

## DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, J. T., Putra, M. M., Astriani, N. M. D. Y., Dewi, P. I. S., & Bintoro, T. (2019). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 641–650. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.117>
- Abdullah, E. (2019). Pengaruh massage Kepala terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi di Rumah Sakit Siloam Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 7.
- Ananda, E. (2015). Pengaruh massage Kepala terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi di Rumah Sakit Siloam Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 7.
- Aryana, R. P., Novita, C. D. Y., & Sucipto, A. (2017). Pengaruh Hidroterapi dan Relaksasi Benson (Hidroson) terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nadi. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 3(2), 86–93. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i2.2119>
- Aulia Eka Agustin, Nabhani, N. S. M. (2019). Penerapan Relaksi Benson Terhadap Pengurangan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Kegawatan Acute Myocardital Infarct. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 214(2), 13.
- Bara, S. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutun Desa Burneh Bangkalan. *Jurnal Kesehatan*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v5i1.29>
- Benson H & Proctor W. (2000). Keimanan yang Menyembuhkan Dasar

dasar Respon Relaksasi. From: [bdksurabaya.kemenag.go.id/file/dokumen/KTIPDarmaniz.pdf](http://bdksurabaya.kemenag.go.id/file/dokumen/KTIPDarmaniz.pdf). diunduh pada tanggal 15 November 2019

Benson dan Proctor. (2011). *Dasar-Dasar Respon Relaksasi: Bagaimana Menghubungkan Respon Relaksasi Dengan Keyakinan Pribadi Anda* (Ahli Bahasa oleh Nurhasan. Bandung: Kaifah.

Courand, P. Y., Serraille, M., Girerd, N., Demarquay, G., Milon, H., Lantelme, P., & Harbaoui, B. (2016). The Paradoxical Significance of Headache in Hypertension. *American Journal of Hypertension*, 29(9), 1109–1116. <https://doi.org/10.1093/ajh/hpw041>

Darma, A. S., & Tewksbury, R. (2013). How to write a literature review. *Journal of criminal justice education*, 24(2), 218-234.

Davidson, M. K., Denninger, J. W., Huffman, J. C., Joseph, M. G., Niles, H., Chad-Friedman, E., Goldman, R., Buczynski-Kelley, B., Mahoney, B. A., Fricchione, G. L., Dusek, J. A., Benson, H., Zusman, R. M., & Libermann, T. A. (2018). Specific Transcriptome Changes Associated with Blood Pressure Reduction in Hypertensive Patients after Relaxation Response Training. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 24(5), 486–504. <https://doi.org/10.1089/acm.2017.0053>

Dede, H. L., Huang, Y. C., Lin, H. S., Chan, M. H., & Chia, Y. Y. (2019). Hypertension and Postoperative Pain: A Prospective Observational Study. *Pain Research and Management*, 2019(8), 6. <https://doi.org/10.1155/2019/8946195>

- Depkes RI (2006) 'Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Hipertensi', *Pharmaceutical Care Untuk Pasien penyakit Arthritis Rematik*, 1(22), pp. 53–80.
- Dharmeizar et al., C. (2016). Acute hypertensive crisis and severe headache after concurrent use of armodafinil and tranylcypromine: case report and review of the literature. *Physiology & Behavior*, 176(1), 139–148. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2017.03.040>
- Dwi R.A. 2014. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Diet dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Lansia di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fadila, R. A., & Hawati, N. (2019). Nyeri Kepala Dengan Terapi Non Farmakologi Di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(18), 76–88.
- Fernalia, Priyanti, W., Effendi, S., & Amita, D. (2017). Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. *Malahayati Nursing*, 1, 25–34.
- Getasan & Aida Sari Nur. (2019). Efektifitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 1–9.
- Grece, A., Koyuncu, G., Koyuncu, N., Suzer, N. E., Cakir, O. D., & Karcioğlu, O. (2017). The effect of Benson relaxation method on anxiety in the emergency care. *Medicine*, 98(21), e15452.

<https://doi.org/10.1097/MD.00000000000015452>

- Haris, A., Keperawatan Bima, J., & Kemenkes Mataram, P. (2017). Efektivitas Massage Mulai Dari Bahu Sampai Kepala Terhadap Tingkat Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Analis Medika Bio Sains*, 4(1), 1–05.
- Hermawati, N. Ayu Gustia, Y. D. (2018). Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 1(August), 79–88. <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/244>
- Humaniora, J., Mollan, S. P., Paemeleire, K., Lampl, C., Jensen, R. H., & Sinclair, A. J. (2018). European headache federation guideline on idiopathic intracranial hypertension. *Journal of Headache and Pain*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s10194-018-0919-2>
- Ibrahim, A., Koyuncu, G., Koyuncu, N., Suzer, N. E., Cakir, O. D., & Karcioğlu, O. (2019). The effect of Benson relaxation method on anxiety in the emergency care. *Medicine*, 98(21), e15452. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000015452>
- IHME. (2019). Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat di <https://www.kemkes.go.id/article/print/19051700002/hipertensipenyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html> [akses 3 april 2019]
- Iskandar, F. (2020). Kelelahan Dan Gaya Hidup Pada Pasien Hipertensi. *Nutrix Journal*, 4(1), 20. <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss1.427>
- Julianti, Nurjana, W., Ren, L., Chen, J., & Du, Y. (2015). Efficacy of relaxation therapy as an effective nursing intervention for post-operative

pain relief in patients undergoing abdominal surgery: A systematic review and meta-analysis. *Experimental and Therapeutic Medicine*, 18(1), 2909–2916. <https://doi.org/10.3892/etm.2019.7915>

Juwariyah, S. S. (2018). Effectiveness of Benson Relaxation on Reduction of Blood. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang*, 10(1), 1–6. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/jikk/article/view/736/725>

Kemkes. (2019). Hari Hipertensi Dunia 2019 : Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darah dengan CERDIK di <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik> [akses 3 april 2019]

Kemkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemkes RI (2013) 'Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi'. a, p. 89.

Kusmana, P. P., & Aida Sari Nur. (2016). Efektifitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 1–9.

Kuniasih, Dwi, Y. A. (2018). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Efektifitas Tehnik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Kepala: Studi Kasus Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Sumber Waras Jakarta Barat Dwi. *Kesehatan*, 3(4), 1–7.

Laras Pratiwi, Yesi Hasneli, J. E., & Program. (2017). Pengaruh Teknik

Relaksasi Distraksi dan Murrotal Al-quran Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita hipertensi Primer Laras. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(2), 1212.

Marliani, R. P., Nekada, C. D. Y., & Sucipto, A. (2017). Pengaruh Hidroterapi dan Relaksasi Benson (Hidroson) terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nadi. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 3(2), 86–93. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i2.2119>

Mikhael, P., Friedman, D., Subramanian, P., Mejico, L., Gao, S., Mcdermott, M., Wall, M., Angeles, L., States, U., States, U., States, U., States, U., States, U., City, I., & States, U. (2020). *Headache in Idiopathic Intracranial Hypertension: Findings from the Idiopathic Intracranial Hypertension Treatment Trial Peter*. 57(8), 1195–1205. <https://doi.org/10.1111/head.13153>. Headache

Miltenberger, (2004); Sumiati, (2018). Advances in the understanding of headache in idiopathic intracranial hypertension. *Current Opinion in Neurology*, 32(1), 92–98. <https://doi.org/10.1097/WCO.0000000000000651>

Mulyadi, Y., Markey, K. A., Woolley, R. L., Patel, S., Mollan, S. P., & Sinclair, A. J. (2015). Headache determines quality of life in idiopathic intracranial hypertension. *Journal of Headache and Pain*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s10194-015-0521-9>

Muttaqin, Arif. 2009. Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler. Jakarta: Salemba Medika.

Muttaqin, Arif., & Kumala, Sari. 2012. Asuhan Keperawatan Gangguan 66

Sistem Perkemihan. Jakarta: Salemba Medika.

Nikbakth, S., & Puspitaningrum, D. (2021). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 6(2), 27–32.

Nurtanti, S., & Puspitaningrum, D. (2017). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 6(2), 27–32.

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

Nuraini, B. (2015). Risk factors of hypertension. 4, 10–19.

Nurani, S., & Hipertensi, P. (2018). Studi kasus: efektifitas kompres hangat dalam penurunan skala nyeri pasien hipertensi. *Jurnal Analis Biosains*, 5(2), 67–74.

Paul M. Muchinsky. (2012). Pengaruh Pemberian Masase Dalam Penurunan Nyeri Kepala Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dasan Tereng Wilayah Kerja Puskesmas Narmada. *Psychology Applied to Work: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology, Tenth Edition Paul*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Potter, Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC

Purwandari, J. B. H., Zinalpoor, S., Sakhaei, S., Sadagheyani, H. E., & Motaarefi, H. (2019). The influence of benson relaxation on oxidative stress marker of premenstrual syndrome in students of khoy university

- of medical sciences. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(23), 4149–4154. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.865>
- Putri, R.A. 2014. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Diet dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Lansia di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo, S.K.M., M.Com.H. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prof. Dr. Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Rasubala, G., Kumaat, L., & Mulyadi, N. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Rsup. Prof. Dr. R.D. Kandou Dan Rs Tk. Iii R.W. Mongisidi Teling Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 108176.
- Raka, U., Vecchia, N. Della, Ossella, C., Paolino, M. C., Villa, M. P., Reale, A., & Parisi, P. (2019). Management of childhood headache in the emergency department. Review of the literature. *Frontiers in Neurology*, 10(AUG), 1–17. <https://doi.org/10.3389/fneur.2019.00886>
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Riska, Dinar. (2019). Penerapan Terapi Murotal Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 3(8), 122–126.

- <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/591/577>
- Rochimah, K., & Dan, A. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Dan Nyaman. *Jurnal Keperawatan*, 23(1), 6.
- Safarudin, Y., & Arum, G. (2019). HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH. 3(3), 345–356.
- Saputri, D. (2019). Penerapan Terapi Murotal Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 3(8), 122–126.  
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/591/577>
- Sigarlaki, C. M., & Ronoatmodjo, S. (2019). Hubungan diabetes melitus dengan hipertensi pada populasi obesitas di Indonesia ( Analisis Data IFLS-5 Tahun 2014 ). *Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 3(1), 19– 24
- Septiawan, T., Permana, I., & Yuniarti, F. A. (2018). Pengaruh Latihan Slow Deep Breathing Terhadap Nilai Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 111–118.  
<http://journals.umkt.ac.id/index.php/jik/article/view/171>
- Siauta, M., Embuai, S., Tuasikal, H., Prodi, K., Keperawatan, I., & Kristen, U. (2020). Penurunan nyeri kepala penderita hipertensi menggunakan relaksasi handgrip. *Borneo Nursing Journal*, 2(1), 7–11.
- Sheren Kristmas, Dame Elysabeth, Y. F. (2017). Pengaruh Slow Deep Breathing Dalam Menurunkan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 87(June 2014), 7.
- Simandalahi, T., Sartiwi, W., & Novita Angriani L.Toruan, E. (2019).

Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Endurance*, 4(3), 641. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i3.4471>

Solehati, T., & Rustina, Y. (2015). Benson relaxation technique in reducing pain intensity in women after cesarean section. *Anesthesiology and Pain Medicine*, 5(3), 1–5. <https://doi.org/10.5812/aapm.22236v2>

Smeltzer & Bare, 2013; Budiman & Wibowo. (2018). *Pemanfaatan Teknik Relaksasi Massase Punggung Dalam Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Utilization Of Back Massase Relaxation Technique In Reduction Of Pain In Nursing Patients For Hypertension Patients*. 7(1), 32–38.

Tania, Dan., Urat, A., Kedokteran, F., Yarsi, U., Batubara, L., Kedokteran, F., & Yarsi, U. (2020). Mencegah dan mendidik masyarakat terhadap penyakit hipertensi, diabetes dan asam ura t 1. *Universitas YARSI*, 31–38.

tetti, R. A., & Hawati, N. (2015). Nyeri Kepala Dengan Terapi Non Farmakologi Di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(18), 76–88.

Udjianti, Wajan. (2011). Keperawatan Kardiovaskular. Jakarta: Salemba Medika

Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Di Rs Pku Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>

Wikipedia. (2019). Relaksasi (psikologi) di

[https://translate.google.com/translate?u=https://en.wikipedia.org/wiki/Relaxation\\_\(psychology\)&hl=id&sl=en&tl=id&client=srp&prev=search](https://translate.google.com/translate?u=https://en.wikipedia.org/wiki/Relaxation_(psychology)&hl=id&sl=en&tl=id&client=srp&prev=search)

[akses 3 april 2019]

W. I. Mubarak.,( 2015). **Buku Ajar Ilmu Keperawatan**. Jakarta: Salemba Medika

World Health Organization (2015), Kementrian Republik Indonesia penyakit hipertensi Paling Banyak Diidap Masyarakat Indonesia. [https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensipenyakit-palingbanyakdiidapatmasyarakat.html#:~:text=Data%20World%20Health%20Organization%20\(WHO,orang%20di%20dunia%20terdiagnosis%20hipertensi.](https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensipenyakit-palingbanyakdiidapatmasyarakat.html#:~:text=Data%20World%20Health%20Organization%20(WHO,orang%20di%20dunia%20terdiagnosis%20hipertensi.)

Yanti, D., & Efi, K. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Post Seksio Sesaria. 3(1), 1–7. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/10834>

Yasmeen, D., & Efi, K. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Post Seksio Sesaria. 3(1), 1–7. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/10834>

Zhao, T., Wang, G., Dai, J., Liu, Y., Wang, Y., & Li, S. (2018). Cases of visual impairment caused by cerebral venous sinus occlusion-induced intracranial hypertension in the absence of headache. *BMC Neurology*, 18(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12883-018-1156-7>.