

DAFTAR PUSTAKA

- Ackley, B. J., Ladwig, G. B., & Makic, M. B. F. (2018). *Nursing Diagnosis Handbook: An Evidence-Based Guide to Planning Care* (12th ed.). Elsevier.
- Almana, H. I., Wahyuningsih, I. S., & Noor, M. A. (2025). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap nyeri dan tekanan darah pada penderita hipertensi. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 3(2), 206–220. <https://doi.org/10.61132/obat.v3i2.1181>
- Ayunda, T. (2019). Penerapan Pelaksanaan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi.
- Cahyono, A. (2015). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Salemba Medika.
- Carpenito, L. J. (2019). *Handbook of Nursing Diagnosis* (16th ed.). Wolters Kluwer Health.
- Doenges, M. E., Moorhouse, M. F., & Murr, A. C. (2019). *Nursing Care Plans: Guidelines for Individualizing Client Care Across the Life Span* (10th ed.). Philadelphia: F.A. Davis Company.
- Erman, I., Shobur, S., Utami, M., Febriani, I., & Athiutama, A. (2022). Penerapan manajemen nyeri dengan terapi relaksasi otot progresif penderita hipertensi. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*. <https://doi.org/10.36086/jkm.v4i1.2188>
- Faridah, V. N. (2020). Literature review: The effect of progressive muscle relaxation on sleep quality in chronic kidney disease patients through hemodialysis. *Bali Medika Journal*, 7(2), 183–194. <https://doi.org/10.36376/bmj.v7i2.150>
- Faridah, N. (2020). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap stres dan keluhan fisik pada pasien penyakit kronis di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(2), 135–144. <https://doi.org/10.7454/jki.v23i2.967>
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2016). *Textbook of Medical Physiology* (14th ed.). Elsevier Saunders.
- Handayani, N., Atika Sari, S., & Dewi, T. K. (2023). Penerapan relaksasi otot progresif pada hipertensi dalam menurunkan nyeri akut. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*.

- Ismoyowati, T. W., & Kristanti, B. (2020). Intervensi keperawatan untuk menurunkan kecemasan pasien dengan acute myocardial infarction. *Forikes Journal*, 11(4), 389–393. <https://doi.org/10.33846/sf11413>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Teknis Pengendalian Hipertensi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khasanah, M., Murfisari, R., Darmawan, W. D., & Kurniawan, W. E. (2024). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(5), 2053–2058. <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i5.3114>
- Larasati, A., & Suprayitno, E. (2022). Relaksasi otot progresif terhadap fatigue pada penderita DM tipe II. *UNISA Yogyakarta*.
- Larasati, A., & Suprayitno, T. (2022). Efektivitas relaksasi otot progresif terhadap kelelahan dan ketegangan otot pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dengan hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(1), 45–53. <https://doi.org/10.33086/jikes.v15i1.2478>
- Maryam, R. S., & et al. (2018). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika.
- Melzack, R., & Wall, P. D. (1996). *The Challenge of Pain* (2nd ed.). Penguin Books.
- Muttaqin, A. (2019). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Salemba Medika.
- NANDA International. (2021). *NANDA-I Nursing Diagnoses: Definitions and Classification, 2021–2023*. Thieme Medical Publishers.
- Nisa, K. (2019). Menentukan diagnosa dan Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.
- Nurhidayat, S. (2016). Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan pendekatan riset.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). *Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan NANDA NIC NOC* (Edisi Revisi). Mediacion Publishing.
- Permatasari, R., Susumaningrum, L. A., & Kurdi, F. (2023). Progressive Muscle Relaxation Therapy in Hypertensive Elderly with Acute Pain. *Jurnal Kesehatan*. <https://ebsina.or.id/journals/index.php/jkki/article/view/79>

- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamentals of Nursing* (9th ed.). St. Louis: Elsevier Mosby.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1 Cetakan III (Revisi). Jakarta: PPNI.
- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI.
- PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI.
- Pratitis, I. A., & Adhisty, K. (2022). Penurunan intensitas nyeri pada pasien kanker serviks dengan teknik relaksasi otot progresif. *Mahardika Journal*, 9(1), 46–54. <https://doi.org/10.54867/jkm.v9i1.102>
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2018). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit* (6th ed., Vol. 1–2). EGC.
- Rahmawati, S., Andriani, D., & Wulandari, A. (2021). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(3), 172–179. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62390>
- Ramadhani, A. L. (2024). Review pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. *Unigal Repository*.
- Ramadhani, S. (2023). Penerapan terapi pijat Swedia dan relaksasi otot progresif pada lansia hipertensi. *Poltekkes Jogja Repository*.
- Rosiska, E. (2024). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif dalam penurunan skala nyeri pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Siulak Gedang Tahun 2024. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 3(1). <https://doi.org/10.59841/jumkes.v3i1.2125>
- Ruano, A., García Torres, F., Gálvez Lara, M., & Moriana, J. A. (2022). Psychological and non pharmacologic treatments for pain in cancer patients: A systematic review and meta analysis. *Journal of Pain and Symptom Management*.
- Sari, M., Oktaviani, R., & Hidayati, D. (2023). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi ringan. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medikal Bedah*, 5(1), 33–41. <https://doi.org/10.31289/jpkmb.v5i1.12345>

- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2021). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (15th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Sudaryanti, N., & Handayani, T. (2023). Pengelolaan nyeri nonfarmakologis pada pasien hipertensi di ruang rawat inap. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 19(1), 11–19. <https://doi.org/10.33369/jik.v19i1.11204>
- Sudaryanti, D., & Handayani, F. (2023). Relaksasi otot progresif pada penatalaksanaan nyeri pasien pasca operasi. *SemanticScholar PDF*.
- Toussaint, L., Nguyen, Q. A., Roettger, C., Dixon, K., & Offenbächer, M. (2021). Effectiveness of progressive muscle relaxation, deep breathing, and guided imagery in promoting psychological and physiological states of relaxation. *Evidence Based Complementary and Alternative Medicine*.
- Verywell Health. (2022, June 23). Benefits of Progressive Muscle Relaxation. Retrieved from *Verywell Health*.
- Waruwu, N. K., Sembiring, P. U., Kalesaran, V. F., Manik, M. J., & Luturmas, A. D. (2023). The effects of progressive muscle relaxation on blood pressure and headache in hypertension. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 9(4). <https://doi.org/10.33755/jkk.v9i4.494>
- Witanto, E. A., Rahmawati, A., et al. (2021). Efektivitas manajemen stres dengan teknik relaksasi otot progresif terhadap hipertensi pada lansia: Literature review. *UNISA Yogyakarta*.
- World Health Organization. (2018). *A Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis*. Geneva: WHO Press.