

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Afrilianti, M., & Musharyanti, L. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Laparatomi Apendisitis Di Rsud Dr. Tjitrowardojo Kelas B Purworejo: Case Report. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 2(2), 131–140. <https://doi.org/10.59841/an-najat.v2i2.1167>
- Agustina et al. (2022). *Anatomi fisiologi*.
- Amelia. (2024). Pengaruh Mc Kenzie Exercise terhadap Tingkat Nyeri Punggung Bawah pada Pengrajin Batik di Kecamatan Laweyan. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(2), 39–56. <https://doi.org/10.55606/jrik.v4i2.4138>
- Andriani, A., Rohmatillah, D. T. M., & Syahputro, D. (2023). Analisis Faktor Risiko Low Back Pain Pada Pekerja Industri. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 4(1), 51–59. <https://doi.org/10.37148/comphijournal.v4i1.136>
- Anjelina, B. (2021). Pengaruh Pemberian Mckenzie Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Low Back Pain : Narrative Review. *Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.
- Astuti, I., Afrina, R., & Mintasih, S. (2022). Effect of Giving Mc. Kenzie Exercise and Warm Compress Against Low Back Pain Intensity in Elderly Patients at RSKBH. *Journal of ...*, 01(02), 46–55. <https://journals.sagamediaindo.org/index.php/JCN/article/view/7>
- Dwi, W. Y., M, M., & Fauziah, E. (2020). Penatalaksanaan Fisioterapi Untuk Gangguan Fungsional Lumbal Pada Kasus Hernia Nukleus Pulposus Dengan Teknik Pnf, Tens Dan Mckenzie Exercise Di Rsud Ulin Banjarmasin Tahun 2019. *Jurnal Kajian Ilmiah Kesehatan Dan Teknologi*, 2(1), 6–14. <https://doi.org/10.52674/jkikt.v2i1.27>
- Dwianto, I. H. (2019). Efektivitas Latihan Mc.Kenzie Dalam Pengurangan Nyeri Punggung Bawah Muskuloskeletal. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 4(1), 27–32.
- Fajriah, S. N., Awal, M., SadiyahL, S., & Halimah, A. (2020). Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar. *Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar*, XII(1), 1–10.
- Febrina, C. (2023). *Penerapan Mc Kenzie Exercis Dalam Mencegah Nyeri Leher*. 4(3), 140–147.
- Fitriyani, A., & Haryati, W. (2020). Pengaruh latihan peregangan mc.kenzie exercise dan william's flexion exercise (wfe) terhadap penurunan derajat nyeri pada pasien low back pain (lbp) di rsop purwokerto. *Jurnal Keperawatan Mersi*, IX, 31–36.

- Hartono, B., & Margaret, T. (2022). Posisi dan Lama Duduk Saat Bekerja Dalam Menimbulkan Low Back Pain Position and Long Time Sitting While Working in Causing Low Back Pain. *Jurnal MedScientiae*, 1(1), 79.
- Hendrawan, A. (2024). *melangkah bersama fisioterapi*.
- Herdiana, I., Zakaria, A., Israwan, W., & Hargiani, F. X. (2022). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Pengaruh Mc Kenzie Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Low Back Pain Myogenic Di Klinik Pandaan Medika Informasi Abstract Korespondensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(2), 2022.
- Ilma Helmalia Putri, Sumiaty, & Fatmah Afrianty Gobel. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Low Back Pain Pada Karyawan Bagian Line Plywood Di PT. Sumber Graha Sejahtera Luwu. *Window of Public Health Journal*, 2(6), 1105–1115. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i6.318>
- Khan Mohmand, S. (2019). Research Instruments. In *Crafty Oligarchs, Savvy Voters*. <https://doi.org/10.1017/9781108694247.012>
- Labibah, D. I. (2022). Efektivitas instrumen numeric rating scale dan visual analog scale pada pasien post operasi sectio caesarea : literature review. *Jurnal Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 11(1), 12.
- Liza, Alimuddin, & Syafrianto, D. (2023). Penanganan Low Back Pain Dengan Therapy Massage dan Exercise di Kenagarian Lasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Olahraga Dan Kesehatan*, 3(2), 55–62.
- M. Afrian, M., Bustamam, N., & Zulfa, F. (2020). Mckenzie Exercise Dan William'S Flexion Exercise Efektif Menurunkan Intensitas Low Back Pain. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 42–52. <https://doi.org/10.34035/jk.v12i1.547>
- Mastuti, K. A., & Husain, F. (2023). Gambaran Kejadian Low Back Pain pada Karyawan CV. Pacific Garment. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(8), 297–305.
- Mulyasari. (2024). *Pemberian metode kenzie exercise untuk menurunkan low back pain di kelurahan mulyasari*.
- Nafisatur, M. (2024). Metode Pengumpulan Data Penelitian. *Metode Pengumpulan Data Penelitian*, 3(5), 5423–5443.
- Noli, F. J., Sumampouw, O. J., & Ratag, B. T. (2021). Usia, Masa Kerja Dan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Buruh Pabrik Tahu. *Journal of Public Health and Community Medicine*, 2(1), 15–21.
- Pratama, A., & Zulfahmidah, Z. (2021). Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Mahasiswa. *Indonesian Journal of Health*, 2(01), 1–7. <https://doi.org/10.33368/inajoh.v2i1.29>
- Pratiwi, P. (2020). Pengaruh McKenzie Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Low

Back Pain (LBP) Miogenik Pada Kuli Bangunan di PT. Garuda Bangkit Jaya Kota Madiun. In *Journal of Health Sciences*.

Prioga, S. G. (2024). *Pengaruh Mckenzie Extension Exercise Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Mahasiswa Stikes Hang Tuah Tanjungpinang*.

Puput, G., & Kurniawan, D. (2019). *Mckenzie Excercise dalam Penurunan Disabilitas Pasien Non-*. 10(1), 5–8.

Putra, S., Syahrani Jailani, M., & Hakim Nasution, F. (2021). Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876–27881.

Putri, R. O., Jayanti, S., & Kurniawan, B. (2021). Hubungan Postur Kerja Dan Durasi Kerja Dengan Keluhan Nyeri Otot Pada Pekerja Pabrik Tahu X Di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(6), 733–740. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i6.31300>

Ramba, Y. (2021). *Pengaruh pemberian sustained natural apophyseal glides (snags) dan mc. Kenzie exercise terhadap penurunan nyeri dan peningkatan range of motion (rom) pada non-spesifik low back pain*. 16(2), 1–8.

Ramona, D., Rendranandini, W., Putra, R. G., Khairullah, F., Komalasari, D. R., Pristianto, A., & Wahyuni, W. (2023). Penyuluhan Fisioterapi Mengenai Low Back Di Posyandu Lansia “Aisyiyah” Surakarta. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(5), 714–723. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i5.486>

Redi, Bintang, S. S., & Ginting, S. (2021). Pengaruh Metode Mc Kenzie Exercise dan Core Stability Exercise terhadap Penurunan Nyeri pada Penderita Hernia Nucleus Pulposus. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 6(2), 107. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v6i2.240>

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156). [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf)

Robin. (2019). *Treat Your Own Back*.

Sakinah. (2024). Pengolahan Data. *Ayan*, 15(1), 37–48.

Sardianti, S. (2022). Core Stability Exercise Dan Ultrasound Lebih Baik Dari Pada Mckenzie Exercise Dan Ultrasound Terhadap Penurunan Nyeri Non Spesifik Lowback Pain. *Core Stability Exercise Dan Ultrasound Lebih Baik Dari Pada Mckenzie Exercise Dan Ultrasound Terhadap Penurunan Nyeri Non Spesifik Lowback Pain*, XVII(1), 86–93.

Sari, N. L. M. R. W., Adiputra, L. M. I. S. H., Muliarta, I. M., Adiputra, N., Surata, I. W., & Swamardika, I. B. A. (2019). Perbaikan Kondisi Kerja Serta Pemberian McKenzie exercise Dan Peregangan Statis Memperbaiki Respon

Fisiologis Dan Meningkatkan Produktivitas Pekerja Pada Industri Pembuatan Dupa Di UD. Manik Galih Tabanan. *Jurnal Ergonomi Indonesia (The Indonesian Journal of Ergonomic)*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.24843/jei.2019.v05.i01.p01>

Savitri, P. A. (2020). *Hubungan Postur Tubuh Saat Bekerja Dan Karakteristik Pekerja Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Industri Pembuatan Tahu Di Jakarta*. 3(1), 460.

Si, M., & Setiawan, Y. A. (2024). *Analisa data kuantitatif dengan smart*.

Silvany, G., Mandowen, Y., Tri, K., Suparwati, A., Jaya, I. P. P., & Manuaba, I. A. R. W. (2025). *Self Stretching Exercise Lebih Efektif Dibandingkan Mckenzie Exercise Dalam Mengurangi Keluhan Low Back Pain Non- Spesifik*. 31(1), 32–40.

Singh, S., Kshtriya, S., & Valk, R. (2023). Health, Hope, and Harmony: A Systematic Review of the Determinants of Happiness across Cultures and Countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20043306>

Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.

Suputri, P. P. E., Damayanti, M. R., & Gandasari, N. M. A. (2018). Pengaruh McKenzie Extension Exercise Terhadap Tingkat Penurunan Skala Nyeri Punggung Bawah. *Community of Publishing in Nursing*, 6(2), 73–78. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/download/13931/31468>

Suriya, M., & Zuriati. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Gangguan pada Sistem Muskuloskeletal Aplikasi NANDA, NIC, & NOC*.

Tarieq, Z., Pambudi, R., Hayati, A., Noor, Z., Siddik, M., Studi, P., Program, K., Mangkurat, U. L., Medik, D. R., Bedah, D. I., Mangkurat, U. L., Ilmu, D., Saraf, P., & Mangkurat, U. L. (2022). *Perbandingan Efektivitas William ' S Flexion Exercise*. 843–854.

Utami, A., Yamin, A., & Lukman, M. (2023). Gambaran Intervensi Mc.Kenzie Exercise Pada Pasien Lansia Dengan Low Back Pain Akibat Hernia Nukleus Pulposus: a Case Study. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(7), 2704–2713. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i7.1200>

Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults Patients. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.33655/mak.v3i1.51>