

DAFTAR PUSTAKA

- Anselm, Doll., Hölzel, B.K., Bratec, SM., Boucard, CCXie, X. (2016). *Mindful attention to breath regulates emotions via increased amygdala–prefrontal cortex connectivity*. *J.NeuroImage:Elsevier* 134 (2016) 305–313.
- Asmara, M. Rahayu, H. dan Wijayanti, K. (2017). *Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017*. *Journal Unimma*, 2407-9189. Diakses pada 20 Desember 2021, dari Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Asri Wanda K Hendro Bidjuni Vandri Kallo. (2014). *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Poli KIA Puskesmas Tuminting*. *Jurnal Keperawatan Volume 2 Nomor 2 Tahun 2014*.
- Ayu Devita Citra Dewi, Meta Nurbaiti, Raden Surahmat, Putinah. (2021). *Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid 19 Di RSUD Ibnu Sutowo Baturaja*. Sumatera Selatan: STIK Bina Husada.
- Batubara, S. Daulay, N. dan Rangkuti, N. (2020). *Pengaruh Belly Dance terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III*. *Journal IPTS*, 8(4), 2614-6061. Diakses 15 Desember 2021
- Bethsaida, J dan Pieter, HZ. (2013). *Pendidikan Psikologi Untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Brown, K. D., Creswell, J. D., & Ryan, R. M. (2015). *Handbook of Mindfulness:Theory, Research, and Practice*. London: The Guilford Press Practice. London: The Guilford Press.
- Chen, C. H. (2015). Revision and Validation of A Scale to Assess Pregnancy Stress. *The Journal of Nursing Research*, 23(1), 25–32.
- Davis, M.Daphne., & Hayes, A.Jeffrey. (2011). *What are the benefits of mindfulness? A practice review of psychotherapy-related research*. *Psychotherapy*, Vol48(2).p.198-208
- Dehghanmehr, S., Mansouri, A., Faghihi, H., & Piri, F. (2017). The Effect of Acupressure on the Anxiety of Patients Undergoing Hemodialysis -A review. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 9(12), 2580–2584.
- Dunkel Schetter, C., & Tanner, L. (2012). *Anxiety, depression and stress in pregnancy: Implications for mothers, children, research, and practice*. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 141–148.

- Esthini, S. (2016). *Pengaruh Kelas Ibu Hamil terhadap Kecemasan Ibu Primigravida di Puskesmas Wates Kabupaten Kulon Progo Tahun 2016*. (Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 2017) Diakses dari <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1670/>
- Franly Onibala, F. R. (2016). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan dengan Kepatuhan Antenatal Care(ANC) di Puskesmas Bahukota Manado. *Ejournal Keperawatan(e-Kp)* Volume 4 Nomor 1 Februari 2016.
- Geme, Y. (2018). *Pengaruh Dukungan Suami terhadap Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Tegalrejo Yogyakarta*. (Universitas Aisyiyah Yogyakarta, 2019) Diakses dari <http://digilib.unisayogya.ac.id/4481/>
- Hartman M., Kopf S., Faude-Lang C., (2012). *Sustained effects of a mindfulness-based stress reduction intervention in type 2 diabetic patients. Diabetes Care*, 35: 945-947
- Hawari, D. (2013). *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Heriani. (2016). *Jurnal Kecemasan Dalam Menjelang Persalinan Ditinjau Dari Paritas, Usia dan Tingkat Pendidikan*. Lampung: STIKES Aisyah Pringsewu, Volume 1, No 2, Tahun 2016. <https://ejournal.stikesaisyah.ac.id/index.php/jika/article/view/Heriani/0>
- Hölzel, B. K., Lazar, S. W., Gard, T., Schuman-Olivier, Z., Vago, D. R., & Ott, U. (2012). How does mindfulness meditation work? Proposing mechanisms of action from a conceptual and neural perspective. *Perspectives on Psychological Science*, 6(6): 537–559.
- Kabat Zinn, Jon. (2015). *Mindfulness for Beginners*, USA: Jaico Publishing House.
- Kharismawati, F. A. (2019). *Hamil Trimester III Di Puskesmas Grabag I Kabupaten Magelang*. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Kusumawardhani, I. (2016). Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 4(2), 2–3.
- Laili, F. dan Wartini, E. (2017). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil*. *Ejurnalmalahayati*, 3(3), 152-156. Diakses 17 Desember 2021, dari Universitas Malahayati.
- Maharani, E. A. (2013). Pengaruh pelatihan meditasi sadar diri terhadap penurunan tingkat distress remaja yang mengalami kehamilan pranikah. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.

- Mandang, J., Tombokan, S. G. J., & Tando, N. M. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bogor: In Media.
- Manuaba. (2012). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- Mardjan. (2016). *Pengaruh Kecemasan Pada Kehamilan Primipara Remaja*. Pontianak : PT. Intan Pariwara.
- Masdudi. 2017. *Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Islami Melalui Teknik Hipnoterapi dalam Membentuk Karakter Siswa*. Jurnal Edueksos, Vol.VI, No.2.
- McManus, F., Surawy, C., Muse, K., Montez, M.V., & Williams, J. M. (2012). A randomized clinical trial of mindfulness-based cognitive therapy versus unrestricted services for health anxiety (hypochondriasis). *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 80(5), 817-828.
- Mindfulness-based cognitive therapy versus unrestricted services for health anxiety (hypochondriasis). *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 80(5), 817-828
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novriani, Wira., dan Sari, Febria Syafyu. (2017). Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Menjelang Persalinan Trimester III. *Jurnal Ipteks Terapan*, Vol. 11, No. 1, Maret 2017, ISSN: 1979-9292.
- Nugroho,T.,. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan I*. Nuha Medika.
- Nurhasanah. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Ibu Hamil: *Literatur Review*. JawaTimur: Universitas Ibrahimy. <https://www.researchgate.net/publication/349498135>
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratiwi Meidya Arantika dan Fatimah. (2019). *Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan. (Patologi Kehamilan)*. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Pratt, K. (2014). *Five minutes mindful breathing exercise*. <https://healthypsych.com/5-minute-mindful-breathing-exercise/>.
- Purwaningsih, H. (2020). Analisis Masalah Psikologis pada Ibu Hamil Selama Masa Pandemi Covid-19 : *Literature Review*. 9–15.
- Resmaniasih, K. (2014). *Pengaruh Teknik Pernapasan Diafragma terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III*. 20–21.

- Rukiyah dan Yulianti. (2014). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Shahhosseini Z, Pourasghar M, Khalilian A, Salehi F. (2015). *A Review of the Effect of Anxiety During Pregnancy on Children's Health*. *Mater Sociomed*. 27 (3): 200-202.
- Silarus, Adjie. (2015). *Sadar Penuh Hadir Utuh*. Jakarta: Trans Media Pustaka.
- Stuart, G. W., dan Sundeen. (2016). *Principle and Practice of Psychiatric Nursing*, (1st edition). Singapore : Elsevier.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. *The Journal of Nursing Research*, 23(1), 25–32.
- Susanti, N. (2015). Psikologi kehamilan. Jakarta: EGC.
- Toenlio. (2016). *Teori Dan Filsafat Pendidikan*. Malang : Gunung Samudra.
- Tovote K Annika., Fler J., Snippe E., Peeters C.T.M., Emmelkamp P.M.G., Sanderman R.M Schroevers J. (2014). *Individual mindfulness-based cognitive therapy and cognitive behavior therapy for treating depressive symptoms in patients with diabetes: result of randomized controlled trial*. *Diabetes Care*, 37 : 2427-2434.
- Usman, F, R., Kundre, R, M., dan Onibala, F. (2016). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Dengan Kepatuhan Antenatal Care (ANC) Di Puskesmas Bahu Kota Manado*. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*. 4, (1): 1 -7.
- Walyani. (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta : PT. Pustaka Baru.
- Winkjosastro. (2012). *Ilmu Kebidanan IV*. Jakarta : PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yonkers, K. A., Gilstad-Hayden, K., Forray, A., & Lipkind, H. S. (2017). *Association of Panic Disorder, Generalized Anxiety Disorder, and Benzodiazepine Treatment During Pregnancy With Risk of Adverse Birth Outcomes*. *JAMA Psychiatry*, 74(11), 1145–1152.
- Yusuf A., Nihayati HE., Iswari MF., Okviansanti F., (2017). *Kebutuhan spiritual : konsep dan aplikasi dalam asuhan keperawatan*. Jakarta : Mitra Wacana Medik