

DAFTAR PUSTAKA

- Almalty, A. R., Abdelnour, H. M., Hawamdeh, M., & Alkhob, S. A. (2023). Physiotherapists' Understanding of Shortwave Diathermy Contraindications: A Questionnaire Survey. *Risk Management and Healthcare Policy*, 16, 1171–1185. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S413806>
- Apti, A., Çolak, T. K., & Akçay, B. (2023). Normative Values for Cervical and Lumbar Range of Motion In Health Young AdultsN. *Journal of Turkish Spinal Surgery*, 34(3), 113–117. <https://doi.org/10.4274/jtss.galenos.2023.33042>
- Arkan, A., & Wulandari, I. D. (2022). Penatalaksanaan Fisioterapi pada Hernia Nukleus Pulposus (HNP) Lumbal dengan Modalitas Shortwave Diathermy (SWD), Traksi dan Mc. Kenzie Exercise di RSUD Bendan Kota Pekalongan. *PENA*, 36(1).
- Berlina, L., & Ichwanuddin. (2024). Hernia Nukleus Pulposus. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(3), 175–197. <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i3.4119>
- De Cicco, F. L., & Camino W. (2023). *Nucleus Pulposus Herniation*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK542307/>
- Dydyk, A. M., Massa, R. N., & Mesfin, F. B. (2023). *Disc Herniation*. StatPearls Publishing, Treasure Island (FL). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK441822/>
- Hardini, K. F., Zulkarnaen, A. N., Cahyadinata, I., & Saleabila, D. A. (2024). Intervensi Fisioterapi Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) dan Lumbar Stabilization untuk Mengurangi Nyeri dan Meningkatkan Lingkup Gerak Sendi (LGS) pada Kasus Low Back Pain e.c. Hernia Nukleus Pulposus. *ZAHRA: JOURNAL OF HEALTH AND MEDICAL RESEARCH*, 4(1), 148–156.
- Hossain, M. A., Jahid, I. K., Hossain, Md. F., Uddin, Z., Kabir, Md. F., Hossain, K. M. A., Hassan, Md. N., & Walton, L. (2021). Efficacy of McKenzie Manipulative Therapy on Pain, Functional Activity and Disability for Lumbar Disc Herniation. *The Open Sports Sciences Journal*, 14(1), 14–24. <https://doi.org/10.2174/1875399x02114010014>
- Indika R, Sutejo, M. N., & Kurniawan, M. D. (2024). Pengaruh Perbedaan Modalitas Short Wave Diathermy (SWD) dan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) terhadap Penurunan Nyeri pada Kasus Low Back

- Pain Myogenic. *Jurnal Anestesi*, 2(4), 207–219.
<https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i4.1404>
- InspiredPencil. (2023). *McKenzie extension exercises*.
<https://ar.inspiredpencil.com/pictures-2023/mckenzie-extension-exercises>
- Larasati, A., Dyananti, S., Yekti, M., & Rohmani, A. (2023). Hubungan Intensitas Nyeri dengan Kualitas Tidur : Studi paa Penderita Hernia Nukleus Pulposus (HNP) Lumbal. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3(9), 850–856.
<https://doi.org/10.36418/cerdika.xxx>
- Mukholladuun, M. W., Nugraha, D. M., Nurhayati, Y. T., Putri, A. K., Rahmawati, R. A., & Hamidah, N. A. (2024). Modalitas Short Wave Diathermy Dapat Mengurangi Nyeri Dan Spasme Paralumbal Muscle Pada Pasien HNP. In *JOHC* (Issue 5).
- Al Qaraghli, M. I., & De Jesus, O. (2025). *Lumbar Disc Herniation*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560878/>
- Nuraeni, N., Kurniawati, A., & Gundara, G. (2020). Kapasitas Tens dalam Mengontrol dan Menurunkan Nyeri Kala I Persalinan (Pilot Project). *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(1), 27–33.
<https://doi.org/10.31101/jkk.615>
- Ramadhan, M. (2021). *Metode Penelitian* (A. A. Efendi, Ed.). Cipta Media Nusantara.
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=Ntw_EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=metode+deskriptif&ots=f3oI9RQt5B&sig=7-UMiZ9LUYm5X3MJYk37I-5ijBI&redir_esc=y#v=onepage&q=metode%20deskriptif&f=false
- Richard L. Drake, A. Wayne Vogl, & Adam W. M. Mitchell. (n.d.). *Gray Dasar-dasar Anatomi* (Viskasari P. Kalanjati, Ed.; 2nd ed.). ELSEVIER.
- Ruschel, L. G., Agnoletto, G. J., Aragão, A., Duarte, J. S., de Oliveira, M. F., & Teles, A. R. (2021). Lumbar disc herniation with contralateral radiculopathy: a systematic review on pathophysiology and surgical strategies. *Neurosurgical Review*, 44(2), 1071–1081. <https://doi.org/10.1007/s10143-020-01294-3>
- Rusmayanti, M. Y., & Kurniawan, S. N. (2023a). HNP LUMBALIS. *JPHV (Journal of Pain, Vertigo and Headache)*, 4(1), 7–11.
<https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2023.004.01.2>
- Rusmayanti, M. Y., & Kurniawan, S. N. (2023b). HNP Lumbalis. *JPHV (Journal of Pain, Vertigo and Headache)*, 4(1), 7–11.
<https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2023.004.01.2>

- Silitonga, S. D. (2022). Efektifitas Pemberian Exercise dan Tens dalam Penurunan Nyeri pada Pasien HNP di Praktik Mandiri Fisioterapi. *Anugerah Sehat Tahun 2022. INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(6), 762–769. <https://doi.org/10.55123/insologi.v1i6.1103>
- Sobotta. (2016). *Atlas of Human Anatomy General Anatomy and Musculoskeletal System* (F. Paulsen & J. Waschke, Eds.; 15th ed.). URBAN & FISCHER.
- Sudaryanto, Nugraha, R., Hasbiah, Erawan, T., & Syaqqhana, A. A. (2024). Kombinasi Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation dan Integrated Neuromuscular Inhibition Technique untuk Menurunkan Nyeri dan Meningkatkan Kemampuan Fungsional Pasien dengan Hernia Nukleus Pulposus Lumbal. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15, 308–310.
- Triana, R. D., & Rahman, F. (2023). *Penatalaksanaan Fisioterapi dengan Mckenzie Exercise dan Core Stability Exercise Pada Kondisi Hernia Nukleus Pulposus (HNP) Lumbal: Case Report*. <http://journal.ahmareduc.or.id/index.php/AMHJ>
- Triana Ramadhani, D., Rahman, F., & Haryanto, 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). <http://journal.ahmareduc.or.id/index.php/AMHJ>
- Utami, A., Yamin, A., & Lukman, M. (2023). Gambaran Intervensi Mc. Kenzie Exercise pada Lansia dengan Low Back Pain akibat Hernia Nukleus Pulposus: A CaseG. In *Jurnal Riset Ilmiah* (Vol. 2, Issue 7).