

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin. (2015). *Prosedur Pelaksanaan Kompres Hangat Memakai Jahe*.
- Agung Wahyu Permadi, A. T. (2017). Pengaruh Pursed Lip Breathing dan Sustained Maximal Inspiration Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pernapasan Untuk Mengurangi Keluhan Sesak Napas Pada Kasus Kardio Respirasi. *Jurnal terpadu ilmu kesehatan* , 118-240.
- Ali, B.H., G. Blunden, M. O. Tanira dan A. Nemmar. 2008. Some phytochemical, pharmacological and toxicological properties of ginger (*Zingiber officinale* Roscoe): A review of recent research. *Food and Chemical Toxicology*. 46 : 409–420
- Amang Yulanda. 2019. Efektivitas kompres jahe terhadap perubahan skala nyeri sendi asam urat (gout) pada lansia di upt panti sosial tresna werdha kabupaten magetan. Universitas Muhammadiyah Ponorogo
- Amin, I., Moroz, A. (2017). *Medial Tibial Stress Syndrome (Shin Spints)*.
- Anlene. 2022. Macam macam otot. <https://www.anlene.com/id/ms/macam-macam-otot.html>. Diakses pada tanggal 7 november 2022
- Antimicrobial functions of spices: why some like it hot. The University of Chicago Press, 3-49
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan nyeri*. Jogjakarta: Ar-Ruzz.
- Aryanti, I., E.S. Bayu., dan E.H. Kardhinata. 2015. *Identifikasi Karakteristik Morfologis dan Hubungan Kekebabatan pada Tanaman Jahe (Zingiber officinale Rosc.) di Desa Dolok Saribu Kabupaten Simalungun*. *Jurnal Online Agroekoteknologi* 3: 963-975
- Asmadi (2008). *Konsep dasar keperawatan*. Jakarta: EGC
- Asmadi. (2008). *Teknik prosedural konsep & aplikasi kebutuhan dasar klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Astuti, A. D. W., & Murbawani, E. A. (2011). *Efektivitas Pemberian Ekstrak Jahe Merah (Zingiber officinale roscoe varr Rubrum) dalam Mengurangi Nyeri Otot pada Atlet*. *Artikel Penelitian Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran*

Universitas Diponegoro, 1–29.
http://eprints.undip.ac.id/32557/1/381_Ambar_Dwi_Widhi_Astuti_G2C007006.pdf

- Azwar, Saifuddin (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bambang Prasetyo, Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2005
- Barbara, Kozier, 2008, *Fundamental of Nursing, Seventh Edition*, Vol.2, Jakarta: EGC.
- Dhillon MS, John R, Sharma S, Prabhakar S, Behera P, Saxena S, et al. Epidemiology of knee injuries in Indian Kabaddi players. *Asian J Sports Med* 2017;8(1):e31670. [DOI: 10.5812/asjms.31670].
- Dorland, W., 2006. *Kamus Kedokteran Dorland*. Jakarta: EGC
- Dwi Ambar, (2011). Efektivitas Pemberian Ekstrak Jahe Merah (Zingiber Officinale Roscoe Varr Rubrum) Dalam Mengurangi Nyeri Otot Pada Atlet Sepak Takraw. Program Studi Ilmu Gizi. Universitas Diponegoro Semarang.
- Eddy, Purnomo. 2007. *Gerak Dasar Atletik*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Erlangga. 2022. <https://www.antaraneews.com/berita/2382405/kontingen-jatim-untuk-pon-papua-diperkuat-543-atlet>. Diakses pada tanggal 6 november 2022
- Fauziyah. 2013. *Efektifitas Tehnik Effleurage dan Kompres Hangat*. Jakarta : EGC
- Febriyanto Rizky. 2020. Efek Kinesiotaping Terhadap Fleksibilitas Otot Hamstring Pada Atlet Sprinter (100m) : Study Pada Ronggolawe Atletik Club. *Evaluation Athlete Peformance, Volume 4 Nomor 1*
- Harahap, N. S., & Sagala, N. S. R. (2019). Pengaruh Pemberian Manipulasi Sport Massage Terhadapn Kadar Asam Laktat Darah Setelah Melakukan Aktivitas Fisik Maksimal. *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.24114/ko.v1i2.12887>
- Hasibuan, M. H., & Jutalo, Y. H. (2020). PENGARUH SPORT MASSAGE TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM LAKTAT PADA KOP SEPAK BOLA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 4(1)
- Hernani, Winarti. 2010. *Kandungan Bahan Aktif Jahe dan Pemanfaatannya Dalam Bidang Kesehatan, Status Teknologi Hasil Penelitian Jahe*. Bogor

- Izza S.(2014). Perbedaan Efektivitas Pemberian Kompres Air Hangat dan Pemberian Kompres Jahe terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran, Jurnal Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran
- Izzati, Y. R. (2020). *Hadis tentang Khasiat Kayu India (Gaharu) Bagi Kesehatan: Studi Hadis dalam Sunan Abi Dawud No. Indeks 3877* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).Jennifer Billing, P. S. (1998).
- Junaidi. (2013). *Cedera Olahraga Pada Atlet Pelatda PON XVIII DKI Jakarta. Jurnal Fisioterapi*, 13(1), 12–16.
<https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Fisio/article/view/642/603>
- Kesehatan, J. I., Husada, S., & Radharani, R. (2020). *Warm Ginger Compress to Decrease Pain Intensity in Patients with Arthritis Gout*. 11(1), 573–578.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.349>
- Kuntaraf, Jonathan (1992).“Olahraga Sumber Kesehatan”. Bandung: Percetakan Advent Indonesia
- Kusumaningati RW, (2009). Analisa Kandungan Fenol Total Jahe (*Zingiber officinale Rosc.*) Secara Invitro. Fakultas Kedokteran UI. Jakarta.
- Hanief Sidqa. 2013. Efektivitas Ekstrak Jahe (*Zingiber officinale Roscoe*) Terhadap Pertumbuhan Bakteri *Streptococcus viridans*. PROGRAM studi pendidikan dokter fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan universitas islam negeri syarif hidayatullah jakarta
- Hasim & Relawati (2017). *Perbedaan Efektivitas Antara Kompres Jahe Merah Dan Kompres Air Hangat Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Lansia*. Vol. 1. No. 1
- I Dewa Nyoman Supariasa. Penilaian Status Gizi. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2002.
- Margono. (2016). Pengaruh Terapi Zinger Officinale terhadap Intensitas Nyeri Low Back Pain di Posyandu Margomulyo Desa Ngrancah Kecamatan Grabagan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 1(1), 58–62.
- M. Saifudin Hakim, S. A. (2020). *Thibbun Nabawi : Tinjauan Syariat dan Medis*. Depok: Gema Insani
- Melti & Zurati. (2019). Asuhan keperawatan medikal bedah gangguan pada sistem muskuloskeletal aplikasi nanda NIC & NOC. Padang: Pustaka Galeri Mandiri
- Mishra, D.S., Maiti, R., Bera, S., Das, K & Ghosh, D. (2009). Protective effect of Composite Extract of *Withania somnifera*, *Ocimum sanctum* and *Zingiber*

officinale on Swimming-induced Reproductive Endocrine Dysfunctions in Male Rat. *Iranian Journal of Pharmacology & Therapeutics*.

NCAA (2019). *Men's Soccer Injuries*. STOP Sports Injuries, 1–2. Retrieved from www.stopsportsinjuries.org.

Notoatmodjo S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta

Novera Milya. 2016. Perubahan Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Dengan Pemberian Teknik Relaksasi Kompres Hangat Dan Kompres Jahe Hangat. *Jurnal Keperawatan Dan Kesmas*, 3 (1).

Nurhayati. 2016. Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan Volume 02, Nomor 01, Januari - Juni 2016*

Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* : Jakarta : SalembaMedika.

Pahalawidi. 2007. Pembinaan Olahraga Prestasi Cabang Atletik Usia Dini. *Jurnal Olahraga Prestasi*. Volume 3, Nomor 1, Januari 2007 : 42 – 60

Putriana, N. D. (2014). *Asuhan Keperawatan Keluarga...*, Novita Dwi Putriana, Fakultas Ilmu Kesehatan UMP, 2014. 2014.

Rahayu, NW, & Wibowo, 2009. *Efektivitas Pemberian Olesan Jahe Merah Terhadap Penurunan Keluhan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Yogyakarta* . STIKES Aisyiyah Yogyakarta .

Rahmawati Nurlaila. (2018) Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Dengan Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Sendi Pada Wanita Lanjut Usia Di Graha Werdha Maria Joseph Pontianak Dan Graha Werdha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak

Rifai Muhammad. (2021) Efektivitas pemberian terapi kompres hangat jahe merah untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia. *Jurnal Ners Muda*

Reiga, Celso Garcia. De LA. 2010. *Espanol*, Kessinger Publishing

Riwidikdo, H. 2013. *Statistik Kesehatan dan Aplikasi SPSS Dalam Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rohima Press.

Santoso. Hieronymus Budi, 2013. *Tumpas Penyakit dengan 40 Daun & 10 Akar Rimpang*, Cahaya Jiwa, Yogyakarta

- Saputro, S. K. (2014). Proses Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Yang Merangkap Sebagai Atlet Dengan Atlet Panjat Tebing Yang Dilatihnya. *Jurnal E-Komunikasi*, 2(2), 1-10
- Setyaningrum & Saparinto. 2013. *Jahe. Penebar Swadaya*.Depok
- Setyawan Arif. (2011). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahraagaan Indonesia*
- Sudijandoko, Andun. (2000). Perawatan dan Pencegahan Cedera. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Syapitri H, (2018). Kompres Jahe Berkhasiat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Rheumathoid Arthritis. *Jurnal Mutiara Ners*, 57-64
- Sondakh, A. (2009). Usulkan UU Keolahraagaan Jamin Masa Depan Mantan Atlet. 27 April 2009. <http://www.kapanlagi.com>
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.CV
- Supriyanti, 2015. *Untung besar budidaya jahe merah*.Yogyakarta : Penerbit Araska.
- Tamsuri,2007, Konsep Penatalaksanaan Nyeri EGC, Jakarta
- Tangkudung, J. (2016). Anatomy Movement. Jakarta:LPPM Universitas Negeri Jakarta.
- Tjay, Tan Hoan dan Kirana Rahardja, 2007, Obat-Obat Penting Khasiat, Penggunaan dan Efek-Efek Sampingnya, Edisi Keenam, 262, 269-271, PT. Elex Media Komputindo, Jakarta
- Urden, L. D., Stacy, K. M. (2008). *Priorities in: Critical care nursing*, (5th ed).St. Louis: Mosby
- Widiyanti, R. 2009. Analisis Kandungan Fenol Total Jahe (*Zingiber officinale Rosco*) Secara In Vitro. Skripsi. Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Indonesia Jakarta
- Wijayanto, A. 2017. Pengaruh Kompres Hangat Dengan Jahe Terhadap Penurunan Skala Nyeri Osteoarthritis. Universitas Muhammadiyah Ponorogo
- Wilda & Panorama. (2020). *Warm Compress of Ginger on Changes in Pain Elderlywith Gout Arthritis*. *Journal of Ners Community*, 11(1).
- Wiratna. 2014. Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Yolanda, Nuke Jennis Candra Ningrum (2019) *Pengaruh pemberian minyak jahe merah oles terhadap penurunan skala nyeri low back pain pada pekerja konveksi di malang*. Skripsi. Universitas Muhhmadiyah Malang