

DAFTAR PUSTAKA

1. Kurniawan Ey, Kesoema Ta, Hendrianingtyas M. Pengaruh Latihan Fleksi Dan Ekstensi Lumbal Terhadap Fleksibilitas Lumbal Pada Dewasa Muda. *J Kedokt Diponegoro*. 2019;8(1):161–70.
2. Utami Fk. Pengaruh Kombinasi Senam Tai Chi Dan Metode Feldenkrais Terhadap Peningkatan Keseimbangan Lansia Di Kelurahan Samaan Malang. 2020;11–36.
3. Wardaningsih Ika. Pengaruh Sikap Kerja Duduk Pada Kursi Kerja Yang Tidak Ergonomis Terhadap Keluhan Otot-Otot Skeletal Bagi Pekerja Wanita Bagian Mesin Cucuk Di Pt Iskandar Indah Printing Textile Surakarta. 2010;
4. Lubis Zi, Yulianti A, Nisa Fk, Ayulianda Sa. Hubungan Resiko Posisi Kerja Duduk Terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorders (Msd) Pada Pegawai Pemerintah Kabupaten Malang. *J Ergon Indones (The Indones J Ergon [Internet]*. 2021;7(1):57–64. Available From: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/jei/article/view/66621>
5. Hutasuhut Ro, Lintong F, Rumampuk Jf. Hubungan Lama Duduk Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah. *J E-Biomedik*. 2021;9(2):160–5.
6. Riyadi N. Pelaksanaan Fisioterapi Pada Fleksibilitas Anggota Gerak Bawah Anak Cerebral Palsy Di Wahana Keluarga Cerebral Palsy Yogyakarta A. *J Widia Ortodidaktika*. 2018;Vol 7:519–29.
7. Cahya Ipi, Yuda Aag. Prevalensi Nyeri Punggung Bawah Pada Tahun 2014-2015 Di Rsup Sanglah Denpasar. *J Med Udayana [Internet]*. 2020;9(6):35–9. Available From: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
8. Sibarani Ep. Korelasi Indeks Massa Tubuh Dengan Fleksibilitas Lumbal Pada Mahasiswa Yang Mengalami Obesitas Di Universitas Hkbp Nommensen Medan. 2019;1–16.
9. Miucin P, Dewi Aantn, Sundari Lpr, Sugiritama Iw. Hubungan Antara Durasi Duduk Dan Posisi Duduk Dengan Fleksibilitas Otot Hamstring Pada Pegawai Kantor Instansi Pemerintah Sewaka Dharma Kota Denpasar. *Maj Ilm Fisioter Indones*. 2020;8(3):29.
10. Arifin Z, Pd M. Prodi : Penjaskesrek Usulan Penelitian Dasar. 2022;
11. Tadesse A. *Clinical Methods: Physical Examination And Clinical History Taking*. 2023;(July):260. Available From: <https://www.researchgate.net/publication/334697259>
12. Indonesia Id. *Degenerasi Lumbal Diagnosis Dan Tata Laksana*. 2018. 1–5 P.
13. Wahyuni Od, Kedokteran F, Tarumanagara U. *Biomekanika Nyeri Punggung Bawah*. *Biomekanika Nyeri Punggung Bawah [Internet]*. 2020;(Invertebralis, Biomekanika):18. Available From: [Repository.Untar.Ac.Id](https://repository.untar.ac.id)
14. Purnomo E. *Anatomi Fungsional*. 2019. 173 P.
15. Suyasa Ik. *Degenerasi Lumbal Diagnosis Dan Tata Laksana*. Udayana Univ Press [Internet]. 2018;1–286. Available From:

https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/df53e72e277c90e39b521d2485c10057.pdf

16. Galih Pandu Prawira Sk. Asuhan Keperawatan Ny.F Dengan Diagnosa Medis Spinal Stenosis Lumbar Di Ok Central Rspal Dr. Ramelan Surabaya. *Front Neurosci.* 2021;14(1):1–13.
17. Sennang N. Hubungan Posisi Dan Lama Duduk Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Staff Administrasi Rumah Sakit Umum Daerah La Patarai Kabupaten Barru. *Vol. 33, Braz Dent J.* 2022. P. 1–12.
18. Gessal J, Fisik Ik, Fakultas R, Universitas K, Ratulangi S, Ilmu S, Et Al. Penggunaan Orthosis Pada Fraktur Thoracolumbal. 2021;Volume 4 N:1–9.
19. Lovitasari, Damayanti. Pengaruh Latihan Peregangan Dan Kekuatan Otot Terhadap Fleksibilitas Pada Atlet Senam Di Kota Surakarta. *Fak Ilmu Keolahragaan Univ Negeri Yogyakarta.* 2021;
20. Muafiah Af. Korelasi Antara Nyeri Punggung Bawah Dengan Fleksibilitas Lumbal Pada Pengrajin Tenun Di Palembang. *Αγαη.* 2019;8(5):55.
21. Tri Wahyudi A, Putu Ayu Vitalistyawati L, Studi Fisioterapi Fakultas Kesehatan P, Teknologi Dan. Pilates Exercise Meningkatkan Fleksibilitas Lumbal Pada Pembuat Batako Di Tb Darma Putra Tabanan I Made Egie Arianto Paramartha 1). 2022;8(1):64–73.
22. Putri Men, Dewi Aantn, Tianing Nw, Winaya Inn. Hubungan Fleksibilitas Lumbal Dengan Keseimbangan Dinamis Pada Lansia Yang Mengikuti Senam Lansia Di Desa Sumerta Kelod Denpasar Timur. *Maj Ilm Fisioter Indones.* 2020;8(3):46.
23. Nieminen Lk, Pyysalo Lm, Kankaanpää Mj. Prognostic Factors For Pain Chronicity In Low Back Pain: A Systematic Review. *Pain Reports.* 2021;6(1):1–17.
24. Dr.Novita Intan Arovah M. *Dasar-Dasar Fisioterapi.* 2010. 99 P.
25. Kedokteran F, Lampung U. Analisis Aktivitas Fisik Dan Fleksibilitas Lumbal Remaja Putri Dimasa Pandemi Covid-19. 2020;2(February):187–92.
26. Setyawan D, Fariz A, Priskusanti R, Endaryanto A. Pengaruh Core Stability Exercise Terhadap Fleksibilitas Lumbal Pada Tenaga Kesehatan Di Rsud Kanjuruhan Kabupaten Malang. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2022;7(1):2022.
27. Noli Fj, Sumampouw Oj, Ratag Bt. Usia, Masa Kerja Dan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Buruh Pabrik Tahu. *Indones J Public Heal Community Med.* 2021;2:15–21.
28. Purwanti D. Hubungan Antara Ergonomi Kerja Terhadap Timbulnya Gangguan Kesehatan Akibat Kerja Pada Pekerja Di Pg Kremboong Sidoarjo. *Saintika Med.* 2017;8(1):13–7.
29. Sari Nplni, Mogi Ti, Angliadi E. Hubungan Lama Duduk Dengan Kejadian Low Back Pain Pada Operator Komputer Perusahaan Travel Di Manado. *E-Clinic.* 2015;3(2).
30. Suparwati Kta, Muliarta Im, Irfan M. Senam Tai Chi Lebih Efektif

- Meningkatkan Fleksibilitas Dan Keseimbangan Daripada Senam Bugar Lansia Di Kota Denpasar. *Sport Fit J.* 2017;5(1):82–93.
31. Pitri P. Hubungan Disiplin Kerja Dengan Kinerja Karyawan Pada Bank Bsi Cabang Bogor. *J Manaj.* 2023;(Hubungan Disiplin Kerja Dengan Kinerja Karyawan).
 32. Guesteva Vc, Anggraini Ra, Maudi Lp, Rahmadiani Py, Azzahra N. Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Low Back Pain Pada Pekerja Kantoran: Systematic Review. *J Ilm Kesehat Masy Media Komun Komunitas Kesehat Masy.* 2021;13(3):151–9.
 33. Djohan Aras¹, Rini Astuti Ridwan², Andi Besse Ahsaniyah³ At. Pengaruh Pemberian Mc. Kenzie Exercise Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Akibat Low Back Pain Myogenic Pada Dokter Gigi. *Djohan.* 2018;001:1109–13.
 34. Irsadioni D. Pengaruh Posisi Duduk Dan Lama Kerja Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Supir Travel X Di Kota Malang. *Pap Knowl Towar A Media Hist Doc.* 2021;3(2):6.
 35. Hunusalela Zf, Adik Ahmad Unggul Nugeroho, Nurfida A. Edukasi Konsep Ergonomi Pada Posisi Kerja Karyawan Bengkel Lampiri Auto Service. *Abdi Teknoyasa.* 2023;4(1):173–7.
 36. Pangestu Ad, Kurniawati N. Hubungan Lama Duduk Dan Lama Berdiri Dengan Nyeri Punggung Bawah Miogenik Pada Pekerja Perusahaan Periklanan Online Dan Perusahaan Industri Otomotif. *J Fisioter Dan Kesehat Indones.* 2022;2(1):2807–8020.
 37. Saputra A. Sikap Kerja, Masa Kerja, Dan Usia Terhadap Keluhan Low Back Pain Pada Pengrajin Batik. *Higeia J Public Heal Res Dev [Internet].* 2020;1(3):625–34. Available From: [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Higeia](http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia)
 38. Rustandi K. Laporan Akuntabilitas Kinerja Kegiatan. Direktorat Jenderal Kesehat Masy Kementrian Kesehat. 2022;50.
 39. Arummega M. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Multipara Di Desa Padurenan Kecamatan 2023; Available From: [Http://Repository.Unissula.Ac.Id/30441/](http://repository.unissula.ac.id/30441/)
 40. Nurjannah A. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Low Back Pain Di Wilayah Kerja Puskesmas Padangmatinggi Kota Padangsidempuan Tahun 2021. 2021;
 41. Ega Meilina Novita Reni. Asuhan Keperawatan Pasien Benigna Neoplasm Spinal Meninges Pre Laminectomy Di Ruang Syaraf Pav Vii Rumkital Dr. Ramelan Surabaya Oleh. *J Med Res.* 2023;
 42. Irsadioni D, Yohanani A, Rupiwardani I. Pengaruh Posisi Duduk Dan Lama Kerja Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Supir Travel X Di Kota Malang. *Media Husada J Environ Heal.* 2021;1(1):74–80.
 43. Kattang Sg, Kawatu Pa, Tucuan Aa. Hubungan Antara Masa Kerja Dan Beban Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Pengrajin Gerabah Di Desa Pulutan Kecamatan Remboken Kabupaten Minahasa. *J Kesmas [Internet].*

2018;7(4):1–10.

Available

From:

<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kemas/article/view/23174>

44. Badaruddin. Pengaruh Pemulihan Pasif Dengan Manipulasi Effleurage Terhadap Kekuatan Otot Lengan. *J Ilmu Keolahragaan*. 2018;17(1):18–24.
45. Ramdani A. Hubungan Antara Posisi Kerja Dan Masa Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Penambang Belerang Di Gunung Ijen. *Skripsi Univ Muhammadiyah Malang*. 2018;48(1):17–8.
46. Oktaviani.J. Asuhan Keperawatan Low Back Pain. *Sereal Untuk*. 2018;51(1):51.