

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Niko. (2009). *Kajian Ulang Sistem Ventilasi pada Underground Car Park Gedung Perkantoran Menggunakan Program Flovent*. Thesis Bachelor. Universitas Indonesia.
- Anderson, Bob (2002). *Stretching in The Office*. Ratih Ramelan (2010). Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Anggraeni, R.R. (2015). *Manfaat Peregangan Otot Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Bagian Knitting Gantung PT. Royal Korindah Purbalingga*. Thesis Bachelor. Universitas Negeri Semarang.
- Anniza, Meiza, Ketut Tirtayasa dan I Made Muliarta (2017). Penambahan Alas Mesin dan Pemberian Peregangan Dinamis di Bagian Proses Pemotongan Singkong Menurunkan Beban Kerja, Keluhan Muskuloskeletal dan Meningkatkan Produktivitas Kerja pada Industri Keripik Singkong. *Jurnal Ergonomi Indonesia*. 3(1).
- Askharya, Rifqa Ayu (2017). *Faktor Unsafe Action (Perilaku Tidak Aman) pada Pekerja Konstruksi Proyek Pembangunan Rumah Bertingkat oleh PT. Jader Cipta Cemerlang Makassar*. Thesis Bachelor. UIN Alauddin Makassar.
- Cahyoko (2016). Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Keseimbangan Dinamis pada Wanita Usia 60-70 Tahun *Club Lansia Anggrek Karangpilang Kota Surabaya*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. 1(4), 92-97.
- Cahyono, Tri (2015). *Statistik Uji Normalitas*. Purwokerto: Yasamas.
- David, Wahyudi dan Aurino R.A.D (2018). *Metode Statistik untuk Ilmu dan Teknologi Pangan*. Jakarta Selatan: Penerbitan Universitas Bakrie.
- Demantalm, Yuhana, Ketut Tirtayasa, I Putu Gede Adiatmika, Ida Bagus Adnyana Manuaba, L.D.P. Sutjana dan Lilik Sudiajeng (2018). Pemberian Buah Pisang, Istirahat Pendek dan Peregangan Menurunkan Keluhan Muskuloskeletal, Kelelahan dan Meningkatkan Produktivitas Pemanen Pengguna Alat Egrek Perkebunan Kelapa Sawit PT. SSD Kalimantan Timur. *Jurnal Ergonomi Indonesia*. 4(1).
- Depkes RI Pusat Kesehatan Kerja (2003). *Modul Pelatihan Bagi Fasilitator Kesehatan Kerja*. Jakarta: Depkes RI.

Dora, Amelia, Mahyudin dan Faisal Kholid Fahdi (2018). *Pengaruh Peregangan Statis dan Dinamis Terhadap Perubahan Nyeri pada Lansia dengan Osteoarthritis Lutut di UPTD Puskesmas Kampung Bangka Pontianak Tenggara*. Universitas Tanjungpura.

Dr. OZ (2017). *Peregangan di Tempat Kerja*. Diakses 20 Agustus 2019, dari https://www.youtube.com/watch?v=v14Sn_evJqU

Giyanto, Tri, I Dewa Putu Sutjana dan Lukas Maria Boleng (2013). Pelatihan Peregangan Statis Lebih Meningkatkan Kelentukan dari pada Pelatihan Peregangan Dinamis pada SMA Negeri Kupang Timur. *Sport and Fitness Journal*. 1(2), 1-9.

Gomes, Cardoso F (2003). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: ANDI OFFSET.

Harsojuwono, Bambang A., I Wayan Arnata dan Gusti Ayu K.D.P. (2011). *Rancangan Percobaan Teori, Aplikasi SPSS dan Excel*. Malang: Lintas Kata Publishing.

Hendra dan Devie, F.O (2007). *Keluhan Kesehatan Akibat Penggunaan Laptop pada Mahasiswa FKM UI*. Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja FKM UI.

Homack, Susan dan Cynthia, A.R (2003). A Meta-Analysis of The Sensitivity and Specificity of The Stroop Color and Word Test with Children. *Child Neuropsychology*. 19, 725-743.

Huda, Nurul, Djufri dan Laili Suhairi (2017). Perbandingan Perendaman Ekstrak Kulit Pisang Raja dan Ekstrak Kulit Pisang Kepok Terhadap Karakteristik Organoleptik dan Fisik Daging Ayam Kampung. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*. 2(1).

Indonesia (2009). *Kesehatan*. 2009/36.

Justian, Alex. (2012). *Analisis Pengaruh Kebisingan Terhadap Performa Siswa Sekolah Dasar di Ruang Kelas*. Thesis Bachelor. Universitas Indonesia.

Kemenkes RI (2015). *Peregangan di Tempat Kerja*. Diakses 20 Agustus 2019, dari <https://www.youtube.com/watch?v=UR1yZ6lqM5Q>

Kemenkes RI (2016). *Penyelenggaraan Pelayanan Penyakit Akibat Kerja*. Jakarta: Kemenkes.

Kementrian Tenaga Kerja dan Transmigrasi (2011). *Nilai Ambang Batas Faktor Fisika dan Faktor Kimia di Tempat Kerja*. Jakarta: Kemenakertrans.

- Khayyirah, Dwi Putri. (2018). *Pengaruh Active Dynamic Stretching terhadap Peningkatan Fleksibilitas pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 2 Jeneponto*. Thesis Bachelor. Universitas HasanUddin.
- Mekayanti, Ayu D.P, Indrayani N.L.K dan Kormia Dewi N.K (2015). Optimilisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance), dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan dengan Menggunakan “Secret Method”. *Jurnal Virgin*. 1(1), 40-49.
- Michael, J.A (2003). *300 Teknik Peregangan Olahraga*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mukti, Abdul. (2018). *Pengaruh Terapi Masase dan Stretching Terhadap Pemulihan Gangguan Ketegangan Otot Tungkai Jama;ah Pengajian Mesjid Al-Muhtadin Plumbon*. Thesis Bachelor. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nafngan, Fitriansah. (2014). *Aplikasi Jelajah Museum Jogja Berbasis Android*. Thesis Bachelor. FT UNY.
- Nooryana, Syafira, I Putu Gede Adiatmika dan Susi Purnawati (2019). Latihan Peregangan Dinamis dan Istirahat Aktif Menurunkan Beban Kerja dan Meningkatkan Produktivitas pada Pekerja di Industri Garmen Adhi Fushion. *Seminar Nasional*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- Notoatmodjo, Soekidjo (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Okananto, Adi (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*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Oktaviani, M.A. dan Hari B.N (2014). Perbandingan Tingkat Konsistensi Normalitas Distribusi Metode Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors, Shapiro-Wilk dan Skewness-Kurtosis. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*. 3(2), 127-135.
- Panggung, Sutapa (2007). *Upaya Pengurangan Cedera Olahraga Melalui Penguluran dan Pemanasan Sebelum Beraktivitas*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Paramitha, I.A., I Made Mertha dan I Kadek Eka Swedarma (2014). *Pengaruh Peregangan Statis dan Dinamis Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Sendi Lutut pada Lansia dengan Osteoarthritis*. Universitas Udayana.

- Pinter Pandai (2017). *Tes Ketelitian Otak*. Diakses pada 30 Juli 2019, dari <https://www.pinterpandai.com/tes-ketelitian-otak-cara-menjadi-lebih-teliti-dan-pasti-berhasil/>
- Priono, S. (2017). *Pengaruh Latihan Peregangan (Stretching Exercise) terhadap Nyeri Muskuloskeletal Akibat Kerja pada Petugas Kebersihan FKIK di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. Thesis Bachelor. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Pritasari, Noviantara Fury, Hanna, A.P. dan Bambang Susanto (2013). ANOVA untuk Analisis Rata-Rata Respon Mahasiswa Kelas Listening. *Prosiding SNMPM*. 2.
- Priyono, Adi (2014). Pengaruh Metode Simulasi dan Demonstrasi Terhadap Pemahaman Konsep Bencana Tanah Longsor. *Jurnal Pendidikan Geografi*. 14(2).
- Priyoto dan Binar Wahyuning (2019). Pengaruh Pemberian Intervensi Senam Peregangan di Tempat Kerja Terhadap Penurunan Gangguan MSDs dan Kadar Asam Urat Darah. *Jurnal Keperawatan*. 12(1).
- Purwaningseh, Wulandari. (2010). *Analisis Pencari Kerja Menurut Kelompok Umur, Tingkat Pendidikan, dan Golongan Pokok Jabatan di Kabupaten Kudus*. Thesis Bachelor. Universitas Negeri Semarang.
- Razali, N.M. dan Yap B.W (2011). Power Comparison of Shapiro Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling Test. *Journal of Statistical Modelling and Analytic*. 2(1), 21-33.
- Rusni, W.N (2016). *Aplikasi Ergonomi dengan Workplace Stretching Exercise dan Pemberian Teh Manis Memperbaiki Respon Fisiologis dan Meningkatkan Produktivitas Penjahit di PT. Fussion Hawaii*. Denpasar: Program Pasca Sarjana Universitas Udayana.
- Salawati, Liza (2015). Penyakit Akibat Kerja. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. 15(2).
- Samson, M., Button, D.C., Chaouachi, A. dan Behm, D.G (2012). Effect of Dynamic and Static Stretching within General and Activity Specific Warm-Up Protocol. *Journal of Sport Science and Medicine*.
- Santosa, A. (2016). *Panduan Aktivitas Kebugaran Jasmani Untuk Remaja Berbasis Android*. Thesis Bachelor. FIK UNY.
- Sedarmayanti (2001). *Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja*. Bandung: CV Mandar Maju.

- Silastuti, Ambar. (2006). *Hubungan Antara Kelelahan dengan Produktivitas Tenaga Kerja di Bagian Penjahitan PT Bengawan Solo Garment Indonesia*. Thesis Bachelor. Universitas Negeri Semarang.
- Sjahmien, Moelfi (2003). *Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Papas Sinar Sinanti Bhatara.
- Soetisna, H.R dan Devi Tania (2016). Pengukuran Tingkat Konsentrasi Para Peserta Didik untuk Meningkatkan Efektivitas Kegiatan Pendidikan di Institusi Pendidikan Kemiliteran 'X'. 1(1), 6-13.
- Sritomo, Wignjosoebroto (2003). *Ergonomi Studi Gerak dan Waktu: Teknik Analisis untuk Peningkatan Produktivitas Kerja*. Surabaya: Institut Teknologi Sepuluh November.
- Subri, M (2003). *Ekonomi Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugeng, Budiono A.M (2003). *Bunga Rampai Hiperkes dan KK*. Semarang: BP UNDIP.
- Sugiyono (2008). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2010). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana, Fredericus (2013). Perbedaan Pengaruh Hasil Latihan Peregangan Statis dan Dinamis Terhadap Kelentukan Togok Menurut Jenis Kelamin Anak Kelas 3 dan 4 Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 9(1).
- Suharyadi dan Purwanto, S.K (2004). *Statistika untuk Ekonomi dan Keuangan Modern*. Jakarta: Salemba Empat.
- Supranto, J (2009). *Statistik: Teori dan Aplikasi Edisi Ketujuh*. Jakarta: Erlangga.
- Tarwaka (2010). *Ergonomi Industri: Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Solo: Harapan Pers.
- Taylor, P.M. dan Taylor, D.K (2002). *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Usman, H. dan Purnomo S.A (2003). *Pengantar Statistika*. Jakarta: Sinar Grafika Offset.
- Vina, Grace (2016). *Perlindungan Pekerja/Buruh Dalam Hal Pemberian Upah Oleh Perusahaan Yang Terkena Putus Pailit*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Wahjudi, D (2007). *Power dari Uji Kenormalan Data Tesis*. Universitas Kristen Petra.

Wicaksono, Rakhmat Eddy, Suroto dan Baju Widjasena (2016). Hubungan Postur, Durasi dan Frekuensi Kerja dengan Keluhan Muskuloskeletal Akibat Penggunaan Laptop pada Mahasiswa Fakultas Teknik Jurusan Arsitektur Universitas Diponegoro. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 4(3).

