

## DAFTAR PUSTAKA

- Adeodatus Yuda Handaya. (2017). *Deteksi Dini dan Atasi 31 Penyakit Bedah Saluran Cerna*. Yogyakarta. Rapha Publishing
- Alza, S, H., Inayati, A., & Hasanah, U. (2023) Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Op Apendektomi Di Ruang Bedah RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*. Vol. 3, No. 4.
- Aswad, A. (2020). Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendektomi. *Jambura Health and Sport Journal*.
- Cahyono, a. d. (2014). Pengaruh Relaksasi Progresif terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea pada hari ke 1-2. *Jurnal AKP* , 13-18. Diperoleh dari <http://ejournal.akperpamenang.ac.id/index.php/akp/article/view/95>
- Depkes (2011). *Riset Kesehatan Dasar*, (online), (<http://www.depkes.go.id/> , diakses pada 1 Mei 2024).
- Dewi Nurhanifah, R. T. (2022). Manajemen Nyeri Nonfarmakologi. *Urban Green Central Media*.  
[https://www.google.co.id/books/edition/Manajemen\\_Nyeri\\_Nonfarmakologi/K0aheaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=manajemen+nyeri+nonfarmakologi&pg=PA34&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Manajemen_Nyeri_Nonfarmakologi/K0aheaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=manajemen+nyeri+nonfarmakologi&pg=PA34&printsec=frontcover)
- Essa Rasha M., Ismail Nemat & Hassan Nagia I. (2017). *Effect of Progressive Muscle Relaxation technique on Stress, Anxiety and Depression After Histerektomi*. diperoleh dari <http://www.sciedu.ca/journal/index.php/jnep/article/view/9987>
- Eva Dwi Ramayanti, Erik Irham Lutfi, I. U. P. (2021). Terapi Relaksasi Otot Progresif Berpengaruh Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 13(1),163–170. Retrieved from <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan%0ANURSES>
- Greenberg, J. S. (2013). *Comprehensive Stress Management, Thirteenth Edition*. New York: Mc Graw Hill. diperoleh dari <https://www.amazon.com/Comprehensive-Stress-Management-Jerrold-Greenberg/dp/0073529729>
- Irianto, (2015). *Memahami Berbagai Macam Penyakit, Penyebab, Gejala, Penulran, Pengobatan, Pemulihan, Pencegahan*. Bandung. CV Alfabeta.
- Haryanti, M., Elliya, R., & Setiawati. (2023). Program Teknik Relaksasi untuk Nyeri Akut Dengan Masalah Post Apendektomi Di Desa Talang Jawa Lampung Selatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 742–756

- Hasbi, H. A.I., Chayati, N., & Makiyah, S. N. N. (2020). *Progressive Muscle Relaxation to Reduces Chronic Pain In Hemodialysis Patient*. *Medisains*, 17(3), 62.
- Jamini, T., & Fitriyadi Sr, F. N. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Herniotomi. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 40-50.
- Kobayashi, S., & Koitabashi, K. (2016). *Complementary Therapies in Medicine Effects of progressive muscle relaxation on cerebral activity: An fMRI investigation*. *Complementary Therapies in Medicine*, 26, 33– 39.
- Livana, P. H., Daulima, N. H. C., & Mustikasari, M.(2018). Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Stres Keluarga yang Merawat Pasien Gangguan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Indonesia*,21(1), 51-59.
- Manisa, A. & Lisa, M. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Laparatomi Apendisitis Di RSUD Dr. Tjitrowardojo Kelas B Purworejo : Case Report. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Kesehatan*. 2(2), 131-140.
- Mansjoer (2009). *Kapita Selekta Kedokteran. Jilid 2.Edisi ke 3*. Jakarta : FK UI press.pp78-88
- Manurung, Nixon, (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Konsep Mind Mapping dan Nanda NIC NOC Jilid 2*. Jakarta : Trans Info Media
- Marijata. (2015). *Penurunan Intensitas Skala Nyeri Pasien Appendiks Post Appendiktomi Menggunakan Teknik Relaksasi Benson*. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/nersmuda/article/view/5488/0>
- Mawardi, A. (2019). Efektifitas Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Sectio Caesarea Di RSUD dr.R.Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. *Jurnal Universitas Muhammadiyah*, 1(69), 5–24.
- Murniati, ririn isma, feti. (2020). pelatihan relaksaasi otot progresif pada kader posyandu lansia di posyandu lansia RW 05 Desa kalibagor. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1).
- Nurafif, A.H., & Kusuma, H. (2015) *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Nanda Nic Noc Jilid 1*. Jogjakarta: Mediacion.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2016). *Asuhan Keperawatan Praktis*. Edisi Revisi Jilid 2. Yogyakarta: Mediacion Jogja.
- Nurastam, S. N. M. (2019). Efektifitas Teknik Relaksasi Otot Progresif Dan Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Seksio Caesarea Di Ruang Cempaka Rsud Ngudi Waluyo. *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)*, 5(2), 145-154.

- Ovgun, C. D., & Tuzun, E. H. (2023). The Effect of Progressive Muscle Relaxation Technique and Myofascial Release Technique on Premenstrual Symptoms, Blood Circulation, and Quality of Life In Women With Premenstrual Syndrome: A SingleBlind Randomized Controlled Study. *Medicine (United States)*, 102(27), E34223. doi: 10.1097/MD.00000000000034223
- Potter, & Perry. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep Proses dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- R, D., & HK, S. (2017). Effect Of Muscle Progressive Muscle Relaxation on Post Operative Analgesia. *International Journal of Medical Research and Review*, 113-118. Diperoleh dari <http://medresearch.in/index.php/IJMRR/article/view/1269> 2024
- Ridho, M., Mariana, E. R., & Mahdalena. (2022). Perbedaan Teknik Relaksasi Otot Progresif Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa: *Literature Review. Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 2(2), 182–190.
- Sandi, Wardoyo, A. V., & Zakiah Oktarlina, R. (2019). Literature Review Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terhadap Obat Analgesik Pada Swamedikasi Untuk Mengatasi Nyeri Akut. *Association Between the Level of Public Knowledge Regarding Analgesic Drugs And Self-Medication in Acute Pain*, 10(2), 156–160. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.138>
- Saputro, N. E. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Post Operasi Apendisitis Dengan Masalah Keperawatan Kerusakan Integritas Jaringan (STIKKES Insan Cendikia Medika Jombang)*. Retrieved from [http://awsassets.wwfz.panda.org/downloads/earth\\_summit\\_2012\\_v3.pdf](http://awsassets.wwfz.panda.org/downloads/earth_summit_2012_v3.pdf) %0A<http://hdl.handle.net/10239/131>%0A[https://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/jesus/capitulos\\_espanyol\\_jesus/2005\\_motivacion para el aprendizaje Perspectiva alumnos.pdf](https://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/jesus/capitulos_espanyol_jesus/2005_motivacion_para_el_aprendizaje_Perspectiva_alumnos.pdf)%0A<https://ww>
- Sekar, K, N. & Veronica, Y. R. (2021) Pengembangan SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *Literature Review*.
- Septiyani Lusi (2020). Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Pasca Bedah Abdomen. *Jurnal Keperawatan Terapan*, <https://ojspoltekkes-malang.ac.id/index.php/JKT/article/view/355>
- Siregar, S. P., Putranto, A. S., & Kekalih, A. (2019). Hiperbilirubinemia sebagai Prediksi terhadap Apendisitis Perforasi. *Jurnal Ilmu Bedah Indonesia*, 47(1), 86–95.
- Siti, A, M., Mizar, E., Ringgo, A., Joan, W. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Lama Hari Rawat Inap Pasien Post Apendektomi Di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Kota Bandar Lampung Tahun 2018. *Jurnal Human Care*, 5(2), 577-587.

- Smeltzer dan Bare (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Smeltzer, S, C. (2015) *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : EGC.
- Smeltzer, S, C., & Barre, B. G. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Edisi 8 Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- Swarjana, I. K. (2022). *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, Kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, Kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan Lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan Contoh kuesioner* (R. Indra (Ed.)). Penerbit Andi (Anggota IKAPI).  
[https://www.google.co.id/books/edition/Konsep\\_Pengetahuan\\_Sikap\\_Perilaku\\_Persep/ApfeeaaaqbaJ?hl=id&gbpv=1&dq=klasifikasi+nyeri&pg=PA87&p rintsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Konsep_Pengetahuan_Sikap_Perilaku_Persep/ApfeeaaaqbaJ?hl=id&gbpv=1&dq=klasifikasi+nyeri&pg=PA87&p rintsec=frontcover)
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar luaran keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- WHO (2018).. *Definisi Sehat*