

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, B., & Kasih, T. (2023). *Hubungan Usia , Beban Kerja , Posisi Tubuh , Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Pelaksana Di RS EMC Sentul Tahun 2023*. 3(2).
- Agustin, A. A. (2024). *ARTIKEL PENELITIAN Hubungan Usia dengan Skala Nyeri Pasien Low Back Pain (LBP) di*. 47(1), 61–68.
- Alita Octa Ningtias, Iin Aini Isnawati, R. Y. (2023). *KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS NYERI PASIEN*. 202–211.
- Amin, D. R. (2023). *PELATIHAN METODE SLOW DEEP BREATHING RELAXATION GUNA*. 7(September), 1752–1756.
- Andarmoyo, S. (2017). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. ARRUZZ Media.
- Betty, P., Nurdjanah, S., & Purwaningsih, I. (2022). *INTENSITAS NYERI PASIEN LOW BACK PAIN (LBP) Nyeri adalah perasaan sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat adanya kerusakan jaringan baik actual ataupun potensial atau dapat digambarkan nyeri dalam bentuk kerusakan . Salah satu nyeri yaitu n. 6(mild)*, 453–464.
- Cheryl, L. Y. (2023). *Effectiveness of superficial heat for low back pain : A systematic review and meta-analysis*. 40122.
- Dharmansyah, I., & Wirandoko, I. H. (2026). *Hubungan usia dan indeks massa tubuh dengan derajat fungsional low back pain pada pegawai di sekretariat daerah kota cirebon*. 10(April), 850–856.
- Freiwald, J., Magni, A., Fanlo-mazas, P., Paulino, E., & Medeiros, L. S. De. (2021). *A role for heat therapy in low back pain in modern clinical practice*. June. <https://doi.org/10.20944/preprints202106.0663.v1>
- Halawa, A., Brilliant, T., & Ardianto, M. (2022). *PERBANDINGAN KOMPRES AIR HANGAT DENGAN KOMPRES AIR JAHE*. *Jurnal Keperawatan*, 20.
- Hartanti, R. D., Wardana, D. P., & Fajar, R. A. (2016). *Terapi Relaksasi Napas Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi*. IX(1).
- Haryanti, P., & Juniarti, G. (2018). *DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELEN*.
- Hikmah, S. N. (2022). *Jurnal Fisioterapi Terapan Indonesia or Indonesian Journal of Applied Physiotherapy Efektivitas Pemberian Lumbar Stabilization Exercise terhadap Peningkatan Kemampuan Fungsional pada Kasus Low Back Pain Myogenic : Literature Review EXERCISE TO IMPROVE FUNCTIONAL ABILITY ON MYOGENIC*. 1(1). <https://doi.org/10.7454/jfti.v1i1.1028>
- IHME. (2023). *The Lancet: Studi baru menunjukkan nyeri punggung bawah adalah penyebab utama kecacatan di seluruh dunia*. <https://www-healthdata-org.translate.goog/news-events/newsroom/news-releases/lancet-new-study-shows-low-back-pain-leading-cause->

disability?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=sge

- Jiang, X., Sun, W., Chen, Q., Xu, Q., Chen, G., & Bi, H. (2024). *Effects of breathing exercises on chronic low back pain : A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials*. 37, 13–23. <https://doi.org/10.3233/BMR-230054>
- Joseph, A. E., Moman, R. N., Barman, R. A., Kleppel, D. J., Eberhart, N. D., Gerberi, D. J., Murad, M. H., & Hooten, W. M. (2022). *Effects of Slow Deep Breathing on Acute Clinical Pain in Adults : A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials*. 1–10. <https://doi.org/10.1177/2515690X221078006>
- Juana, E., Ginting, B., & Dewangga, M. W. (2025). *LOW BACK PAIN KRONIK DALAM MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR : TINJAUAN NARATIF*. 61–73.
- Kamar, S., Hallit, S., & Chamandi, S. (2021). Vasovagal syncope related to pain procedures in a pain clinic at a tertiary Lebanese hospital between 2016 and 2019. *BMC Research Notes*, 1–6. <https://doi.org/10.1186/s13104-021-05541-8>
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Teknik Relaksasi Nafas Dalam*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1054/teknik-relaksasi-nafas-dalam
- Kesehatan, J. (2019). *PENGARUH STIMULUS KUTANEUS SLOW STROKE BACK MASSAGE (SSBM) TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENGRAJIN ROTAN YANG MENDERITA LOW BACK PAIN (LBP)* Report Series Nomor 919 yang berjudul " *The Burden of Musculoskeletal Conditions at The Start of The New Millenium* " menyatakan terdapat kira-kira 150 jenis gangguan muskoloskeletal yang Pedoman AHCPR (Agency for Health Care Policy and Research) untuk penatalaksanaan nyeri Stimulus kutaneus adalah stimulasi kulit yang dilakukan untuk menghilangkan nyeri . Salah adalah dengan melakukan massage dan sentuhan . Menurut Meek (1993) massage dan sentuhan. 10(1), 32–38.
- Lakhan, S. E., Sheaffer, H., & Tepper, D. (2016). *The Effectiveness of Aromatherapy in Reducing Pain : A Systematic Review and Meta-Analysis*. 2016. <https://doi.org/10.1155/2016/8158693>
- Lin, Y., Araujo, I. De, Stanley, G., Small, D., & Id, P. G. (2022). *Chronic pain precedes disrupted eating behavior in low-back pain patients*. 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263527>
- Masroor, S., Tanwar, T., Aldabbas, M., & Iram, I. (2023). Effect of Adding Diaphragmatic Breathing Exercises to Core Stabilization Exercises on Pain , Muscle Activity , Disability , and Sleep Quality in Patients With Chronic Low Back Pain : A Randomized Control Trial. *Journal of Chiropractic Medicine*, 22(4), 275–283. <https://doi.org/10.1016/j.jcm.2023.07.001>
- Mastuti, K. A., & Husain, F. (2023). *GAMBARAN KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA KARYAWAN CV . PACIFIC GARMENT*. 297–305.

- Ms. Glenis Parmar. (2017). *A Study to Assess the Effectiveness of PTP on prevention of complications of immobilized orthopedic patients in terms of knowledge and practice among staff nurses working in orthopedic units of selected hospitals of Ahmedabad City, Gujarat State*. <https://doi.org/DOI:10.5958/2454-2652.2017.00044.0>
- Mubarak, I. Indrawati L, S. J. (2015). *Buku 1 Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Salemba Medika.
- Muhammad Alim Anugrah Illahi, Arum Dian Pratiwi, S. N. H. (2024). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN LOW BACK PAIN (LBP) PADA PEKERJA DI PLTU NII TANASA KENDARI*. 4, 637–649.
- Mujahidin. (2022). *Pijat punggung dan pengaruhnya terhadap intensitas nyeri punggung pekerja pengangkut barang di pasar induk jakabaring*. 12(23), 42–49.
- Paquita Balqis1, F. (2024). *pISSN:2355-7583 | eISSN:2549-4864* <http://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan>. 11(3), 614–620.
- Parry, S. M., & Puthucheary, Z. A. (2015). The impact of extended bed rest on the musculoskeletal system in the critical care environment. *Extreme Physiology & Medicine*, 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13728-015-0036-7>
- Peev, N., Zygourakis, C., Sippl, C., Grasso, G., & Oertel, J. (2024). *World Neurosurgery : X Acute back pain – Role of injection techniques and surgery : WFNS spine committee recommendations*. 22(July 2023).
- Permatasari, D., Fisioterapi, P. S., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2022). *Pengaruh posisi duduk terhadap kasus low back pain pada mahasiswa daring di universitas indonesia*.
- prameswari, Diah; Futri, Febrianti; Ratnasari, F. (2023). *PENYULUHAN KESEHATAN MANAJEMEN NYERI : TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DI RUANG ANYELIR BAWAH RSUD KABUPATEN TANGERANG*. 2(11), 77–79.
- Rahmawati, A. (2021). *RISK FACTOR OF LOW BACK PAIN*. 03(01), 1601–1607.
- Ridawati, I. D., Fajarsari, N., Lubuklinggau, P. K., Palembang, P. K., & Hangat, K. (2020). *PENERAPAN WARM COMPRESS DAN BACKRUB*. 4(2), 90–95.
- Rizki Nur Rahmawati dan Deoni Vioneery. (2020). *Asuhan keperawatan pasien low back pan (lbp) dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman dan nyaman*. 61–65.
- SAKU, M. F. S. (2019). *i PENGARUH KOMPRES HANGAT SERAI DAN KAYU MANIS TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA ATHRITIS GOUT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIBELA*.
- Santoso, W. M., Husna, M., Munir, B., & Kurniawan, S. N. (2021). *Low back pain*. 13–17. <https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2021.002.01.4>
- Shela Saumidayanti, Bagja Angga Sukma, N. A. (2025). *THE EFFECT OF WARM*

COMPRESSES ON REDUCING PAIN LEVELS IN LOW BACK PAIN PATIENTS AT THE NERVE OUTPATIENT. 4(4), 3689.

- Shi, J., Liu, Z., Zhou, X., Jin, F., Chen, X., Wang, X., & Lv, L. (2023a). Complementary Therapies in Medicine Effects of breathing exercises on low back pain in clinical : A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 79(October), 102993. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2023.102993>
- Shi, J., Liu, Z., Zhou, X., Jin, F., Chen, X., Wang, X., & Lv, L. (2023b). Complementary Therapies in Medicine Effects of breathing exercises on low back pain in clinical : A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 79(May), 102993. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2023.102993>
- Shi, J., Liu, Z., Zhou, X., Jin, F., & Lv, L. (2023). *Machine Translated by Google Terapi Komplementer dalam Kedokteran. 79, 1–9.*
- Sinaps, J., Moulvi, M. H., Ferdinandus, J. I., & Neurologi, D. S. (2023). *Radikulopati lumbal. 6(3).*
- Sirait, R. A., & Dewi, M. S. (2022). *HUBUNGAN SIKAP KERJA DAN BERAT BEBAN DENGAN KELUHAN LOW BACK PAIN (LBP) PADA PEKERJA PENGANGKUTAN HASIL TANGKAP IKAN DI TEMPAT PELELANGAN IKAN (TPI) The Relationship between Work Attitude and Weight Load with Complaints of Low Back Pain (LBP) in Transporting Workers of Caught Fish at Fish Auction Sites (TPI). 4(2).* <https://doi.org/10.35451/jkf.v4i2.963>
- Skrzypek, M., Ślaboszewski, M., Kolec, R., Wojciechowska, W., & Olszanecka, A. (2025). *Blood Pressure and Blood Pressure Variability in Relation to Chronic Low Back Pain Among Patients with Hypertension. 1–10.*
- Suryono, Suwondo; Meliala, L. S. (2017). *Buku Ajar Nyeri. perkumpulan nyeri indonesia.* <https://repository.stikesbcm.ac.id/id/eprint/422/1/ebook-buku-ajar-nyeri-r31jan2019.pdf>
- Tasya, E. T. (2022). *ASUHAN KEPERAWATAN PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN PADA LANSIA LOW BACK PAIN DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA KOTA BENGKULU.*
- WHO. (2023). *WHO guideline for non-surgical management of chronic primary low back pain in adults in primary and community care settings.*
- Yanti Anggraini Aritonang. (2024). *PENGARUH PEMBERIAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI LOW BACK PAIN DI JAKARTA.* <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31000/jkft.v8i2.8014>
- Younes, M., Nowakowski, K., Didier-laurent, B., Gombert, M., & Cottin, F. (2017). *Effect of spinal manipulative treatment on cardiovascular autonomic control in patients with acute low back pain. 1–9.* <https://doi.org/10.1186/s12998-017-0167-6>
- Yunalia, E. M., Wahdi, A., Ilmu, F., & Universitas, K. (2025). *Pengaruh terapi*

kompres air hangat terhadap low back pain pada petani di kediri. 6, 15871–15881.

