

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, L., & Sulastrri, E. (2018). Karya Tulis Ilmiah Penerapan Kompres Hangat Dan Pijat Punggung (Massage) Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Kesehatan*, 3–34.
- Asmadi. (2018). *Teknik prosedural konsep & aplikasi kebutuhan dasar klien*. Jakarta : Salemba Medika .
- Dewi, P. K., Patimah, S., & Khairiyah, I. I. (2018). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 4(02), 16–24.
- Henky, J., Efriza, & Aprillia. (2022). The Relationship of Body Mass Index In Third Trimester of Pregnancy With Low Back Pain Incidence. *Scientific Journal*, 1(3), 208–219.
- Hrvatin, I., & Rugelj, D. (2022). Risk factors for accidental falls during pregnancy—a systematic literature review. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 35(25), 7015–7024.
- Kumala Dewi, dkk. (2020). Pengetahuan Dan Penggunaan Obat Analgesik Dan Antipiretik Pada Ibu Hamil. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 7(1), 8.
- Kusuma Darma, S.Kp., M.Kes, D. K. (2015). *Metodologi Penelitian Keperawatan* (H. Pramono (ed.); Edisi Revi). Trans Info Media.
- Lilis, D. N. (2019). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Gorontalo Journal Health and Science Community*, 3(2), 40–45.
- Maryani, S., Amalia, R., & Nurmalita Sari, M. H. (2020). Pijat Hamil Sebagai Terapi Non Farmakologis Dalam Penanganan Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester Iii. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 15–20.
- Mayasari, C. D. (2020). Pentingnya Pemahaman Manajemen Nyeri Non Farmakologi Bagi Seorang Perawat. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 35–42.
- Morgan, G. (2009). *Obstetri & Ginekologi Panduan Praktik* (E. Tiar (ed.); Edisi 2). Buku Kedokteran EGC.
- Muflihah, E. (2021). Relaksasi Terapi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala Nyeri Low Back Pain (LBP) Pada Pengrajin Keset. *Adi Husada Nursing Journal* , 82-83.
- 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.
- Musaei, S. (2023). The effect of pregnancy on the skin. *Eurasian Journal of*

Chemical, Medicinal and Petroleum Research, 2(1), 17–23.

- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. Lestari Puji (ed.); Edisi 4). Salemba Medika.
- Purnamasari, K. D. (2019). Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii. *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), 9.
- Putri, D. N, dkk. (2023). *Implementation Of Warm Compresses To Reduce Back Pain In Trimester. 3*.
- Putri, G. (2022). *Perubahan Fisik dan Psikis Pada Ibu Hamil*. Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
- Ratnawati, A. (2017). *Asuhan Keperawatan Maternitas* (Estiningdyah (ed.); Edisi 1). Pustaka Baru Press.
- Rosdiana, I., & Cahyati, Y. (2021). The effect of the progressive muscle relaxation combined with lavender aromatherapy on insomnia of hemodialysis patients. *Enfermeria Nefrologica*, 24(1), 39–46.
- Ruliati. (2019). Penangan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Tiga. *Well Being*, 4(1), 4–1.
- Sari, Y., Hajrah, W. O., & Zain, V. R. (2023). *Perbandingan Efektivitas Akupresur dan Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil*. 3(2), 72–79.
- Simbung, R., Ohorella, F., & Sikki, S. (2022). Efektivitas Teknik Relaksasi Otot Progresif dengan Effleurage Massage Terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, volume 13, 268–272.
- Sry, S. W., Niar, N., & Maskia, M. (2022). Studi Kasus Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Primigravida Dengan Nyeri Punggung Di Wilayah Kerja Puskesmas Anreapi. *Jurnal Berita Kesehatan*, 15(1).
- Sulistyorini, C. (2019). Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 10–15.
- Treede, R. D. (2018). The International Association for the Study of Pain definition of pain: As valid in 2018 as in 1979, but in need of regularly updated footnotes. *Pain Reports*, 3(2), 3–5.
- Tyastuti. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Wulansari, I. (2020). Latihan Relaksasi Otot Progressive Untuk Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Suwawa. *Laporan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo*, 1–23.
- Yuspina. (2018). Pengaruh Kompres Air Hangat dan Air Dingin Terhadap Nyeri Tulang Belakang Ibu Hamil Trimester III. *Journal of Materials Processing*

Technology, 1(1), 1–8.