



Implementasi Teknik Relaksasi Napas dalam pada Pasien *Pre Operasi Stenosis Ureter* terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah

Implementation of Deep Breathing Relaxation Techniques in Preoperative Ureteral Stenosis Patients to Reduce Anxiety Levels at Undata Hospital, Central Sulawesi Province

Taufik Susanto^{1*}, Sri Yulianti², Indri Iriani³
^{1,2,3}Akademi keperawatan Justitia Palu, Indonesia

*Corresponding Author: E-mail: taufiksusanto95@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 12 November, 2023

Revised: 5 February, 2024

Accepted: 11 May, 2024

Kata Kunci:

Relaksasi Napas Dalam Pre Operasi;
Stenosis Ureter

Keywords:

Deep Breath Relaxation;
Preoperative;
Ureteral Stenosis

DOI: [10.56338/jks.v7i5.4388](https://doi.org/10.56338/jks.v7i5.4388)

ABSTRAK

Batu Saluran Kemih (BSK) merupakan masalah kesehatan yang sudah lama dikenal dan menempati urutan ketiga di bidang Urologi. Urolithiasis atau batu saluran kemih adalah suatu kondisi yang terjadi ketika batu - batu ini keluar dari ginjal dan berpindah ke bagian lain dari sistem pengumpul urin, yang meliputi ureter, kandung kemih dan uretra. Penyebab terbentuknya batu dapat digolongkan dalam 2 faktor antara lain faktor endogen dan eksogen. Metode deskriptif ialah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki suatu kondisi, keadaan, atau peristiwa lain, kemudian hasilnya akan dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Pemberian teknik relaksasi napas dalam dilakukan sebanyak 2 kali dalam 1 hari di pagi dan sore hari dengan durasi kurang lebih 15 menit secara rutin, biasanya diberikan pada klien yang mengalami kecemasan sedang. Teknik relaksasi napas dalam dapat dilakukan tidak hanya untuk pasien cemas teknik ini juga bisa digunakan pada pasien nyeri. Manfaat lain yang dapat diperoleh dari latihan napas dalam adalah meningkatkan inflasi alveolar maksimal, meredakan kecemasan, menghilangkan pola aktivitas otot pernapasan yang tidak efektif dan tidak terkoordinasi, memperlambat laju pernapasan, dan mengurangi kerja pernapasan. Pernapasan yang lambat, santai, dan ritmis juga membantu mengendalikan kecemasan yang terjadi. Saran pada penelitian ini antara lain bagi institusi pendidikan, bagi tempat penelitian dan bagi peneliti.

ABSTRACT

Urinary Tract Stones (BSK) is a long-known health problem and ranks third in the field of Urology. Urolithiasis or urinary tract stones is a condition that occurs when these stones exit the kidneys and move to other parts of the urine-collecting system, which includes the ureters, bladder and urethra. The causes of stone formation can be classified into 2 factors, including endogenous and exogenous factors. Descriptive method is research intended to investigate a condition, circumstance, or other event, then the results will be presented in the form of a research report. Giving deep breath relaxation techniques is done 2 times in 1 day in the morning and evening with a duration of approximately 15 minutes regularly, usually given to clients who experience moderate anxiety. Deep breath relaxation techniques can be done not only for anxious patients, this technique can also be used in pain patients. Other benefits that can be obtained from deep breathing exercises are increasing maximal alveolar inflation, easing anxiety, eliminating ineffective and uncoordinated patterns of respiratory muscle activity, slowing the rate of breathing, and reducing breathing work. Slow, relaxed, and rhythmic breathing also helps control anxiety. Suggestions for this research include for educational institutions, for research sites and for researchers.

PENDAHULUAN

Batu Saluran Kemih (BSK) telah menjadi isu kesehatan yang telah dikenal lama dan merupakan peringkat ketiga dalam bidang Urologi. Urolithiasis adalah kondisi di mana batu yang tadinya berada di

ginjal bergerak dan masuk ke bagian lain dari sistem pengumpul urin seperti ureter, kandung kemih, dan uretra (Trisnawati & Jumenah, 2018).

Penyebab terbentuknya batu dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, yaitu faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen meliputi faktor genetik, hiperkasiuria, pH urin yang asam atau basa, dan ketidakseimbangan cairan dalam tubuh yang dapat merangsang pembentukan batu. Di sisi lain, faktor eksogen meliputi kurang minum atau kurang mengonsumsi air, yang dapat menyebabkan pengendapan kalsium di pelvis renal karena ketidakseimbangan cairan yang masuk. Selain itu, tempat yang bersuhu panas dapat meningkatkan pengeluaran keringat dan mengurangi produksi urin, yang pada akhirnya dapat mempermudah pembentukan batu. Aliran yang menurun disebabkan oleh. Salah satu penyebab obstruksi urin adalah urin statis dan menurunnya volume urin akibat kekurangan cairan serta asupan cairan yang tidak memadai. Keadaan ini dapat meningkatkan risiko terjadinya urolitiasis. Perkembangan aliran urin yang kurang adalah tanda yang tidak normal. Hal yang sering terjadi adalah berbagai kondisi yang memicu terjadinya urolitiasis, selain faktor utama identifikasi penyebab urolitiasis adalah beragamnya komposisi batu.

Menurut Maryunani (2014), tingkat kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah bagaimana persepsi pasien terhadap hospitalisasi dan pengalaman pembedahan yang dijalani. Selain itu, tingkat harga diri atau gambaran diri pasien juga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan. Penting untuk mengatasi kecemasan pada pasien sebelum operasi guna mencegah terjadinya perubahan fisiologis seperti peningkatan tekanan darah, peningkatan frekuensi detak jantung dan pernapasan, gerakan tangan yang tidak terkendali, keringat berlebih pada telapak tangan, rasa gelisah, kecenderungan mengulang pertanyaan yang sama, serta kesulitan dalam tidur.

Akibat dari kecemasan pasien pre operasi ada kemungkinan operasi tidak bisa dilaksanakan, karena pasien yang mengalami kecemasan sebelum operasi akan muncul kelainan seperti tekanan darah yang meningkat, sehingga apabila tetap dilakukan operasi akan mengakibatkan kesulitan terutama dalam menghentikan pendarahan, bahkan setelah operasi dapat mengganggu proses penyembuhan. Kecemasan dapat berkurang dengan beberapa cara antara lain dengan teknik distraksi dan relaksasi (Putri dan Widarti, 2018).

Teknik relaksasi nafas dalam merupakan pernafasan pada abdomen dengan frekuensi lambat serta perlahan, berirama, dan nyaman dengan cara memejamkan mata saat menarik nafas. Efek dari terapi ini ialah distraksi atau pengalihan perhatian (Hartanti, dkk, 2016)

Manfaat lain yang dapat diperoleh dari latihan napas dalam adalah meningkatkan inflasi alveolar maksimal, meredakan kecemasan, menghilangkan pola aktivitas otot pernapasan yang tidak efektif dan tidak terkoordinasi, memperlambat laju pernapasan, dan mengurangi kerja pernapasan. Pernapasan yang lambat, santai, dan ritmis juga membantu mengendalikan kecemasan yang terjadi (Smeltzer, etal. 2010).

Berdasarkan hasil data awal dari Rekam Medik RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah tentang kejadian stenosis ureter pada tahun 2021 sebanyak 39 kasus kemudian pada tahun 2022 kasus stenosis ureter mengalami peningkatan sebanyak 64 kasus, pada tahun 2023 ditujuh bulan terakhir dari bulan Januari – Juli terjadi penurunan kasus stenosis ureter sebanyak 29 kasus.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang implementasi teknik relaksasi napas dalam pada pasien pre operasi stenosis ureter terhadap penurunan tingkat kecemasan di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah. Rumusan masalah Bagaimana implementasi pemberian teknik relaksasi napas dalam pada pasien pre operasi stenosis ureter terhadap penurunan tingkat kecemasan di RSUD.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk mendeskripsikan (memaparkan) peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini. Menurut Arikunto (2019). Berfokus pada tindakan implementasi pemberian relaksasi napas dalam untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pre operasi stenosis ureter di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah. Studi kasus ini telah dilaksanakan di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah pada bulan Agustus 2023 dari tanggal 21 sampai tanggal 23 Agustus 2023. 1.

Analisis data ini dikumpulkan berdasarkan hasil wawancara, observasi, serta dokumentasi yang kemudian data ditulis dalam format pengkajian keperawatan dan dibuat dalam bentuk terstruktur. Data yang disajikan dalam bentuk tabel, gambar, bagan, maupun teks deskriptif

HASIL DAN DISKUSI

Pengkajian

Sesuai dengan Standar Kesimpulan Keperawatan Indonesia (SDKI), Kegelisahan berkaitan dengan rasa takut akan kekecewaan. Dalam kasus sebenarnya, mereka yang diam-diam mengomunikasikan keraguan terhadap rencana pembedahan yang akan datang dan menyuarakan kekhawatiran karena tidak dapat melihat bayi mereka yang berusia 2 bulan. Orang yang pendiam juga menunjukkan tanda-tanda rasa kasihan dan keresahan. Tanda-tanda penting dicatat sebagai berikut: Berat Darah: 150/100 mmHg, Suhu Tubuh: 37.0°C, Detak jantung: 80 detak per menit, Nafas: 20 napas per menit. Berdasarkan hipotesis yang ditetapkan dan penilaian yang terjadi dalam kasus sebenarnya, tidak ada perbedaan antara hipotesis dan kasus karena kasus tersebut menunjukkan tanda dan indikasi yang sesuai dengan hipotesis.

Diagnosa Keperawatan

Sesuai dengan Standar Tekad Keperawatan Indonesia (SDKI), terdapat tiga analisis keperawatan yang diakui pada kasus pasien dengan Stenosis Ureter. Penetapan keperawatan yang pertama adalah Intense Torment yang berkaitan dengan bahaya fisiologis, yang kedua adalah Kegelisahan yang berkaitan dengan rasa takut akan kekecewaan, dan yang ketiga adalah Hipertermia yang berkaitan dengan penanganan infeksi. Namun dalam kasus ini, fokusnya terutama pada penentuan ketidaknyamanan keperawatan karena menyesuaikan dengan subjek kasusnya. Kasus kehidupan nyata yang kami alami didukung oleh informasi subjektif dan objektif. Keheningan tersebut menyampaikan kegelisahan tentang metode pembedahan yang akan datang dan ketakutan karena tidak dapat bertemu dengan anak mereka yang berusia 2 bulan. Keheningan tampak jelas menyedihkan dan meresahkan, dan tanda-tanda penting dicatat sebagai berikut: Berat Darah: 150/100 mmHg, Suhu Tubuh: 37.0°C, Denyut jantung: 80 denyut per menit, Nafas: 20 napas per menit.

Intervensi Keperawatan

Berdasarkan rencana asuhan keperawatan yang diberikan pada kasus ini, setelah melaksanakan asuhan selama 8 jam diharapkan tingkat ketidaknyamanan akan berkurang. Kriteria hasil yang bermanfaat antara lain berkurangnya ekspresi verbal stres akibat situasi saat ini, menurunnya perilaku gelisah, menurunkan berat badan, penurunan detak jantung, dan pola istirahat yang lebih maju. Perantara keperawatan yang digunakan dalam kasus ini pada dasarnya berpusat pada metode relaksasi pernapasan dalam. Mediasi ini disesuaikan dengan penemuan penilaian dan ditetapkan sesuai dengan Pengukuran Hasil Keperawatan Indonesia (SLKI) dan Pedoman Syafaat Keperawatan Indonesia (SIKI), sehingga menjamin kesesuaiannya dengan kasus tersebut.

Implementasi Keperawatan

Berdasarkan kesimpulan keperawatan, pemakaian keperawatan dilakukan selama 2x4 jam. Hasil yang didapat setelah melakukan strategi relaksasi nafas dalam dengan kesimpulan kegelisahan terkait rasa takut akan kekecewaan adalah sebagai berikut: Pada hari pertama: Mengidentifikasi penurunan tingkat energi, gangguan konsentrasi, atau gejala lain yang mempengaruhi kemampuan kognitif, menyebabkan pola istirahat terganggu dan rasa tidak nyaman. Diperiksa tekanan otot, detak jantung, berat darah, dan suhu tubuh beberapa waktu terakhir dan setelah latihan relaksasi. Tampak berat darah 150/100mmHg, suhu tubuh 37,0°C, laju denyut 80 denyut per miniatur, dan laju napas 20 napas per miniatur. Dengan adanya data-data yang tersusun mengenai susunan dan cara-cara strategi pelepasan,

yang mungkin diam-diam dipelajari dan diperoleh secara terpisah. Mengklarifikasi tujuan, manfaat, batasan, dan metode relaksasi lain yang tersedia (misalnya musik, kontemplasi, pernapasan dalam, relaksasi otot dinamis), yang mungkin dipahami oleh pemahaman. Pelepasan energi dan perjumpaan sensasi pelepasan. Pada hari kedua: Diperiksa kembali tekanan otot, detak jantung, berat darah, dan suhu tubuh beberapa waktu terakhir dan setelah latihan relaksasi. Hasil penelitian menunjukkan berat darah 130/90mmHg, suhu tubuh 36,5°C, detak jantung 82 detak per miniatur, dan laju napas 20 napas per miniatur. Memperkuat pemahaman tentang target, manfaat, hambatan, dan strategi pelepasan yang dapat diakses. Pelepasan energi dan keterlibatan sensasi relaksasi, mendorong mereka yang terus-menerus tampil lebih tenang. Strategi relaksasi pernapasan dalam dilakukan dua kali sehari, pada pagi dan sore hari, selama kurang lebih 15 menit setiap kali, sebagai bagian dari jadwal perawatan. Cara ini biasa diberikan pada pasien yang mengalami ketidaknyamanan secara langsung dan juga dapat digunakan pada pasien yang sedang menderita. Manfaat lain dari latihan pernapasan dalam antara lain meningkatkan perluasan alveolar yang paling ekstrem, mengurangi rasa tidak nyaman, menghilangkan gerakan otot pernapasan yang tidak mampu dan tidak terkendali, mengurangi laju pernapasan, dan mengurangi aktivitas pernapasan. Pernafasan yang moderat, longgar, dan teratur juga membantu mengendalikan ketidaknyamanan. Perenungan kasus ini berfungsi sebagai integrasi informasi hipotetis yang diperoleh selama kursus dengan keterampilan yang layak dan keterlibatan perawatan darurat dalam pelaksanaan perawatan relaksasi pernapasan dalam untuk mengurangi ketidaknyamanan pra operasi pada pasien di Puskesmas Undata Sulawesi Tengah.

Evaluasi Keperawatan

Tahap pengkajian merupakan susunan akhir metode yang digunakan untuk mensurvei keberhasilan asuhan keperawatan pada kegiatan yang dilakukan pada pukul 14.00. Setelah mengatur strategi pelepasan nafas dalam selama 15 menit, pencipta melakukan penilaian pada setiap kegiatan berdasarkan kesimpulan yang telah ditetapkan dengan menggunakan strategi Penyusunan Evaluasi Soal Subjek (Pembersih). Hasil dari penilaian siklus primer, yang berlangsung pada pukul 14:25, mengungkapkan bahwa pemahaman tersebut mengkomunikasikan kegelisahan seputar rencana operasi yang akan datang pada hari berikutnya. Mereka yang terus-menerus dan merinci kesulitan tidur, kegelisahan terhadap anak mereka yang berusia dua bulan yang ditinggalkan, dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan dan rasa kasihan saat berbicara di sekitar anak mereka. Tanda-tanda penting adalah sebagai berikut: berat darah 150/90mmHg, suhu tubuh 36,5°C, detak jantung 80 detak per miniatur, dan laju napas 20 napas per menit. Tingkat kegelisahan sebagian berkurang. Pilihan diambil untuk melanjutkan eksekusi, yang meliputi pemeriksaan tekanan otot, detak jantung, berat darah, dan suhu tubuh beberapa waktu terakhir dan setelah latihan relaksasi. Keheningan juga diingatkan akan tujuan, manfaat, kurungan, dan prosedur relaksasi yang dapat dilakukan (misalnya musik, kontemplasi, pernapasan dalam, relaksasi otot dinamis) dan diberi energi untuk rileks dan mengalami sensasi relaksasi. Siklus kedua penilaian berlangsung pada pukul 11.30. Selama penilaian ini, rasa tidak nyaman yang terus-menerus berkurang, kualitas tidur yang meningkat pada malam sebelumnya, puasa yang ditentukan, dan bibir kering terlihat. Tanda-tanda penting adalah sebagai berikut: berat darah 130/90mmHg, suhu tubuh 36,5°C, denyut nadi 82 denyut per miniatur, dan laju napas 20 napas per menit. Kegelisahan pasien telah berkurang, dan pilihan dibuat untuk mempertahankan eksekusi. Persiapan penilaian ini menjamin bahwa kecukupan bantuan keperawatan dievaluasi terus-menerus, dan perubahan dilakukan seperlunya untuk memberikan perawatan terbaik bagi pasien.

KESIMPULAN

Berdasarkan wacana penggunaan prosedur pelepasan nafas dalam pada pasien preoperatif persisten dengan stenosis ureter di RSUD Undata Sulawesi Tengah, maka dapat diambil kesimpulan. Penilaian yang dilakukan pada kasus nyata stenosis ureter yang ditemui secara diam-diam menyebabkan

kesimpulan keperawatan tentang ketidaknyamanan yang berhubungan dengan ketakutan akan kekecewaan. Intervensi keperawatan yang diselenggarakan disesuaikan dengan aturan SIKI dan dilakukan pada tahap penggunaan pelayanan, antara lain mengenali penurunan tingkat energi, kegagalan konsentrasi, atau pengaruh gangguan kognitif lainnya. Selain itu, tekanan otot, detak jantung, berat darah, dan suhu tubuh diperiksa beberapa waktu lalu dan setelah latihan relaksasi. Data yang dikumpulkan sehubungan dengan perencanaan dan strategi metode relaksasi diberikan, dan sasaran, manfaat, batasan, dan strategi relaksasi yang dapat diakses (seperti musik, kontemplasi, pernapasan dalam, dan relaksasi otot dinamis) diklarifikasi. Pasien diberi energi untuk melepas lelah dan merasakan sensasi melepas lelah. Penilaian terhadap kondisi Ny. E menunjukkan bahwa masalah keperawatan cenderung berkurang tingkat ketidaknyamanannya, padahal perawatan berkelanjutan sangatlah penting. Kesimpulan ini menekankan pentingnya evaluasi yang sah, tekad, dan intervensi keperawatan yang direncanakan dalam memenuhi kebutuhan pasien, seperti yang dicontohkan dalam kasus ketenangan pra operasi dengan stenosis ureter. Penilaian yang terus-menerus menjamin bahwa kesejahteraan pasien diperhatikan dan intervensi yang seimbang sesuai kebutuhan untuk memberikan perawatan terbaik.

IMPLIKASI

Menurut penelitian (Putri dan Widarti, 2018). Kecemasan dapat mempengaruhi jalannya operasi. Karena pasien yang mengalami kecemasan sebelum operasi akan muncul kelainan seperti tekanan darah yang meningkat, sehingga apabila tetap dilakukan operasi akan mengakibatkan kesulitan terutama dalam menghentikan pendarahan, bahkan setelah operasi dapat mengganggu proses penyembuhan. Kecemasan dapat berkurang dengan beberapa cara antara lain dengan teknik distraksi dan relaksasi. Teknik relaksasi merupakan teknik dengan metode pemberian kegiatan yang dapat membuat rileks, misalnya meditasi, nafas dalam, relaksasi imajinasi, pemberian aromaterapi dan relaksasi progresif (Putri dan Widarti, 2018). Penanganan kecemasan pada pasien pre operasi telah banyak dilakukan oleh perawat, salah satunya dengan tindakan teknik relaksasi napas dalam (Sjamsuhidajat, 2015).

Data yang dikumpulkan sehubungan dengan perencanaan dan strategi metode relaksasi diberikan, dan sasaran, manfaat, batasan, dan strategi relaksasi yang dapat diakses (seperti musik, kontemplasi, pernapasan dalam, dan relaksasi otot dinamis) diklarifikasi. Pasien diberi energi untuk melepas lelah dan merasakan sensasi melepas lelah. Penilaian terhadap kondisi Ny. E menunjukkan bahwa masalah keperawatan cenderung berkurang tingkat ketidaknyamanannya.

BATASAN

Pada tahap persiapan pelaksanaan, terdapat sejumlah persiapan yang perlu dilakukan dengan teliti. Saat penyusunan, peneliti menyadari bahwa masih memiliki banyak kekurangan. Dalam melakukan penelitian, studi kasus ini mempunyai beberapa keterbatasan, dimana responden yang hanya berfokus pada pasien yang menderita Stenosis Ureter. pada saat penelitian hanya dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut dengan waktu yang telah ditentukan peneliti mampu mengerjakan studi kasus ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2006, Pedoman penggunaan obat bebas dan obat bebas terbatas, direktorat bina farmasi komunitas dan klinik direktorat jendral bina kefarmasian dan alat kesehatan depkes ri
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek, aneka cipta.* Canggara, H. Pengantar Ilmu Komunikasi. (Jakarta RajaGrafindo Persada, 2017) Cet VI, Hal. 19.
- Fernalia, Wiwik Priyanti, S. Effendi, D. A. (2019). Pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap skala nyeri kepala pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas sawah lebar kota bengkulu, 1(1), 25-34. <https://doi.org/ISSn: 2655-2728>
- Hartanti, R. D., Wardana, D. P., & Fajar, R. A. (2016). Terapi relaksasi napas dalam menurunkan

- tekanan darah pasien hipertensi. IX(1).
- Icesmi Sukarni K, MargarethZh. 2013. Buku ajar keperawatan maternitas. Yogyakarta: NuhaMedika
- Kim DH, Son HM, Lee SH, Park MK, Kang SA, Park SK, Choi JH, et al (2015). Negligible egg positive rate of *Enterobius vermicularis* and detection of head lice among orphanage children in Busan and Ulsan, Korea (2104). *Korean Journal of parasitology*. 4(53): 497-9.
- Li, D., & Liu, S. (2018). *Water Quality Monitoring and Management: Basis, Technology and case studies*. Akademik press.
- Maryunani, A (2014). Perawatan luka seksio caesarea dan luka kebidanan terkini. Bogor: In media.
- Muyasaroh. (2020). Kajian jenis kecemasan masyarakat cilacap dalam menghadapi pandemi Covid 19. Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (LP2M).
- Nasuha, Widodo Dyah. (2016). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap tingkat kecemasan pada lansia di posyandu lansia rw IV dusun dempok desa gading kembar kecamatan jabung kabupaten malang. *Malang: Nursing News volume 1 nomor 2*
- Puspita. N. A., Armiyati, Y., & Arif, S. 2014. Efektifitas waktu penerapan teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi bedah mayor abdomen di RSUD Tugurejo Semarang. *Karya Ilmiah S. I Ilmu Keperawatan*.
- Putri, Y., Yulia R., & Mulyani, A. (2108). The effectiveness of bioentrepreneurship learning using comics on the sub concepts of angiosperms for high school student. *scientiae education: Jurnal Pendidikan Sains*, 7(2), 159-172. <https://doi.org/10.24235/sc.educatia.v7i2.3154>
- Riskesdes 2018. Hasil utama riset kesehatan dasar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018;
- Setiadi, N. J. (2019). *Perilaku konsumen : Perspektif kontemporer pada motif, tujuan, dan keinginan konsumen Edisi Ketiga*. Jakarta : Prenamedia Group.
- Setiawan, B. (2015). Riwayat hipertiroid terkontrol dan hipertensi. *Jurnal Medila*, 4(2), 53-53
- Sjamsuhidajat. Buku ajar ilmu bedah. II. EGC; 2010
- Suprajitno. (2012). *Asuhan keperawatan keluarga aplikasi dalam praktik*. Jakarta: EGC.
- Simamora, A. C. (2018). Hubungan pengetahuan dan perilaku lansia terhadap pencegahan peningkatan asam urat di Poskesdes Desa Perulohan Kecamatan Lintongnihuta Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2016, *Jurnal Ilmiah PANMED*, 11(11), 49-52.
- Tawaang, M. Dan P. (2013). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi sedang-berat di Ruang Irina C Blu Prof. Dr. RD Kondau Manado, 1(1).
- Trisnawati, I. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan keputihan patologis pada wanita usia subur yang bekerja di PT Unilever Cikarang Bejasi. *Jurnal penelitian kesehatan suara forikes*, 9(1). 45-50
- Wedjo, M. A. M. (2019). Asuhan keperawatan pada An. R. L dengan stenosis ureter dalam pemenuhan kebutuhan aman nyaman di Wilayah RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang (Vol. 53).