

Relaksasi otot progresif

UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA POST PARTUM NORMAL

Hasil Penelitian Studi Kasus

1. Intan Kumala Sari
2. Zuraidah
3. Nadi Aprilyadi
4. Rike Aldela Oktavianti



Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kecemasan pada Post Partum Normal

**Intan Kumala Sari,
Zuraidah,
Nadi Apriyadi,
Rike Aldela Oktavianti**



Penerbit Lembaga Omega Medika

Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kecemasan pada Post Partum Normal

Penulis: Intan Kumala Sari, Zuraidah, Nadi Apriyadi, Rike Aldela Oktavianti

Editor :Penerbit Lembaga Omega Medika

Tata Letak :Penerbit Lembaga Omega Medika

Desain Sampul :Penerbit Lembaga Omega Medika

Hak Cipta © 2022 Penerbit Lembaga Omega Medika

Anggota IKAPI

Jl. Perdana, Kwadungan Permai A 45-46 Kediri

Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri

Phone : +62 857-3387-8003

Website : <https://sites.google.com/view/penerbitcandle>

E-mail : candle.publishing@gmail.com

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronis maupun mekanis, termasuk tidak terbatas pada memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Ilmu pengetahuan dan tindakan berdasarkan bukti terus berkembang dari berjalannya penelitian terbaru, Oleh karena itu, standar pengetahuan dan tindakan wajib diikuti seiring dengan penelitian dan pengalaman klinis berdasarkan bukti. Pembaca disarankan untuk memeriksa informasi dan hasil penelitian terbaru untuk memverifikasi ilmu pengetahuan, dan tindakan yang direkomendasikan serta kontraindikasi. Penerbit maupun penulis tidak bertanggung jawab atas kecelakaan dan/atau kerugian yang dialami seseorang atau sesuatu yang diakibatkan oleh penerbitan buku ini.

Intan Kumala Sari, Zuraidah, Nadi Apriyadi, Rike Aldela Oktavianti

Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kecemasan pada Post Partum Normal

Kediri: Lembaga Omega Medika, 2022

Cetakan pertama, Maret 2022

1 Jil, 28 Hal, 21 x 29 cm

ISBN: 978-623-97757-7-3

Kata Pengantar



Dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, penyusunan buku panduan Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Post Partum Normal akhirnya berhasil disusun. Diharapkan buku panduan ini dapat digunakan sebagai alat bantu bagi ibu post partum yang mengalami kecemasan. Dengan menggunakan panduan ini diharapkan seorang ibu post partum yang mengalami kecemasan mampu mengatasi rasa keemasannya dengan menggunakan relaksasi otot progresif.

Akhirnya, Semoga buku panduan ini dapat bermanfaat dan menjadi penunjang bagi mahasiswa, pengajar dan pembimbing dalam mencapai tujuan pembelajaran mata kuliah keperawatan maternitas.

Palembang, Februari 2022

Penulis



Daftar Isi

COVER DEPAN	1
KATA PENGANTAR	3
DAFTAR ISI	4
PENGERTIAN POST PARTUM	5
PENELITIAN TERKAIT	7
DAMPAK KECEMASAN.....	8
RELAKSASI OTOT PROGRESIF	9
PROSEDUR KERJA.....	11
Fase Orientasi	11
Fase Kerja	12
DAFTAR PUSTAKA	25
PROFIL PENULIS	26



ISBN 978-623-97757-7-3 (PDF)

