sodikin dan Achmad, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* (Jakarta: Pusat)

Sukatamsi, *Permainan Besar Satu "Sepak Bola"* (Jakarta: UT, 2003).

Sadoso Sumosardjuno, Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga, jakarta: PT. Gramedia Pustakatama (1992: 39)

Sukadiyanto dan Dangsina, *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik* (Bandung: Lubuk Agung, 2011).

Suharjana, Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga, Medikora, Vol. III, No.1.

Suriah Hanafi, Efektifitas Latihan Beban Dan Latihan Pliometrik Dalam Meningkatkan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kecepatan Reaksi, Jurnal ILARA, Volume I, Nomor 2, Desember 2010.

Theresia Titin Marlina, Efektivitas Latihan Lutut Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut Di Yogyakarta, Jurnal Keperawatan Sriwijaya, Volume 2-Nomor 1, Januari2015.

Trianto.*Model Pembelajaran Terpadu dalam Teori dan Praktek.*(Surabaya: Pustaka Ilmu,2007).

Tria Retnoningsih, Journal Of sport sciences and fitnes 4 (2) (2015).

Taufik Hidayat, et al, Jurrnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, Vol. 3, Edisi 1, Juli 2013.

Wara Kushartanti, "*The Development Of* TOPURAK (Totok-Pukul-Gerak) *Manipulation Model For Knee Joint Reposition",* The 1st Yogyakarta International Seminar on Health, *Physical Education, and Sports Science,* 2017.

Widiastuti, *Tes dan Pengukuran.* Jakarta: PT. Bumi Timur Raya,2011.

Yustinus Sukarmin, Cedera Olahraga dan Prespektif Teori Model Ekologi, jurnal Medikora Volume, No. 1 Edisi April 2005.

Yuli Wariyanti, Analisis Gerak Teknik Penggunaan Alat Latihan Beban Member Fitnes Gor Fakultas Ilmu Keolahragaan, Oktober, 2015.

Zufriyanto Igirisa, *at, al,* Pengaruh Latihan *Leg Extension* dan *Ankle Weight* Terhadap Kemampuan Melakukan *Long Pass* Dalam Permainan Sepakbola Pada SMA Negeri 1 Limboto, Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 03Nomor 01Tahun 2015

Zeth Boroh, Nani Cahyani, Penatalaksanaan Cedera Tendinitis Patella Pada Atlet Bulutangkis, Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 12, Nomor 2, Juli 2016.