

## DAFTAR PUSTAKA

- Afif, M., & Rahmania, S. (2021). *Hubungan beban kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada perawat rumah sakit*. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja*, 5(1), 12–20.
- Anderson, B. (2010). *Stretching: 30th anniversary edition*. Shelter Publications.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baromedical Nurses Association. (2022). *Hyperbaric nursing practice guidelines (4th ed.)*. Baromedical Nurses Association Press.
- BNPB. (2023). *Laporan tahunan penanganan bencana nasional 2023*. Jakarta: Badan Nasional Penanggulangan Bencana.
- Budiono. (2016). *Konsep dasar keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Cieza, A., Causey, K., Kamenov, K., Hanson, S. W., Chatterji, S., & Vos, T. (2021). Global estimates of the need for rehabilitation based on the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10267), 2006–2017. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)32340-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32340-0)
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.)*. Sage Publication
- Dinata, W. (2020). Mechanical musculoskeletal disorders among healthcare workers. *Indonesian Journal of Ergonomics*, 4(2), 115–122.
- Dinas Kesehatan TNI Angkatan Laut. (2023). *Pedoman mutu dan keselamatan pasien RSAL dr. Mintohardjo*. Jakarta: TNI AL.
- Fanani, A., Handayani, T., & Prasetyo, A. (2025). Pengaruh senam B-Fit terhadap penurunan keluhan muskuloskeletal pada tenaga kesehatan. *Jurnal Kesehatan Kerja Indonesia*, 13(1), 22–30.
- Fanani, D. W., Handayani, N., & Prasetyo, F. (2025). Pengaruh senam B-Fit terhadap keluhan muskuloskeletal pada tenaga kesehatan. *Jurnal Kesehatan Kerja Indonesia*, 13(1), 33–42.
- Gill, A. L., & Bell, C. N. (2004). Hyperbaric oxygen therapy: A review of clinical applications. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 97(9), 477–482.
- Handayani, N., & Prasetyo, A. (2022). Pengaruh senam ergonomis terhadap nyeri leher dan punggung bawah pada tenaga kerja. *Jurnal Fisioterapi Nusantara*, 10(2), 77–84.

- Hartono, A. F. D., & Soewardi, H. (2019). Analisis Faktor-Faktor Risiko Penyebab Musculoskeletal Disorders dan Stres Kerja. *Jurnal Ilmiah Teknik Industri*, 6(3), 165–173.
- Heidari, S., Ghaffari, M., Mohammad, K., Habibi, E., & Mahaki, B. (2019). Prevalence and risk factors of musculoskeletal disorders among nurses: A cross-sectional study. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 25(2), 295–300.
- Ike Pravitasari. (2023). Beban kerja dan stres kerja perawat di rumah sakit. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 22–30. perawat ruang rawat inap. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9(1), 45–52.
- Kamper, S. J., et al. (2015). Multidisciplinary biopsychosocial rehabilitation for chronic low back pain. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 51(6), 1–12.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pelaksanaan Senam Peregangan di Tempat Kerja. Jakarta: Direktorat Kesehatan Kerja dan Olahraga, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). 4 Gerakan Senam B-Fit di Area Kerja. Jakarta: Direktorat Kesehatan Kerja dan Olahraga, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan Kesehatan dan Keselamatan Kerja Tenaga Kesehatan di Indonesia. Jakarta: Direktorat Kesehatan Kerja dan Olahraga, Kemenkes RI.
- Kindwall, E. P., & Whelan, H. T. (2019). *Hyperbaric medicine practice* (4th ed.). Best Publishing Company.
- Krismanto, A., & Hidayat, R. (2022). Validitas Nordic Body Map sebagai alat ukur keluhan muskuloskeletal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 72–80.
- Kristiawan, M., & Purwantara, S. (2020). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap kemampuan pengambilan keputusan dalam praktik keperawatan. *Jurnal Kepemimpinan dan Manajemen Keperawatan*, 3(2), 101–109.
- Kurniawati, R., Fatmawati, E., & Sari, P. (2019). Masa kerja dan hubungannya dengan produktivitas perawat di rumah sakit umum. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(3), 220–228. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i3.1120>
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2018). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice* (10th ed.). Pearson Education.
- Nordin, M., & Frankel, V. (2019). *Basic biomechanics of the musculoskeletal system* (5th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.

- Nuraisyah, F. (2024). Ergonomic Hazards and Musculoskeletal Disorders Among Healthcare Workers. *Journal of Environmental and Occupational Health Safety*, 5(1), 45–54. <https://jeohsafety.org/index.php/jeohsafety/article/view/86>
- Nooryana, N., Prabowo, D., & Fitriani, A. (2020). Hubungan latihan peregangan dan istirahat terhadap penurunan keluhan muskuloskeletal pada pekerja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123–131.
- Pangkey, M., Lumempouw, N. A., & Mandagi, C. K. (2023). Harapan pasien terhadap profesionalisme perawat. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(1), 45–53.
- Pitrianasary, D., Handayani, T., & Wibowo, A. (2024). Konstruksi sosial peran gender dalam profesi keperawatan. *Jurnal Sosiologi & Pekerjaan Sosial*, 9(1), 12–22.
- Putra, R., Suryanto, A., & Widodo, D. (2024). Efektivitas peregangan kerja... *Jurnal Ergonomi Indonesia*, 11(1), 44–53.
- Pardede, J. (2020). Peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan holistik. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 600–609. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1549>
- Rezki, R., Lestari, Y., & Amir, Y. (2023). Penggunaan Nordic Body Map... *Jurnal Ergonomi dan Kesehatan Kerja*, 9(1), 40–48.
- Ribeiro, T., Serranheira, F., & Loureiro, H. (2020). Work-related musculoskeletal disorders in primary health care nurses. *Applied Nursing Research*, 55, 151–165. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2020.151165>
- Romdona, M., Hartati, S., & Nurhayati, T. (2024). Efektivitas kombinasi observasi, wawancara, dan kuesioner... *Jurnal Metodologi Penelitian Kesehatan*, 6(1), 55–63.
- Sari, N., Handayani, I., & Saufi, A. (2017). Beban kerja tinggi sebagai faktor risiko MSDs. *Jurnal Kesmas*, 5(1), 44–52.
- Sholeha, N., & Sunaryo, S. (2022). Dampak keluhan muskuloskeletal terhadap produktivitas. *Jurnal K3*, 14(1), 51–60.
- Supardi, I., Wulandari, S., & Pratama, R. (2022). Faktor yang memengaruhi kinerja perawat. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 10(2), 85–94.
- Suryani, A., Hapsari, L., & Widjanarko, M. (2024). Validitas dan reliabilitas Nordic Body Map. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 12(1), 28–37.
- Soylar, P., & Ozer, A. (2018). Evaluation of the prevalence of musculoskeletal disorders in nurses: A systematic review. *International Journal of*

Putri Dwi Nabila, 2025

**PENERAPAN EVIDENCE BASED NURSING (EBN) TERAPI SENAM B-FIT TERHADAP KELUHAN NYERI MUSKULOSKELETAL KEPADA PERAWAT DI RUANG HIPERBARIK RSAL DR.MINTOHARDJO**

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Program Profesi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

Occupational Safety and Ergonomics, 24(4), 564–572.  
<https://doi.org/10.1080/10803548.2017.1343400>

- Tariah, H. A., Al-Hadid, L., & Qudah, M. (2020). Ergonomic risk factors among hyperbaric nursing staff. *International Journal of Nursing Practice*, 26(4), e12845.
- Tarwaka, Bakri, S. H., & Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan kerja, dan produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.
- Tiffani, A. S., Marji, E. F., & Supriyadi. (2024). Pengaruh Senam B-Fit di Tempat Kerja terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorders Perawat Puskesmas Purwosari Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Sport Science and Health*, 6(11), 1258–1270.
- Walangara, R., Lumenta, N., & Katuuk, M. (2022). Hubungan usia dengan kematangan emosional. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 90–98.
- Widiastanto, A., Sari, A. P., & Nugroho, W. (2024). Workplace stretching exercise... *Jurnal Kesehatan Kerja dan Ergonomi*, 7(2), 90–100.
- World Health Organization. (2021). Musculoskeletal Conditions. Geneva: WHO. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions>
- Wulan, M., & Safitri, A. (2023). Efektivitas senam peregangan terhadap fleksibilitas dan postur tubuh. *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi*, 5(1), 60–68.
- Yao, Y., Zhao, S., An, Z., Wang, S., Li, H., Lu, L., & Yao, S. (2019). The associations of work style and physical exercise with the risk of work-related musculoskeletal disorders in nurses. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 32(1), 15–24. <https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.01316>
- Yusof, A., Rahman, M. F. A., & Yaacob, N. M. (2021). Gender Differences in Work-Related Musculoskeletal Disorders among Nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11492. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111492>
- Zamani, Z., Ali, A., & Mehran, A. (2023). Prevalence of musculoskeletal disorders among healthcare workers. *Global Journal of Health Science*, 15(2), 45–56.
- Zulkarnain, M., & Hartono, S. (2022). Manajemen kelelahan kerja pada perawat ruang intensif. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 10(3), 162–170.
- Zuliani, N. (2021). Peran perawat dalam pelaksanaan asuhan keperawatan berdasarkan kode etik profesi. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 5(3).

Putri Dwi Nabila, 2025

**PENERAPAN EVIDENCE BASED NURSING (EBN) TERAPI SENAM B-FIT TERHADAP KELUHAN NYERI MUSKULOSELETAL KEPADA PERAWAT DI RUANG HIPERBARIK RSAL DR.MINTOHARDJO**

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Program Profesi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]