

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep & proses keperawatan nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Anderson, B. (2008). *Stretching*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Arikunto, S. (2010), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Edisi Refisi VI. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Brunner & Suddarth, 2002. *Buku Ajar keperawatan Medikal Bedah*. (ed. 8). Jakarta: EGC.
- Gerwin, R. D. (2004). *An Expansion of simons'intergrated hypothesis of trigger point formation, current paint and head ache report*. Diakses 12 Juli 2016: [http://www.painpoints.com/professionals/downloads/cph\\_expansionsimons\\_gerwdomm04.pdf](http://www.painpoints.com/professionals/downloads/cph_expansionsimons_gerwdomm04.pdf)
- Hidayat, A.Aziz Alimul. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika. Jakarta
- Kemntrian Kesehatan RI. (2013) *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Diakses pada 9 Juni 2016: [www.depkes.go.id/resources/download/.../profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/.../profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf)
- Lueckenotte, A.G. (2000). *Gerontologi Nursing*. (2<sup>nd</sup> ed.). Missouri Mosby.
- \_\_\_\_\_. (2000). *Pocket Guide to Gerontologic Assessment*. (3<sup>rd</sup> ed.). Missouri: Mosby.
- Martono. (2009). Dikutip Dalam: Afifkah Dyah A. (2012) “*Pemberian Intervensi Senam Lansia pada Lansia dengan Nyeri Lutut*”. Diakses 9 Juni 2016: <http://enjournals1.undip.ac.id/index.php/inursing/article/download/163/170>
- Maryam, S.R, Mia F.E, Rosidawati, Ahmad J, dan Irwan B. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mujianto. (2013). *Cara praktis mengatasi nyeri leher dan nyeri pinggang dengan stretching*. Jakarta: Trans Info Media.
- Muhammad, N. (2010). *Tanya Jawab Kesetahan Harian Untuk Lansia*. Yogyakarta: Tunas Publishing.

- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nugroho, W. 2000. *Keperawatan Lanjut Usia*. EGC. Jakarta
- \_\_\_\_\_. 2008. *Keperawatan Lanjut Usia*, Edisi 3. EGC. Jakarta.
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurul, Z. (2007). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Pamungkas, Y. (2010). *Pengaruh Latihan Rentang Gerak Kaki (Stretching) Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Ekstremitas Bawah pada Lansia di Posyandu Lansia Sejahtera GBI Setia Bakti Kediri*. Jurnal Stikes RS Baktis, Volume 3,8-12.
- Patrick, T. (2010). *Static Versus Dynamic Stretching Effect On Agility Performance*. Thesis. Utah State University. Logan, Utah.
- Pope, R. P., Herbert, R. D., Kirwan, J. D., & Graham, B. J. (2000). A randomized trial of pre-exercise stretching for prevention of lower-limb injury. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32, 271–277
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta: Salemba Medika
- Priharjo, R. 2006. *Pemenuhan Aktivitas Istirahat Pasien : Perawatan Nyeri*. EGC. Jakarta
- Santoso (2008). *Pengaruh Teknik Cat Stretch Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Haid pada Siswi SMA Negeri 44 Jakarta Timur*. Diperoleh 22 Mei 2017 dari [http://www.info-sehat.com/inside\\_level2.asp?artid=758](http://www.info-sehat.com/inside_level2.asp?artid=758)
- Setiabudhi, T. & Hardywinoto. (2005). *Panduan Gerontologi Tinjauan dari Berbagai Aspek: Menjaga Keseimbangan Kualitas Hidup Para Lanjut Usia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Shrier, M.C. (2004). Does stretching improve performance? A systematic and critical review of the literature. *Clinical Journal of Sports Medicine*, 14, 5.
- Shrier, M. C., Saber, A. V., & Garrett, W. E. (1999). Warm up and muscular injury prevention: A critical review of the clinical and basic science literature. *Clinical Journal of Sports Medicine*, 9, 221-227.
- Smeltzer SC, Bare B.G. 1996. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Vol. 3*. Agung Waluyo (penterjemah), 2001. EGC. Jakarta.

- Sugiono. 2007. *Statistik Non Parametris Untuk Penelitian*. Alfabet. Bandung  
\_\_\_\_\_. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung
- Suhartin, P. 2010. Teori Penuaan, Perubahan Pada Sistem Tubuh dan Implikasinya pada Lansia. Diakses dari <http://pratiwisp.files.wordpress.com/2010/II/teori-penuanaan-danperubahan-fisiologi-lansia>.
- Sunarto. (2005). *Latihan pada penderita nyeri punggung bawah*. Medika Jwalita ed.III.
- Sulaiman, Z. (2013). *Hubungan Senam Rentang Gerak dengan Nyeri Sendi pada Lansia Di Posyandu Lansia Rt 03 dan Rt 04 Rukeman Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: UMY
- Stanley & Bare. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik, Edisi 2*. EGC. Jakarta
- Tamsuri, A. (2007). *Konsep Penatalaksanaan Nyeri*. Edisi II. ECG: Jakarta
- Ulliya S, Bamabang S, dan Wara K. (2007). *Pengaruh Latihan Range of Motion (ROM) Terhadap Fleksibilitas Sendi Lutut pada Lansia Di Panti Wreda Wening Wardoyo Ungaran*. Jurnal Media Ners 1 (2): 72-78
- Undang Undang Republik Indonesia No 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.
- Widodo A. 2011. *penambahan Ischemic Pressure, Sustained Sretching, dan Koreksi Posture bermanfaat pada intevensi kasus myofascial trigger point syndrome otot trapezius bagian atas*. Thesis, Denpasar Universitas Udayana