

KETERAMPILAN FISIOTERAPIS

dalam Mengelola Rehabilitasi Olahraga

Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis., AIFO-FIT., Ftr. Marliana, SST.FT., M.Fis.,
Rosintan Milana Napitupulu, SKM., MKM., Ezra Bernardus Wijaya, SST.Ft., M.Sc.,
Ph.D., Novlinda Susy Anrianawati Manurung, S.Ft., Sst.Ft., M.M., Lily Nabillah,
S.Tr.Kes., M.K.M., Hafizah Sururul Nur Rakhmawati, S.Ft., M.Kes., Lucky Anggiat,
STr.Ft., M.Physio., C-OMPT., Elsa Verina Saraswati, S.Ftr., Ftr., M.Or., Dwi Suci Asriani,
A.Md.Ft., S.Tr.Ftr., M.M., Alfitri Yana Yunita, SST.FT., M.Fis., dan Dr. Rezki Amalia
Nurshal, Sp.K.F.R., M.S.(K).

Keterampilan Fisioterapis dalam Mengelola Rehabilitasi Olahraga

Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis., AIFO-FIT., Ftr. Marlina,
SST.FT., M.Fis., Rosintan Milana Napitupulu, SKM., MKM., Ezra
Bernardus Wijaya, SST.Ft., M.Sc., Ph.D., Novlinda Susy Anrianawati
Manurung, S.Ft., Sst.Ft., M.M., Lily Nabillah, S.Tr.Kes., M.K.M.,
Hafizah Sururul Nur Rakhmawati, S.Ft., M.Kes., Lucky Anggiat, STr.Ft.,
M.Physio., C-OMPT., Elsa Verina Saraswati, S.Ftr., Ftr., M.Or., Dwi
Suci Asriani, A.Md.Ft., S.Tr.Ftr., M.M., Alfitri Yana Yunita, SST.FT.,
M.Fis., dan Dr. Rezki Amalia Nurshal, Sp.K.F.R., M.S.(K).

PT BUKULOKA LITERASI BANGSA

Anggota IKAPI: No. 645/DKI/2024



Keterampilan Fisioterapis dalam Mengelola Rehabilitasi Olahraga

Penulis : Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis., AIFO-FIT., Ftr. Marlina, SST.FT., M.Fis., Rosintan Milana Napitupulu, SKM., MKM., Ezra Bernardus Wijaya, SST.Ft., M.Sc., Ph.D., Novlinda Susy Anrianawati Manurung, S.Ft., Sst.Ft., M.M., Lily Nabillah, S.Tr.Kes., M.K.M., Hafizah Sururul Nur Rakhmawati, S.Ft., M.Kes., Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio., C-OMPT., Elsa Verina Saraswati, S.Ftr., Ftr., M.Or., Dwi Suci Asriani, A.Md.Ft., S.Tr.Ftr., M.M., Alfitri Yana Yunita, SST.FT., M.Fis., dan Dr. Rezki Amalia Nurshal, Sp.K.F.R., M.S.(K).

ISBN : 978-634-7189-76-9 (PDF)

Penyunting Naskah : Ahmad Fauzy Pratama, S.Pd.

Tata Letak : Ala Dira Ariza, S.S.

Desain Sampul : Al Dial

Penerbit

Penerbit PT Bukuloka Literasi Bangsa

Distributor: PT Yapindo

Kompleks Business Park Kebon Jeruk Blok I No. 21, Jl. Meruya Ilir Raya No.88 , Desa/Kelurahan

Meruya Utara, Kec. Kembangan, Kota Adm. Jakarta Barat, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 11620

Email : penerbit.blb@gmail.com

Whatsapp : 0878-3483-2315

Website : bukuloka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).

Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga buku ajar berjudul *Keterampilan Fisioterapis dalam Mengelola Rehabilitasi Olahraga* dapat disusun dan diterbitkan. Buku ini hadir sebagai bentuk kepedulian terhadap pentingnya pemulihan dan pencegahan cedera dalam dunia olahraga, terutama dari sudut pandang fisioterapi.

Dalam praktiknya, fisioterapi memiliki peran penting dalam menjaga kebugaran dan mendukung pemulihan para atlet serta individu yang mengalami cedera akibat aktivitas fisik. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai berbagai teknik serta keterampilan yang digunakan menjadi aspek yang sangat dibutuhkan. Melalui buku ini, berbagai konsep dan strategi dalam menangani serta mengoptimalkan pemulihan pasca cedera dibahas dengan bahasa yang mudah dipahami dan dapat diaplikasikan secara langsung.

Harapannya, buku ini dapat menjadi sumber yang bermanfaat bagi masyarakat umum yang memiliki ketertarikan terhadap rehabilitasi olahraga. Semoga buku ini dapat menambah wawasan dan memberikan manfaat yang luas dalam penerapan fisioterapi untuk mendukung kesehatan serta performa fisik yang optimal.

Jakarta, April 2025

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISL.....	iv
Bab 1: Pengenalan Keterampilan Fisioterapis dalam Rehabilitasi Olahraga	1
1.1 Pengertian Fisioterapi dalam Rehabilitasi Olahraga	1
1.2 Peran Fisioterapis dalam Rehabilitasi Olahraga	3
1.3 Prinsip Dasar Rehabilitasi Olahraga.....	5
1.4 Teknik yang Digunakan dalam Rehabilitasi Olahraga.....	8
1.5 Latihan Soal.....	11
Bab 2: Dasar-dasar Asesmen dan Diagnosa Cedera Olahraga	12
2.1 Pengertian Asesmen dan Diagnosa Cedera	12
2.2 Langkah-Langkah Asesmen Cedera Olahraga	14
2.3 Prinsip Diagnosa Cedera Olahraga.....	17
2.4 Teknik Asesmen dan Diagnosa Cedera	19
2.5 Latihan Soal.....	23
Bab 3: Kemampuan Komunikasi Efektif dalam Rehabilitasi .	24
3.1 Pengertian Komunikasi Efektif dalam Rehabilitasi	24
3.2 Komponen-Komponen Komunikasi Efektif.....	26
3.3 Teknik Komunikasi dalam Rehabilitasi.....	29
3.4 Tantangan dalam Komunikasi Rehabilitasi.....	31
3.5 Peran Fisioterapis dalam Komunikasi Efektif	34
3.6 Latihan Soal.....	36
Bab 4: Keterampilan dalam Menyusun Rencana Rehabilitasi Individu	37
4.1 Pengertian Rencana Rehabilitasi Individu	37
4.2 Prinsip dalam Menyusun Rencana Rehabilitasi.....	40
4.3 Langkah-Langkah Menyusun Rencana Rehabilitasi.....	42

4.4 Teknik yang Digunakan dalam Rencana Rehabilitasi	46
4.5 Latihan Soal.....	50
Bab 5: Teknik Latihan dalam Fisioterapi untuk Pemulihan Otot dan Sendi.....	51
5.1 Pengertian Teknik Latihan Fisioterapi.....	51
5.2 Prinsip Latihan dalam Fisioterapi	53
5.3 Teknik Latihan untuk Pemulihan Otot.....	55
5.4 Teknik Latihan untuk Pemulihan Sendi.....	58
5.5 Latihan Soal.....	60
Bab 6: Penggunaan Modalitas Terapi dalam Rehabilitasi Olahraga	61
6.1 Pengertian Modalitas Terapi dalam Rehabilitasi Olahraga.....	61
6.2 Jenis Modalitas Terapi dalam Rehabilitasi Olahraga	62
6.3 Indikasi dan Kontraindikasi Modalitas Terapi.....	66
6.4 Efektivitas Modalitas Terapi dalam Rehabilitasi Olahraga.....	69
6.5 Latihan Soal.....	72
Bab 7: Pengelolaan Nyeri dalam Rehabilitasi Olahraga	73
7.1 Pengertian Nyeri dalam Rehabilitasi Olahraga.....	73
7.2 Jenis dan Penyebab Nyeri dalam Olahraga	74
7.3 Strategi Pengelolaan Nyeri dalam Rehabilitasi Olahraga	79
7.4 Peran Fisioterapis dalam Pengelolaan Nyeri Olahraga.....	83
7.5 Latihan Soal.....	88
Bab 8: Terapi Manual Mobilisasi dan Manipulasi Sendi pada Rehabilitasi Cedera Olahraga	89
8.1 Pengertian Mobilisasi dan Manipulasi Sendi	89
8.2 Perbedaan Mobilisasi dan Manipulasi Sendi.....	91
8.3 Indikasi dan Kontraindikasi Mobilisasi dan Manipulasi Sendi	95
8.4 Teknik Dasar Mobilisasi dan Manipulasi Sendi	99
8.5 Latihan Soal.....	110

Bab 9: Latihan Proprioepsi dan Penguatan untuk Mencegah Cedera Ulang.....	111
9.1 Pengertian Latihan Proprioepsi dan Penguatan.....	111
9.2 Kegunaan Latihan Proprioepsi dan Penguatan.....	114
9.3 Jenis Latihan Proprioepsi dan Penguatan	116
9.4 Strategi Implementasi Latihan.....	120
9.5 Latihan Soal.....	123
Bab 10: Penyusunan Program Latihan untuk Rehabilitasi Fungsional.....	124
10.1 Pengertian Rehabilitasi Fungsional dalam Fisioterapi.....	124
10.2 Prinsip Penyusunan Program Latihan Rehabilitasi Fungsional	125
10.3 Tahapan dalam Penyusunan Program Latihan Rehabilitasi	129
10.4 Jenis Latihan dalam Rehabilitasi Fungsional.....	132
10.5 Latihan Soal.....	136
Bab 11: Upaya Multidisiplin dalam Rehabilitasi Olahraga... 	137
11.1 Pengertian Upaya Multidisiplin dalam Rehabilitasi Olahraga..	137
11.2 Peran Profesional dalam Upaya Multidisiplin	139
11.3 Kegunaan Upaya Multidisiplin dalam Rehabilitasi Olahraga ..	142
11.4 Tantangan dalam Upaya Multidisiplin.....	145
11.5 Latihan Soal.....	148
Bab 12: Evaluasi dan Pemantauan Progres dalam Rehabilitasi Olahraga	149
12.1 Pengertian Evaluasi dan Pemantauan dalam Rehabilitasi Olahraga	149
12.2 Misi Evaluasi dan Pemantauan Progres	150
12.3 Cara Evaluasi dalam Rehabilitasi Olahraga	154
12.4 Strategi Pemantauan Progres dalam Rehabilitasi Olahraga	158
12.5 Latihan Soal.....	161
PROFILE PENULIS	162
DAFTAR PUSTAKA.....	177

PROFILE PENULIS



Nama : Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis.,
AIFO-FIT.

Tempat/tgl lahir : Tanjung Batu (Flores-Lembata), 29 April
1971

Alamat : Depok

Riwayat Pendidikan :

- S3 Pendidikan Olahraga UNJ, lulus tahun 2023
- S2 Fisiologi Olahraga Konsentrasi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Udayana Denpasar-Bali, lulus tahun 2013.
- S1 Kesehatan Masyarakat Konsentrasi Manajemen Pelayanan Fisioterapi Universitas Esa Unggul Jakarta, Lulus tahun 2005.

- D4 (Sarjana Terapan) Fisioterapi
Universitas Esa Unggul Jakarta, Lulus
tahun 2005 (*dual degree programme*).
- D3 Akademi Fisioterapi UKI, lulus tahun
1995.

Pesan untuk pembaca : *“Semoga buku ini menjadi salah satu referensi dalam pembelajaran tentang fisioterapi olahraga. Stop Cedera Olahraga.”*



Nama : Ftr. Marlina, SST.FT., M.Fis.
Tempat/tgl lahir : Sungai Manau, 24 Maret 1984
Alamat : Luar Irok Dusun Luar Parit Koto Taluk Riau
Riwayat Pendidikan :

- SD 008 Sungai Manau 1990-1996
- SMP 2 Bukit Kauman 1996-1999
- SMA 3 Rengat Barat 1999-2002
- DIII Fisioterapi Universitas Abdurrahman 2002-2005
- DIV Fisioterapi Yayasan dr. Rusdi Medan 2011-2012
- S2 Fisiologi Olahraga Konsentrasi Fisioterapi Universitas Udayana 2013-2015
- Profesi Fisioterapi Poltekkes Surakarta 2019-2020

Pesan untuk pembaca : *“Jangan pernah berhenti belajar, berpikir, dan mengeksplorasi hal-hal baru.”* Tetap semangat dan terus membaca.



Nama : Rosintan Milana Napitupulu, SKM., MKM.

Tempat/tgl lahir : Lampung, 10 Maret 1969

Alamat : Menteng Atas, Jakarta Selatan

Riwayat Pendidikan :

- Tahun 1993 Lulus D3 Fisioterapi UKI
- Tahun 1997 Lulus S1 FKM UI
- Tahun 2012 Lulus S2 IKM Prof. DR Uhamka

Pesan untuk pembaca : *“Rajin membaca, karena perubahan jaman pasti akan terjadi.”*



Nama : Ezra Bernardus Wijaya, SST.Ft., M.Sc.,
Ph.D.

Tempat/Tanggal lahir : Tangerang, 17 Mei 1988

Alamat : Gianyar, Bali

Riwayat Pendidikan : ■ D4 Fisioterapi, STIKes Binawan,
Indonesia

■ S2 Biomedical Informatics, Asia
University, Taiwan

■ S3 Bioinformatics and Medical
Engineering, Asia University, Taiwan

Pesan untuk pembaca : *“Teruslah belajar, berinovasi, dan berkontribusi dalam dunia fisioterapi. Jadilah bagian dari perubahan menuju masyarakat yang lebih sehat dan sejahtera. Semoga pesan ini memberi inspirasi dan semangat bagi perjalanan Anda!”*



Nama : Novlinda Susy Anrianawati Manurung,
S.Ft., Sst.Ft., M.M.

Tempat/tgl lahir : Jakarta, 22 November 1971

Alamat : Cipayung, Cilangkap Jakarta Timur

Riwayat Pendidikan :

- Lulus Diploma Tiga fisioterapi UKI Tahun 1995
- Lulus Diploma Empat Fisioterapi UEU Tahun 2011
- Lulus Sarjana Fisioterapi UEU Tahun 2012
- Lulus Magister Manajemen UKI Tahun 2017

Pesan untuk pembaca : *“Bab ini secara garis besar berisi penjelasan tentang beberapa jenis teknik latihan dalam fisioterapi yang diberikan khusus untuk pemulihan otot serta sendi pada kondisi cedera olahraga. Melalui pembahasan pada bab ini dapat dilihat tentang jenis dan fungsi dari masing-masing teknik latihan yang diberikan dalam fisioterapi untuk pemulihan otot dan sendi dari cedera olahraga. Bila terjadi cedera olahraga, maka tindakan fisioterapi berupa teknik latihan untuk pemulihan otot dan*

sendi dengan berbagai jenis latihan merupakan hal utama yang harus dilakukan.”



Nama : Lily Nabillah, S.Tr.Kes., M.K.M.

Tempat/tgl lahir : Jakarta, 22 September 1997

Alamat : Jakarta Utara

Riwayat Pendidikan :

- D IV- Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Jakarta III
- S-2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sebelas Maret

Pesan untuk pembaca : *“Siapapun yang terhibur dengan buku-buku, kebahagiaan tak akan sirna dari dirinya.”*



Nama : Hafizah Sururul Nur Rakhmawati, S.Ft.,
M.Kes.

tempat/tgl lahir : Pasuruan, 23 Oktober 1996

alamat : Dusun Wangi – Desa Sumberejo – Kec.
Pandaan – Kab. Pasuruan

Riwayat Pendidikan :

Sekolah/ Universitas	Jurusan	Tingkatan	Tempat	Tahun Lulus
Universitas Muhammadiyah Malang	S1 Fisioterapi	Sarjana	Jl. Raya Tlogomas No. 246, Lowokwaru, Malang	2018
Universitas Airlangga	S2 Ilmu Kesehatan Olahraga	Magister	Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo No.47, Pacar Kembang, Kec.	2023

			Tambaksari, Surabaya, Jawa Timur 60132	
--	--	--	---	--

Pesan untuk pembaca :

Nyeri sering kali menjadi tantangan dalam rehabilitasi olahraga, tetapi dengan pemahaman yang tepat, kita dapat mengelolanya secara efektif untuk mendukung pemulihan yang optimal. Dalam Bab 7: Pengelolaan Nyeri dalam Rehabilitasi Olahraga, saya menguraikan prinsip-prinsip berbasis bukti yang dapat membantu fisioterapis memberikan intervensi yang lebih tepat dan efektif.

Semoga ilmu dalam bab dan buku ini tidak hanya menambah wawasan, tetapi juga menginspirasi pembaca untuk terus berkembang dan memberikan yang terbaik bagi setiap pasien. Rehabilitasi bukan sekadar mengembalikan fungsi, tetapi juga membangun kembali kepercayaan diri dan kualitas hidup pasien.

Selamat belajar, dan teruslah berkontribusi dalam dunia fisioterapi dengan penuh dedikasi!



Nama : Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio., C-OMPT.

Tempat/tgl lahir : Bekasi, 24 November 1990

Alamat : Tangerang, Banten

Riwayat Pendidikan :

- 2009-2012: Program Studi Fisioterapi, Universitas Kristen Indonesia, Jakarta, Diploma III Fisioterapi
- 2013-2014: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binawan, Jakarta, Sarjana Terapan Fisioterapi
- 2017-2018: KPJ Healthcare University College, Nilai, Malaysia, Master of Physiotherapy (By Research)

Pesan untuk pembaca : *“Fisioterapi olahraga sedang sangat digemari pada fisioterapis muda, maka, semangat terus untuk membaca dan update skill dalam fisioterapi olahraga.”*



Nama : Elsa Verina Saraswati, S.Ftr., Ftr., M.Or.

Tempat/tgl lahir : Pati, 3 Juli 1996

Alamat : Pati

Riwayat Pendidikan :

- S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Profesi Fisioterapi Universitas Esa Unggul Jakarta
- S2 Ilmu Keolahragaan Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pesan untuk pembaca : *“Just be strong, so you wont be hydrolyzed.”*



Nama : Dwi Suci Asriani, A.Md.Ft., S.Tr.Ftr., M.M.

Tempat/tgl lahir : Jakarta, 16 Agustus 1991

Alamat : Depok

Riwayat Pendidikan :

- D3 Fisioterapi Universitas Pembangunan Veteran Jakarta 2012 - 2015
- S1 Fisioterapi Universitas Binawan Jakarta 2015 - 2017
- S2 Manajemen Universitas Pamulang 2020 - 2022

Pesan untuk pembaca : *“Semangat membaca untuk menambah wawasan kita tentang Kesehatan.”*



Nama : Alfitri Yana Yunita, SST.FT., M.Fis.
Tempat/tgl lahir : Kubang Nan Duo, 25 April 1990
Alamat : Perumahan Nusa Indah, Jl. Minas Blok D41
Riwayat Pendidikan : S2 Fisiologi Olahraga
Pesan untuk pembaca : *“Kami berharap buku ini dapat menjadi panduan yang bermanfaat bagi fisioterapis, mahasiswa fisioterapi, pelatih olahraga, dan siapa saja yang tertarik dalam bidang rehabilitasi olahraga. Semoga ilmu yang diperoleh dari buku ini dapat diaplikasikan dengan baik dan memberikan manfaat nyata dalam praktik sehari-hari. Selamat membaca dan teruslah belajar untuk menjadi fisioterapis yang kompeten dan professional.”*



Nama : Dr. Rezki Amalia Nurshal, Sp.K.F.R.,
M.S.(K).
Tempat/tgl lahir : BUKITTINGGI, 15 Februari 1988
Alamat : Jl. Banda Aceh
Riwayat Pendidikan : Program Studi Ilmu Kedokteran Fisik dan
Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas
Indonesia

DAFTAR PUSTAKA

1. Anggiat, L. (2020). *Terapi Manual Mobilisasi Sendi (1st ed.)*. UKI Press.
2. Anggiat, L. (2021). *Sports Rehabilitation Phases: A Literature Review*. *International Journal of Medical and Exercise Science*, 7(3), 1097–1102.
<https://doi.org/10.36678/IJMAES.2021.V07I03.008>
3. Bialosky, J. E., Bishop, M. D., Price, D. D., Robinson, M. E., & George, S. Z. (2009). The mechanisms of manual therapy in the treatment of musculoskeletal pain: a comprehensive model. *Manual Therapy*, 14(5), 531–538.
4. Brukner, P., & Khan, K. (2018). *Clinical Sports Medicine*. McGraw-Hill Education.
5. Chen, S., Du, L., Gao, Y., Li, H., Zheng, Y., Xie, L., & Zhong, Z. (2024). The applied study to improve the treatment of knee sports injuries in ultimate frisbee players based on personalized exercise prescription: a randomized controlled trial. *Frontiers in Public Health*, 12, 1441790.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1441790>
6. Cook, C. (2011). *Orthopedic Manual Therapy*. Prentice Hall Upper Saddle River, NJ.
7. Flynn, T. W., Fritz, J. M., Wainner, R. S., & Whitman, J. M. (2003). The audible pop is not necessary for successful spinal high-velocity thrust manipulation in individuals with low

- back pain. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 84(7), 1057–1060. [https://doi.org/10.1016/S0003-9993\(03\)00048-0](https://doi.org/10.1016/S0003-9993(03)00048-0)
8. Gyer, G., Michael, J., Inklebarger, J., & Tedla, J. S. (2019). Spinal manipulation therapy: Is it all about the brain? A current review of the neurophysiological effects of manipulation. *Journal of Integrative Medicine*, 17(5), 328–337. <https://doi.org/10.1016/j.joim.2019.05.004>
 9. Hayden, J. A., Ellis, J., Ogilvie, R., Malmivaara, A., & van Tulder, M. W. (2021). Exercise therapy for chronic low back pain: A systematic review and meta-analysis of randomised trials. *The Journal of Pain*, 22(8), 947–968. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2021.02.001>
 10. Hazel, M. C. (2020). *Musculoskeletal Assessment: Joint Range of Motion, Muscle Testing, and Function*.
 11. Hengeveld, E., & Banks, K. (2013). *Maitland's Vertebral Manipulation: Management of Neuromusculoskeletal Disorders-Volume 1 (Vol. 1)*. Elsevier Health Sciences.
 12. Kemenkes RI. (2021). *Panduan Manajemen Nyeri dalam Rehabilitasi Olahraga*.
 13. Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Penyusunan Program Latihan dalam Rehabilitasi Fungsional*.
 14. Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Rehabilitasi Olahraga dengan Modalitas Terapi*.
 15. Kemenkes RI. (2022). *Pedoman Komunikasi Efektif dalam Rehabilitasi*.

16. Kemenkes RI. (2022). *Pedoman Latihan Rehabilitasi Otot dan Sendi*.
17. Kemenkes RI. (2022). *Pedoman Penilaian dan Diagnosa Cedera Olahraga*.
18. Kemenkes RI. (2022). *Pedoman Rehabilitasi Individu di Indonesia*.
19. Kemenkes RI. (2022). *Pedoman Rehabilitasi Olahraga di Indonesia*.
20. Kent, P., O'Sullivan, P., Smith, A., & Haines, T. (2019). The evolving case for individualised physiotherapy for low back pain. *Healthcare*, 7(3), 79.
<https://doi.org/10.3390/healthcare7030079>
21. Kisner, C., & Colby, L. A. (2017). *Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques*. F.A. Davis Company.
22. Raja, S. N., et al. (2020). The revised International Association for the Study of Pain definition of pain: concepts, challenges, and compromises.
23. Starkey, C. (2018). *Therapeutic Modalities in Rehabilitation*. McGraw-Hill Education.
24. Vriend, I., Gouttebauge, V., Finch, C. F., van Mechelen, W., & Verhagen, E. A. L. M. (2017). Intervention Strategies Used in Sport Injury Prevention Studies: A Systematic Review Identifying Studies Applying the Haddon Matrix. *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 47(10), 2027–2043.
<https://doi.org/10.1007/s40279-017-0718-y>

25. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Functional Rehabilitation Programs.*
26. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Individualized Rehabilitation Plans.*
27. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Pain Management in Sports Rehabilitation.*
28. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Rehabilitation Communication Skills.*
29. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Rehabilitation Exercises for Muscle and Joint Recovery.*
30. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Sports Injury Diagnosis.*
31. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Sports Rehabilitation.*
32. World Health Organization. (2023). *Guidelines on Sports Rehabilitation and Therapy.*

Buku ajar berjudul *Keterampilan Fisioterapis dalam Mengelola Rehabilitasi Olahraga* membahas berbagai teknik yang digunakan dalam pemulihan cedera dan peningkatan kebugaran bagi atlet serta individu yang aktif secara fisik. Dengan pembahasan yang sistematis, buku ini memberikan wawasan tentang cara menangani berbagai jenis cedera olahraga, dari tahap awal pemulihan hingga pengembalian ke aktivitas normal.

Selain itu, buku ini mengulas berbagai strategi dalam mendukung proses rehabilitasi agar lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan setiap individu. Berbagai teknik terapi manual, latihan terapeutik, serta penggunaan teknologi dalam fisioterapi juga dijelaskan secara rinci untuk membantu dalam pemulihan yang optimal.

Buku ini ditujukan bagi masyarakat umum yang ingin memahami lebih dalam tentang pentingnya peran fisioterapi dalam menjaga performa fisik dan mencegah cedera berulang. Dengan pembahasan yang mudah dipahami, buku ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat bagi siapa saja yang terlibat dalam dunia olahraga dan kesehatan fisik.

