

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M., Firmansyah, M.A. 2012, 'Critical appraisal on journal of critical trials', *Acta Medika Indonesiana-The Indonesia journal of intenal medicine*, 44 (4), 337-343.
- Akbarzadeh, M., Nematollahi, A., Farahman, M. & Amooee, S. 2018, 'The Effect of Two-Staged Warm Compress on the Pain Duration of First and Second Labor Stages and Apgar Score in Prim Gravida Women : a Randomized Clinical Trial', *Tabriz University of Medical Sciences*, vol. 7, no. 1, pp. 21–6.
- Appley G.A, Solomon, L. 2013, *Ortopedi dan Fraktur Sistem Apley*, Widya Medika, Jakarta.
- Azril, K. 2009, 'Kompres Alternatif Pereda Nyeri', *diakses 25 september 2018*.
- Azizpor Yosra, Ali Delpisheh, Z.M.& K.S. 2017, *Prevelalence of low back pain in Iranian Nurses: a systematic review and meta analysis*.
- Cameron & Michelle H 2009, 'Physical Agents in Rehabilitation From Research to Practice', *Sounders Elsevier*, Portland
- Dachlan L.M 2009, 'Pengaruh *Back Exercise* Pada Nyeri Punggung Bawah', *Tesis Magister*.
- Delitto A, George SV, van D.L. 2012, 'Low Back Pain Clinical Practice Guidelines Liked to the International Classification of Functioning; Disability, and Health from the Orthopaedic Section of the American Physical Therapy Association.', *Jurnal Orthop Sports Phys Ther*. <http://aafp.org/afp/2012/0215/p343.pdf>, *diakses 15 juni 2018*.
- Departemen Bedah Syaraf FKUI-RSCM 2011, *Sinopsis Ilmu Bedah Syaraf*, Sagung Seto, Jakarta.
- Dewanto, George, Suwono, W.J, Riyanto B, T.Y. 2009, *Panduan Prakti s Diagnosis dan Tata Laksana Penyakit Syaraf*, EGC, Jakarta.
- Duthey B 2013, *Background Paper 6.24 Low Back Pain. Priority Medicines for Europe and the World 2013 Update.*, Geneva: World Health Organization.
- Dyah RW, N.D. 2010, *Nyeri Punggung pada Operator Komputer Akibat posisi dan Lama Duduk*, vol. 3, p. 42.
- Faqih Aminudin 2016, 'pengaruh pemberian kompres hangat dan kompes dingin terhadap penurunan nyeri low back pain myogenic', *skripsi*, Universitas

Muhammadiyah Surakarta.

- Hendrik M, Nurdin T, Ramba Y. 2012, 'Pengaruh Pemberian Interferensi dan Ultrasound Pada Penerapan Hold Relax Terhadap Perubahan Nyeri dan Jarak Gerak Sendi Lutut Pasien Osteoarthritis di RSUD Prof. HM. Anwar Makkatutu Bantaeng', 1-14.
- Hernawati 2016, 'Produksi asam laktat pada exercise aerobik dan anaerobik', *Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Ilzam Nuzulul Hakiki 2015, ' Efektivitas terapi kompres hangat terhadap nyeri tulang belakang pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pisangan ', *Universitas Islam Negeri*.
- Jayson, Malcolm. 2002, *Nyeri Punggung*, D.R. Budihardjo (ed.), Jakarta
- Jumiati J 2015, 'Penambahan Core Stabilization Exercise lebih Menurunkan Disability Dibandingkan Penambahan Latihan Metode Mc Kenzie pada Traksi Manipulasi Penderita Nyeri Punggung Bawah di Kota Yogyakarta', *Tesis, Universitas Udayana, Bali*.
- Kurniawan 2011, *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap keluhan nyeri*.
- Kozier B, Erb G, Berman A, Snyder S. 2010. *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses, dan praktik*, ed.7, Vol.2, EGC, Jakarta.
- Kusyati E 2006, *Ketrampilan dan Prosedur Laboratorium*, EGC, Jakarta.
- Losyk B 2007, *Kendalikan Stres Anda ! Cara Mengatasi Stres dan Sukses di Tempat Kerja*, Gramedia Pustaka, Jakarta.
- McKenzie, L.J. 2008, *Seagrass Educators Handbook*. *Seagrass-Watch HQ*, [www.seagrasswatch.org](http://www.seagrasswatch.org).
- McKenzie R & C, K. 2012, *7 Steps to A Pain-Free Life*, A Dutton, America.
- Meliiala, L. 2004, *Nyeri Neuropatik: Patofisiologi dan Penatalaksanaan*, Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia, Jakarta.
- Meliawan S 2009, *Diagnosis dan Tatalaksana HNP Lumbal. Dalam : Diagnosis dan Tatalaksana Kegawat Daruratan Tulang Belakang.*, Sagung Seto, Jakarta, pp. 62–87.
- Navariastami, Nanin, Hikayati, N.N. 2015, 'Pengaruh Mc Kenzie Back Exercise terhadap Skala Nyeri Punggung Bawah Pengrajin Sonket', *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1 (2).
- Notoatmodjo, S. 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.

- Novita Intan Arovah 2008, 'Masase dan Prestasi Atlet', FIK UNY, Yogyakarta.
- Nuarta B 2004, *Ilmu Penyakit Saraf*, Media Aesculapius, Jakarta.
- Nurlis Eva, Erika, B. 2012, 'Pengaruh Terapi Dingin Ice Massage terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Penderita Low Back Pain', *Jurnal Ners Indonesia*.
- Okananto, Adi, Tarwaka, S. 2014, 'Pengaruh Pemberian Peregangan (Stretching) terhadap Penurunan Keluhan Nyeri Pinggang dan Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) pada Pekerja Bagian Menjahit CV. Vanilla Production Susukan Semarang', *skripsi, Universitas Muhammadiyah, Surakarta*.
- Permana, Dinda Rizki, I.W. 2010, 'Perbedaan Nilai Kesegaran Punggung Sebelum dan Sesudah Pemberian Streching Mc. Kenzie Extension pada Pekerja Wanita Pengepak Jamu PT.X Semarang', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9 (1) April 2010.
- Potter dan Perry 2002, *Fundamental Keperawatan*, EGC, Jakarta.
- Potter & Perry, A.G. 2006, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*, 04 vol. 2., EGC, Jakarta.
- Potter & Perry 2009, *Fundamental Keperawatan*, Ed.7, Salemba Medika, Jakarta.
- Priyono 2016, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Zipatama Fublishing, Sidoarjo.
- Rahma Ayu Wulandari 2014, 'Gambaran Faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pekerja kapal', vol.2 (1). *skripsi, Universitas Samratulangi Manado*
- Rahmi D.N 2015, 'Efektivitas Terapi Humor audio digital dan terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita Hipertensi Primes di Desa Rempoah Kecamatan Baturaden Kabupaten Banyumas', *Skripsi, Universitas Jenderal Soedirman*.
- Republik Indonesia 1993, *Keputusan Presiden No. 22 Tahun 1993 tentang Penyakit yang Timbul Karena Hubungan Kerja*, Presiden Republik Indonesia, Jakarta.
- Riyantika, N. L., '2014, Faktor Individu yang Mempengaruhi Low Back Pain pada Pekerja Batik Sokaraja', *Skripsi, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto*.
- Riyadina, W, Suharyanto, F, Tana, L. 2008, 'Keluhan nyeri muskuloskeletal pada pekerja industri di kawasan industry Pulogadung Jakarta', *Jurnal Kedokteran Indonesia*, vol. 58 (1, pp. 8 – 12).
- Sa,adah 2007, 'Pengaruh latihan streching terhadap tingkat nyeri punggung bawah pada lansia', [copertis7.go.id/uploadjurnal/kamidatul sa,adah.pdf](http://copertis7.go.id/uploadjurnal/kamidatul_sa,adah.pdf).
- Samara 2005, 'Duduk Statis sebagai Faktor Resiko Terjadinya Nyeri Punggung

- Bawah pada Pekerja Perempuan', *Jurnal Universitas Medicina*, vol. 24 (2), p. 77.
- Sastroasmoro, S.S.I. 2014, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*, 5th edn, CV. Sagung Seto, Jakarta.
- Saputra H 2012, 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Otot Sendi Pada Operator Komputer Bagian Keuangan Universitas Hasanudin Makasar', *Jurnal Kesehatan*, Vol.6 (1), *Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin Makasar*.
- Siti Ardiana A Sangadji 2014. 'Hubungan antara masa kerja dan durasi mengemudi dengan LBP di pangkalan CV Totabuan Indah Manado', *Univeritas Sam Ratulangi*.
- Smeltzer, S.C. 2002, *Buku Ajar Medikal Bedah Brunner & Suddart*, Kuncara H. Y (ed.), 8th edn, vol.2, EGC, Jakarta.
- Smeltzer & Bare 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart* (Alih bahasa Agung Waluyo). Edisi 8, vol.3. Jakarta :EGC
- Smeltzer & Bare 2005, *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Brunner & Suddart*, K.M. Ester (ed.), 8th edn, vol.1, EGC, Jakarta.
- Styasmara C.A 2016, 'Pengaruh latihan peregangan (Mc Kenzie Exercise) terhadap keluhan low back pain (LBP) pada pekerja batik tulis desa Papringan Banyumas', *skripsi, Universitas Jenderal Soedirman, purwokerto*.
- Sugiyono 2010, *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung.,
- Suma'mur 2009, *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja*, Sagung Seto, Jakarta.
- Sunarto 2005, 'Latihan Pada Penderita Punggung Bawah', *skripsi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta*.
- Susanti N 2010, 'Beda Pengaruh Latihan McKenzie Dengan William Flexi Terhadap Peningkatan Lingkup Gerak Sendi Lumbal Pada Low Back Pain Miogenik', *journal.unikal.ac.id*
- Trimunggara 2010, 'Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keluhan Low Back Pain Pada Kegiatan Mengemudi Tim Ekspedisi PT. Enseval Putera Megatrading Jakarta', *Skripsi, Universitas Syarif Hidayatullah, Jakarta*.
- Tarwaka 2014, *Keselamatan dan Kesehatan Kerja : Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja*, Harapan Press, Surakarta.
- Tarwaka, Sholichul, Lilik Sudiajeng. 2004, *Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan*

*Kerja dan Produktivitas*, UNIBA PRESS. Surakarta.

World Health Organization 2004, 'Comparative quantification of health risks. Global and regional burden of disease. Attributable to selected major risk factors', *Geneva Journal*, vol. 1.

Yonansha, S. 2012, 'Gambaran Keluhan Low Back Pain ( LBP) Dan Tingkat Resiko LBP Pada Pekerjaan Manual Handling PT AIII', *Skripsi, Universitas Indonesia, Jakarta*.

Yulianti Jihad 2008, 'Pengaruh Teknik Mc. Kenzie Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Tengukuk Pada Petani Kopi di Desa Bontonga Kecamatan Baraka Kabupaten Enrekang', *Karya Tulis Ilmiah, Poltekkes Makassar*.