

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, F. R. (2025). *Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap nyeri sendi pada lansia*. 4(1), 1–23.
- Asmarani, F. L., & Sucipto, A. (2023). Kombinasi Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Genggam Jari Menurunkan Nyeri Sendi pada Lansia. *HEALTH CARE: JURNAL KESEHATAN*, 12(1), 38-.
- Fahrizal, I., & Alfikrie, F. (2021). Studi Kasus Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Arthritis Rheumatoid Pada Lansia. *Jurnal Mahasiswa Keperawatan*, 1(10), 25–29.
- Fitriana, R. (2020). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat nyerisendi lutut pada lansia di RW 01 Kelurahan Rampal Celaket Kota Malang. In *Procedia Manufacturing* (Vol. 1, Issue 22 Jan).
- Handayani, S., & Riyadi, S. (2022). Hubungan Peregangan Dengan Nyeri Sendi Di Usia Lanjut. *Jurnal Indonesia Sehat*, 1(1), 63–72.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendiknas Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Masturoh & Anggita. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI.
- Mentari, D., Fradianto, I., & Tafwidhah, Y. (2024). Implementasi Manajemen Nyeri Menggunakan Stretching Exercise pada Asuhan Keperawatan Keluarga Lansia dan Pensiunan dengan Masalah Nyeri Sendi. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(5), 1903–1914. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i5.14426>
- Muna, N. D., & Hartati, E. (2024). Hubungan Tingkat Nyeri Sendi dengan Aktivitas Fisik pada Lansia Gangguan Sendi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 200–207. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.8692>
- Murniati, M., Sundari, R. I., & Dewi, F. K. (2020). Pelatihan Relaksasi Otot Progresif Pada Kader Posyandu Lansia di Posyandu Lansia RW 05 Desa Kalibagor. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 74–81. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.39>
- Nurfajriyah, D., Aprilia, A. P., Fadhillah, E., Arbania, A. B. T., Makdalena, A., Ariyanti, S., Kperawatan, S., Teknologi, I., & Kalimantan, M. (2025). Literature Review Asuhan Keperawatan Lansia pada Pasien Penderita Gout arthritis senam ergonomik (Bolon et al., 2022). Senam ergonomik dinilai efektif untuk menurunkan.
- Nurjannah, A. R., Hidayati, E., Ariyana, D., & Setyawati, D. (2022). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia. 6, 1–9.
- Octarina. (2023). *Penatalaksanaan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam*

*Menurunkan Skala Nyeri Sendi Pada Lansia Asam Urat Di Panti Sosial Harapan Kita Palembang Implementation of Progressive Muscle Relaxation Therapy in Reducing the Scale of Joint Pain in Elderly Uric Aci.* 7(2), 111–120. <https://www.jurnalabdinusababel.ac.id/>

Painy, M., & Boy, E. (2020). Literaituire Review Prevailensi Nyeri Paidai Lainsiai. In *Maignai Medicaí*, (Vol. 6, I.

PPNI, T. P. S. D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan. *DPP PPNI*.

Putri, S. A., Naziyah, N., & Suralaga, C. (2023). Efektivitas Kompres Hangat pada Lansia terhadap Penurunan Nyeri *Gout arthritis* di Posbindu Kemuning Baktijaya Depok. *Malahayati Nursing Journal*, 5(7), 2267–2279. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i7.9047>

Rahayu, S. P., Putri, G. Y. A., Ferdiana, I. N., Syafriansyah, F. E., Rohmah, S. N., Susumaningrum, L. A., & Kurdi, F. (2022). Efektivitas relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lansia di UPT PSTW Jember. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 2(1), 70–77.

Richard, S. D., & Sari, D. A. K. W. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 6(1), 28–34. <https://doi.org/10.32660/jpk.v6i1.448>

Rosida, A. (2020). Asuhan Keperawatan Pasien dengan CA Mammae yang Di Rawat Di Rumah Sakit. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). [http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/1047/1/KTI\\_AmaliaRosida.pdf](http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/1047/1/KTI_AmaliaRosida.pdf)

Syukkur, A., & Sipollo, B. V. (2023). Pemberdayaan Kader Lansia Dalam Upaya Penatalaksanaan Nyeri Sendi Pada Lansia. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 298. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.13110>

Toprak Celenay, S., Ozcelikel, G., & Bayrakli, A. (2024). Efficacy of progressive muscle relaxation technique in primary dysmenorrhea: A randomized controlled trial. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 63(3), 329–335. <https://doi.org/10.1016/j.tjog.2023.10.016>

Wahyuni, S. (2021). *Intervensi terapi relaksasi otot progresif pada lansia yang mengalami syndrome geriatri immobility dengan masalah nyeri.*

Wijaya, E., & Nurhidayati, T. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Skala Nyeri Sendi Lansia. *Ners Muda*, 1(2), 88. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i2.5643>