

DAFTAR PUSTAKA

- Alifiah, Y. P. 2019. *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Sprain Ankle Dextra Dengan Modalitas US (Ultrasound) dan Terapi Latihan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Karanganyar* [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <http://eprints.ums.ac.id/75557/3/BAB I.pdf>
- Arsenis, S., Gioftsidou, A., Ispyrilidis, I., Kyranoudis, A., Pafis, G., Malliou, P., & Beneka, A. 2020. Effects of the FIFA 11+ injury prevention program on lower limb strength and balance. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(2), 592–598. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.02087>
- Atmojo, W. T. 2017. EFEKTIVITAS KOMBINASI TERAPI DINGIN DAN MASASE DALAM PENANGANAN CEDERA ANKLE SPRAIN AKUT PADA ATLET PENCAK SILAT DIY [Universitas Negeri Yogyakarta]. In *Progress in Physical Geography*. [https://eprints.uny.ac.id/50783/1/Wahyu Tri Atmojo_13603141030_Ilmu Keolahragaan.pdf](https://eprints.uny.ac.id/50783/1/Wahyu%20Tri%20Atmojo_13603141030_Ilmu%20Keolahragaan.pdf)
- Dewantara, J. 2016. *IDENTIFIKASI MACAM, JENIS, DAN LOKASI CEDERA OLAHRAGA ATLET PANAHAN KONTINGEN KLATEN* [Universitas Negeri Yogyakarta]. <http://eprints.uny.ac.id/32700/1/SKRIPSI.PDF>
- Fahmi, R. R., Amiruddin, & Ifwandi. 2015. PREVALENSI PENANGANAN CEDERA PADA PEMAIN SEPAK BOLA PERSIDI. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dam Rekreasi*, 1(3), 188–198. <https://media.neliti.com/media/publications/188978-ID-prevalensi-penanganan-cedera-pada-pemain.pdf>
- Fauzi, I. B. 2017. *Klasifikasi Cedera, Pemahaman Penanganan, Dan Lokasi Cedera Pada Saat Latihan Penari Sanggar Omah Wayang Kabupaten Klaten Tugas* [Universitas Negeri Yogyakarta]. <https://core.ac.uk/download/pdf/132422217.pdf>
- Hamdani, R., & Abdurrasyid. 2017. Perbedaan Program Fifa 11 + Dengan Core Stability Exercise Dan Pliometrik Dalam Mengurangi Risiko Cedera. *Jurnal Fisioterapi*, 17(1). <https://ejournal.esaunggul.ac.id/index.php/Fisio/article/view/2220/1918>
- Handayani, T. W. 2019. *PEMBERIAN PROPRIOCEPTIVE NEUROMUSCULAR FACILITATION (PNF) DAN BALANCE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN STRENGTH TIBIALIS MUSCLE PADA CEDERA SPRAIN ANKLE BERULANG* [Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta]. <http://repository.upnvj.ac.id/1407/4/BAB II.pdf>
- Hardyanto, J., & Nirmalasari, N. 2020. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang

- Penanganan Pertama Cedera Olahraga Pada Unit Kegiatan Mahasiswa (Ukm) Olahraga Di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(1).
<https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i1.195>
- Herdiandanu, E., & Djawa, B. 2020. *Jenis dan Pencegahan Cidera pada Ekstrakurikular Olahraga Futsal di Sma*. 97–108.
- Kartina, L. 2019. *TINGKAT KECEMASAN PEMAIN FUTSAL PUTRI UNY SETELAH MENGALAMI CEDERA* [Universitas Negeri Yogyakarta].
<http://eprints.uny.ac.id/64018/>
- Lopes, M., Rodrigues, J. M., Monteiro, P., Rodrigues, M., Costa, R., Oliveira, J., & Ribeiro, F. 2020. Effects of the FIFA 11+ on ankle evertors latency time and knee muscle strength in amateur futsal players. *European Journal of Sport Science*, 20(1), 24–34.
<https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1609588>
- Lopes, M., Simões, D., Costa, R., Oliveira, J., & Ribeiro, F. 2020. Effects of the FIFA 11+ on injury prevention in amateur futsal players. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 30(8), 1434–1441.
<https://doi.org/10.1111/sms.13677>
- Nouni-Garcia, R., Carratala-Munuera, C., Orozco-Beltran, D., Lopez-Pineda, A., Asensio-Garcia, M. R., & Gil-Guillen, V. F. (2018). Clinical benefit of the FIFA 11 programme for the prevention of hamstring and lateral ankle ligament injuries among amateur soccer players. *Injury Prevention*, 24(2), 149–154. <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2016-042267>
- Nugraha *et al.* 2017. *Pengaruh Pemberian Kinesio Taping dan Es Terhadap Penurunan Nyeri Sprain Ankle pada Pemain Futsal*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pinoko, M. D. 2018. *PENGARUH JENIS DAN DURASI PEMANASAN TERHADAP CEDERA KAKI PEMAIN FUTSAL* [Universitas Muhamadiyah Semarang]. [http://repository.unimus.ac.id/1756/3/BAB II.pdf](http://repository.unimus.ac.id/1756/3/BAB%20II.pdf)
- Setiawan, A. 2011. Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahraagaan Indonesia*, 1.
- Silvers-Granelli, H., Mandelbaum, B., Adeniji, O., Insler, S., Bizzini, M., Pohlig, R., Junge, A., Snyder-Mackler, L., & Dvorak, J. 2015. Efficacy of the FIFA 11+ injury prevention program in the collegiate male soccer player. *American Journal of Sports Medicine*, 43(11), 2628–2637.
<https://doi.org/10.1177/0363546515602009>
- Sumadi *et al.* 2018. Analisis Faktor Risiko Injury Pada Atlet Futsal Di Champion Futsal Tlogomas Malang [Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang].

Nursing News: Volume 3, Nomor 1, 2018

- Sundah, R. C. 2018. *PENGEMBANGAN MEDIA GAMBAR LATIHAN PEMANASAN FIFA 11+ UNTUK PELATIH EKSTRAKURIKULER FUTSAL PUTRI SMA/SMK SE-KOTA YOGYAKARTA* [Universitas Negeri Yogyakarta]. <http://eprints.uny.ac.id/56639/1/SKRIPSI KOMPLIT.pdf>
- Supriyadi, H. 2016. *Analisis Cedera Olahraga Dalam Aktivitas Pendidikan Jasmani Pada Siswa SMA Negeri 1 Nalumsari Kabupaten Jepara Tahun Ajaran 2015/2016* [Universitas Negeri Semarang]. <http://lib.unnes.ac.id/27009/1/6101412093.pdf>
- Untoro *et al.* 2017. *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Kelincahan Dan Volume Oksigen Maksimum Pada Pemain Futsal Mufc Karanganyar*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Yusuf, P. M., Suprawesta, L., & Zainuddin, F. 2018. *PROGRAM LATIHAN FIFA 11 PLUS TERHADAP PENINGKATAN KONDISI FISIK SISWA EKSTRAKURIKULER SMA NW NARMADA*. 5(2). <https://core.ac.uk/download/pdf/234117845.pdf>