

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, P. (2019). Manajemen Nyeri Akut Pasca Operasi. *DEPARTEMEN/KSM ANESTESI DAN TERAPI INTENSIF FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA / RSUP SANGLAH*.
- Alit, K., Wiguna, A., Ngurah, I. G., Aribawa, M., Wayan, I., Agung, G., Studi, (2021). *GAMBARAN INTENSITAS NYERI PASIEN PASCA-OPERASI abdomen bawah di RSUP Sanglah . 10(8), 4–8.*
- Aljundi, R. (2024). Penerapan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2024. *Journal of Nursing and Public Health, 12(2), 382–388.*
- Azizah, C. O., Hasanah, U., Pakarti, A. T., Dharma, A. K., & Metro, W. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Implementation of Progressive Muscle Relaxation Techniques To Blood Pressure of Hypertension Patients. *Jurnal Cendikia Muda, 1(4), 502–511.*
- Azzahra Lubis, K., & Frans Sitepu, J. (2021). Incidence of Pain After Obstetric Surgery in The Delima General Hospital Medan in 2020. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis, 10(2), 110–115.*
- Destriatania, S., Febry, F., & Sariana. (2015). Faktor-Faktor Risiko Yang Dapat Dimodifikasi Pada Kejadian Hipertensi Di Desa Seri Tanjung Kecamatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 6(3), 202–210.*
- Dhanvijay, A. D., Harish Bagade, A., Choudhary, A. K., Kishanrao, S. S., & Dhokne, N. (2015). Alternate Nostril Breathing and Autonomic Function in Healthy Young Adults. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences, 14(3), 2279–2861.* <https://doi.org/10.9790/0853-14366265>
- Gupta, A. (2018). *CLINICAL ASPECTS OF ACUTE POST-OPERATIVE PAIN MANAGEMENT & ITS ASSESSMENT. 1(2), 97–108.*
- Inawijaya, D., Karinna Haq, R., & Sari, I. M. (2023). Penerapan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise Terhadap Tekanan Darah Dan Frekuensi Nafas

- Pada Pasien Chf Di Rsud Dr Moewardi Surakarta. *Jurnal Excellent*, 2(2), 1–10. <http://journal.stkiptam.ac.id/index.php/excellent>
- Jahan, I., Begum, M., Akhter, S., Islam, M. Z., Jahan, N., Samad, N., Das, P., Rahman, N. A. A. A., & Haque, M. (2021). Effects of alternate nostril breathing exercise on cardiorespiratory functions in healthy young adults. *Annals of African Medicine*, 20(2), 69–77. https://doi.org/10.4103/aam.aam_114_20
- Kalaivani, K. (2019). Effect of alternate nostril breathing exercise on blood pressure, heart rate and rate pressure product among patient with hypertension. *Jouenal of Education and Health Promotion*, January, 1–6. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Kartika, M., Subakir, & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Prevalensi, Dampak, serta Upaya Pengendalian Hipertensi & Diabetes di Indonesia. In *Kementerian Kesehatan*.
- Kodela, P., Okeke, M., Guntuku, S., Lingamsetty, S. S. P., & Slonovschi, E. (2023). Management of Hypertension With Non-pharmacological Interventions: A Narrative Review. *Cureus*, 15(8), 1–10. <https://doi.org/10.7759/cureus.43022>
- Lukitaningtyas, D. (2023). Hipertensi: Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 5(April), 1–14.
- Masraini Daulay, N., & Angraini Simamora, F. (2019). Efektivitas Mobilisasi Dini Terhadap Penyembuhan Luka Paska Operasi Apendiktomi. *Jurnal Education and Development*, 7(4), 245–245.
- Meissner, W., Coluzzi, F., Fletcher, D., Huygen, F., Morlion, B., Neugebauer, E., Pérez, A. M., & Pergolizzi, J. (2015). Improving the management of post-operative acute pain: Priorities for change. *Current Medical Research and Opinion*, 31(11), 2131–2143. <https://doi.org/10.1185/03007995.2015.1092122>
- Morgan, G. (2013). *Pain Management. Clinical Anesthesiology 2 nd ed.* Appleton

and Lange.

- Novitasari, M. (2023). Pengaruh Alternate Nostril Breathing Exercise Terhadap Frekuensi Napas Pada Pasien Congestive Heart Failure. *Jurnal Ners*, 7(1), 110–115. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.12109>
- NOVITASARI, M., SABRI, R., & HURIANI, E. (2023). Pengaruh Alternate Nostril Breathing Exercise Terhadap Frekuensi Napas Pada Pasien Congestive Heart Failure. *Jurnal Ners*, 7(1), 110–115. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.12109>
- P2PTM. (2019). *Buku Pedoman Penyakit Tidak Menular*. Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Permata, F. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi menggunakan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 60–69.
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 52–62. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.132>
- Ramadhan, Y. C., & Prajayanti, E. D. (2023). Pengaruh Teknik Alternate Nostril Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 22–28. <https://doi.org/10.33366/nn.v7i1.2536>
- Reong, A. (2024). Penerapan Tindakan Nostril Breathing Exercise terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Journal of Language and Health*, 5(3), 71–78.
- Ria Desnita, Defriman Oka Surya, Gusti Prisda Yeni, Vonnica Amardya, & Elsa Maiga. (2023). Edukasi Terapi Progressive Muscle Relaxation (Pmr) Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(1), 001–006. <https://doi.org/10.36984/jam.v3i1.337>
- Schug SA, Palmer GM, Scott DA, Halliwell R, T. J. (2015). Acute pain management : scientific evidence. 4th ed. 2015. 1-5 p. *Australian and New*

Zealand College of Anaesthetists and Faculty of Pain Medicine, 1–5.

Suranata, F. M., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Natashia, D. (2019). Slow Deep Breathing dan Alternate Nostril Breathing terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 160–175. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.702>

Uğur, G. (2020). The Effect of Alternate Nostril Breathing Exercise on Regulation of Blood Pressure in Individual with Hypertension. *Journal of Cardiovascular Nursing*, 11(26), 125–131. <https://doi.org/10.5543/khd.2020.92905>

WHO. (2020). *Hypertension*.

WHO. (2021). *Hypertension*.

Widiya, N., & Rahayu, D. A. (2025). Pengaruh Alternatif Nostril Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Ners Muda*, 6(2), 207. <https://doi.org/10.26714/nm.v6i2.10396>

Yudiyanta, N. (2015). *Assessment Nyeri (Patient Comfort Assessment Guide)*.