

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, I. (2015). Pengaruh Masase Frirage Terhadap Perubahan Range Of Motion (Rom) Cedera Bahu Pada Pemain Tim Ukm Softball Unnes. *Universitas Negeri Semarang*.
- Alimul H, A. Aziz. (2009). *Kebutuhan dasar Manusia Aplikasi Konsep & Proses Keperawatan*, Ed I. Jakarta: Salemba Medika.
- Anggriawan, N. (2013). *Pengaruh Terapi Masase, Terapi Latihan Dan Terapi Kombinasi Masase Dan Latihan Dalam Penyembuhan Cedera Bahu Kronis Pada Olahragawan*.
- Arovah, N. I. (2010). *Dasar-dasar fisioterapi pada cedera olahraga*. FIK UNY.
- Budiono, A. (2016). Pengaruh Latihan Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (Pnf) Pasca Cedera Bahu Terhadap Perbaikan Range Of Motion (Rom). *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Budiyono, S. (2013). *Anatomi Tubuh Manusia*. Lascar Aksara.
- Erwin, S. K. (2015). *Pencak Silat*. PT. Pustaka Baru.
- Fazli, B., Ansari, H., Noorani, M., et al. (2016). the prevalence of musculoskeletal disorders and its predictors among iranian's housewives. *International Journal Of Epidemiologic Research*, 3(1), 53–62.
- Graha, A. S., & Priyonoadi, B. (2009). *Terapi Masase Frirage Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh Bagian Atas*. FIK UNY.
- Graha, A. S., & B. P. (2012). *Terapi Masase Frirage. Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh Bagian Bawah*. FIK UNY.
- Hardani, D. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Helmi, Z. N. (2012). *Gangguan muskuloskeletal*. Salemba Medika.
- Hernowo, D. (2018). Efektivitas terapi kombinasi masase frirage dan latihan PNF terhadap pemulihan cedera panggul pasien klinik terapi FIK UNY. *Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta*.
- Irianto, K. (2014). *anatomi dan fisiologi*. alfabeta.
- Junaidi. (2013). cedera olahraga pada atlet provinsi DKI Jakarta. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 748.
- Kriswanto, E. (2015). *Pencak Silat*. Pustakabarupress.

- Kurniawan, A. W., & M. T. (2021). *Sport Maaage Panduan praktis masseur melakukan teknik manipulasi, penanganan cedera dan pemulihan kebugaran.*
- KURNIAWAN, A. (2021). Efektivitas Kombinasi Masase Frirage Dan Terapi Panas Untuk Menurunkan Nyeri Dan Meningkatkan Range Of Motion Pergelangan Kaki Pasca Cedera Ankle. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Lubis, J. dan H. W. (2014). *Pencak Silat –edisi kedua.* Raja Grafindo Persada.
- Monteiro, E. R. (2018). Acute Effects of Different Anterior Thigh Self-Massage on Hip Range-Of-Motion In Trained Men. *The International Journal of Sports Physical Therapy.*, 13(1), 105–113.
- Mukhtar, T. (2015). *pencak silat.* upi sumedang.
- Nugraha, D. A. (2014). Perbedaan Tingkat Fleksibilitas Laki-Laki dan Perempuan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Universitas Indonesia*, 1(1), 1–16.
- Nugroho, A. (1995). *Benturan Dan Cedera Pada Pencak Silat.* Cakrawala.
- Nurchahya, A. S. (2020). *Efektivitas Kombinasi Terapi Masase Dan Terapi Latihan Pnf Untuk Penyembuhan Cedera Panggul Kronis.* Universitas Negeri Yogyakarta.
- PRASETYO, H. A. (2020). *Analisis Cedera Olahraga.* Universitas Negeri Jakarta.
- Priyonadi, A. S. (2009). *Terapi masase frirage penatalaksanaan masase dan cedera olahraga pada lutut dan engkel.* Klinik terapi fisik UNY.
- Rahmaniar, S. A., & S. (2019). Identifikasi cedera pada atlet sepakbola Freedom FC Makassar. *Universitas Negeri Malang, Malang: Tesis, Tidak Diterbitkan.*
- Samsudin. (2022). *Ilmu Lulut.* UNJ PRESS.
- Setiadi. (2007). *Anatomi dan Fisiologi Manusia.* Graha Ilmu.
- Setiajaya, F. X. (2016). Prevalensi nyeri bahu pada peserta klub kebugaran. *Doctoral Dissertation, Widya Mandala Catholic University Surabaya.*
- SHAHLYSA, S. S. (2018). Pengaruh Range Of Motion (Rom) Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia. (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.*)
- Spyanawati, N. L. (2014). Hasil Belajar Jurus Tunggal Olahraga Pencak Silat. *Universitas Pendidikan Ganesha: Jurnal Ilmu Keolahragaan.*
- Stephen, K. (2015). *Shoulder Joint Anatomy.*
- Suharti., Sunandi., & A. (2018). *Penatalaksanaan Fisioterapi pada Frozen Shoulder Sinistra Terkait Hiperintensitas Labrum Posterior Superior di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto.*

Tama, A. L., W. A., & U. A. (2021). Pengaruh Massage Lokal Ekstremitas Bawah Sebagai Pemulihan Pasif Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Pemain Sepakbola The Effect of Local Massage Lower Extremities As Passive Recovery On Muscle Strength. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*.

WINATHA, F. I. (2022). Pengaruh Terapi Manurak Terhadap Penyembuhan Cedera Pergelangan Tangan Pekerja Kerajinan Tangan Keramik Di Pabrik Mustika Desa Klampok Kabupaten Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*.

Zein, M. (2016). *Pertolongan pertama cedera*. . FIK UNY.

