

DAFTAR PUSTAKA

1. Tarwaka, Bakri SHA. Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas [Internet]. 2016. 383 p. Available from: <http://shadibakri.uniba.ac.id/wp-content/uploads/2016/03/Buku-Ergonomi.pdf>
2. Hutabarat Y. Dasar Dasar Pengetahuan Ergonomi [Internet]. Vol. 5, Revista Brasileira de Linguística Aplicada. 2017. 1689–1699 p. Available from: <https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/download/1659/1508%0Ahttp://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/qre/article/view/1348%5Cnhttp://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseyonsociety.com/downloads/reports/Educa>
3. ILO. Occupational Safety and Health Statistics (OSH Database) [Internet]. International Labour Organisation. Available from: <https://ilostat.ilo.org/methods/concepts-and-definitions/description-occupational-safety-and-health-statistics/>
4. National Safety Council. NSC Survey: 90% of Employers Negatively Impacted by Tired Employees [Internet]. 2018. Available from: <https://www.nsc.org/newsroom/nsc-survey-90-of-employers-negatively-impacted>
5. National Safety Council. 69% of Employees, Many in Safety-critical Jobs, are Tired at Work [Internet]. 2018. Available from: <https://www.nsc.org/newsroom/69-percent-of-employees-are-tired-at-work>
6. SPSI S. Bulan K3 Nasional 2023, Meningkatnya Tingkat Kecelakaan Kerja dan Peran Serikat Pekerja [Internet]. Available from: <https://spkep-spsi.org/2023/01/18/bulan-k3-nasional-2023-meningkatnya-tingkat-kecelakaan-kerja-dan-peran-serikat-pekerja/>
7. Jambi BK. Data Kecelakaan Kerja 2020-2024. BPJS Ketenagakerjaan Jambi. 2020.
8. Rusila Y, Edward K. Hubungan Antara Umur, Masa Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di Pabrik Kerupuk Subur dan Pabrik Kerupuk Sahara di Yogyakarta. J Lentera Kesehat Masy. 2022;1(1):39–49.
9. Rino Komalig M, Mamusung N. Hubungan Antara Umur Dan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Petugas Karcis Parkir Kawasan Megamas Kota Manado. Media Publ Promosi Kesehat Indones. 2020;3(1):26–30.
10. Hanim L, MS. Noorman. UMKM (Usaha Mikro, Kecil, & Menengah) & BENTUK-BENTUK USAHA. 2018.

11. Saefullah, Encep, Nani Rohaeni T. Manajemen Usaha Mikro, Kecil dan Menengah. 2022;1–23. Available from: <https://repository.penerbiteuraka.com/media/publications/557913-manajemen-usaha-mikro-kecil-dan-menengah-2a7287d3.pdf>
12. Krisna P, Nuratama P. Tata Kelola Manajemen & Keuangan Usaha Mikro Kecil Menengah. Penerbit CV. Cahaya Bintang Cemerlang. 2021. 123 p.
13. Sarjana S, Susandini A, Azmi Z. Manajemen UMKM [Internet]. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952. 2021. 2013–2015 p. Available from: <http://repository.usahid.ac.id/2296/1/22-11-77-EBOOK-Manajemen-UMKM.pdf>
14. Kementerian KUKM Republik Indonesia. Data Perkembangan Usaha Mikro, Kecil, Menengah (UMKM) dan Usaha Besar (UB) Republik Indonesia Tahun 2018 - 2019. Menteri Kop dan Usaha Kecil dan Menengah Republik Indones [Internet]. 2019;(1):2. Available from: https://kemenkopukm.go.id/%0Ahttps://kemenkopukm.go.id/data-umkm/?lywOczCL6zsNoLLuu4NTg206ohN0LhCyJxcxiN39IP37tqBqgY%0A%0Ahttps://kemenkopukm.go.id/uploads/laporan/1650868533_SANDINGAN_DATA_UMKM_2018-2019=.pdf%0A
15. Jambi BP. Provinsi Jambi Dalam Angka 2023. 2024.
16. Jambi DK dan UK. Data UMKM Kota Jambi Tahun 2023.
17. Kementrian Koperasi dan UMKM. Gambaran UMKM Indonesia [Internet]. Available from: <https://www.kemenkopukm.go.id/kumkm-dalam-angka/?type=indikator-umkm&sub=0>
18. Dewi KLP, Adiputra N, Muliarta IM, Tirtayasa K, Adiatmika IPG, Adnyana IWB. Pemberian Workplace Stretching Exercise Dan Modifikasi Kondisi Kerja Dapat Menurunkan Keluhan Muskuloskeletal Dan Kelelahan Pada Pekerja Pembuat Dodol Tradisional Di Desa Tamblang - Kabupaten Buleleng. J Ergon Indones (The Indones J Ergon. 2018;4(1):11–7.
19. Ningsih R. Efektifitas Stretching Di Sela Pelatihan Terhadap Intensitas Fatigue Pada Peserta Pelatihan Balai Latihan Kerja. J Media Kesehat. 2018;8(2):113–20.
20. Salsabila KS, Fajariani R, Widjanarti MP. Efektivitas Stretching Terhadap Kelelahan Kerja Operator Head Truck. 2024;12:43–52.
21. Hardi I. Kelelahan Kerja (Kajian Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja di Bagian Produksi Perusahaan Seng). Pap Knowl Towar a Media Hist Doc. 2020;(September):vi+61.
22. Setyowati DL, Shaluhiah Z, Widjasena B. Penyebab Kelelahan Kerja pada Pekerja Mebel. Kesmas Natl Public Heal J. 2014;8(8):386.

23. Lawi A, Bora, Ansyar M, Arifin R, Andriani M, Jumen D, Herman, et al. Ergonomi Industri [Internet]. Vol. 1. 2023. 1–214 p. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Fathan-Dewadi/publication/371170470_ERGONOMI_INDUSTRI_ERGONOMI_INDUSTRILINKS/64777a292cad460a1be6dbbf/ERGONOMI-INDUSTRI-ERGONOMI-INDUSTRI.pdf
24. Hoar MR, Kurniawan IS, Herawati J. Kinerja Karyawan: Peran Kualitas Sumber Daya Manusia, Lingkungan Kerja, dan Budaya Organisasi. J-MAS (Jurnal Manaj dan Sains). 2021;6(2):475.
25. Parwata IMY. Kelelahan Dan Recovery Dalam Olahraga I. J Geotech Geoenvironmental Eng ASCE. 2015;120(11):259.
26. Wuriani. Stretching dan Nyeri Muskuloskeletal. 2019. 36 p.
27. Kementrian Kesehatan RI. Manfaat Peregangan Ditempat Kerja [Internet]. 2022. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/388/manfaat-peregangan-ditempat-kerja
28. California U. Mindful Stretching Guide. BerkeleyEdu [Internet]. :1–21. Available from: <https://uhs.berkeley.edu/sites/default/files/wellness-mindfulstretchingguide.pdf>
29. Dina & Lusiana. Latihan Peregangan Stretching Exercised Untuk Gejala Carpal Tunnel Syndrome. In: Buku Modul. 2021. p. 37.
30. Yassierli, Wijayanto T, Hardiningtyas D, Dianita O, Muslim K, Kusmasari W. Panduan Ergonomi “Working From Home.” Perhimpun Ergon Indones. 2020;1–19.
31. Kementrian Kesehatan RI. Kelelahan Kerja dan Cara Mengatasinya [Internet]. 2023. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2027/kelelahan-kerja-dan-cara-mengatasinya
32. Weeke B, Anggiat L, Juwita CP. Panduan Peregangan Mandiri Untuk Pencegahan dan Penanganan awal Nyeri Leher dan Punggung Bawah. In: Program Studi Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia. 2019. p. 26.
33. Isnawan MG, Nahdlatul U, Mataram W. Kuasi-Eksperimen. 2020.
34. Hardani, Auliya Hikmatul nur , andriani Helmina , fardani asri Roushandy , ustiawati jumari, utami fatmi evi, sukmana juliana dhika istiqomah rahmatul ria. Buku Metode Penelitian Kualitatif. Vol. 5, Revista Brasileira de Linguística Aplicada. 2023. 1–197 p.
35. Fauzy A. Metode Sampling [Internet]. Vol. 9, Universitas Terbuka. 2019. 148–162 p. Available from: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com>

36. Dr.Eko Hariyanto, M.si., Ak.CA. C, Akhmad Darmawan, S.E MS, Bima Cinintya Pratama, S.E., M.sc., Ak. C. Metode Penelitian (Metode Pengambilan Sampel Penelitian Survey). Rajawali pers [Internet]. 2019;(April 2020):318. Available from: https://www.researchgate.net/publication/338159191_Metode_Penelitian_Metode_Pengambilan_Sampel_Penelitian_Survey
37. Arifin M. Instrumen Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan Pengembangan. In: Implementation Science. 2014. p. 1.
38. Amruddin, Priyanda R, Agustina TS. Metodologi Penelitian Kuantitatif. 2022. 235 p.
39. Hastono SP. Analisis Data Pada Bidang Kesehatan. 2020. 7 p.
40. Ghozali I. Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 21 Update PLS Regresi. 2013.
41. Rosalina L, Oktarina R, Rahmiati, Saputra I. Buku Ajar Statistika. FEBS Lett. 2023;185(1):4–8.
42. Widodo S, Ladyani F, Asrianto LO, Rusdi, Khairunnisa, Lestari SMP, et al. Metodologi Penelitian. Cv Science Techno Direct. 2023. 1–195 p.
43. Triwiyanti, Ardina T, Maghfira R. Wilcoxon Test , Dependent Test and Independent Test. Univ Gajah Mada [Internet]. 2019;(June):28. Available from: https://www.researchgate.net/publication/333943537_WILCOXON_TEST_DEPENDENT_TEST_AND_INDEPENDENT_TEST
44. Partawiguna IKI, Pradnyawati LG, Rusni NW. Pengaruh Latihan Peregangan terhadap Gangguan Muskuloskeletal dan Kelelahan Kerja pada Pengerajin Ukiran Kayu di Desa Siangan menggunakan kuesioner Nordic Body Map dan 30 Items of Rating Scales pada 5. 2024;4(2):282–6.
45. Indah F. Manfaat Peregangan Dinamis Dalam Peningkatan Fleksibilitas: Tinjauan Pustaka. J Edukasimu [Internet]. 2023;3(2):1–22. Available from: <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/163>
46. Ismayenti L, Wardani TL. Program Peregangan Di Tempat Kerja Untuk Mengurangi Keluhan Muskuloskeletal Pekerja Sektor Informal. J Ind Hyg Occup Heal. 2022;7(1):94.
47. Adhyatma Prawira Natha Kusuma M, Hapsari Susilowati I. Fatigue among Youth Workers in Construction Projects of PT ABC. Menara J Heal Sci [Internet]. 2023;2(1):12–22. Available from: <http://jurnal.iakmikus.org/index.php/mjhs>