

DAFTAR PUSTAKA

- Agusthia, M., Saida, M., Rachmawaty, M.N ., Triyana, H.P. (2022). Pengaruh Terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) Terhadap Tingkat Stres Perawat Yang Bertugas Di Ruang Covid-19 Rumah Sakit Badan Pengusahaan Batam. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, Issn Cetak: 2655-2728 Issn Online: 2655-4712, Volume 4 Nomor 8 Hal 2025-2034
- Anggraieni, W. N., & Subandi, S. (2014). Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir Untuk Menurunkan Stres Pada Penderita Hipertensi Esensial. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 6(1), 81–102.<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol6.iss1.art6> Diperoleh Tanggal 1 Mei 2023
- Anoraga, Panji. (2016). *Psikologi Kerja*. Jakarta. PT Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Ariyanto, E.A. (2015). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Stres pada Remaja di Lapas Anak Blitar. *Persona. Jurnal Psikologi Indonesia Januari 2015, Vol. 4, No. 01, hal 10 - 21*
- Astianto, A. (2014). Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surakarta. *Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen Vol. 3 No.7*
- Benson, H & Proctor, W. (2013). *Dasar-dasar Respon Relaksasi; Bagaimana Menggabungkan Respon Relaksasi dengan Keyakinan Pribadi Anda* (Alih bahasa oleh Nursahan). Bandung: Kaifa.
- Benson, H. (2008). *Dasar-dasar Respons Relaksasi*. Bandung : Kaifa
- Cahyono, D., Toni, H., Sya'roni, S. (2019). Dampak Motivasi, Disiplin Kerja dan Kepemimpinan Kepala Sekolah Terhadap Kinerja Guru. *JSMBI (Jurnal Sains Manajemen Dan Bisnis Indonesia)*. Vol. 8 No. 2 Desember Hal. 131-147
- Dahlan, M. S. (2016). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Datak G. (2008). Efektifitas Relaksasi Benson untuk Penurunan Nyeri Pada Pasien Pasca Bedah Tur Prostat di RSUD Fatmawati Jakarta. From: <http://eprints.lib.ui.ac.id/4461/6/127176-TEISIS0443GadNo8e-Efektifitas-relaksasi-HA.pdf> . diunduh pada tanggal 23 Maret 2023

- Datak, Gad. (2018). Penurunan Nyeri Pasca Bedah Pasien Tur Prostat Melalui Relaksasi Benson. Diakses Dari [Http://Journal.Ui.Ac.Id/Index.Php/Jkepi/Arti cle/Viewfile/2405/1853](http://Journal.Ui.Ac.Id/Index.Php/Jkepi/Arti cle/Viewfile/2405/1853) . Diperoleh Tanggal 3 Mei 2023.
- Ditjen PP & PL Kemenkes RI, & Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Info Datin Kementerian Kesehatan RI*. Kemenkes RI, pp. 1–3.
- Donsu, Jenita Doli. (2016). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru.
- Fajrilah, N. (2016). Hubungan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Dalam Melaksanakan Pelayanan Keperawatan Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Anutapura Palu. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya Sriwijaya* Vol 3 No 2.
- Grace, A., Pauline, B. (2017). Dopamine System Dysregulation in Major Depressive Disorders. *International Journal of Neuropsychopharmacology* (2017) 20(12): 1036–1046
- Green. A. A. E., Setyawati, N. Kadek, Indira, . & Puspawati, N. M. D. (2019). Insiden dan Profil Melasma di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Periode Januari 2014 sampai Desember 2014. *E-Jurnal Medika*, 8(2), 1–7.
- Handayani, Dyah, Dwi Rendra., H, Fathiyah, I ., Erlina, B., & Heidy A. (2020). Penyakit Virus Corona 2019. *Jurnal Respirologi Indonesia*. Vol 40. No. 2, April 2020. Perhimpunan Dokter Paru Indonesia
- Hartono, J. (2017). *Teori Portofolio dan Analisis Investasi, Edisi Kesebelas*. BPFY-Yogyakarta.
- Hartono, Jogiyo. (2016). *Teori Portofolio dan Analisis Investasi. Edisi Kesepuluh*. Yogyakarta.
- Haryono, R. (2018). Pengaruh Terapi Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Terhadap Penurunan Stres Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, VI(1), 68–79.
- Hasibuan, Malayu SP. (2014). *Manajemen Sumber Daya Manusia, Cetakan keempatbelas, Jakarta ,Penerbit : Bumi Aksara. Hawari, Dadang. 2013. Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FKUI
- Harigopal, K. (2005). *Organizational Stres: A Study of Role Conflict*. USA
- Hidayat, A.A. (2016). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayati, (2018). Hubungan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Shift Malam Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Islam Siti Aisyah Madiun Tahun 2018. *Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*.

- Ilmi, Z. M., Dewi, E. I., & Rasni, H. (2017). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Stres Narapidana Wanita di Lapas Kelas IIA Jember.
- Isnainy., Prima, D.F.Ariyanti, L., & Sari, L,A. (2019). Hubungan Beban Kerja, Budaya Kerja Dan Lama Kerja Terhadap Stres Kerja Perawat Di Ruang Irna Iii Rumah Sakit Umum Daerah Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Manuju : Malahayati Nursing Journal*. P-ISSN : 2655-2728, E-ISSN : 2655-4712. Vol 1-11
- Kasmarani, M.K. (2012). Pengaruh Beban Kerja Fisik dan Mental Terhadap Stres Kerja pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Cianjur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM UNDIP*.1(2) : 767-776.
- Keliat, B.A. & Pawirowiyono, A. (2015). *Keperawatan jiwa terapi aktivitas kelompok Edisi 2*. Jakarta: EGC
- Kemenkes RI, (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017 : Salemba Medika*
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Kristiningsih. (2019). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat ICU, IMC dan IGD DI RSUD PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
- Kustriyani, M., Aji, S., Arifianto. (2018). Hubungan Antara Motivasi Perawat Dengan Kepatuhan Penggunaan Alat Pelindung Diri (Handscoon Dan Masker) Di Instalasi Rawat Inap Rsud Dr. Loekmono Hadi Kudus. *Journal of Holistic Nursing Science Vol. 5 (1) : 36-41*
- Malaya, A. (2016). Perbedaan Stres Kerja Antara Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) dan Perawat Intensive Care Unit (ICU) RSUD Sultan Syarif Mohamad Alkadrie Kota Pontianak. *Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak*.
- Mangkunegara, A.A.A.P. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*, Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Maryam S.(2017).Strategi coping:Teori dan Sumberdayanya.*Jurnal konseling andi mattapa*.1(2)
- Mau, M., Alka, M,K., Ann, W,H., Sela, V,P., Namratha, R,K., & Daichi, S. (2012). Knowledge Gaps, Challenges, and Opportunities in Health and Prevention Research for Asian Americans, Native Hawaiians, and Pacific Islanders: A Report From the 2021 National Institutes of Health Workshop. April 2022 Volume 175, Issue 4. Page: 574-589
- Munandar, A. S. (2013). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press)

- Nasehudin, Toto Syatori & Nanang Gozali. (2012) . *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: CV Pustaka Setia
- Nilamastuti, M. (2016). Hubungan Tingkat Spiritual dengan Tingkat Stres pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Kabupaten Jember.
- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2014). *Manajemen Keperawatan Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2015). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Provesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyo, W., Nancye, P.M., & Sitorus, R. P. (2020). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia Di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 34-42. <https://doi.org/10.47560/Kep.v8i2.127>
- Prawitasari, J. E. (2013). *Psikologi Klinis: Pengantar Terapan Mikro & Makro*. Jakarta: Erlangga
- Prihatini, E. (2017). Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar IPA. *Jurnal Formatif*. 7 (2): 171-179.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Puri, I. (2018). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Igd Rsud Mulyang Kute Redelong. *Jurnal Kesehatan*.
- Puspitasari R, Ayu Pratiwi, & Ria Setia Sari. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Stres Kerja Pada Staff Stikes Yatsi. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 78–87. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i2.143> Diperoleh Tanggal 2 Mei 2023
- Qodrunnisa, I. (2021). *Perbandingan Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Relaksasi Benson Terhadap Stres Mahasiswa Sebagai Dampak Pembelajaran Dari Di Masa Pandemi Covid-19*. (Skripsi) Universitas Sriwijaya
- Rambod & Rafii F. (2010). Perceived Social Support And Quality Of Life In Iranian Hemodialysis Patients. *J Nurs Scholarsh*. 42(3):242-249.

- Rothwell, D. J. W. (2012). *Competency Based Human Resource Management*. Davies-Black Publishing.
- Solehati, Tetti dan Cecep Eli Kosasih., (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunaryo (2014). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Susilo, Y & Wulandari, A (2013). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setiawan R, Didik Pudjo, Handriyono. (2014).Optimasi Penjadwalan Perawat Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam Rumah Sakit Daerah Dokter Soebandi Jember. Fakultas Ekonomi, Universitas Jember
- Tri W & Isyeu S.(2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Healthy Journal*.11(1)
- Ulyaemyu. (2016). *Peran dan Fungsi Perawat*. Semarang : *Informasi Kegiatan Kampus S1 Ilmu Keperawatan 2016 Unimus*. Retrieved from <http://ulyaemyu.mahasiswa.unimus.ac.id/2016/10/19/peran-tugas-dan-fungsi->
- Vanchapo, A. R. (2020). *Beban Kerja Dan Stres Kerja. Pertama. ed. Arsalan Namira. Pasuruan, Jawa Timur: CV. Penerbit Qiara media*.
- Wijono, Sutarto. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Fajar Interpratama Offset
- Yanto, A., & Rejeki, S. (2019). The Related Factors To Decreased The New Graduate Nurses Work Stres Level In Semarang. *Nurscope : Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 3(2), 1. <https://doi.org/10.30659/nurscope.3.2.1-10>