

DAFTAR PUSTAKA

- Abebe, T. W., Gebremariam, A. A., & Dagne, H. A. (2022). Postoperative pain and associated factors among women undergoing cesarean delivery in public hospitals of Eastern Ethiopia. *International Journal of Women's Health*, 14, 1–10.
- Ahmed, R., Nur, A. S., & Nuryani, N. (2023). The correlation between postpartum pain and maternal role in infant care among post-cesarean mothers. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 6(1), 12–20.
- Alza, Salsabila Hananida, Inayati, Anik, & Hasanah, Uswatun. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi Diruang Bedah Di Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 561–567.
- Amalia, Z., Kabuhung, E. I., & Haryono, I. A. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Hamil: Literature Review: Application Of Progressive Muscle Relaxation To *Proceeding Of Sari Mulia ...*, 4(01), 230–241. Retrieved from <http://ocs.unism.ac.id/index.php/PROBID/article/view/906>
- Andini, P., dkk. (2021). *Teknik Relaksasi Otot Progresif dalam Mengurangi Nyeri Pasca Operasi Sectio Caesarea pada Pasien dengan Preeklamsia Berat*.
- Astuti, Eny, & Dinarsi, Herisa. (2022). Analisis Proses Involusi Uterus Pada Ibu Post Partum Hari Ke Tiga Di Praktik Bidan Mandiri Lystiani Gresik. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 22–26. <https://doi.org/10.47560/keb.v11i1.342>
- Atmawan, I. K. S., Putra, I. N. G. M. D., & Hartawan, I. P. A. (2023). Gambaran Intensitas Nyeri Pasca Operasi Sectio Caesarea di RSUP Sanglah Denpasar. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 45–51.
- Cahyaningtyas, Dwi Kartika, Mardiyah WD, Siti, & Rospia, Evi Diliana. (2021). Penatalaksanaan Perdarahan Postpartum di Negara Berkembang. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 5(2), 16–23. <https://doi.org/10.36474/caring.v5i2.202>
- Chien, H. L., Hsiao, Y. C., Chen, H. M., & Huang, Y. H. (2023). Anxiety, attention, and pain: A cross-sectional study of postoperative patients. *Journal of Advanced Nursing*, 79(4), 1421–1431.
- Dwiastuti, S., & Purnami, S. (2022). Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Akut pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 10(1), 33–39.
- Elgzar, W. T., Ibrahim, H. A., & Said, N. M. (2022). Effect of Benson's relaxation therapy on pain and anxiety levels among women after cesarean section. *Egyptian Journal of Health Care*, 13(2), 432–443.
- Eridja, Laras Putri, Novitasari, Dwi, & Cahyaningru, Etika Dewi. (2024). Edukasi Dan Implementasi Terapi Progressive Muscle Relaxation Untuk Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rsi Banjarnegara. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4, 171–178. Retrieved from

<https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/2494>

- Fatmawati, A., & Wulandari, P. (2021). Perbandingan intensitas nyeri post sectio caesarea pada ibu dengan preeklamsia dan non- preeklamsia. *Jurnal Kebidanan Dan Maternal*, 3(1), 23–29.
- Febriana, L., & Astutik, E. (2022). Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan Holistik*, 6(1), 21–27.
- Fitriana, E., Rahayu, P. D. P., & Suherni, N. W. (2022). Efektivitas teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri pada ibu post SC. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1), 45–50.
- Herawati Jaya, D. A., Ningsih, N., & Rini, P. (2023). Studi Kasus: Efektivitas Relaksasi Otot Progresif pada Nyeri Post Operasi SC. *Jurnal Asuhan Keperawatan*, 15(1), 61–66.
- Herdayati, & Syahrial. (2019). *Desain Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian*. 01, 1–23.
- Hernawati, H., & Marwati, T. (2022). Efektivitas relaksasi otot progresif terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea di Rumah Sakit Umum Daerah. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 45–52.
- Hidayati, A., & Rahayu, E. (2022). Efektivitas Pemberian Analgesik terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Medika Cendekia*, 12(2), 105–110.
- Hofmann, S. G., & Gómez, A. F. (2021). Mindfulness-based interventions for anxiety and depression: Mechanisms and efficacy. *Psychiatric Clinics of North America*, 44(4), 683–697.
- Jannah, Muliatul, & Latifah, Nurul. (2022). LITERATURE REVIEW : FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI ADAPTASI PSIKOLOGI (Postpartum Blues) PADA MASA NIFAS (Puerperium). *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 13(1), 64–68. <https://doi.org/10.36308/jik.v13i1.382>
- Jaya, Herawati, & Ningsih, Ratna. (2024). Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Nyeri Akut. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 4(1), 2024.
- Jensen, M. P., & Pasero, C. (2022). *Pain: Clinical Manual*. Elsevier Health Sciences.
- Komariah, Komariah. (2024). Hubungan Perubahan Psikologis Pada Ibu Postpartum, Dukungan Suami Dan Dukungan Bidan Dengan Kejadian Baby Blues Di TpmB Siti Asiah Bekasi Tahun 2023. *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 191–200. <https://doi.org/10.62335/s0yd1h03>
- Kurniawati, A. B. (2024). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap intensitas nyeri dan penggunaan analgesik pada ibu post SC: studi quasi-eksperimental. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8(1), 45–53.
- Lestari, dkk. (2023). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea dengan Komplikasi Preeklamsia. *Jurnal Keperawatan*

Nasional.

- Mamuroh, L., Darmawan, C. W., & Setiyani, N. (2022). Pain management interventions in post- cesarean section patients: Rapid evidence review. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 5(2), 77–84.
- Maya Ade Kusniarti Pasaribu, Tri Sumarni. (2023). SKALA NYERI POST OPERASI MASTEKTOMI CA MAMMAE Universitas Harapan Bangsa , Jawa Tengah , Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 3, 60–64.
- Mitra, S., Khandelwal, P., & Sehgal, A. (2024). Analgesic requirements and pain experience after caesarean section under neuraxial anesthesia in women with preeclampsia. *Acta Anaesthesiologica Scandinavica*.
- Noviyanti, R. A., et al. (2023). Gambaran nyeri post SC dan kualitas tidur pada ibu post operasi. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Keperawatan Indonesia*.
- Nurhalimah, dkk. (2023). Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Nyeri Akut. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Palembang*.
- Pogatzki-Zahn, E. M., Meissner, W., Wenk, M., & Zahn, P. K. (2023). Postoperative pain after cesarean section: A prospective observational study across 11 countries. *European Journal of Anaesthesiology*, 40(1), 26–34.
- Putri, S.A., dkk. (2022). Efektivitas Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Akut pada Ibu Post SC Indikasi Preeklamsia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
- Rahmawati, dkk. (n.d.). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Nyeri pada Klien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan RSUD Kota Bandung*.
- Ratnasari, Febi, & Yatsi Tangerang, STIKes. (2022). Pengaruh Sectio Caesarea Metode Eracs Terhadap Percepatan Mobilisasi pada Ibu Bersalin di RS Hermina Daan Mogot Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(9), 821–829.
- Ridho, Muhammad, Mariana, Evi Risa, & Mahdalena, Mahdalena. (2022). Perbedaan Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa: Literature Review. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 2(2), 182–190. <https://doi.org/10.36086/jkm.v2i2.1438>
- Rubiyah, R., Munirah, M., & Nurlina, N. (2023). Asuhan Keperawatan Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Preeklamsia. *Jurnal Kesehatan Aceh*, 7(2), 88–94.
- Safitri, Widya, Darmawati, & Hermawati, Dewi. (2024). Asuhan Keperawatan Preeklampsia Berat Dengan Sectio Caesarea : Suatu Studi Kasus. *JIM FKep*, VIII(1–7), 85–93.
- Sari, W., Rahayu, M., & Utami, S. (2023). Efektivitas Progressive Muscle Relaxation terhadap nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan preeklamsia. *Jurnal Keperawatan Medik*, 7(2), 101–110.
- Setiawan, H., Lestari, D., & Rachmawati, P. D. (2021). ren Penurunan Nyeri Pasca Operasi Sectio Caesarea: Tinjauan Literatur Sistematis. *Jurnal Keperawatan*

Indonesia, 24(1), 45–52.

- Simons, L. E., & Elman, I. (2021). *Mind-body therapies for pain: A review of clinical evidence and neurobiological mechanisms*. *Pain Management*, 11(3), 235–246.
- Smith, H. S., Johnson, H. R., & DePaulis, C. (2022). Progressive muscle relaxation for pain and anxiety relief: Clinical implications and neurophysiological mechanisms. *Journal of Holistic Nursing*, 40(2), 128–138.
- Solehati, Tetti, Sholihah, Amalia Rizqi, Rahmawati, Syoifa, Marlina, Yani, & Kosasih, Cecep Eli. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Sectio Caesarea: Systematic Review. *Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 14(Januari), 75–82.
- Starkweather, A. R., Heineman, A., Storey, S., & Lyon, D. E. (2022). Biological and behavioral mechanisms of acute to chronic pain transition after surgery. *Pain Management Nursing*, 23(1), 12–20.
- Stinson, J. N., Jibb, L. A., Gandhi, S., & Dupuis, L. L. (2021). *Psychometric properties of the Numeric Rating Scale for pain intensity in adults: A systematic review*. *Pain*, 162(1), 30–37.
- Sudaryanti, Dwi, Handayani, Fitria, Muniroh, Muflihatul, & Sulastris, Weni. (2023). Relaksasi Otot Progresif pada Penatalaksanaan Nyeri Pasien Pasca Operasi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 601–609. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5833>
- Swarjana, I. Ketut. (2022). *Populasi-Sampel Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian* (Erang Risanto, ed.). Retrieved from https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=87J3EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=pengertian+kriteria+inklusi+menurut+para+ahli&ots=LODAyaXMDr&sig=EBsr0zn8MnQ46MtxcU6SKgiwG30&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Utami, N. P. D., Sari, K. A., & Lestari, S. A. (2023). Penerapan Relaksasi Otot Progresif untuk Meningkatkan Mobilisasi dan Menurunkan Nyeri Post SC. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 9(2), 88–94.
- Wang, Y., Fang, X., Liu, C., et al. (2020). Acute post- cesarean pain associated with breastfeeding, length of stay, and postpartum depression. *Journal of Pain and Symptom Management*, 59(2), 271–278.
- Widyaningrum, A. I., Nurhayati, N., & Pratama, G. A. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas Relaksasi Otot Progresif pada Pasien Post SC di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 18(2), 78–86.
- Wulandari, R. A., Sari, P. D., & Maulidya, I. (2021). Tingkat Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea Berdasarkan Indikasi Medis. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 77–84.