

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L., & Hasanah, F. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anastesi Spinal Di Rawat Inap Bedah RSU Kota Tangerang Selatan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, II(2), 191–194.
- Amini, E., Goudarzi, I., Masoudi, R., Ahmadi, A., & Momeni, A. (2016). Effect of progressive muscle relaxation and aerobic exercise on anxiety, sleep quality, and fatigue in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis. *International Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 8(12), 1634–1639.
- Annas, A., & Wibowo, K. (2019). Efektivitas Teknik Progesive Muscle Relaxtation, Dengan Progesive Muscle Relaxtation Dan Dzikir Anfas Terhadap Kecemasan. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 1(2), 144–150. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v1i2.117>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmadi. (2011). *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Barus, M., Simanullang, M. S. D., & Gea, E. C. P. (2018). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation terhadap Tingkat Kecemasan Pre Operasi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Mutiara Ners*, 1(2), 98–108.
- Bedaso, A., & Ayalew, M. (2019). *Preoperative anxiety among adult patients undergoing elective surgery: A prospective survey at a general hospital in Ethiopia. Patient Safety in Surgery [revista en Internet] 2019 [acceso 29 de agosto de 2020]; 13(1): 1-8. 0, 1-8.* <https://pssjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13037-019-0198-0>
- Blen Ayele, Mahelet Tadesse, Rahel Tilahun, & Berhanu Nega. (2021). Translation of the Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Score (APAIS) into the Amharic Version and Its Validation for Evaluation of Preoperative Anxiety. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 31(2). <https://doi.org/10.4314/ejhs.v31i2.18>
- Cahyawati, S., Rumaolat, W., Sayid, N., Rumi, J., & Rumaolat, W. (2020). *Factors Related to the Utilization of the Integrated Health Services Center for the Elderly*. 15(2), 63–66.

- Casey, A., & Benson, H. (2012). *Menggunakan respon relaksasi untuk menurunkan tekanan darah alih bahasa Nirmala Dewi*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Chellew, K., Evans, P., Fornes-Vives, J., Pérez, G., & Garcia-Banda, G. (2015). The effect of progressive muscle relaxation on daily cortisol secretion. *Stress*, 18(5), 538–544. <https://doi.org/10.3109/10253890.2015.1053454>
- Dochterman, J. M., & Bulechek, G. M. (2012). *Nursing Intervention Classification (NIC)* (4th ed). St. Louis: Mosby.
- Donsu, J., Maryana, Ade, S., & Suryani, E. (2015). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Rihama.
- Essa, R. M., Ismail, N. I. A. A., & Hassan, N. I. (2017). Effect of progressive muscle relaxation technique on stress, anxiety, and depression after hysterectomy. *Journal of Nursing Education and Practice*, 7(7), 77. <https://doi.org/10.5430/jnep.v7n7p77>
- Fadillah, N., & Yudiarso, A. (2021). Studi meta analisis: Efektivitas progressive muscle relaxation untuk menurunkan kecemasan orang dengan penderita penyakit kronis. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(1), 52. <https://doi.org/10.22219/jipt.v9i1.13479>
- Fakhrunnisa, E. (2017). Hubungan Kecemasan Pre Anestesi Dengan Kejadian Post Operative Nausea Vomiting Pada Pasien Dengan General Anesthesia Di Rsud Kota Yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- Farhiah, A., Triansyah, A., & Haetami, M. (2019). Pengaruh Weight Training dengan Sistem Piramid Terhadap Power Otot Tungkai. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(3), 1–8.
- Gastón, D. N., & Martínez, P. V. M. (2020). *Prevalence of preoperative anxiety and its relationship with postoperative pain in foot nail surgery: A cross-sectional study*. *International Journal of Environmental Research and Public Health [revista en Internet]* 2020 [acceso 6 de mayo de 2021]; 17(12): <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7344875/pdf/ijerph-17-04481.pdf>
- Guyton, A. C., & Hall, J. (2014). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (Edisi 11). Jakarta : EGC.
- Handayani, R. S., & Rahmayati, E. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender, Relaksasi Otot Progresif dan Guided Imagery terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 319. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.984>

- Hartono, & Trihadi, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Rsud Banyumas. *Adi Husada Nursing Journal*, 6(2), 79–86. <https://doi.org/10.20885/jsb.vol16.iss1.art10>
- Hermanto, A., Sukartini, T., & Yunitasari, E. (2020). Terapi Non Farmakalogis untuk Mengurangi Kecemasan pada Pasien Kanker dengan Kemoterapi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(4), 334–337. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>
- Hop, M. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Umum Sundari Medan. *Indonesian Trust Health Journal*, 1(2), 98–106. <https://doi.org/10.37104/ithj.v1i2.19>
- Ismandiya, A. I., Maskoen, T. T., & Sitanggang, R. H. (2015). Efek Ondansetron Intravena terhadap Tekanan Darah dan Laju Nadi pada Anestesi Spinal untuk Seksio Sesarea. *Jurnal Anestesi Perioperatif*, 3(2), 73–80. <https://doi.org/10.15851/jap.v3n2.572>
- Ismoyowati, T. W., Kristanti, B., Nugraha, B., & Yuwanti, T. R. (2020). Intervensi Keperawatan untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Dengan Acute Myocardial Infarction. *Jurnal Penelitian Kesehatan “SUARA FORIKES” (Journal of Health Research “Forikes Voice”)*, 11(4), 389–393. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>
- Khasanah, A. N. V. (2020). *Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan General Anestesi Di Rsud Sleman.*
- Lestari, K., & Yuswiyanti, A. (2018). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Wijaya Kusuma RSUD DR. R Soeprapto Cepu. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3(1), Halaman 27-32. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4017>
- Majid, A., Judha, M., & Istinah, U. (2011). *Keperawatan Perioperatif*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Morgan, G. E., & Mikhail, M. S. (2013). *Clinical Anesthesiology Edisi-5*. New York: MC.Grow. <https://doi.org/10.4103/1658-354X.109819>
- Mulugeta, H., Ayana, M., Sintayehu, M., Dessie, G., & Zewdu, T. (2018). Preoperative anxiety and associated factors among adult surgical patients in Debre Markos and Felege Hiwot referral hospitals, Northwest Ethiopia. *BMC Anesthesiology [revista en Internet]* 2018 [acceso 25 de agosto de 2020]; 18(1): 1-9. *BMC Anesthesiology*, 18(155), 1–9. [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6208029/pdf/12871\\_2018\\_Article\\_619.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6208029/pdf/12871_2018_Article_619.pdf)

- Natosba, J., Purwanto, S., Jaji, & Rizona, F. (2020). Aplikasi Progressive Muscle Relaxation Sebagai Upaya Reduksi Nyeri Dan Kecemasan. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 2(2), 66–75. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol2.iss2.art3>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuriyah Yuliana, & Triana Mirasari. (2020). Pemberdayaan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Rawat Inap Di Rsud Dr Moewardi. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 28–35. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.845>
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4th ed.). In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Paputungan, F. F., Gunawan, P. N., Pangemanan, D. H. C., & Khoman, J. A. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin pada Tindakan Penumpatan Gigi. *E-CliniC*, 7(2), 71–76. <https://doi.org/10.35790/ecl.v7i2.23879>
- Perdana, A., Firdaus, M. F., & Kapuangan, C. (2015). Uji Validasi Konstruksi dan Reliabilitas Instrumen The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale ( APAIS ) Versi Indonesia Construct Validity and Reliability of The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale ( APAIS ) Indonesian Versi. In *Anesthesia & Critical Care* (Vol. 31, Issue 1).
- Primasari, Y., & Rahmawati, E. Y. (2021). Terapi Relaksasi Otot Progresif sebagai Upaya Dalam Menurunkanansietaspada Penyakit Fisik. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(2).
- Rahmawati, W. (2017). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Secarea Di Ruang Bersalin. *NurseLine Journal V*, 2(2), 117–125.
- Rihiantoro, T., Handayani, R. S., Wahyuningrat, N. M., & Suratminah. (2018). Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pada pasien pre operasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 129–135.
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013*.
- Santiasari, N. R. (2017). Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Pada Ibu Yang Akan Menghadapi Menopause. *Jurnal Stikkes STIKES William Booth*, 6(1), 1–8.
- Stuart, G. W. (2012). *Buku Saku Keperawatan Jiwa* (Edisi 5 Re). Jakarta : EGC.

- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart : Buku 1 Edisi Indonesia* (Kelialat, A. Budi, & J. Pasaribu (eds.)). Singapura: Elseiver.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, W. (2014). *Metodologi Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- Susilo, J., Wahyuningsih, H. P., Rinawati, R. S. A. W., Iswanto, Kunjana, H., Kasjono, H. S., Siswati, T., Iskandar, S., Waryana, Supriyanta, B., Maryani, T., Donsu, J. D., Taadi, Amri, C., Nuryani, S., Wijanarka, A., Ningrum, Y. E. P., Maryana, R, A. K., & Pratamawati, D. A. (2020). *Pedoman Penulisan Skripsi tahun 2020*.
- Syarkawi, A. (2019). Teknik relaksasi untuk membantu siswa mengatasi kecemasan menghadapi ujian. *Jurnal Al-Taujih*, 5(1), 69–79. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/view/756>
- Videbeck, S. L. (2012). *Psychiatric–Mental Health Nursing FIFTH EDITION*.
- Wahyudi, D. A., & Arlita, I. (2019). Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kadar Glukosa Darah Diabetes Melitus Tipe 2 Terkontrol dan Tidak Terkontrol. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(February), 93–100.
- Wulandari, N., Wihastuti, T. A., & Supriati, L. (2015). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Ansietas dan Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Neurosa di Wilayah Kerja Puskesmas Kepanjen Kidul Kota Blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 2(2), 154–163. <https://doi.org/10.26699/jnk.v2i2.art.p154-163>