

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S., & Khiong, T. K. 2023. Low Back Pain Ditinjau Dari Teori Medis Barat Dan TCM. *Journal Of Comprehensive Science*, 2(4), 971–980.
- Alfasiry, A. Z., Lukman, R. O., Ferina, D. A., Rahmah, D. N. A., Istiqomah, S., & Prastowa, B. 2023. *Edukasi Dan Penanganan Fisioterapi Dalam Meningkatkan Pengetahuan HNP Pada Komunitas Lansia Di Balai*. 3(1), 1–4. <https://doi.org/10.32877/Nr.V3i1.1043>
- Amelya, E., Abdillah, O. Z., Setiawan, D., Kurniawan, B., Kahfi, F., & Lamongan, U. M. 2024. *Efektivitas Pelvic Tilt Dan Sit Stretching Dalam Meningkatkan Kemampuan Fungsional Pasien Hernia Nukleus*. 1, 11–14.
- Anggiat, L., & Rahmansyah, B. 2021. *Modul Praktikum Ilmu Dasar Traumatologi Dan Olahraga* | 0. 0–58.
- Anwar, P., Agustina, W., & L, S. A. 2022. Perbedaan Skala Nyeri Pasien Low Back Pain(Lbp) Antara Sebelum Dan sesudah Dilakukan Terapi Tens. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 2. [Htp://sosains.Greenvest.Co.Id](http://sosains.greenvest.co.id).
- Arkan, A., & Wulandari, I. D. 2022. *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Hernia Nucleus Pulposus (Hnp) Lumbal Dengan Modalitas Shortwave Diathermy (Swd), Traksi Dan Mc. Kenzie Exercise Di Rsud Bendan Kota Pekalongan*. 36(1), 29–41.
- Aryal, V., Black, A. C., & Jimenez, A. 2023. *Anatomy, Back, Posterior Longitudinal Ligament*. [https://www.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/Books/NBK560691/](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560691/)
- Atmaja, F. F., Herawati, I., & Kuwadi. 2023. Management Fisioterapi Pada Kasus Low Back Pain Ec Hernia Nucleus Pulposus Di Rsup Dr Sarjito Yogyakarta: Case Report. *Cetak) Journal Of Innovation Research And Knowledge*, 3(1).
- Avers, D., & Brown, M. 2018. Daniels And Worthingham’s Muscle Testing: Techniques Of Manual Examination And Performance Testing. *Elsevier Inc.*, 10, 62–64.
- Azzam, I., Kurniawati, N., & Agustina, D. 2022. Exercise Therapy Yang Berpengaruh Efektif Terhadap Penurunan Nyeri Dan Disabilitas Penderita Hernia Nucleus Pulposus Lumbal. *Fisioterapi : Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 21(02), 126–139. <https://doi.org/10.47007/Fisio.V21i2.4432>
- Cahya S, A., Mardi Santoso, W., Husna, M., Munir, B., & Nandar Kurniawan, S. 2021. Low Back Pain. *Low Back Pain*, 5. <https://doi.org/10.21776/Ub.Jphv.2021.002.01.4>

- Cahya S, A., Mardi Santoso, W., Husna, M., Munir, B., & Nandar Kurniawan, S. 2021. Low Back Pain. *JPHV (Journal Of Pain, Vertigo And Headache)*, 2(1), 13–17. <https://doi.org/10.21776/Ub.Jphv.2021.002.01.4>
- Cheatham, S. W., & Stull, K. R. 2018. *Roller Massage: A Commentary On Clinical Standards And Survey Of Physical Therapy Professionals- Part 1*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6088127/>
- Cicco, F. L. De, & Willhuber, G. O. C. 2023. Nucleus Pulposus Herniation. *Statpearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK542307/>
- Emril, D. R., & Rahmati, N. 2021. Injeksi Kortikosteroid Epidural Pada Tatalaksana Herniasi Diskus Lumbal Epidural Corticosteroid Injection In The Management Of Lumbar Disc Herniation. *Jurnal Sinaps*, 4(1), 1–10.
- Erawan, T., Sudaryanto, Hijriyani, A. N., & Nugraha, R. 2023. Efek Mckenzie Exercise Dan Mechanical Lumbar Traction Terhadap Perubahan Lingkup Gerak Sendi Dan Fungsional Lumbal Pada Penderita HNP Lumbal. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(1), 41–46. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>
- Faridah, E., & Paramitha, S. T. 2022. Model Latihan Core Stability Exercise Di Era Digital. In *Paper Knowledge . Toward A Media History Of Documents* (Issue April).
- Ginting, F. P., & Susilo, T. 2022. Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Hernia Nukleus Pulposus Lumbal Dengan Modalitas Infra Red, TENS Dan MC Kenzie Exercise. *Jurnal Gentle Birth*, 5(1), 74–80. <https://ejournal.ikabina.ac.id/index.php/jgb/article/view/85>
- Hadyan. 2015. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Low Back Pain Pada Pengemudi. *Medical Journal Of Lampung University*, 4(7), 19–24.
- Halimah, N., Pradita, A., & Jamil, M. 2022. *Kombinasi Infrared Dan William Flexion Exercise Efektif Menurunkan Nyeri Dan Meningkatkan Fleksibilitas Otot Pada Kasus Low Back Pain Miogenik*.
- Harioputro, D. R., Suselo, Y. H., Suryawati, B., Sugiarto, Wulandari, R. A. S., Maftuhah, A., & Ida Nurwati. 2018. *Buku Manual Keterampilan Klinik Topik Basic Physical Examination : Pemeriksaan Tanda Vital*. [https://skillslab.fk.uns.ac.id/wp-content/uploads/2018/08/Manual-Vs\\_2018-Smt-1.Pdf](https://skillslab.fk.uns.ac.id/wp-content/uploads/2018/08/Manual-Vs_2018-Smt-1.Pdf)
- Jain, K., Kapur, V., & Suri, R. 2002. Abdomen, Pelvis And Perineum. In *Concise Anatomy*. [https://doi.org/10.5005/Jp/Books/10168\\_6](https://doi.org/10.5005/Jp/Books/10168_6)
- Joshua, W. A., Vamsi, R., Caroline, W., & Bennett, F. 2023. Anatomy, Back, Lumbar Vertebrae. *Statpearls*.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK459278/>

- Kuperus, J. S., Smit, E. J. M., Pouran, B., Van Hamersvelt, R. W., Van Stralen, M., Seevinck, P. R., Buckens, C. F., Bleys, R. L. A. W., Weinans, H. H., Oner, F. C., De Jong, P. A., & Verlaan, J. J. 2018. Anterior Longitudinal Ligament In Diffuse Idiopathic Skeletal Hyperostosis: Ossified Or Displaced? *Journal Of Orthopaedic Research*, 36(9), 2491–2496. <https://doi.org/10.1002/Jor.24020>
- Leonardi, M., Lee, H., Kostanjsek, N., Fornari, A., Raggi, A., Martinuzzi, A., Manuel, Y., Almborg, A., Fresk, M., Besstrashnova, Y., Shoshmin, A., Castro, S. S., Cordeiro, E. S., & Cuenot, M. 2022. *20 Years Of ICF — International Classification Of Functioning , Disability And Health : Uses And Applications Around The World*.
- M. Dzawin Nuha, Lana Prasetya, & Bagus Gede Dharmawan. 2022. Perbedaan Informasi Citra Anatomi Pada Pemeriksaan Mri Lumbal T2wi Tse Fat Saturation Dan T2wi Tse Dixon Potongan Sagital Pada Klinis Hernia Nucleus Pulposus Di Rsup Prof Dr I Goesti Ngoerah Gde Ngoerah Denpasar. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 1(2), 38–47. <https://doi.org/10.55606/Jurrike.V1i2.525>
- Marsha Panandita, A., Qonita Ramadhani, K., & Rahma Fadila, D. 2022. *Penyuluhan Fisioterapi Mengenai Low Back Pain Pada Relawan SAR Kota Surakarta Physiotherapy Counseling Regarding Low Back Pain For SAR Volunteers In Surakarta* (Vol. 2, Issue 4). <http://prin.or.id/index.php/nusantara60>
- Marwanta, S., H, B. K., Purwaningtyas, N., Ariningrum, D., Aphridasari, J., & Sulastomo, H. 2019. Buku Manual Keterampilan Klinik Topik Clinical Skills Integration 1.2. *Kementrian Riset, Teknologi, Dan Pendidikan Tinggi*, 51(1), 51.
- Munawarah, S., Fisioterapi, I., Kesehatan, F., & Kock, U. F. De. 2022. Analisis Penerapan Asuhan Fisioterapi Terhadap Kualitas Pelayanan Fisioterapi. *Jurnal Endurance*, 6(1), 162–169. <https://doi.org/10.22216/Jen.V6i1.176>
- Munzirin, R. M. 2020. Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Low Back Pain Spondilosis Lumbal Dengan Modalitas Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation Dan William Fleksi Exercise Di RS Pku Muhammadiyah Gamping. *Research Of Service Administration Health And Sains Healthys*, 1(2). <https://doi.org/10.58258/Rehat.V2i1.3167/Http>
- Nugroho, D. S. A., & Maheswara, A. 2015. Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Hernia Nucleus Pulposus (HNP) Dengan Modalitas Shortwave Diathermy (SWD), Traksi Lumbal, Dan Mc. Kenzie Exercise Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *Pena Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 25(1), 28–39.
- Nugroho, F., Weta, I. W., -, S., Griadhi, I. P. A., Satriyasa, B. K., & Irfan, M. 2018.

Penambahan Nerve Stretching Lebih Baik Dibandingkan Nerve Gliding Setelah Mc Kenzie Exercise Dalam Menurunkan Gangguan Sensorik Dan Meningkatkan Fleksibilitas Nervus Ischiadicus Pada Hernia Nucleus Pulposus Lumbal. *Sport And Fitness Journal*, 6(1), 91–101. <https://doi.org/10.24843/Spj.2018.V06.I01.P12>

Pratama, A. D., & Salam, M. E. 2021. The Effectiveness Of Core Stability Exercise To Improve Functional Ability In A Lumbar Herniated Nucleus Pulposus Patient: A Case Study. *Physical Therapy Journal Of Indonesia*, 2(2), 61–66. <https://doi.org/10.51559/Ptji.V2i2.24>

Purwasih, Y., Prodyanatasari, A., Salam, A., Bhakti, K., Kediri, W., & Ilmu, I. (N.D.). Penatalaksanaan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) Pada Low Back Pain Myogenic Management Of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) In Myogenic Low Back Pain. In *JURNAL Pikes Penelitian Ilmu Kesehatan* (Vol. 1, Issue 1).

Rachmat, N., Utomo, P. C., Sambada, E. R., & Andyarini, E. N. 2019. Hubungan Lama Duduk Dan Sikap Duduk Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Penjahit Rumahan Di Kecamatan Tasikmadu. *Journal Of Health Science And Prevention*, 3(2), 79–85. <https://doi.org/10.29080/Jhsp.V3i2.204>

Ramadhani, D. T., Rahman, F., & Haryatmo, H. 2023. Penatalaksanaan Fisioterapi Dengan Mckenzie Exercise Dan Core Stability Exercise Pada Kondisi Hernia Nukleus Pulposus (HNP) Lumbal: Case Report. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(4), 207–215. <https://doi.org/10.53770/Amhj.V2i4.157>

Ramona, D., Rendranandini, W., Guna Putra, R., Khairullah, F., Naida Pitaloka, F., Rosella Komalasari, D., Pristianto, A., Studi Fisioterapi, P., Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Surakarta, U. 2023. Penyuluhan Fisioterapi Mengenai Low Back Pain Di Posyandu Lansia “Aisyiyah” Surakarta. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(5), 709–715. <https://doi.org/10.25008/Altifani.V3i5.486>

Rusmayanti, M. Y., & Kurniawan, S. N. 2023. Hnp Lumbalis. *JPHV (Journal Of Pain, Vertigo And Headache)*, 4(1), 7–11. <https://doi.org/10.21776/Ub.Jphv.2023.004.01.2>

Sahara, R., & Pristya, T. Y. 2020. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) Pada Pekerja: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(3), 92–99. <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jikes/article/download/585/499/>

Sekeon, S. A. S., & Kumala, S. 2019. Aplikasi Intervensi Nyeri Pada Arthritis Sendi Faset Lumbalis Pain Intervention For Lumbar Facet Joint Arthritis. *Jurnal Sinaps*, 2(1), 54–59.

Simanjuntak, E. Y. B., Silitonga, E., & Aryani, N. 2020. Latihan Fisik Dalam

- Upaya Pencegahan Low Back Pain (LBP). *Jurnal Abdidas*, 1(3), 119–124.  
<https://doi.org/10.31004/abdidas.V1i3.21>
- Sipayung, I. J. F., Anggiat, L., & Soeparman. 2020. Terapi Konvensional Dan Metode Mckenzie Pada Lansia Dengan Kondisi Low Back Pain Karena Hernia Nukleus Pulposus Lumbal. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 4(2), 44–57.  
<https://doi.org/10.33660/jfrwbs.V4i2.113>
- Sugiarto, Harioputro, D. R., Suselo, Y. H., Munawaroh, S., Moelyo, A. G., Lestari, A., Werdiningsih, Y., & Suryawan, A. 2018. Basic Physical Examination : Teknik Inspeksi, Palpasi, Perkusi Dan Auskultasi. *Universitas Sebelas Maret*, 0271, 1–37.  
[https://skillslab.fk.uns.ac.id/wp-content/uploads/2018/08/Manual-Ippa\\_2018-Smt-1.pdf](https://skillslab.fk.uns.ac.id/wp-content/uploads/2018/08/Manual-Ippa_2018-Smt-1.pdf)
- Sugijanto, Noor, S., Lucky, A., Ari, S., Saputra, P. S., & Ali, I. M. 2023. *Pedoman Praktik Klinik Fisioterapi*.
- Whitman, P. A., Launico, M. V., & Adigun, O. O. 2023. *Anatomy, Skin, Dermatomes. Statpearls*.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK535401/>
- Wibisono, L. S., Najizah, F., Patrisia, I K. K. D., & Purwanti, L. F. 2022. *Pengaruh Lower Limb Tension Test Terhadap Penurunan Nyeri Terhadap Nyeri Punggung Bawah Di RSUD KRMT Wongsonegoro*. 1(2).
- Widyasari, O. R., & Wulandari, I. D. 2020. *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Hernia Nucleus Pulposus (Hnp) Dengan Modalitas Traksi Dan Mc. Kenzie Exercise Di Rso Prof Dr. R. Soeharso Surakarta*. 34(1), 52–60.
- Yulia, N. 2020. *Anatomi Dan Fisiologi Sistem Nervosa Disusun Oleh*. 0–19.
- Yusmanisari, E., Khoiroh, M., & Wahyu Alam, H. 2023. Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus LBP (Low Back Pain) E.C HNP (Hernia Nucleus Pulposus). *Nursing Update Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 14(3), 547–550.