

DAFTAR PUSTAKA

- Agustriyani, F. (2024). *Terapi Non Farmakologi pada Pasien Skizofrenia*. Penerbit NEM.
- Alvionita, S., Wongkar, D., & Pasiak, T. F. (2022). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan. *eBiomedik*, 10(1).
- Almurhan, A., Diani, S., Sulastri, S., & Musiana, M. (2024). Menurunkan Kecemasan Pre-operasi dengan Latihan Otot Progresif. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, 5(1), 256-264.
- Asmadi. (2008), *Konsep Dasar Keperawatan*, Jakarta : EGC
- Astuty, Y., & Nursanti, I. (2024). Model Konsep Teori Keperawatan Katherine Kolcaba. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.*, 2(2), 39-46.
- Bachtiar, S. M. (2022). *Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Kanker Payudara dengan Teknik Guided Imagery*. Penerbit NEM.
- Erman, I., Shobur, S., Utami, M., Febriani, I., & Athiutama, A. (2024). Penerapan Manajemen Nyeri Dengan Terapi Relaksasi Otot Progresif Penderita Hipertensi. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 4(1), 18-24.
- Ferdi, R., Akbar, M. A., Charista, R., & Siahaan, J. (2023). Edukasi Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Manajemen Stress Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi. *Lentera Perawat*, 4(1), 8-14.
- Hamama, S. (2023). Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik dalam Public Speaking dari Sisi Psikologis dan Praktis. *Jurnal Selasar KPI: Referensi Media Komunikasi dan Dakwah*, 3(1), 76-83.
- Ichsan, D. S., Hafid, F., Ramadhan, K., & Taqwin, T. (2021). Determinan kesiediaan masyarakat menerima vaksinasi Covid-19 di Sulawesi Tengah. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(1), 1-11.
- Irawan, H., Sarwili, I., & Tresya, E. (2024). Pengaruh Kombinasi Latihan Progressive Muscle Relaxation (PMR) dan Pijat Punggung Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah RW 001 Sarua Indah Ciputat Tangerang Selatan Tahun 2022. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 2(1), 172-189.
- Kirana, D. (2024). Efek Psikologis Setelah Kehilangan Pekerjaan. *MANHAJ: Jurnal Ilmu Pengetahuan, Sosial Budaya dan Kemasyarakatan*, 3(1), 178-187.
- Mayangsari, R. N., ST, S., Keb, M., & Noorbaya, S. (2024). *Buku Ajar Evidence Based Terapi Komplementer dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan*. CV Pena Persada.

- Mutawalli, L., Setiawan, S., & Saimi, S. (2020). Terapi relaksasi otot progresif sebagai alternatif mengatasi stress dimasa pandemi COVID-19 di Kabupaten Lombok Tengah. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3).
- Pangandaheng, T., Suryani, L., Syamsiah, N., Kombong, R., Kusumawati, A. S., Masithoh, R. F., ... & Priambodo, A. (2023). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Respirasi dan Kardiovaskuler*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Samban, N. A. P., Andriani, L., Baska, D. Y., Hartini, L., & Nugraheni, D. E. (2021). *Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat Menjelang Persalinan* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Sari, N. L. O., Yudono, D. T., & Novitasari, D. (2024). Pengaruh Pemberian Terapi Guided Imagery terhadap Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 675-682.
- Savitri, P. A. C., & Swandi, N. L. I. D. (2023). Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa: Literature Review. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(1), 43-55.
- Setiawati, N. A., Ramadhita, S. U., Zanwar, A., & Noviandina, N. (2024). Teknik Relaksasi untuk Kecemasan dan Stres Pada Remaja: Kajian Sistemik. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 14-14.
- Sriningsih, N., & Pratiwi, A. (2022). Pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap kecemasan pasien pre operasi di RSUD Kab Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(3), 50-61.
- Talindong, A., & Minarsih, M. (2020). Pengaruh Pelayanan Kebutuhan Spiritual terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Rumah Sakit Woodward. *Jurnal Ilmiah Kesmas-IJ*, 20(1), 64-72.
- Tanaya, V. Y., & Yuniartika, W. (2023). Cognitive Behavior Therapy (CBT) Sebagai terapi Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1419-1429.
- Utami, N. P. R., Noviani, W., & Susanto, E. (2024). Efektivitas Pemberian Murottal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Pasien Sectio Caesarea G1P0AO. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 09-16.
- Wijaya, M. F., Abdi, M. J., Aldilawati, S., & Auniah, A. (2023). Cara Mengatasi Kecemasan Dental secara Farmakologis dan Non-farmakologis: Sebuah Tinjauan Literatur. *DENThalib Journal*, 1(3), 61-67.