

DAFTAR PUSTAKA

Aging Asia Trends and Transitions in the World's Most Populous Continent. (2023). Census Bureau. Retrieved August 26, 2024, from <https://www.census.gov/content/dam/Census/library/visualizations/2023/demo/aging-asia.pdf>

Aminurrahman, F., Hasannah, H. N., Humaira, I., Ummami, L., Kurniawati, N., Sudarsono, A., Achwan, & Alharfian, K. F. (2022). Edukasi dan Latihan Feldenkrais dapat Menurunkan Nyeri Punggung Bawah pada Lansia di Desa Lutut RT/RW 001/005. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia*, 1(1).

Cahyo, M. A. D. (2020). Hubungan Fleksibilitas Hamstring Dengan Daya Tahan Otot Ekstensor Punggung Pada Subyek Sehat Dan Nyeri Punggung Bawah (Npb).

Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat (Ed.). (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023* (Vol. 20). Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/en/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>

Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022, September). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 67.

Katzman, Vittinghoff, Kado, Lane, & Connor, B. (2019). Flexibility and the prevalence of kyphosis in older women: The Fracture Intervention Trial. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 47(3), 181-187.

Kemenkes. (2022, September). *Jaminan Kesehatan Nasional Yang Berkeadilan Menuju Kesejahteraan Sosial*. KMS Kemenkes. <https://kms.kemkes.go.id/contents/1716218475876-BukuJaminanKesehatanNasionalNyomanDharmaWiasa.pdf>

Kemenkes RI. (2022). *Nyeri Punggung Bawah*. Kelainan Muskuloskeletal. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/kelainan-muskuloskeletal/nyeri-punggung-bawah>

Kementerian Kesehatan RI. <https://www.scribd.com/document/521413426/RAN-Kesehatan-Lansia-2020-2024>

Lobarhon, Asqarova., Shaorong, Ji., Irene, Fosi., Augustine, Osei, Boakye., Felix, Beck., V., I., Kalita. (2022). 52. Hamstring Muscle Tightness and Chronic Low

Fiolita Fatwa Hasyahara, 2025

HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING DENGAN DISABILITAS FUNGSIONAL PUNGGUNG BAWAH PADA LANSIA DI POSYANDU KOMPLEK MARINIR DEPOK

UPN VETERAN JAKARTA, Fakultas Ilmu Kesehatan, Fisioterapi Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.ac.id – www.respository.upnvj.ac.id]

Back Pain an Analytical Study on General Population. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, doi: 10.53350/pjmhs22169637

- Maidi, A. Z. M., Handari, H. K., & Utomo, B. (2023, Juni). Hold Relaz dan Static Strechting Meningkatkan Fleksibilitas Hamstring: Studi Literatur. *Jurnal Physiotherapy Health Science*, 5(1).
- Martin, R. L., Cibulka, M. T., Bolgla, L. A., Thomas A., Loudon, J. K., Manske, R. C., Weiss, L., Christoforetti, J. J., Heiderscheit, B. C., Voight, M., DeWitt, J., Young, B., Lifshitz, L., White, D., Killoran, D., Kaplan, S., Paulseth, S., & Dauber, J. A. (2022). Hamstring Strain Injury in Athletes. *Journal of Orthopaedic & Sport Physical Therapy*, 52(3). <https://www.jospt.org/doi/full/10.2519/jospt.2022.0301>
- Mawaddah, N., & Wijayanto, A. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 12(1), 32–40.
- Mirawati, D., & Mutnawasitoh, A. R. (2022). Sosialisasi dan Deteksi Pemeriksaan Penurunan Fleksibilitas Otot Hamstring pada Kader Lansia di Kecamatan Jebres, Surakarta. *empowerment journal*, 2(2), 62-67.
- Mulati M.Sc, d. E., Supartini., SKp., MPH, N. N., & Dr Lilis Heri (Eds.). (2021). *Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2020-2024*.
- M.A, L. (2022). What are the effects of diagnostic imaging on clinical outcomes in patients with low back pain presenting for chiropractic care? A matched observational study. *Chiropractic & Manual Therapies*, 30(11). <https://doi.org/10.1186/s12998-022-00420-w>
<https://doi.org/10.22219/physiohs.v5i1.26241>
- Peraturan Pemerintah. (2021). *Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 Tentang Strategi Nasional Kelanjutan*. JDIIH Kementerian PPN/Bappenas, <https://jdih.bappenas.go.id/peraturan/detailperaturan/2700>
- Pradipta, P. A., Naufal, A. F., Fikriyah, I. N., & Ulfah, N. (2022). Hubungan Antara Fleksibilitas Otot Hamstring dengan Nyeri Punggung Bawah pada Wanita Usia 18-22 Tahun. *FISIOMU*, 3(1), 61-66. 10.2391
- Rahayu, P. A. S., Adhitya, I. P. G. S., & Wiyanthini, I. A. D. (2019). HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING TERHADAP KESEIMBANGAN DINAMIS PADA LANSIA DI DESA SERAI, KINTAMANI. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 7(1), 33-36.

- Rodgers, C. D., & Raja, A. (2023). *Anatomy, Bony Pelvis and Lower Limb, Hamstring Muscle*. StarPearls.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546688/?report=printable>
- Ruffilli, A., Viroli, G., Neri, S., Traversari, M., Barile, F., Manzetti, M., Assirelli, E., Laluna, M., Vita, V., & Faldini, C. (2023). Mechanobiology of the Human Intervertebral Disc: Systematic Review of the Literature and Future Perspectives. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(3). 10.3390/ijms24032728
- Sahara, R., & Pristya, T. Y.R. (2020). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Pekerja: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(3). 10.33221/jikes.v19i03.585
- Sassack, B., & Carrier, J. D. (2024). *Anatomy, Back, Lumbar Spine*. StartPearls.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557616/>
- Sassonker, K., Magnezi, R., & Moran, D. (n.d.). Comparing right and left hamstring flexibility and its association to nonspecific lower back pain among women of different age groups. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. 10.1016/j.jbmt.2023.07.014
- Shienia, & Herlambang, S. (2021, Oktober). Penerapan Metode Therapeutic Architecture pada Hunian Produktif dan Ruang Komunal Bagi Penduduk Lanjut Usia. *Jurnal STUPA*, 3(2), 1959-1970. 10.24912/stupa.v3i2.12439
- Sinaga, T. A., & Makkiyah, F. A. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Bawah Pada Usia Dewasa Madya di Jakarta dan Sekitarnya Tahun 2020. *Seminar Nasional Riset Kedokteran (SENSORIK)*, 2, 44-52.
- Sudaryanto, A., Widyahening, I. S., & Purnomo, A. (2022). Prevalence and risk factors of non-specific low back pain among Indonesian adults: a systematic review. *Indonesian Journal of Physical Medicine and Rehabilitation*, 11(2), 89-101.
- Tabassum, Khan., Moattar, Raza, Rizvi., Aliaa, M., Elabd., Fuzail, Ahmad., Shahnaz, Hasan., Shadab, Uddin., Mohammad, Sidiq., Amer, Ammari., Amir, Iqbal., Ahmad, H., Alghadir. (2024). 31. Assessing muscle energy technique and foam roller self-myofascial release for low back pain management in two-wheeler riders. *Dental science reports*, doi: 10.1038/s41598-024-62881-8
- Wahyu, A. G., Sjarqiah, U., Hasibuan, R. K., & Syahniar, R. (2022). Analisis Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap Low Back Pain di Poli Rehabilitasi Medik Rumah Sakit Islam Jakarta Tahun 2022. *Muhammadiyah journal of geriatri*, 4(2), 163-172.

- Wong, C. K., Mak, R. Y., Kwok, T. S., Tsang, J. S., Leung, M. Y., Funabashi, M., Macedo, L. G., Dennett, L., & Wong, A. Y. (2022). Prevalence, Incidence, and Factors Associated With NonSpecific Chronic Low Back Pain in Community-Dwelling Older Adults Aged 60 Years and Older: A Systematic Review and Meta-Analysis. *The Journal of Pain*, 23, 509-534. <https://www.sciencedirect.com/journal/the-journal-of-pain/vol/23/issue/4>
- Yates, M., & Hurst, N. S. (2017). The Oswestry Disability Index. 67(3), 241-242. 10.1093/occmed/kqw051
- Yudhaningrum, H. R., Pradipta, A., Endaryanto, A. H., & Hargiani, F. X. (2023). Hubungan Fleksibilitas Otot Hamstring Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Pasien Poli Fisioterapi Di Rumah Sakit Petrokimia Gresik. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 109-115. <https://journal.um-surabaya.ac.id/JKM/article/view/16116>