

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP  
MUAL MUNTAH PADA PASIEN POST OPERASI SC  
DENGAN SPINAL ANESTESI (*EARLY PONV*)  
DI RUANG *RECOVERY ROOM* RSUD AL IHSAN BANDUNG  
PROVINSI JAWA BARAT**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**ENENG NENA  
NIM. 312020059**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG  
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

ENENG NENA  
NIM. 312020059

PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP  
MUAL MUNTAH PADA PASIEN POST OPERASI SC  
DENGAN SPINAL ANESTESI (*EARLY PONV*)  
DI RUANG *RECOVERY ROOM* RSUD AL. IHSAN BANDUNG  
PROVINSI JAWA BARAT

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan  
Pada Ujian Sidang Akhir Skripsi  
Tanggal 16 Maret 2022

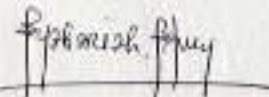
Oleh :

Pembimbing Utama



Riandi Alfin, S.Kep., Ners., M.Kep  
NPP : 2012300383047

Pembimbing Pendamping



Dr. Sitti Svabariah, S.Kp., MS, Biomed  
NPP : 197007311995032000

**LEMBAR PENGESAHAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP  
MUAL MUNTAH PADA PASIEN POST OPERASI SC  
DENGAN SPINAL ANESTESI (EARLY PONV)  
DI RUANG RECOVERY ROOM RSUD AL IHSAN BANDUNG  
PROVINSI JAWA BARAT**

Disusun Oleh :  
**ENENG NENA**  
**NIM. 312020059**

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi  
Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan  
Universitas Aisyiyah Bandung  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima  
Bandung...*14 April*...2022

Penguji I



Sajodin, S.Kep.,Ners.,M.Kes.AIFO

Penguji II



Inggriane Puspita Dewi, S.Kep.,Ners., M.Kep

Pembimbing Utama



Riandi Alfin, S.Kep.,Ners.,M.Kep

*Halaman Pernyataan Originalitas*

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Eneng Nena

NIM : 312020059

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Skripsi yang berjudul :

**"Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Post Operasi SC Dengan Spinal Anestesi (Early PONV) Di Ruang Recovery Room RSUD Al Ihsan Bandung Provinsi Jawa Barat"**

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, 27 Maret 2022

Yang membuat pernyataan



Eneng Nena

## MOTTO

◆ *Hidup adalah pilihan maka hadapilah dengan penuh kekuatan, berusahalah untuk selalu tersenyum dalam menghadapi hidup, dan pilihlah dengan bijak.*



◆ *Kerjakanlah apa yang anda bisa kerjakan saat ini, tinggalkanlah apa yang harus ditinggalkan saat ini. Lalu perhatikan apa yang terjadi!*



◆ *Kenalilah/dekati, datangilah Allah SWT di waktu dalam keadaan bahagia, senang, niscaya Allah SWT akan mendekati, mengenali, mendatangi diwaktu dalam keadaan susah.*

*(Penulis)*

## PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohiim,,,,,

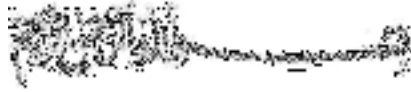
Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Engkau Ya Allah, atas kehendak Mu, akhirnya selesai sudah tugas akhir Skripsi ini. Semoga Engkau meridhoi dan menjadi kebermanfaatan bagi sesama.

Skripsi ini Saya persembahkan kepada orang tua saya, mamah dan bapak (Euis Maya dan Endoh Rasmana) yang selalu mendoakan tiada henti di setiap shalat dan waktunya untuk anak-anaknya. Suami tercinta Arifin Darmawan, S.Sos.I yang selalu sigap dan selalu ada disetiap saat dibutuhkan, baik bantuan moril, support dan doa-doanya yang selalu tercurah untuk istrinya ini. Anak-anak ku tercinta Naila Mumtaz Tazkiyah (Teh Nay) dan Muhammad Hamzah MR (aa Azzam) yang selalu mengerti dan berusaha membantu ketika Bunda sedang mengerjakan tugas akhir ini, semoga menjadi motivasi yang baik bagi kalian. Adik-adik ku tersayang Neni Rianti, Rani Ismayani, Gimani Hilmanasyah dan Selvy Maharani serta keluarga besar Anak Incu Almarhum Abah Ugih. Kepada semua pihak yang terlibat yang tidak bisa disebutkan satu persatu, begitu banyak bantuan dan supportnya kepada saya semoga Allah SWT membalasnya dengan pahala kebaikan.

Hanya kepada Mu Ya Allah hamba berdoa dan berharap semoga menjadi salah satu amal ibadah yang terbaik dan berkahilah ilmu yang didapat dan semoga dapat bermanfaat bagi dunia akhirat. Sejatinya manusia adalah tempat salah dan khilaf, mohon maaf atas segala kesalahan dan kekhilafan selama ini.

***By : eneng nena***

## KATA PENGANTAR



Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia Nya kepada kita semua, karena atas berkah, rahmat anugerah, ijin serta kekuatan lahir bathin penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini yang berjudul ***“Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Mual Muntah pada Pasien Post SC dengan Spinal Anestesi (Early PONV) di Kamar Operasi RSUD AL Ihsan Bandung Provinsi Jawa Barat”***.

Saya menyadari begitu banyak kekurangan dalam penyusunan proposal penelitian ini, dan begitu banyak bantuan arahan, bimbingan, dorongan, perhatian, pengertian dan kesabaran yang tak terhingga dari berbagai pihak sehingga dapat terselesaikannya proposal penelitian ini. Oleh karena itu pada saat yang berbahagia ini penulis ingin menyampaikan penghargaan yang setinggi-tinggi kepada berbagai pihak yang telah membantu, memberi dorongan dan semangat, terutama ditujukan kepada :

1. Tia Setiawati, S.Kp., M.Kep., Ns.Sp.Kep.An selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung
2. Dr. Sitti Syabariah, S.Kp., MS.Biomed. selaku Wakil Rektor I Universitas ‘Aisyiyah Bandung sekaligus sebagai Dosen Pembimbing 2 Skripsi yang telah banyak meluangkan waktu memberi arahan, bimbingan, semangat dan nasihat dengan penuh kesabaran selama proses penyelesaian skripsi

3. Nandang Jamiat Nugraha, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.Kep.Kom selaku Wakil Rektor II Universitas 'Aisyiyah Bandung
4. Popy Siti Aisyah., .S.Kep.Ners.M.Kep sebagai Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung
5. Nina Gartika. S.Kp. M.Kep sebagai Kepala Prodi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung
6. Ariani Fatmawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Kep.Mat sebagai koordinator Skripsi yang telah banyak membantu kami dalam kelancaran pembuatan skripsi
7. Riandi Alfin, S.Kep.,Ners.,M.Kep sebagai Dosen Pembimbing 1 Skripsi yang telah banyak meluangkan waktu memberi arahan, bimbingan, semangat dan nasihat dengan penuh kesabaran selama proses penyelesaian skripsi
8. Hayinah Rahayu, S.Psi.,M.Psi selaku Pembimbing Akademik
9. Seluruh staf dosen dan penguji Program Studi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung yang telah memberi dukungan selama proses Pendidikan
10. H. Riki Rizkianudin, AMK sebagai Kepala Ruangan kamar operasi yang telah memberi dukungan dan motivasi
11. Suami tercinta Arifin Darmawan, S.Sos.I beserta anak anak ku Naila Mumtaz dan Muhammad Hamzah, tak lupa bayi yang sedang dikandung juga keluarga yang telah memberikan dukungan, support penuh selama proses pendidikan hingga terselesaikannya skripsi penelitian ini
12. Crew OK dan anastesi yang selalu kompak dan solid dalam pekerjaan



Semoga penelitian ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi perawat lainnya pada umumnya dan dapat memberikan kontribusi dalam membantu pelayanan yang professional dan Amanah.

Bandung, Desember 2021

Penyusun

## ABSTRAK

Eneng Nena  
312020059

### **PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP MUAL MUNTAH PADA PASIEN POST OPERASI SC DENGAN SPINAL ANESTESI (*EARLY PONV*) DI RUANG *RECOVERY ROOM* RSUD AL IHSAN BANDUNG PROVINSI JAWA BARAT**

2022; 85 halaman; 7 tabel; 2 bagan; 14 gambar; 5 lampiran

Operasi SC dalam prosedurnya lebih banyak menggunakan spinal anestesi dibanding asnestesi umum untuk menjaga keselamatan bayi, namun dalam kondisi tertentu bisa menggunakan anestesi umum. Anestesi spinal dapat menyebabkan mual muntah atau sering disebut dengan istilah PONV (*Post Operatif Nausea Vomiting*). Penanganan PONV dilakukan dengan memberikan terapi relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap mual muntah post SC dengan spinal anestesi. Metode penelitian menggunakan *quasi eksperimen* dengan *pretest-posttest nonequivalent with control group design*. Menggunakan instrument RINVR (*Rhodes Index of Nausea, Vomiting and Retching*). Populasi penelitian yaitu pasien post SC berjumlah 20 responden. Hasil penelitian terdapat perbedaan skor rata-rata PONV posttest pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu 7,9. Nilai *p value* didapatkan  $0,001 \leq 0,05$  dengan kesimpulan terdapat pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap mual muntah (*early PONV*) post SC dengan spinal anestesi. Relaksasi otot progresif berpengaruh dan efektif mengurangi mual muntah post operasi SC. Relaksasi otot progresif berfokus pada proses ketegangan dan relaksasi, menurunkan aktivitas system saraf simpatik dan parasimpatik sehingga menghasilkan perasaan tenang, relaksasi serta mengajarkan seseorang cara beristirahat secara efisien, menghilangkan ketegangan tubuh sehingga tampak merasa nyaman dan aman. Hal ini semoga menjadi referensi untuk mengatasi mual muntah pada berbagai kondisi.

Kata kunci : Anestesi Spinal, Mual Muntah, Relaksasi Otot Progresif

Kepustakaan : 38 buah ( 2011-2020)

## ABSTRACT

Eneng Nena  
312020059

### **THE INFLUENCE OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION AGAINST NAUSEA TOWARD POST OPERATION OF SC PATIENTS WITH SPINAL ANESTHESIA (EARLY PONV) IN THE RECOVERY ROOM AT RSUD AL IHSAN BANDUNG WEST JAVA PROVINCE**

\*2022; 85 pages; 7 tables; 2 charts; 14 pictures; 5 attachments

The procedure of SC Operation used more spinal anesthesia than general anesthesia to keep the safety of baby, yet under particular conditions it could use general anesthesia. However, spinal anesthesia is able to cause nausea or vomiting. It is often called PONV (post operative nausea vomiting). PONV was carried out by providing progressive muscle relaxation therapy. Thus, The purpose of this research is to know the influence of progressive muscle relaxation toward nausea post SC with spinal anesthesia. The Research methodology used quasi experiments with pretest-posttest nonequivalent with control group design. The instruments used here was RINVR (Rhodes index of, nausea vomiting and retching). The populations were 20 respondents (Post SC patients). The research results, there were 7.9 average score differences PONV posttest between intervention and control groups. P value obtained  $0,001 \leq 0,05$ . In Conclusion there is the influence of progressive muscle relaxation therapy toward nausea vomiting ( early PONV ) post SC with spinal anesthesia. Progressive muscle relaxation influence and reduce nausea effectively. The relaxation of the progressive muscles focused on the process of tension and relaxation, sent down the activity of the system sympathetic and parasympathetic nerve, hence it stimulated calm feeling, relaxation and taught someone how to rest efficiently, reduced the body tension. As the result patients felt more comfortable and secured. The result of this research hopefully would be reference to overcome nausea any conditions.

Key Words : spinal anesthesia, nausea vomiting, progressive muscle relaxation

References: 38 sources ( 2011-2020 )

**SURAT PERNYATAAN  
KESEDIAAN PUBLIKASI ILMIAH**

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Eneng Nena  
NIM : 312020059  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas penelitian skripsi saya yang berjudul :

**“Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Post Operasi SC Dengan Spinal Anestesi (*Early PONV*) Di Ruang *Recovery Room* RSUD Al Ihsan Bandung Provinsi Jawa Barat”**

Hak Bebas Royalti Noneklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 22 Mei 2022

Yang Menyatakan,



Eneng Nena

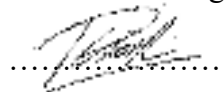
Mengetahui,

Tim Pembimbing

Nama

Tanda Tangan

1. Riandi Alfin, S.Kep.,Ners.,M.Kep



2. Dr. Sitti Syabariah,S.Kp.,MS.Biome



## DAFTAR ISI

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| KATA PENGANTAR.....                    | vi                                  |
| DAFTAR ISI .....                       | iv                                  |
| DAFTAR BAGAN .....                     | vi                                  |
| DAFTAR TABEL .....                     | vii                                 |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                  | viii                                |
| DAFTAR GAMBAR.....                     | ix                                  |
| BAB II .....                           | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| PENDAHULUAN .....                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Latar Belakang .....                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Perumusan Masalah .....             | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Tujuan dan Manfaat Penelitian ..... | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| D. Sistematika Penulisan .....         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| BAB II .....                           | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| TINJAUAN PUSTAKA .....                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Landasan Teoritis.....              | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 1. Spinal Anestesi .....               | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 2. Mual Muntah .....                   | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 3. Relaksasi Otot Progresif.....       | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Hasil Penelitian Yang Relevan ..... | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Kerangka Pemikiran.....             | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| BAB III .....                          | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| METODOLOGI PENELITIAN .....            | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Metode & Desain Penelitian.....     | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| B. Variabel.....                             | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Definisi Konseptual dan Operasional ..... | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| D. Populasi Dan Sample.....                  | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| E. Instrumen Penelitian .....                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| F. Waktu dan Tempat Penelitian .....         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| G. Pengumpulan Data .....                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| H. Pengolahan Data dan Analisa Data .....    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 1. Pengolahan Data.....                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 2. Analisa Data .....                        | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| I. Prosedur Penelitian.....                  | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 1. Tahap Persiapan.....                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 2. Tahap Pelaksanaan .....                   | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| 3. Tahap Akhir.....                          | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| J. Etika Penelitian .....                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| DAFTAR PUSTAKA.....                          | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |

## DAFTAR BAGAN

- Bagan 2. 2 Efek Relaksasi Otot Progresif terhadap mual muntah post operasi SC dengan spinal anestesi .....**Error! Bookmark not defined.**
- Bagan 3. 1 Kerangka Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR TABEL

- Tabel 2. 1 Klasifikasi Status Fisik Berdasarkan American Society Anesthesiology (ASA) .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 2. 2 Hasil Penelitian Yang Relevan .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 1 Definisi Operasional dan Konseptual Variabel Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .. **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 2 Kejadian Mual Muntah Pre dan Posttest ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas Data .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 4 Perbedaan Rata-rata Skor Posttest Kelompok Intervensi dan Kontrol .....**Error! Bookmark not defined.**



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran. 1 Lembar Informed Consent.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran. 2 Lembar Persetujuan Responden .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran. 3 Data Demografi .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran. 4 Kuesioner Untuk Mengukur PONV .**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran. 5 SOP Relaksasi Otot Progresif.....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1 Posisi Spinal Anestesi .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 2 Gerakan Otot Dahi .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 3 Gerakan Otot-Otot Mata.....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 4 Gerakan Otot Rahang .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 5 Gerakan Otot Mulut .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 6 Gerakan Otot Leher Belakang.....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 7 Gerakan Otot Leher Depan .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 8 Gerakan Otot Tangan .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 9 Gerakan Otot Tangan Bagian Belakang..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 10 Gerakan Otot Lengan Biceps .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 11 Gerakan Otot Bahu.....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 12 Gerakan Otot-Otot Punggung.....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 13 Gerakan Otot-Otot Dada .....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 14 Gerakan Otot-Otot Perut .....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, D., Oktarina, R., Misnaniarti, M., & Dwi Sutrisnawati, N. N. (2018). Etika Kesehatan pada Persalinan Melalui Sectio Caesarea Tanpa Indikasi Medis. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(1), 9. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.2110>
- Cronin, S. N., Odom-Forren, J., Roberts, H., Thomas, M., Williams, S., & Wright, M. I. (2015). Effects of Controlled Breathing, With or Without Aromatherapy, in the Treatment of Postoperative Nausea. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 30(5), 389–397. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2015.03.010>
- Dahlan, M. S. (2016). *Besar Sampel Dalam Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan* (4th ed.). Epidemiologi Indonesia.
- Departemen Kesehatan RI. (2011). *Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi Indonesia*. [www.KesehatanKandungan.com](http://www.KesehatanKandungan.com)
- Gruendemann, B. J., & Fernsebner, B. (2006). *Keperawatan Perioperatif* (E. K. Yudha & S. Aminah (eds.)). EGC.
- Hayati, F. K. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Nausea Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Dengan Anestesi Spinal Oleh : Fitri Kurnia Hayati Abstrak. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Hayati, N. I., Nurhayati, Y., & Dirgahayu, I. (2017). Pemberian Aromaterapi Jahe Selama 5-10 Menit Menurunkan Keluhan Mual Muntah Pada Pasien Post

Seksio Sesarea. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(2).

Hendro, R. T., Pradian, E., & Indriasari, I. (2018). Penggunaan Skor Apfel Sebagai Prediktor Kejadian Mual dan Muntah Pascaoperasi di RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Anestesi Perioperatif*, 6(2), 89–97. <https://doi.org/10.15851/jap.v6n2.1425>

Hidayat, A. A. A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data* (Nurchasanah (ed.)). Salemba Medika.

Karnina, R., & Ismah, M. N. (2021). Gambaran Kejadian Postoperative Nausea and Vomiting (PONV) pada Pasien Pasca Tindakan Dilatasi Kuretase dengan Anestesi Umum di RSIA B pada Tahun 2019. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.24853/myjm.2.1.10-20>

Khasanah, R. N., Yuda, H. T., & Nugroho, F. A. (2021). Pengaruh Inhalasi Peppermint Sebagai Terapi Non Farmakologi Terhadap Penurunan PONV Post Anestesi Spinal Di RS PKU Muhammadiyah Gombong. *Proceeding of The URECOL*, 59–65.

Kim, T. H., Choi, B. M., Chin, J. H., Lee, M. S., Kim, D. H., & Noh, G. J. (2007). The Reliability and Validity of the Rhodes Index of Nausea, Vomiting and Retching in Postoperative Nausea and Vomiting. *Korean Journal of Anesthesiology*, 52(6), S59. <https://doi.org/10.4097/kjae.2007.52.6.s59>

Laporan Nasional Riskesdas. (2018). Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 198). <http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Lap>

oran\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf

LeMone, P., Burke, K. M., & Bauldoff, G. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Gastrointestinal* (M. T. Iskandar (ed.); Edisi 5). EGC Medical Publisher.

Lin, C. J., & Williams, B. A. (2011). Postoperative nausea and vomiting in ambulatory regional anesthesia. *International Anesthesiology Clinics*, 49(4), 134–143. <https://doi.org/10.1097/AIA.0b013e318216bf9c>

Maryani, A. (2009). Pengaruh Progresisve Muscle Relaxation Terhadap Kecemasan , Mual dan Muntah Setelah Kemoterapi. *Fik Ui*.

Molassiotis, A., Yung, H. P., Yam, B. M. C., Chan, F. Y. S., & Mok, T. S. K. (2002). The effectiveness of progressive muscle relaxation training in managing chemotherapy-induced nausea and vomiting in Chinese breast cancer patients: A randomised controlled trial. *Supportive Care in Cancer*, 10(3), 237–246. <https://doi.org/10.1007/s00520-001-0329-9>

Nasir, A., Muhith, A., & Ideputri. (2011). *Buku Ajar : Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Nuha Medika.

Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Rineka Cipta.

Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (A. Suslia (ed.); 3rd ed.). Salemba Medika.

Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestasi (ed.); 4th ed.). Salemba Medika.

Nurwahidah, Sjattar, E. L., Sangkala, M. S., Kamar, H. N., Anisa, N. R., Febrianti, N., & Sahmar, W. (2018). Efektivitas Progressive Muscle Relaxation (PMR) Dan Guided Imagery (GI) Terhadap Kejadian Mual Muntah Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Reginal Wilayah Indonesia Timur. *JIKKHC*, 151(2), 10–17.

Nuwa, M. S., Kusananto, & Utami, S. (2018). *Modul: Kombinasi Terapi Progressive Muscle Relaxation Dengan Spiritual Guided Imagery and Music (Panduan Buat Perawat)* (Kusananto & S. Utami (eds.)). Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Perry, P. I., & Hall, S. I. (2020). *Dasar-Dasar Keperawatan* (E. Novieastari, K. Ibrahim, Deswani, & S. Ramdaniati (eds.); Edisi Indo). Elsevier Ltd.

Pujamukti, I. S. (2019). *Hubungan Status Preloading Cairan Dengan Kejadian Post Operatif Nausea And Vomiting (PONV) Pada Pasien Pasca Anestesi Di RSUD Wonosari*.

Putri, R. D., Adhistry, K., & Idriansari, A. (2020). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif dan Imajinasi Terbimbing Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 3, 104–114.

Reproductive Health and Research, D. (2015). WHO Statement on Caesarean Section Rates. *Human Reproduction Programme*.  
[www.who.int/reproductivehealth/](http://www.who.int/reproductivehealth/)

Rihiantoro, T., Oktavia, C., & Udani, G. (2018). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Inhalasi Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Post Operasi*

*Dengan Anestesi Umum. XIV(1).*

Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*.

Rosidah, I. (2019). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Mual Muntah pada Pasien Post Operasi Sectio Caecarea di RS PKU Muhammadiyah Bantul. *Poltekkes Yogyakarta, 2011*.

Rustanti, M. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pasca Operasi Spinal Anestesi Di Rsud Kota Yogyakarta. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pasca Operasi Spinal Anestesi Di Rsud Kota Yogyakarta, 151*, 10–17.

Shahriari, M., Dehghan, M., Pahlavanzadeh, S., & Hazini, A. (2017). Effects of progressive muscle relaxation, guided imagery and deep diaphragmatic breathing on quality of life in elderly with breast or prostate cancer. *J Edu Health Promot*, 6. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_147\\_14](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_147_14)

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta Bandung. [www.cvalfabeta.com](http://www.cvalfabeta.com)

Supriati, L. (2016). *Progressive Muscle Relaxation. In Modul keperawatan jiwa :Workshop Keperawatan Jiwa ke-X*. Universitas Indonesia.

Supriyanto, J., Rachman, A. I., & Suwarman. (2020). *Efek Granisetron Intravena terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Seksio Sesarea dengan Anestesi Spinal*. 8. <https://doi.org/10.15851/jap.v8n2.2041>

Tian, X., Tang, R. Y., Xu, L. L., Xie, W., Chen, H., Pi, Y. P., & Chen, W. Q. (2020).

Progressive muscle relaxation is effective in preventing and alleviating of chemotherapy-induced nausea and vomiting among cancer patients: a systematic review of six randomized controlled trials. *Supportive Care in Cancer*, 28(9), 4051–4058. <https://doi.org/10.1007/s00520-020-05481-2>

Utami, S. (2016). Efektifitas Latihan Progressive Muscle Relaxation(Pmr) Terhadap Mual Muntah Kemoterapi Pasien Kanker Ovarium. *Jurnal Keperawatan*, 4(2008), 83–90.

World Health Organization, H. (2015). *WHO statement on caesarean section rates*. April.

[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.who.int%2Freproductivehealth%2Fpublications%2Fmaternal\\_perinatal\\_health%2Fcs-statement%2Fen%2F&psig=AOvVaw1\\_icG92OgYrPbGnN8dBtCO&ust=1634482566453000&source=images&cd=vfe&ved=0CAoQjhxqFwoTCJCx\\_JeYz\\_MCF](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.who.int%2Freproductivehealth%2Fpublications%2Fmaternal_perinatal_health%2Fcs-statement%2Fen%2F&psig=AOvVaw1_icG92OgYrPbGnN8dBtCO&ust=1634482566453000&source=images&cd=vfe&ved=0CAoQjhxqFwoTCJCx_JeYz_MCF)