

## DAFTAR PUSTAKA

- Afidah, N. N., & Rodiah, S. (2022). Keterampilan Membaca Teks Eksplanasi di Artikel Ilmiah Berbasis Jurnal Online Siswa SMK Negeri 2 Haurwangi. *Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra*, 1(6), 765–774.
- Anisa, D., & Handayani, A. (2019). Relationship Between Emotion Maturity and Religiosity With Married Readiness in Students of the Faculty of Psychology Sultan AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
- Annisa Mayasari, Windi Pujasari, Ulfah, O. A. (2021). Pengaruh Media Visual Pada Materi Pembelajaran. *Jurnal Tahsinia*, 173–179.
- Almadia, D. S., & Febriyanti, D. A. (2019). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kematangan Karir Pada Siswa Kelas XI SMK Yayasan Pharmasi Semarang. *Jurnal Empati*, 87-92.
- Aprianti, A. N., Susanto, L., & Lisdiantoro, G. (2023). Analisis Pengetahuan Atlet Terhadap Penanganan Pertama Cedera Ankle Pada UKM Hockey Dengan Metode RICE Di Universitas Negeri Surabaya. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 49–56.
- Ballsy Pangkey, C.A., Rima, M., & Panjaitan, M.A. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Teknik Rest Ice Compression dan Elevation (RICE) Pada Mahasiswa di Satu Universitas Swasta Indonesia Bagian Barat. *MANUJU: Malahayati Nursing Journal*
- Bello, D. G., Rice, L. M., Santoso, T. B., Faiz, C. I., Savitri, D., & Wardhani, K. (2023). Edukasi Penanganan Cedera Akut Pada Komunitas Bulutangkis. 2(2).
- Clara Sinta, D. (2019). *Efektivitas Bandage Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Cidera Angkle Sprain Di Rs . Ortopedi Prof . 2715.*
- Damayanti, D., Hayati, F., & Nuari, N. A. (2022). Pertolongan Pertama Pada Cidera Olah Raga (Sprain Strain) Dengan Metode Rice Pada Pmr Di Sman 1 Plosoklaten. Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional (SPIKesNas).
- Das, B. (2020). Work-related injuries, postural stress, and musculoskeletal disorders among the railway track maintainers in India. *Toxicology and Industrial Health*, 36(5), 371–385.
- Dewi, F. N. R. (2021). Konsep Diri pada Masa Remaja Akhir dalam Kematangan Karir Siswa. *Konseling Edukasi "Journal of Guidance and Counseling,"* 5(1), 46–62
- Fadilah, R., Fradianto, I., & Fauzan, S. (2023). Gambaran Pengetahuan Penanganan Cedera Sprain & Strain Pada Siswa/i di Sekolah Menengah Pertama Pondok Pesantren Hidayatul Muslimin 2. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*.

- Farid Rahman, Erica Dimashanda, Nawang Galih Wijayandari, Firya Zalfa' Azza Faa'iza, Jihadilia Islami Putri, Calvin Hendrawan Roneta, & Arif Pristianto. (2022). Penyuluhan Program Fisioterapi Untuk Mencegah Sprain Ankle Pada Komunitas Wushu Di Perkumpulan Masyarakat Surakarta (Pms). *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 73–78.
- Febrianingsih, D. (2021). Keterampilan Membaca Dalam Pembelajaran Bahasa Arab. *SALIMIYA: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam*, 2(2), 21–39.
- Fibrianti, T. B. (2022). Hubungan Pengetahuan S I Swa Palang Merah Remaja Dengan Kemampuan Memberikan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Di Sma Negeri Ambulu.
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.
- Fitrianni, D. A., & Handayani, A. (2019). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Religiusitas Dengan Kesiapan Menikah Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa UNISSULA (KIMU) 2, 000*, 285–294.
- Fredianto, M., & Noor, H. Z. (2021). Penanganan Cedera Olahraga Dengan Metode Rice. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*, 1267–1272.
- Hafidulloh, F., Program, M., Keperawatan, S., Sarjana, P., Ilmu, F., Kusuma, U., Surakarta, H., Program, D., Keperawatan, S., Kusuma, U., Surakarta, H., & Kunci, K. (2021). Pengaruh Pelatihan Balut Bidai Terhadap Tingkat Keterampilan Atlet Taekwondo Karanganyar.
- Hafidzoh, R., N. H., Mayasari, A., Arifudin, O., Ningsih, I. W., Nusantara, U. I., Kunci, K., & Arab, B. (2021). Pengaruh Media Flashcard Dalam Meningkatkan Daya. *Jurnal Tahsinia*, 2(2), 99–106.
- Hidayatullah, M. R., & Saputra, S. Y. (2021). Pelatihan Penanganan Cedera Olahraga Melalui Sport Massage Dan Metode Rice. *Abdonesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(Vol 1 No 1 (2021): Abdonesia: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat), 1–5.
- Idayatullah, M. R., & Saputra, S. Y. (2021). Pelatihan Penanganan Cedera Olahraga Melalui Sport Massage Dan Metode Rice. *Abdonesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(Vol 1 No 1 (2021): Abdonesia: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat), 1–5.
- Ita, S., Ibrahim, I., Hasan, B., & CS, A. (2022). Pelatihan Penanganan Cidera Olahraga Menggunakan Metode RICE, Sport Massage, dan Kinesiotaping pada Tim Akuatik PON-XX Papua Tahun 2021. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(2), 539–544
- Jufriadi, A., Huda, C., Aji, S. D., Pratiwi, H. Y., & Ayu, H. D. (2022). Analisis Keterampilan Abad 21 Melalui Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar Kampus Merdeka. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 7(1), 39–53.

- Kusuma, L. S. W. (2019). Penerapan Metode Blocked Practice Dan Media Footwork Berbasis Teknologi Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Bermain Bulutangkis. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(4), 193–202.
- Lin, X. Z., Meng, R. L., Peng, D. D., Li, C., Zheng, X. Y., Xu, H. F., Xu, X. J., & Lin, L. F. (2022). Cross-sectional study on prevalence and risk factors for falls among the elderly in communities of Guangdong province, China. *BMJ Open*, 12(11), 1–6.
- Lutfia, H., Wijanarko, W., & Vera, Y. (2022). *Pengaruh Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pasca Cidera Sprain Ankle Pada Pemain Futsal Big Family Fc*. 2(April), 53–58.
- Maghfiroh, L., Afni, A. C. N., & Setiyawan. (2023). Pengaruh Pelatihan Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pertolongan Pertama Dengan Metode Rice Di Komunitas Gowes Karanganyar.
- Massitoh, Euis., I. (2021). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Rendahnya Keterampilan Menyimak. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, 3, 330–333.
- Nofiyanto, M., Nirmalasari, N., & WS, I. W. (2019). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pertolongan Pertama Cedera Otot Pada Anggota Ukm Bulu Tangkis Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada*.
- Nurjannah, M., & Astuti, Z. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penanganan Sprain Dan Strain (Keseleo) Pada Masyarakat Awam Di Samarinda. *Caritas Et Fraternitas: Jurnal Kesehatan*, 1(1), 19–24.
- Oktavian, M., & Roepajadi, J. (2021). Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Akut Dengan Metode R.I.C.E Pada Pemain Futsal Yanitra FC Sidoarjo Usia 16-23 Tahun. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 1(1), 55–65.
- Oktaviani, E., Feri, J., & Susmini. (2020). Pelatihan pertolongan pertama kasus kegawatdaruratan di Sekolah dengan Metode Simulasi. *Journal of Character Education Society*, 3(2), 403–413.
- Olivia Eka Damayanti, E. W. (2022). Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Usia Dewasa.
- Putri, A. J., Arsil, A., & Kurniawan, A. R. (2020). Analysis of Communication Skills Achievement in the Learning Process. *JRPD (Jurnal Riset Pendidikan Dasar)*, 3(2), 154–161.
- Purwacaraka, M., Farida, L., & Nabila, M. (2021). Pemeberian Pertolongan Pertama Metode RICE Dalam Penurunan Skala Nyeri Cedera Tendon Achilles. *Jurnal Ilmiah Permas : Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 3(2), 49–56.
- Rahim, A., Wahyuni, S., Wahyuni, Rahmani, S., & Rahma Haruna, S. (2021). Pelatihan Pertolongan Pertama Gawat Darurat (PPGD) untuk Orang Awam di SMA Negeri 14 Maros Sulawesi Selatan. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(3), 2021

- Rahman, F., Salsabella, N. I., Apriyanto, G. D., Dzul, M. A., Aryan, S., Anantha, S., Azis, W. R., & Pristiano, A. (2023). *Edukasi Penanganan Cedera Sprain Ankle Pada Atlet Di Unit Kegiatan Mahasiswa Tennis Universitas Muhammadiyah Surakarta Education On Handling Ankle Sprain Injuries In Athletes At The Tennis Student Activity Unit , Muhammadiyah University Of Surakarta Hingg.* 2(3).
- Saputri, E. R., Agustin, W. R., & Kanita, M. W. (2020). *the Effect of Giving Price Training With Simulation Methods Toward Sprain Injury Treatment Skills on Pencak Silat Athletes in Karanganyar.* 59, 1–11.
- Setyawan, R. A., & Kristanti, H. S. (2021). Keterampilan Berpikir Kritis Pada Pembelajaran IPA Melalui Model Pembelajaran Discovery Learning Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 1076–1082.
- Susilo, T., Simbolon, P., & 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.
- Siregar, F. S., & Nugroho, A. (2022). Pengetahuan Atlet Terhadap Resiko, Pencegahan, Dan Penanganan Pertama Cedera Olahraga Bola Voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2),
- Suryaningsih, S., & Ainun Nisa, F. (2021). Kontribusi STEAM Project Based Learning dalam Mengukur Keterampilan Proses Sains dan Berpikir Kreatif Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(6), 1097–1111.
- Sugitanata, A., Ilyas, H., & Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, U. (2023). *AT-TA'LIM: Studi Al-Qur'an dan Hadits.* 2(2).
- Suparmanto, G., Ratih Dwilestari, N. S. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Pertolongan Pertama Pada Sprain Dengan Media Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Pemain Futsal Di Surakarta. *Jurnal Kesehatan Rajawali.*
- Susanto, L., Aprianti, A. N., & Lisdiantoro, G. (2023). Analisis Pengetahuan Atlet Terhadap Penanganan Pertama Cedera Ankle Pada UKM Hockey Dengan Metode RICE Di Universitas Negeri Surabaya. *PENJAGA : Pendidikan. Kematangan Karir Pada Siswa Kelas Xi Smk Yayasan Pharmasi Semarang.* *Jurnal EMPATI*, 8(1), 87–92.
- Susanto, R. (2022). Analisis dukungan emosional dan penerapan model kompetensi pedagogik terhadap keterampilan dasar mengajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 26
- Syamsuddin Wakid Nur, & Sari Febriana Sartika, M. S. (2021). Pengaruh Pemberian Pelatihan Rice Terhadap Keterampilan Penanganan Cedera Strain Pada Atlet Pencak Silat Di Sragen.
- Thygerson, A. (2014). *Pertolongan Pertama* (R. Astikawati (ed.).
- Umbase, R. S. (2019). Gaya Hidup Remaja Di Kota Manado: Suatu Kajian Fenomenologis. *Jurnal Harkat : Media Komunikasi Gender*, 11(2), 116–127.