

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. Iaras. (2019). *Rules Of Hockey*.
- Ali Satya Graha, S. H. dan. (2015). Efektifitas Terapi Masase Dan Terapi Latihanpembebanan Dalam Meningkatkan Range of Movementpasca Cedera Ankle Ringan. *Medikora*, XIII(1). <https://doi.org/10.21831/medikora.v0i1.4590>
- Arlita Tri Wahyuningsih, Rakhmad Rosadi, & Ratna Vidya Amelia. (2024). Penyuluhan Fisioterapi Komunitas dalam Peningkatan Pengetahuan Tentang Sprain Ankle pada Siswa-Siswi Kelas VII MTS Almaarif 01 Singosari. *FUNDAMENTUM: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 2(4), 30–37. <https://doi.org/10.62383/fundamentum.v2i4.422>
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Brockett, C. L., & Chapman, G. J. (2016). Biomechanics of the ankle. *Orthopaedics and Trauma*, 30(3), 232–238. <https://doi.org/10.1016/j.mporth.2016.04.015>
- Butler, R. J., Lehr, M. E., Fink, M. L., Kiesel, K. B., & Plisky, P. J. (2013). Dynamic Balance Performance and Noncontact Lower Extremity Injury in College Football Players: An Initial Study. *Sports Health*, 5(5), 417–422. <https://doi.org/10.1177/1941738113498703>
- Candra, K. A., Nurul Halimah, Angria Pradita, & Sartoyo. (2024). Pengaruh Kombinasi Balance Exercise Dan Strengthening Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Kasus Pasca Ankle Sprain Di Lapangan Futsal 169 Bulaksari Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 10(1), 199–203. <https://doi.org/10.33023/jikep.v10i1.1886>
- Chikih, C., & Sudarsono, N. C. (2023). Analgesik dan Anti-Inflamasi pada Cedera Sprain Pergelangan Kaki: Evidence Based Case Report. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 72(6), 291–297. <https://doi.org/10.47830/jinma-vol.72.6-2022-799>
- Desnanyo, A. T., Edward, M., & Asyumaredha, A. (2019). Anterior Talofibular Ligament (Atfl) Reconsruction With Modified Brostrom-Gould Technique Using Fiber Wire. (*JOINTS*) *Journal Orthopaedi and Traumatology Surabaya*, 8(2), 93. <https://doi.org/10.20473/joints.v8i2.2019.93-103>
- Endaryanto, A. H., & Hermawan, C. (2023). *Ankle strategy exercise dapat meningkatkan keseimbangan dinamis lansia di kelurahan Menteng kecamatan Jekan Raya kota Palangka Raya*. 13(2), 57–64. <https://doi.org/10.17977/um057v13i2p57-64>
- Fahmeyzan, D., Soraya, S., Etmy, D., & Mataram, S. B. (2018). *UJI NORMALITAS DATA OMZET BULANAN PELAKU EKONOMI MIKRO DESA SENGGIGI DENGAN MENGGUNAKAN SKEWNESS DAN KURTOSIS*
- Faris Naufal, A., Pristiano, A., Fadhilah Saly, F., Mella Pratama, A., Kurniawati,

- I., & Gayatry, R. (2022). Edukasi Penanganan Pertama dan Rehabilitasi Fungsional Ankle Sprain pada Anggota UKM Hockey UIN Raden Fatah. *Semiloka*, 43–49.
- Fatimah S, S., Winaya, I. M. N., & Artini, I. G. A. (2022). Core Exercise Sama Baiknya dengan Balance Exercise Dalam Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Pemain Futsal. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 17(2), 296. <https://doi.org/10.32382/medkes.v17i2.2817>
- Federación Internacional de Hockey. (2023). *Rules of Hockey including explanations Effective from January 2022*. <https://www.fih.hockey/about-fih/official-documents/rules-of-hockey>
- Foldager, F. N., Aslerin, S., Bækdahl, S., & Tønning, L. U. (2023). *Keandalan Uji Keseimbangan Y : Studi Keandalan yang Melibatkan 51 Peserta Sehat. Icc*.
- Halimah, S., & Duskri, M. (2025). *Hipotesis dan Uji Hipotesis dalam Bidang Pendidikan*. 5(2), 10895–10906.
- Hamni. (2016). *Instrumen Penelitian Dan Urgensinya Dalam Penelitian Kuantitatif*. 59–75.
- Hartanto. (2024). *Jurnal Darma Agung Penerapan Prinsip Fair and Equitable Treatment*. November, 159–169. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.46930/ojsuda.v32i6.5010> P-ISSN:0852-7296
- Hikmah, J. (2017). *PROSES PENELITIAN, MASALAH, VARIABEL DAN PARADIGMA PENELITIAN Nikmatur Ridha*. 14(1), 62–70.
- Jaury, D.F Kumaat, L.Tambajong, H. . (2014). Gambaran Nilai VAS (Visual Analogue Scale) Pasca Bedah Seksio Sesar Pada Penderita Yang Diberikan Tramadol. *E-CliniC*, 1–7. <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/3713>
- Johnson, M. I., Paley, C. A., Jones, G., Mulvey, M. R., & Wittkopf, P. G. (2022). Efficacy and safety of transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) for acute and chronic pain in adults: A systematic review and meta-analysis of 381 studies (the meta-TENS study). *BMJ Open*, 12(2). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-051073>
- Jurnal, C., Kesehatan, I., Pesisir, K., Manik, J. W. H., Juwita, C. P., & Boy, T. (2025). *Machine Translated by Google Mengurangi Risiko Jatuh pada Lansia Machine Translated by Google*.
- Juwita, C. P., Boy, T., Program, P., & Indonesia, U. K. (2025). *Effect of Ankle Strategy Exercise on Balance Improvement and Fall Reduce the Risk of Fall in the Elderly I*.
- Kedokteran, J., Akses, O., Epidemiologi, T., Jung, M., Lange, T., Wenning, M., Baumann, F. A., Bamberg, F., & Metode, B. (2023). *Keseleo Pergelangan Kaki pada Atlet : Saat Ini Perkenalan Machine Translated by Google Anatomi Ligamen di Pergelangan Kaki Epidemiologi*. 29–46.

- Kesehatan, J., Kefis, J., Hanifah, D., & Agustina, D. (2022). *Pengaruh Pemberian Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Lansia Di Kelurahan Persiakan Kecamatan Padang Hulu Tebing Tinggi*. 2, 25–32.
- Liebano, R. E., Sluka, K. A., Roy, J., Savinelli, M., Dailey, D. L., & Riley, S. P. (2024). Effects of transcutaneous electrical nerve stimulation on pain , function , and descending inhibition in people with non - specific chronic low - back pain : a study protocol for a randomized crossover trial. *Trials*, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13063-024-08089-7>
- Muhammad, H. N. (2020). Evaluasi Konteks Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Hockey di Jawa Timur. *JOSSAE Journal of Sport Science and Education*, 4(2), 47–50. <https://doi.org/10.26740/jossae.v4n2.p47-50>
- Park, T. K. J., Pembahasan, H., Rata-rata, N., & Standar, D. (2015). *Hubungan antara Keseimbangan dan Isokinetik Kekuatan Sendi Pergelangan Kaki Berdasarkan Posisi Bermain Pemain Hoki Lapangan Wanita Eli*. 8(19).
- Pinzon, R. T. (2016). Buku Pengkajian Nyeri. In *Buku pengkajian nyeri*.
- PRABOWO, R. A., SUDARSONO, S., & YULIANTO, R. (2019). Hubungan Antara Tinggi Badan, Keseimbangan Dinamis Dan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Lay Up Shoot Bola Basket Pada Team Ekstrakurikuler Bola Basket Putri Umur 12-14 Tahun Smp Negeri 2 Kebakkramat Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 19(2), 51–62. <https://doi.org/10.36728/jis.v19i2.952>
- Purwasih, Y., Prodyanatasari, A., & Salam, A. (2020). Penatalaksanaan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) pada Low Back Pain Myogenic Management of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) in Myogenic Low Back Pain. *JURNAL PIKES Penelitian Ilmu Kesehatan Vol, 1(1)*, 16–21.
- Putra Wardana, A., & Rochmania, S. A. K. (2022). Survei Tingkat Pemahaman Pemain Putri Tentang Cedera Ankle dadn Hamstring Dengan Penanganannya Di SSB putra Minakjinggo Bayuwangi. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(8), 24–29.
- Putu, L., & Vitalistyawati, A. (2021a). *Pemgaruh Pemberian Ankle Balance Strategy Exercise Meningkatkan Keseimbangan Siswa Putra Peserta*. 8(September), 124–131.
- Putu, L., & Vitalistyawati, A. (2021b). *PENGARUH PEMBERIAN ANKLE BALANCE STRATEGY EXERCISE MENINGKATKAN KESEIMBANGAN SISWA PUTRA PESERTA*. 8(September), 124–131.
- Rahman, A. (2017). Sosialisasi permainan hockey indoor dan memasyarakatkan hockey. *Prosiding Seminar Nasional*, 320–322.
- Raihan, M., Basri, B. A., & Marantika, A. G. (2025). *PRINSIP ANONYMITY SEBAGAI PERWUJUDAN HAK PRIVASI: SUATU TINJAUAN KONSEPTUAL DALAM KERANGKA UNDANG-UNDANG PE Data Pribadi*. 07(2), 231–239.

- Rizal, Y., Relida Samosir, N., Program,), Iii, S. D., Farmasi, F., Kesehatan, I., & Abdurrah, U. (2024). Case Study: Sprain Ankle Fase Akut Dengan Penerapan Manual Lymphatic Drainage Massage Dan Neuromuscular Taping Untuk Mengurangi Nyeri Dan Oedem. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF)*, 7, 23–27.
- Rohman Hakim, A., Budi Santoso, A., Ferbrianti, R., & Dwijayanti, K. (2022). Application of Circuit Training to Improve the Physical Condition of Hockey Athletes. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 812–816. <https://doi.org/10.31949/jb.v4i1.3387>
- Saputro, Y. A., Juntara, P. E., & Wibowo, A. T. (2022). Pengaruh program terapi rehabilitasi cedera terhadap keberhasilan pemulihan cedera ankle kronis. *Medikora*, 21(2), 121–129. <https://doi.org/10.21831/medikora.v21i2.53440>
- Saputro, Y. A., Juntara, P. E., Wibowo, A. T., Keolahragaan, I., Bantul, K., Studi, P., Jasmani, P., & Kotabumi, U. M. (2022). *The Effect Of Injury Rehabilitation Therapy Program*. 21(2), 121–129.
- Sharma, P., Dayal, S., & Profesor, A. (2020). *Machine Translated by Google Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keseleo Pergelangan Kaki Lateral Berulang pada Atlet Abstrak Perkenalan Machine Translated by Google Metodologi*. 14(4), 9279–9283.
- Simbolon, P., Susilo, T., & Erwansyah, R. (2022). Pengaruh Rest Dan Ice Terhadap Pengurangan Nyeri Akut Pada Penderita Sprain Ankle Stadium Akut Di Rs Advent Medan. *Jurnal Fisioterapi*, 2(September), 26–33.
- Smash, K., Permainan, P., Pb, B., & Makassar, M. (2019). *Compotitor : Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*. 11, 133–143.
- Triyono, E. (2018). *Machine Translated by Google*. 1, 83–93.
- Usia, A., Exercise, A. S., Scholar, G., Critical, T., Skills, A., Exercise, A. S., & Exercise, A. S. (n.d.). *Efektivitas Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Postural Pada Lansia Dengan Resiko Jatuh*.
- Vance, C. G. T., Dailey, D. L., Chimenti, R. L., Van Gorp, B. J., Crofford, L. J., & Sluka, K. A. (2022). Using TENS for Pain Control: Update on the State of the Evidence. *Medicina (Lithuania)*, 58(10), 1–27. <https://doi.org/10.3390/medicina58101332>
- Vol, M. I., & No, X. (2019). *MENARA Ilmu Vol. XIII No.4 April 2019*. XIII(4), 1–7.
- William, W., & Hita, H. (2019). Mengukur Tingkat Pemahaman Pelatihan PowerPoint Menggunakan Quasi-Experiment One-Group Pretest-Posttest. *Jurnal SIFO Mikroskil*, 20(1), 71–80. <https://doi.org/10.55601/jsm.v20i1.650>
- Wiworo et al. (2022). *Etika penelitian* (M. T. K. Tedi Purnama, S.ST & Desain (eds.)).
- Yuni, A., Baturohmah, S., Putri, S., & Fauziah, N. (2024). *Pengaruh Persepsi Harga , Promosi Online Dan Keragaman Produk Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Di Aulia Fashion Tasikmalaya (Survei Pada Konsumen*

Aulia Fashion Kabupaten Tasikmalaya). 02(01), 900–910.

