
AKADEMI KEPERAWATAN YAYASAN UKI

Jl. Swadaya II No. 27, Tanjung Priok, Jakarta Utara 14320
Repository & Perpustakaan Digital

Resilience dan Well-Being Perawat ICU: Panduan Praktis Mindfulness-Based Stress Reduction

Tipe Dokumen: Ebook

Penulis: Ns. Maya Anggraini, S.Kep., M.Kep.

Tahun: 2026

Call Number: AKY-00004 | **Penerbit:** PT Bumi Aksara Digital

Halaman: 168 | **Subyek:** Manajemen Stres

Abstrak / Deskripsi

E-book PDF 168 halaman + audio meditasi MP3 24 trek. Materi: konsep burnout, MBSR 8 minggu protocol, body scan, mindful breathing, walking meditation, loving-kindness, self-compassion, peer support, dan integrasi ke shift kerja ICU.

Halaman cover preview dari Repository & Perpustakaan Digital AKPER YUKI. Untuk akses naskah lengkap, kunjungi Perpustakaan AKPER YUKI atau email perpustakaan@akperyuki.ac.id.

© 2026 Akademi Keperawatan Yayasan UKI.