

DAFTAR PUSTAKA

- A E, M., & Latheef, F. 2016. Effectiveness of Foot Reflexology and Back Massage in Improving the Quality of Sleep Among Post Caesarean Mothers. *International Journal of Research in Ayurveda & Pharmacy*, 7(5), 103–108. <https://doi.org/10.7897/2277-4343.075204>
- Aminatubillah, V. T., Widjajanegara, H., & Yuniarti. 2016. Hubungan Antara Usia dan Paritas Ibu Bersalin dengan Kejadian Ketuban Pecah Dini di Puskesmas PONED Cingambul Kabupaten Majalengka Tahun 2016-2017. *Jurnal UNISBA*, 4(1), 1–9. karyailmiah.unisba.ac.id
- Anggorowati, & Sudiharjani, N. 2018. Mobilisasi Dini dan Penyembuhan Luka Operasi Pada Ibu Post Sectio Caesarea (SC) di Ruang Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga. *Prosiding Seminar Nasional Dan Internasional Universitas Muhammadiyah Semarang*, 30–35. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/viewFile/1281/1334>
- Anggreani, I. N. 2019. Prevalensi dan Faktor Tidur. *Prevalensi Dan Faktor Tidur*, 13–32.
- Anjarsari, D. 2020. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Pendokumentasian Surgical Surgery Checklist*.
- Aspiani, & Yuli, R. 2014. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi Nanda Nic dan Noc Jilid 1*. TIM. http://slims.akperrsdustira.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1163%0Ahttp://slims.akperrsdustira.ac.id/lib/phpthumb/phpThumb.php?src=../images/docs/reni_1.jpg.jpg
- Aziz Ismail, N. I. A., & Elgzar, W. T. I. 2018. The Effect of Progressive Muscle Relaxation on Post Cesarean Section Pain, Quality of Sleep and Physical Activities Limitation. *International Journal of Studies in Nursing*, 3(3), 14. <https://doi.org/10.20849/ijsn.v3i3.461>
- Bahrudin, M. 2018. Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- C.Smeltzer, S., & G.Bare, B. (2010). *Brunner & Suddarth Medical Nursing Teaching Book*.
- Creti, L., Libman, E., Rizzo, D., Fichten, C. S., Bailes, S., Tran, D.-L., & Zekowitz, P. 2017. Sleep in the Postpartum: Characteristics of First-Time, Healthy Mothers. *Sleep Disorders*, 2017, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2017/8520358>

- Dørheim, S. K., Bondevik, G. T., Eberhard-Gran, M., & Bjorvatn, B. 2009. *Sleep and Depression in Postpartum Women: A Population-Based Study*.
- Fitri, M., Trisyani, M., & Maryati, I. 2016. Hubungan Intensitas Nyeri Luka Sectio Caesarea Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Post Partum Hari Ke-2 Di Ruang Rawat Inap Rsud Sumedang. *Milla Fitri Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran (Jl. Raya Bandung – Sumedang KM, 21*, 1–14.
- Gökşin, İ., & Ayaz-Alkaya, S. 2018. The Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation on the Postpartum Quality of Life: A Randomized Controlled Trial. *Asian Nursing Research*, 12(2), 86–90. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.03.003>
- Golmakani, N., Seyed Ahmadi Nejad, F. S., Shakeri, M. T., & Asghari Pour, N. 2015. Comparing the effects of progressive muscle relaxation and guided imagery on sleep quality in primigravida women referring to Mashhad Health Care Centers -1393. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 3(2), 335–342. <https://doi.org/10.22038/jmrh.2015.3951>
- Greenberg. 2013. *Comprehensive Stress Management* (13th ed.). McGraw-Hill Higher Education.
- Harahap, W., & Adiyanti, M. G. 2017. Kualitas Tidur dan Pola Tidur Sebagai Prediposisi Postpartum Blues Pada Primipara. In *Jurnal Kesehatan Reproduksi* (Vol. 4, Issue 1).
- Jeklin, A. 2016. *Terapi Relaksasi Otot Progresif*. July, 1–23. [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/5007/3/BAB II Tinjauan Pustaka.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/5007/3/BAB%20II%20Tinjauan%20Pustaka.pdf)
- KEMENKES. 2018. Laporan Nasional Riskesdas. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 198). http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- KEMENKES RI. 2013. *Kebutuhan Dasar Ibu Masa Nifas*. 49. [https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_Pada_Masa_Nifas/dTY4EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=bak ibu postpartum&pg=PA51&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_Pada_Masa_Nifas/dTY4EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=bak%20ibu%20postpartum&pg=PA51&printsec=frontcover)
- Khasanah, K., Hidayati, W., Kedokteran, F., & Kedokteran, F. 2015. 89828-ID-kualitas-tidur-lansia-balai-rehabilitasi. 1, 189–196.
- Kintu, A., Abdulla, S., Lubikire, A., Nabukenya, M. T., Igaga, E., Bulamba, F., Semakula, D., & Olufolabi, A. J. 2019. *Postoperative pain after cesarean section: assessment and management in a tertiary hospital in a low-income country*.

- Maryunani, A. 2014. *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra-Sekolah: Tumbuh Kembang, Kebutuhan Dasar dan Penanganan Secara Umum Penyulit & Komplikasi Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak Pra-Sekolah /Anik Maryunani,*. Media.
- Metasari, D., & Sianipar, B. K. 2018. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penurunan Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea Di Rs. Rafflesia Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/10.37676/jnph.v6i1.488>
- Mollayeva, T., Thurairajah, P., Burton, K., Mollayevad, S., M.Shapiro, C., & Colantonio, A. 2016. The Pittsburgh Sleep Quality Index As A Screening Tool For Sleep Dysfunction In Clinical And Non-Clinical Samples: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Elsevier*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.smr.v.2015.01.009>
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. 2015. *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar : Buku 2*. Salemba Medika.
- Mulyana, T., Utami, S., & Keperawatan, F. 2019. Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida. In *JOM FKp* (Vol. 6, Issue 1). Januari-Juni.
- Nurarif, Huda, A., & Kusuma, H. 2015. *Aplikasi: Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis NANDA & NIC-NOC Jilid 1*. Media Action. http://www.digilib.unipdu.ac.id/beranda/index.php?p=show_detail&id=17253
- Nurarif, Huda, A., & Kusuma, H. 2015. *Aplikasi: Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis NANDA & NIC-NOC Jilid 1*. Media Action. http://www.digilib.unipdu.ac.id/beranda/index.php?p=show_detail&id=17253
- Pratiwi, W. I. 2016. *Upaya Peningkatan Istirahat Tidur Pada Ibu Post Sectio Caesarea di RSUD Assalam Gemolong*.
- Purwanto, B. 2013. *Herbal Dan Keperawatan Komplementer (Teori, Praktik, Dalam Asuhan Keperawatan*. Nuha Media. http://ucs.sulselib.net//index.php?p=show_detail&id=30433
- Putra, I. B. G. S., Wandia, I. M., & Harkitasari, S. 2021. Indikasi Tindakan Sectio Caesarea di RSUD Sanjiwani Gianyar. *E-Journal AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 1(1), 63–68. journal.warmadewa.ac.id/index.php/amj/article/view/4088/2852
- Rahmawati, P. M., Widjajanto, E., & Astari, A. M. 2017. Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Secarea Di Ruang Bersalin. *NurseLine Journal Vol. 2 No. 2 Nopember 2017 p-ISSN 2540-*

7937.FK Universitas Brawijaya. Malang, 2(2), 117–125.

- Renityas, N. N., & Agustina, I. 2020. Progressive Muscle Relaxation to Help decrease Anxiety Breast Feeding Mother During Post Partum. *Jurnal Keperawatan Dan Profesi Ners*, 1(1), 38–49.
- Sari, S. D. 2017. *Kehamilan, Persalinan, Bayi Preterm & Postterm disertai Evidence Based*. NoerFikri. <https://books.google.co.id/books?id=CrZTDwAAQBAJ&lpg=PP1&ots=qQIJxbhDX7&dq=info%3AQjFq5CaL0sgJ%3Ascholar.google.com&lr&pg=PR5#v=onepage&q&f=false>
- Sihombing, N. M., Saptarini, I., & Putri, D. S. K. 2017. Determinan Persalinan Sectio Caesarea Di Indonesia (Analisis Lanjut Data Riskesdas 2013). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 63–73. <https://doi.org/10.22435/kespro.v1i8.6641.63-73>
- Solehati, T., & Kosasih, C. E. 2015. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas* (Anna (Ed.)). Refika Aditama.
- Subekti, S. W. 2018. Indikasi Persalinan Seksio Sesarea. In *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* (Vol. 7, Issue 1, p. 11). <https://doi.org/10.20473/jbk.v7i1.2018.11-19>
- Ulya, Z. I., & Faidah, N. 2017. Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Koripandriyo Kecamatan Gabus Kabupaten Pati. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 6(2), 1–9.
- Utami, A. W., Gusyaliza, R., & Ashal, T. 2018. Hubungan Kemungkinan Depresi dengan Kualitas Hidup pada Lanjut Usia di Kelurahan Surau Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(3), 417. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i3.896>
- WHO. 2017. Cæsarean Section Rates. *The Lancet*, 315(8168), 606. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(80\)91104-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(80)91104-6)
- Wijayanti, Y., Mubin, F., & Hidayati, E. 2018. Efektifitas Jemur Pagi Terhadap Kualitas Tidur Lansia Diruang Geriatri Rsup Dr Kariadi Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Windayanti, H., Astuti, F. P., & Sofiyanti, I. 2020. Hypnobreastfeeding dan Kualitas Tidur pada Ibu Menyusui. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(2), 151. <https://doi.org/10.35473/ijm.v3i2.631>