

DAFTAR RUJUKAN

- Adiwibawa, M, Citrawathi, Ratna D. 2020. Pemberian Aromaterapi Lavender Berpengaruh terhadap Tingkat Stres dan Motivasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*. 7(2).
- Agustin, Mubiar. 2011. *Permasalahan-Permasalahan Belajar dan Inovasi Pembelajaran*. Bandung: Refika Aditama.
- Aji, D. B. dan Rusiyanto. 2018. Penerapan Modul Interaktif untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kompetensi Dasar Merapkan dan Menggunakan Pemrograman Mesin Bubut CNC Dasar. *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*. 10(1). 14-18.
- Ambarwati, N.A. 2016. Kejenuhan Belajar dan Cara Mengatasinya (Studi Komparasi Pembelajaran Agama Islam pada Pondok Pesantren An-Nuur, Al-Hikmah dan Al-Hadid di Kecamatan Karangmojo Kabupaten Gunungkidul, DIY). *Tesis*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Anderson dan Krathwohl. 2002. *Revisi Taksonomi Bloom*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anggraeni, R.R. 2015. Manfaat Peregangan Otot terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Bagian Knitting Gantung PT Royal Korindah Purbalingga. *Skripsi*. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang.
- Ardiono, F. dan Yuantari. 2014. Keluhan Muskuloskeletal pada Siswa Sekolah Dasar di Wilayah Kecamatan Semarang Selatan 2014. *Jurnal VISKES*. 13(2).
- Arshintia, D. 2010. Strategi Penerapan *Ice Breaking* Sebagai Kreativitas Guru Dalam Mengatasi Kebosanan Siswa dalam Pembelajaran Bahasa China di SMAN 1 Karanganyar. *Skripsi*. Universitas Sebelas Maret.
- Astaman, Surni K., Rizal M. 2018. Upaya Mengatasi Kejenuhan Belajar. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Palu*. 1(1).
- Ayustina, P.M. 2020. Penerapan Peregangan dalam Pembelajaran Biologi dapat Mengurangi Keluhan Muskuloskeletal dan Meningkatkan Konsentrasi serta Kontribusinya terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik di SMA Negeri 1 Singaraja. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Ganesha.
- Aznam, S.A., Dian, Ranny. 2017. Ergonomi Partisipatif Untuk Mengurangi Potensi Terjadinya *Work-Related Musculoskeletal Disorders*. *Jurnal Teknik Industri*. 7(2).
- Bridger, R.S. 2003. *Introduction to Ergonomics*. London: Taylor & Francis.
- Bridger, R.S. 2008. *Intrduction to Ergonomics*. Edisi 3. London: CRC Press.
- Citrawathi, D.M., Sutajaya, IM., dan Maharta, IK, 2001. *Anatomi dan Fisiologi Manusia*. Jakarta: Bhatara Niaga Media.

- Degeng, N.S. 2017. *Revolusi Mental dalam Belajar dan Pembelajaran*. Malang: Kapita Selekta Karya Ilmiah Dosen Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Depdiknas. 2003. *Undang-Undang RI No.20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Depdiknas. 2005. *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Depdiknas. 2012. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Devy, Y.K., Sutajaya, Citrawathi. 2020. Pelaksanaan *Full Day School* di SMA Negeri 4 Singaraja Meningkatkan Kelelahan dan Kebosanan serta Kontribusinya terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI MIPA. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*. 7(1).
- Dimiyati, Mudjiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta dan Depdikbud.
- Dimiyati, Mudjiono. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gusty, et al. 2020. *Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Hafizah, A. 2021. Penerapan Ice Breaking Untuk Mengatasi Kejenuhan Belajar pada Siswa SMA Negeri 2 Banda Aceh. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Halil, A., Yanis, A., & Noer, M. 2015. Pengaruh Kebisingan Lalulintas terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP N 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 4(1). 53-57.
- Hamalik, O. 2011. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hamalik, O. 2014. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Haqqi, A.H., Sutajaya, I.M., Indah S.H.A., Adnyana, I.B. Sutjana, Alit S. 2018. Pembelajaran Inovatif Jigsaw Berorientasi Ergonomi pada Mata Pelajaran Bahasa Inggris Meningkatkan Luaran Proses dan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas X MA Nw Gelondong. *Jurnal Ergonomi Indonesia*. 4(1).
- Hastuti, L.S. dan Rina, K. 2017. Pengaruh *Workplace Stretching Exercise* Terhadap Kebosanan Belajar Dan Kelelahan Belajar Mahasiswa Poltekkes Surakarta. *Jurnal Keterampilan Fisik*. 2(2). 75-125.
- Ira, I.G., Romi S., Putrini M. 2013. Pengaruh Pembelajaran Berpendekatan Ergonomi Partisipatori Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V SD. *Jurusan PGSD, Universitas Pendidikan Ganesha*. 1(2).

- Irwanti, N.K.D. 2010. Peregangan Otot Disela Pembelajaran Menurunkan Kebosanan, Kelelahan, dan Keluhan Muskuloskeletal Peserta Didik Kelas X SMK Pariwisata Triatma Jaya Badung. *Tesis*. Program Pascasarjana Universitas Udayana.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1405/MENKES/SK/XI/2002 Tentang Persyaratan Kesehatan Lingkungan Kerja Perkantoran Dan Industri.
- Kurniyati, E. dan Siswati. 2020. Kurikulum 2013 dalam Proses Pembelajaran Online pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kajian Islam dan Pendidikan*. 2(2).
- Lisman. 2020. Strategi Guru dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Siswa di MTs Al-Maarif Banyorang. *Jurnal Al-Qiyam*. 1(1).
- Manuaba, A. 2000. *Hubungan Beban Kerja dan Kapasitas Kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Manuaba, A. 2008. *Membangun Bali atau Membangun di Bali*. Denpasar: Bali-HESG.
- Manuaba, A. 2015. *Total Ergonomic Approach to Anticipate Multidimensional Development Problems*. *Prosiding Ergonomic Seminar 2015*. Bali Udayana University.
- Mardini. 2008. Pengaruh Pembelajaran Kontekstual Dan Konvensional Terhadap Ketrampilan Komunikasi Terapeutik Ditinjau Dari Tingkat Pengetahuan Awal. *Tesis*. Universitas Sebelas Maret.
- Marhaeni, L.P., Budi A., Manik W. 2020. Hubungan Penggunaan Smartphone dengan Konsentrasi dan Minat Belajar Biologi Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*. 7(3).
- Murray, J.W., 2005. *Biokimia Harper*. Jakarta: Penerbit EGC.
- Muryanto, G. 2020. Model Pembelajaran Partisipatif Sebagai Upaya Peningkatan Hasil Belajar Siswa Kelas VI Mata Pelajaran IPA Materi Ciri-Ciri Khusus pada Tumbuhan di SDN Kencong 01 Kecamatan Kencong Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Profesi dan Keahlian Guru*. 1(1).
- Nabilah, M., Stepanus S.S., Hamdani. 2020. Analisis Kemampuan Kognitif Peserta Didik dalam Menyelesaikan Soal Momentum dan Impuls. *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pembelajaran Fisika*. 1(1). 1-7.
- Nugroho, H. 2014. Pengaruh Pembelajaran dengan Pendekatan Ergonomi Partisipatori (PEP) Berbasis Asesmen Portofolio terhadap Kelelahan dan Hasil Belajar IPA (Biologi) Siswa Kelas X SMA Tahun Pelajaran 2011/2012. *Jurnal Bakti Saraswati*. 3(2).

- Nunik, F. 2015. Pengaruh Peregangan Senam Ergonomis terhadap Skor Nyeri Muskuloskeletal Disorders (MSDs) pada Pekerja Pembuat Kaleng Aluminium. *Indonesian Journal of Nursing Practices*. 2(1).
- Nurmianto, E. 2008. *Ergonomi: Konsep Dasar dan Aplikasinya, Edisi Kedua*. Surabaya: Guna Widya.
- Octavia, J.R., Markus, Ari, Linda, Richard, Etika, Yassierli. 2020. *Panduan Ergonomi "Learning From Home"*. Jakarta: Perhimpunan Ergonomi Indonesia.
- Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 2013 tentang Perubahan Atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan. 2013. Jakarta: Depdiknas.
- Pocock. 2008. *Clinical Trial: A Practical Approach*. New York : A Willey Medical Publication.
- Pradnyani, N K.Y. 2020. Variasi Kebisingan Mengakibatkan Perbedaan Konsentrasi Belajar Peserta Didik di SMA Negeri 1 Singaraja. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Ganesha.
- Pratama, M.D. 2020. Penerapan *Workplace Stretching Exercise* dapat Menurunkan Keluhan Muskuloskeletal dan Kebosanan serta Kontribusinya terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Seririt. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Ganesha.
- Pratiwi, D. 2015. Pengembangan Bahan Berbasis Kontekstual pada Mata Kuliah Biologi Umum. *Jurnal Pendidikan Biologi*, 6(1). 23-25.
- Pratiwi, E. 2020. Implikasi Pelaksanaan *Full Day School* terhadap Kelelahan dan Keluhan Muskuloskeletal serta Kontribusinya terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik di SMA Negeri 1 Sukasada. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Ganesha.
- Purnima, D. S. 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Backpack Safety Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Pada Siswa Kelas 5 Di Kelurahan Tegalpanjang Garut. *Skripsi*. Universitas Indonesia.
- Purnomo, Hari, dan Kesuma F. 2011. Desain Sistem Kerja pada Pengrajin Mendong dengan Pendekatan Ergonomi Makro. *Prosiding Seminar Nasional Sains Dan Teknologi Ke-2 Tahun 2011*. Fakultas Teknik Universitas Wahid Hasyim Semarang.
- Rahayu, R.P.P. 2013. Efektivitas Musik pengiring Kerja dalam Mengurangi Kelelahan dan Kebosanan Kerja. *Skripsi*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ramadhani, R., et al. 2020. *Belajar dan Pembelajaran: Konsep dan Pengembangan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

- Salsabila, J. & Vivi L.A. 2020. Pengaruh *Stretching Exercise* Terhadap Kebosanan dan Kelelahan Belajar pada Siswa di SMP Muhammadiyah Kedungbanteng. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 1(1).
- Sandi, I N. Hubungan Antara Tinggi Badan, Berat Badan, Indeks Massa Tubuh, dan Umur terhadap Frekuensi Denyut Nadi Istirahat Siswa SMKN-5 Denpasar. *Sport and Fitness Journal*. 1(1). 38-44.
- Saputra, I D.M.A.T., Citrawathi, Sutajaya. 2020. Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Jigsaw Menurunkan Keluhan Muskuloskeletal dan Kebosanan Peserta Didik di SMA. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*. 7(3).
- Sari, M.L. 2015. Pengaruh Kejenuhan Belajar terhadap Prestasi Belajar di SMA Negeri 1 V Koto Kampung dalam Kabupaten Padang Pariaman. *Artikel STKIP PGRI Sumatera Barat*.
- Sholehani, M.F. 2018. Hubungan Tingkat Kelelahan dengan Prestasi Belajar Siswa dengan Sistem *Full Day School* di SMAN 2 Probolinggo. *Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto.
- Sudjana, Nana. 2012. *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Sugihartono. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Pres.
- Suma'mur, P.K. 2009. *Hygiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Suma'mur, P.K. 2013. *Hygiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Suryanada, K.D.I., Sutajaya, Srie M. 2020. Variasi Keberangkatan ke Sekolah Mengakibatkan Perbedaan Keluhan Muskuloskeletal dan Kelelahan serta Kontribusinya Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik SMA Negeri 1 Sukasada. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*. 7(1).
- Susihono, W. 2014. Analisis Kelelahan Kerja, Kebosanan Kerja, Kepuasan Kerja sebagai Dasar Rekomendasi Perbaikan Fisiologis Pekerja. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta*. 1(1).
- Sutajaya, I.M. 2006. *Pembelajaran Melalui Pendekatan Sistemik Holistik Interdisipliner dan Partisipatori (SHIP) Mengurangi Kelelahan Keluhan Muskuloskeletal dan Kebosanan serta Meningkatkan Luaran Proses Belajar 76 Mahasiswa Biologi IKIP Singaraja*. Denpasar: Program Pascasarjana Universitas Udayana.
- Sutajaya, I.M. 2013. *Ergonomi untuk Guru*. Singaraja: Undiksha Press.
- Sutajaya, I.M. 2018. *Ergonomi*. Depok: Rajawali Pres.
- Sutajaya, I.M. 2019. *Ergonomi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Akademi.

- Sutrisno. 2020. Peningkatan Aktivitas dan Hasil Belajar Melalui Pembelajaran Online dengan *Google Classroom* di Masa Pandemi COVID-19. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*. 5(1).
- Tarwaka. 2011. *Ergonomi Industri: Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Wijana, N., Nala, I.G.N., Tirtayasa, I.K., dan Sutajaya, I.M. 2009. Pembelajaran Sains Melalui Pendekatan Ergonomi Mengurangi Keluhan Muskuloskeletal, Kebosanan dan Kelelahan serta Meningkatkan Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa SD 1 Sangsit Kecamatan Sawan Kabupaten Buleleng. *Indonesian Journal of Biomedical Sciences*. 3(1). 1-7.
- Wijana, N., Sukri, M. 2019. Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif *Student Teams Achievement Divisions* (STAD) Berbasis Ergonomi Untuk Meningkatkan Pembelajaran Biologi Siswa Kelas X MIA 1 di SMA Laboratorium Undiksha. *Jurnal IKA*. 17(1).
- Yuliyanto, W.T., Widijoto, H., Purnami, S. 2015. Pengembangan Aktivitas *Stretching* Pasif Secara Berpasangan Berbasis Media Audio Visual pada Kelas X. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. 25(1). 76-86.
- Zar, A. 2012. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Muskuloskeleral Pada *Upper Limb Extremities* Mahasiswa Ketika Proses Belajar Mengajar di Kelas di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2012. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

