

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2020). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: LP3S.
- Alsa, A. (2020). *Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif serta Kombinasinya dalam penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Fatimah. (2019). *Pembelajaran Pencegahan dan Perawatan Cedera Olahraga*. Jakarta: Depdiknas, Dirjen Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat PLB.
- Garrison. (2021). *Dasar-Dasar Terapi & Rehabilitasi Fisik*. Jakarta: Hipokrates.
<https://beequinn.wordpress.com/nursing>
- Giam, C. K. (2022). *Ilmu Kedokteran Olahraga (Hartono Satmoko. Terjemahan)*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Graha, A. S. (2019). *Terapi Massase Frirage Penatalaksanaan Cedera Pada Anggota Gerak Tubuh Bagian Bawah*. Yogyakarta: Digibooks.
- Junaidi. (2018). *Cedera Olahraga Dalam Perspektif Ilmu Kedokteran Olahraga* (S. K. dr. Donny Kurniawan (ed.); pertama). Jakarta: CV. Sarnu Untung.
- Maryono, O. (2020). *Pencak Silat Merentang Waktu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Notosoejitno. (2021). *Sejarah Perkembangan Pencak Silat di Indonesia*. Jakarta: Humas PB IPSI.
- Parkkari, J., Kujala, U. M., & Kannus, P. (2001). Is it Possible to Prevent Sports Injuries? *Sports Medicine*, 31(14), 985–995.
<https://doi.org/10.2165/00007256-200131140-00003>
- Paul, M. T. (2018). *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga (Jamal Khabib, Terjemahan)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Pearce, E. C. (2004). *Anatomi Dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Jakarta: Gramedia.
- Podlog, L., & Eklund, R. C. (2009). High-level athletes' perceptions of success in returning to sport following injury. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(5), 535–544. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.02.003>
- Podlog, L., Wadey, R., Stark, A., Lochbaum, M., Hannon, J., & Newton, M. (2013). An adolescent perspective on injury recovery and the return to sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 437–446. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.005>
- Prakoso, Y., & Rochmania, A. (2018). Analisis Cedera Olahraga Pencak Silat Dalam Kejuaraan Dandim - 0815 Cup 2018 Mojokerto (Studi Kasus Atlet Kategori Tanding Putra Sma (Remaja) Kelas B Dan C). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(4), 1–10.
- Purnomo, N. T. (2013). Pengaruh Circulo Massage Dan Swedia Massage Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat Darah Pada Latihan Anaerob. *Journal of Physical Education and Sports*, 2(1), 1–10.
- Rosaline, R. (2017). *Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Terhadap Siklus Menstruasi Pada Atlet Bela Diri Remaja Putri Di Pusat Pembinaan Dan Latihan Olahraga Pelajar Ragunan Jakarta*. Universitas Pembangunan

- Nasional Veteran Jakarta.
- Sadoso. (2019). *Olahraga Kesehatan dari A sampai dengan Z*. Jakarta: Pustaka Kartini.
- Samsudin. (2018). *Sport Massage Massage Kebugaran*. Jakarta: Widina.
- Setiawan, A. (2011). *Faktor Timbulnya Cedera Olahraga*. Jakarta: Media Keolahragaan Indonesia.
- Sismiarto, H. (2021). *Khazanah Pencak Silat*. Jakarta: Infomedika. Smeltzer. (2010). *Medical Surgical Nursing*. Washington: Bruner.
- Spyanawati, N. L. P. (2014). Hasil Belajar Jurusan Tunggal Cabang Olahraga Pencak Silat. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 13(1), 13–22.
- Stevenson, M. R., & Harner, P. (2000). Sport, Age, And Sex Specific Incidence Of Sports Injuris In Western Australia. *British Journal of Sports Medicine* , 34(1), 188–194.
- Sudijandoko, A. (2000). *Perawatan Dan Pencegahan Cedera*. Jakarta: Depdiknas.
- Sudijandoko, A. (2020). *Perawatan dan Pencegahan Cedera*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudijandoko, A. (2021). *Perawatan dan Pencegahan Cedera*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sugiyono. (2004). *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2011). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharso. (2019). *Teknik Dasar Pencak silat Tanding*. Jakarta: PT. Dian Rakyat.
- Wibowo, H. (2020). *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cidera Olahraga*. Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Widodo. (2018). *Metode Penelitian: dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.