

DAFTAR PUSTAKA

- Akbari. (2024). *The Effect of Progressive Muscle Relaxation Technique on Reducing Anxiety in Pregnant Women*. Sumber: *Evidence-based Care Journal*. Hämtat från <https://share.google/JPlGB7WI0ushJRcpH>
- Anggraeni, L. &. (2021). *Hypnobirthing sebagai self-hypnosis dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil*. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. Hämtat från <http://dx.doi.org/10.33846/sf.v0i0.1912>
- Arikalang, F. W. (2023). Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil *primigravida* dan *multigravida* dalam menghadapi persalinan di Indonesia: Tinjauan literatur. *E-Clinic: Jurnal Kesehatan*, 11(3). Hämtat från <https://doi.org/10.35790/ec.v11i3.48483>
- Asih, N. W. (2021). Gambaran tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat Tahun 2021. *Info Kesehatan: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(2), 259. Hämtat från <https://doi.org/10.30643/info%20kesehatan.v11i2.259>
- Astutik, P. &. (2025). *The anxiety level of 3rd trimester primigravida pregnant women in facing labor*. *Journal for Research in Public Health*, 6(2), 68–72. Hämtat från <https://doi.org/10.30994/JRPH.V6I2.101>
- Dewi, A. R. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Sambong Kabupaten Blora. *Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO)*, 7(2), 612–628. Hämtat från <https://doi.org/10.59141/jsi.v7i2.300>
- Efendi, N. R. (2022). Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan ketidaknyamanan trimester III di PMB Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini*, 275–279. Hämtat från <https://doi.org/10.25311/jkt/Vol2.Iss2.1024>
- Halil, A. &. (2023). Faktor yang menyebabkan kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Depok 2. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 78–83.
- Kebidanan, J. M. (2023). Tingkat kecemasan pada ibu hamil di Indonesia [Data statistik]. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(2).

- Lufianti A, N. E. (2024). Pengaruh Teknik Relaksasi *Autogenik* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil *Primigravida* Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Pulokulon II. *Journal of TSCNers*. Hämtat från <https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers/article/download/599/611>
- Nova A Rahayu, d. (2024). *Effective Methods for Reducing Pregnancy-Related Anxiety: A Systematic Review*. *Siklus. Politeknik Harapan Bersama*. Hämtat från <https://ejournal.poltekharber.ac.id/index.php/siklus/article/download/6625/pdf?>
- Purba, M. (2023). Hubungan Teknik Relaksasi *Autogenik* dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan di Klinik Pratama Matahari Tahun 2023. *Jurnal: ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, Vol. 2 No. 12. Hämtat från <https://ulilalbabinstitute.id/index.php/JIM/article/view/3169/2537>
- Putri, A. A. (2022). Gambaran kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Gamping II Yogyakarta. *Prosiding University Research Colloquium (URECOL)*.
- Sari, W. L. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Peninjauan Ogan Komering Ulu. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2). Hämtat från <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.44472>
- Seo E, K. S. (2019). *Effect of Autogenic Training for Stress Response: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 49 (4) : 361-370. Hämtat från <https://jkan.or.kr/upload/pdf/jkan-49-361.pdf>
- Suristyawati, P. M. (2019). Meditasi untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil. *Widya Kesehatan*, 1(2), 20–27. Hämtat från <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.461>
- Utari, K. T. (2021). Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil menghadapi persalinan di wilayah Puskesmas Tampaksiring 1 tahun 2021 (skripsi). *Repository Poltekkes Denpasar*. Hämtat från https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7653/?utm_source=chatgpt.com
- Vera Iriani Abdullah, R. A. (2021). Pengaruh Penerapan Teknik Relaksasi *Autogenik* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil *Primigravida*: *The Effect of Application of Autogenic Relaxation Techniques on Anxiety Level of Primigravida Mothers*. *Jurnal Kesehatan*, 15(1), 17–23. Hämtat från

<https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/adm/article/download/199/111/1227>

- Wulandari, R. (2024). *Autogenic Relaxation on Anxiety Among Pregnant Women at Trimulyo Community Health Center, East Lampung. Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan.*
- Yudiani, N. W. (2022). Hubungan *emotional support* dengan tingkat kecemasan ibu hamil *primigravida* trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Kuta Selatan (Skripsi). *Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*. Hämtat från https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/Ni_Wayan_Nonik_Yudiani.pdf
- Zuhrotunida, Z. &. (2016). Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menghadapi proses persalinan di Puskesmas Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang. *Jurnal JKFT*, 2(2), 60–70.
- Rasidah, R., & Rohmah, F. N. (2024). *The Relationship Between Husband's Support and Anxiety Level of Primigravida Pregnant Women in Third Trimester at Puskesmas Gamping I, Sleman Yogyakarta. Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 12–22. <https://doi.org/10.33992/jik.v12i1.3162>
- Rusmini, N. M., Armini, N. W., & Widya Ningtyas, L. A. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dengan Pilihan Cara Persalinan Oleh Ibu di Puskesmas Pembantu Batubulan Kangin. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 64–70. <https://doi.org/10.33992/jik.v11i1.2216>
- Setiyani, S. F., Maharrani, T., Kasiati, K., & Purwanto, T. S. (2024). Pengaruh Pemberian Afirmasi Positif Melalui Media *Audiovisual* Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 12(2), 135–141. <https://doi.org/10.33992/jik.v12i2.3298>
- Suryaningsih, N. W. D., Tedjasulaksana, R., & Erawati, N. L. P. S. (2025). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan *Prenatal Yoga*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 13(2), 116–125. <https://doi.org/10.33992/jik.v13i2.3941>
- Sintia Wardany, N., Rojiah Amalia, A., Anggi Pratiwi, N., Elis, N., Gina Lestari, D., Aisyah Gumilar, R., Studi Keperawatan, P., & Pendidikan Olah Raga dan Kesehatan, F. (2025). Penyuluhan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mengatasi Kecemasan. In *Jurnal Pengabdian Pendidikan Keperawatan Indonesia* (Vol. 1, Number 1).