

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. Pasal 79 UU 13/2003. UU Tenaga Kerja No.13 tahun 2003.  
<http://www.gajimu.com/main/pekerjaan-yanglayak/upah-kerja/jam-kerja>.  
Diakses 10 Mei 2014
- Anonim. *Laju Pertumbuhan Pembangunan Dan Perekonomian Indonesia*.  
<http://www.bps.go.id>. Diakses 15 April 2014
- Ari sudarsono, 2011, *Peregangan Otot – Otot Paha Dan Slumptest Setelah Latihan Mencegah Timbulnya Nyeri Tekan Dan Bengkak Otot – Otot Paha Serta Memperbaiki Kemampuan Lompat Pada Orang Dewasa*. Thesis. Unud
- Armistead, C.G., G. Clark. 1996. *Customer Service and Support*. Jakarta: PT.Elex Media Komputindo
- Cristofalo, Elizabeth. 1990. *Tolomere Shortening is Solo Mechanism of Aging:Open Access Open Longevity Scince*. Vol 2:23-28
- David. 2002. *Diagnosis And Management Tightness Hamstring*. American Academic
- Efendi, F. 2007. *Ergonomi Bagi Pekerja Sektor Informal*. Jakarta: FKUI
- Grandjean, J, F. 1993. *Fitting the Task To The Man*. Taylor & Francis. London
- Gummerson, 2000, *stretching and flexibility*.  
<http://www.cmcrossroads.com/bradapp/docs/rec/stretching/stetching3.html>  
diakses pada 27 Mei 20014 jam 20.31 WIB
- Handoko, Hani T. 2003. *Manajemen Edisi ke-2*. Yogyakarta: BPFE
- Hardjono, J. Azizah Ervina. 2012. *Pengaruh Penambahan Contract Relax Stretching Pada Intervensi Interferensial Current Dan Ultrasound Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Sindroma Miofasial Otot Supraspinatus*. Jakarta: Universitas Esa Unggul
- Hoeger, Wener, Sharon Hoeger, 2013. *Principles And Labs For Fitness And Wellness*. USA: Cengage Learning
- Irawati, R.H. dan Purnomo, H. 2012. *Pelangi di Tanah Kartini: Kisah aktor mebel Jepara bertahan dan melangkah ke depan*. Bogor:CIFOR
- Kisner, Carolyn. 2007. *Therapeutic exercise : foundations and techniques 5<sup>th</sup>*. Philadelphia: F. A. Davis Company

- Kluwer, Wolters, Lippincott Williams and Wilkins. 2010. *American College of Sports Medicine, Guidelines for Exercise Testing and Prescription*. Philadelphia
- Meliala, L. 2004. *Pain Symposium: Towards Mechanism Based Treatment*
- Priyatna, H. 2001. *Musculoskeletal Fisioterapi. Kumpulan Bahan Kuliah DIV Fisioterapi*. Jakarta : universitas Indonesia Esa Unggul
- Richard et al, 2012. *journal of the American physical therapy association*. USA
- Sajoto, M. 2009. *Pelatihan Musculoskeletal Untuk pembinaan kemampuan Fisik Olahragawan, Dalam : Kumpulan Makalah Simposium Pembinaan Kesehatan Pasien Dari Aspek Penelitian Musculoskeletal*. Semarang
- Suma'mur. 2009 . *Higiene Perusahaan Dan Keselamatan Kerja*. Jakarta : CV. Sagung Seto
- Tarwaka, Sholichul dan Lilik S. 2004. *Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktifitas*. Uniba Press. Surakarta
- Wassim, M. 2009. *Efficacy Of Muscle Energy Technique On Hamstring Muscle Flexibility*. Journal Physiotherapy. Delhi. India
- Widiastuti. 2011. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : PT. Bumi Timur Jaya
- Irawati, R.H. dan Purnomo, H. (eds) 2012. *Pelangi di Tanah Kartini: Kisah aktor mebel Jepara bertahan dan melangkah ke depan*. CIFOR, Bogor, Indonesia.