

**PENGARUH PRENATAL YOGA UNTUK MENGATASI  
KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA  
MENGHADAPI PERSALINAN DI GRIYA  
KAMINI GIANYAR**



**SKRIPSI**

**NI MADE DWI NURIANI**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**PENGARUH PRENATAL YOGA UNTUK MENGATASI KECEMASAN IBU HAMIL  
PRIMIGRAVIDA  
MENGHADAPI PERSALINAN DI GRIYA  
KAMINI GIANYAR**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
keperawatan Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh:**

**NI MADE DWI NURIANI**

**NIM. C1119109**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

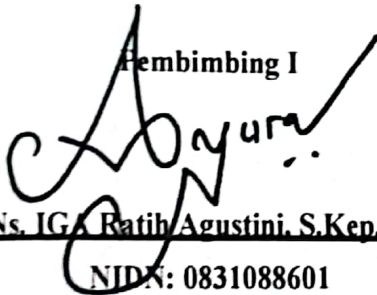
**PENGARUH PRENATAL YOGA UNTUK MENGATASI  
KECEMASAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA  
MENJELANG PERSALINAN DI GRIYA  
KAMINI GIANYAR**

**Diajukan Oleh:  
NI MADE DWI NURIANI  
NIM. C1119109**

**Mangupura, 09 Juli 2023**

**Telah Disetujui Oleh Pembimbing:**

**Pembimbing I**



**Dr. Ns. IGA Ratih Agustini, S.Kep., M.Kes**

**NIDN: 0831088601**

**Pembimbing II**



**Ns. Claudia Wati Pallandini, S.Kep., M.Kep**

**NIDN: 0812018901**

**Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan  
Ketua**



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep**


**NIDN. 0821058603**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PRENATAL YOGA UNTUK MENGATASI KECEMASAN  
IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA  
MENJELANG PERSALINAN DI GRIYA  
KAMINI GIANYAR  
Tanggal: 28 Juli 2023

Yang terdiri dari :

Ketua Penguji

  
(Ns. Gusti Ayu Krisma Santari, S.Kep., M.Kes)

NIDN: 8348980018

Sekretaris Penguji

  
Dr. Ns. IGA Ratih Agustini, S.Kep., M.Kes

NIDN: 0831088601

Anggota Penguji

  
Ns. Claudia Wuri Bulqadlani, S.Kep., M.Kep

NIDN: 0812018901

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua

  
Ns. I Putu Artha Wiyaya, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0821058603

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Made Dwi Nuriani

NIM : C1119109

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil  
Primigravida Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan tugas akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 9 Juli 2023



( Ni Made Dwi Nuriani)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, 2023

Ni Made Dwi Nuriani

xi + 71 + 7 tabel + 10 gambar + 13 lampiran

**Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida  
Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar**

**ABSTRACT**

Kecemasan pada ibu hamil membawa perasaan yang tidak menyenangkan, hal ini ditandai dengan kekhawatiran serta rasa takut yang dialami secara terus menerus. Situasi tersebut dapat menyebabkan terjadinya risiko tinggi pada proses kehamilan yang dilalui oleh ibu hamil untuk mengatasinya bisa dilakukan dengan beberapa cara seperti pemberian senam prenatal yoga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh prenatal yoga untuk mengatasi kecemasan ibu hamil primigravida menghadapi persalinan di griya kamini gianyar.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain *True Eksperimental* dengan pendekatan *Pre-Post Test With Control Group Design*. Sampel penelitian sebanyak 32 orang yang dibagi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan masing-masing jumlah sampel adalah 16 orang. Sampel dipilih melalui teknik *Simple Random Sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *Paired T Test* dan *T Test*.

Hasil uji *Paired T Test* menunjukkan ( $p\text{-value}=0,120$ ) yang menyatakan tidak ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol sedangkan pada kelompok perlakuan menunjukkan ( $p\text{-value}= 0,000$ ) yang menyatakan ada pengaruh untuk mengatasi kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi prenatal yoga. Hasil analisis uji *T Test* sebelum diberikan perlakuan pada kelompok perlakuan dan kontrol didapatkan hasil ( $p\text{-value}=0,274$ ) yang menyatakan tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi prenatal yoga sedangkan setelah diberikan perlakuan pada kelompok perlakuan dan kelompok control didapatkan hasil ( $p\text{-value}=0,000$ ) yang menyatakan terdapat perbedaan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi prenatal yoga. Hasil analisis diatas, dapat disimpulkan bahwa terapi prenatal yoga efektif dalam menurunkan kecemasan Ibu Hamil Primigravida menghadapi persalinan di Griya Kamini Gianyar.

Kata Kunci : Kecemasan, primigravida, prenatal yoga

Daftar Pustaka : 53 ( 2015-2022)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION  
BACHELOR'S DEGREE OF NURSING PROGRAM**

**Undergraduate thesis, July 2023**

Ni Made Dwi Nuriani

xi + 71 + 7 tables + 10 pictures + 13 attachments

Effects of Prenatal Yoga to Overcome Anxiety for Primigravida Pregnant Women Facing Childbirth at Griya Kamini Gianyar

**ABSTRACT**

Anxiety in pregnant women causes unpleasant feelings such as persistent anxiety and fear. This situation can put pregnant women at risk during the pregnancy process. It is possible to overcome this in a variety of ways, such as by providing prenatal yoga activities. This study aims to determine the effect of prenatal yoga on the anxiety of primigravida pregnant women facing childbirth at Digriya Kamini Gianyar.

This is a quantitative study that employs the True Experimental design with the Pre-Post Test With Control Group Design method. The research sample included 32 people divided into two groups: treatment and control, each with 16 people. Samples were selected through the Simple Random Sampling technique. Data were analyzed using the Paired T-Test and T-Test.

The Paired T-Test results showed (p-value = 0.120) that there was no effect before and after treatment in the control group, but (p-value = 0.000) that there was an effect to overcome anxiety before and after prenatal yoga therapy in the treatment group. Test analysis results, The T-test before being given treatment in the treatment and control groups showed the results (p-value = 0.274) which stated that there was no difference in the level of anxiety before being given prenatal yoga therapy while after being given treatment in the treatment group and the control group the results were obtained (p-value = 0.000) which stated that there was a difference in the level of anxiety after being given prenatal yoga therapy. According to the findings of the aforesaid analysis, prenatal yoga treatment is useful in reducing the anxiety of Primigravida pregnant women confronting labour at Griya Kamini Gianyar.

Keywords: Anxiety, Primigravida, Prenatal Yoga

Bibliography : 53 ( 2015-2022)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala anugrah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal dengan judul Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar. Proposal penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan S1 pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali.

Proposal ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui pengantar ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M. Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bina Usada Bali.
3. Dr. Ns. IGA Ratih Agustini, S.Kep., M.Kes\_ selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan serta arahan sehingga proposal ini dapat tersusun dengan baik.
4. Ns. Claudia Wuri Prihandini, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan serta arahan sehingga proposal ini dapat tersusun dengan baik.
5. Seluruh keluarga yang senantiasa memberikan dukungan penuh doa dan materi dalam proses penyusunan proposal ini
6. Sahabat saya serta telah mendukung dalam penyusunan proposal ini.

7. Semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu saya dalam penyusunan proposal ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis telah berusaha dengan segenap kemampuan dalam menuangkan pemikiran ke dalam proposal ini, namun dengan segala keterbatasan tentunya masih banyak ditemukan hal-hal yang masih harus diperbaiki, oleh karenanya penulis menerima segala kritik dan saran dari segala pihak. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua orang. Terimakasih.

Mangupura, 9 Juli 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>5</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>5</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>6</b>
<b>E. Keaslian Penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
<b>A. Konsep Kehamilan primigravida</b>	
1. Definisi Kehamilan .....	10
2. Definisi Primigravida .....	10
3. Perubahan Fisiologis & Psikologis .....	11
4. Klasifikasi Usia .....	12
5. Periode Gestasi.....	12
6. Kebutuhan Fisiologis & Psikologis.....	12
<b>B. Konsep kecemasan</b>	
1. Definisi Kecemasan .....	14
2. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	14
3. Tingkat Kecemasan .....	14
4. Penatalaksanaan Kecemasan .....	15
5. Rentang Respon Tingkat Kecemasan .....	16
6. Pengukuran tingkat kecemasan .....	16
<b>C. Prenatal yoga</b>	

1. Definisi prenatal yoga .....	17
2. Manfaat prenatal yoga.....	18
3. Prinsip prenatal yoga.....	19
4. Indikasi dan kontraindikasi prenatal yoga.....	20
5. Prosedur Melakukan prenatal yoga.....	21
<b>D. Mekanisme Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar.....</b>	<b>28</b>
<b>E. Kerangka Teori .....</b>	<b>30</b>
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL</b>	
<b>A. Kerangka Konsep.....</b>	<b>31</b>
<b>B. Hipotesis.....</b>	<b>32</b>
<b>C. Definisi Operasional.....</b>	<b>33</b>
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
<b>A. Rancangan Penelitian .....</b>	<b>34</b>
<b>B. Populasi Dan Sempel .....</b>	<b>35</b>
<b>C. Tempat Penelitian .....</b>	<b>37</b>
<b>D. Waktu Penelitian.....</b>	<b>37</b>
<b>E. Etika Penelitian .....</b>	<b>38</b>
<b>F. Alat Pengumpulan Data .....</b>	<b>39</b>
1. Intrumen Penelitian .....	39
2. Validitas Dan Reliabilitas .....	41
<b>G. Prosedur Pengumpulan Data .....</b>	<b>41</b>
1. Prosedur Administrasi.....	41
2. Prosedur Teknis.....	43
<b>H. Rancangan Analisis Data</b>	
1. Pengolahan Data.....	44
2. Rancangan Analisis Data .....	44

## **BAB V HASIL PENELITIAN**

- A. Tempat Dan Waktu Penelitian ..... 50
- B. Hasil Analisa Data..... 51

## **BAB VI PEMBAHASAN**

- A. Interpretasi Penelitian..... 57
- B. Keterbatasan Penelitian ..... 67
- C. Implikasi Terhadap Masyarakat, Pelayanan, dan Penelitian..... 67

## **BAB VII PENUTUP**

- A. Kesimpulan ..... 69
- B. Saran..... 70

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Table 3.1</b> Definisi Operasional Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar.....	33
<b>Table 5.1</b> Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	51
<b>Table 5.2</b> Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pendidikan.....	52
<b>Table 5.3</b> Tingkat Kecemasan Sebelum Dilakukan Tindakan Prenatal Yoga Pada Kelompok Perlakuan Dan Kontrol .....	53
<b>Table 5.4</b> Tingkat Kecemasan Setelah Dilakukan Tindakan Prenatal Yoga Pada Kelompok Perlakuan Dan Kontrol .....	54
<b>Table 5.5</b> Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Tindakan Prenatal Yoga Pada Kelompok Perlakuan Dan Kontrol .....	55
<b>Table 5.6</b> Perbedaan Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Setelah Dilakukan Prenatal Yoga Pada Kelompok Perlakuan Dan Kontrol .....	56

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1</b> Rentang Respon Ansietas .....	17
<b>Gambar 2.2</b> Gerakan Tadasana.....	23
<b>Gambar 2.3</b> Gerakan Uttitha Trikonasana.....	24
<b>Gambar 2.4</b> Gerakan Utkatasana .....	25
<b>Gambar 2.5</b> Gerakan Bilikasana .....	26
<b>Gambar 2.6</b> Gerakan Balasana .....	27
<b>Gambar 2.7</b> Gerakan Upavistha.....	27
<b>Gambar 2.8</b> Gerakan Baddha Konasan.....	28
<b>Gambar 2.9</b> Gerakan Savasana .....	28
<b>Gambar 2.10</b> Kerangka Teori Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar.....	31
<b>Gambar 3.1</b> Kerangka Konsep Pengaruh Prenatal Yoga Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Menghadapi Persalinan Di Griya Kamini Gianyar.....	34

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Permohonan Uji Etik
- Lampiran 4 Surat Lulus Kaji Etik
- Lampiran 7 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian/Rekomendasi
- Lampiran 7 Lembar Instrument Penelitian Dan Lembar Observasi
- Lampiran 8 Jadwal Penelitian
- Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Hasil Uji Univariat
- Lampiran 9 Hasil Uji Bivariat
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian

## DAFTAR PUSTAKA

- Listia Dwi Febriati, Z. Z. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Hamil*. 13(1), 23–31.
- Adnyani, K. D. W. (2021). *Prenatal Yoga Untuk Kondisi Kesehatan Ibu Hamil*. *Jurnal Yoga Dan Kesehatan*, 4(1), 35. <https://doi.org/10.25078/jyk.v4i1.2067>
- Akri, Y. J., & Suhartik. (2015). *Hubungan Kehamilan Pertama, Dan Dukungan Dengan Kejadian Kala II Lama Di Rumah Sakit Permata Hati Malang*. *Unitri*, X.
- Ardillah, N. W., Setyaningsih, W., & Narulita, S. (2019). *Pengaruh Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Terhadap Kualitas Tidur*. *Binawan Student Journal (BSJ)*, 1(3), 148–153.
- Ariyanti, T., Muhammadiyah, S., & Kudus, M. R. (2019). *Prenatal Yoga Dan Kondisi Kesehatan Ibu Hamil*. 10(1), 49–56.
- Arlym, L. T., & Siti Pangarsi. (2019). *Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Bidan Jeanne Depok*. *Kesehatan & Kebidanan*. file:///C:/Users/Royal Computer/Downloads/126-Article Text-158-1-10-20210115 (1).pdf
- Dameria sinaga. (2014). *statistik dasar*.
- Dewi, R. S., Erialdy, E., & Novita, A. (2018). *Studi Komparatif Prenatal Yoga dan Senam Hamil terhadap Kesiapan Fisik*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 155–166. <https://doi.org/10.33221/jikm.v7i3.124>
- Enggar, E., & Gintoe, H. L. (2019). *Pengaruh Yoga Kehamilan Terhadap Pengurangan Keluhan Fisik Ibu Hamil Trimester Iii*. *Voice of Midwifery*, 9(1), 796–805. <https://doi.org/10.35906/vom.v9i1.91>
- Fanni, D. R. Y., & Adriani, M. (2017). *Hubungan Usia Gestasi dan Kadar Hemoglobin Trimester 3 Kehamilan dengan Berat Lahir Bayi*. *Amerta Nutrition*, 1(3), 162. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i3.6241>
- Febryani, T. D. (2021). *Pengaruh prenatal yoga terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester III : nyeri punggung*. 1–53.
- Fithriyah, F., Haninggar, R. D., & Dewi, R. S. (2020). *Pengaruh Prenatal Massage terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III*. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 36–43. <https://doi.org/10.35874/jib.v10i1.731>
- Hastanti, H., Budiono, B., & Febriyana, N. (2021). *Primigravida Memiliki Kecemasan Yang Lebih Saat Kehamilan*. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(2), 167–178. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i2.2019.167-178>
- Heryana, A., Unggul, U. E., & Emergency, H. (2020). *Etika Penelitian*. July. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.13880.16649>

- Heryani, H., Prenatal, Y., & Emesis, M. (2019). *Heni Heryani : Yoga Prenatal Mengurangi Emesis Gravidarum*. 6, 20–24.
- Ihsan, H. (2015). *Validitas Isi Alat Ukur Penelitian: Konsep Dan Panduan Penilaiannya*. *PEDAGOGIA Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(3), 173. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v13i3.6004>
- Imas Masturoh, N. A. T. (2018). *Metodelogi penelitian kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Irmawartini & Nurhaedah. (2017).
- Istiqomah, A. (2020). *Pengaruh Senam Prenatal Yoga Terhadap Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan*.
- Katmini, K. (2020). *Determinan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan dengan Pencapaian Kontak Minimal 4 Kali Selama Masa Kehamilan (K4)*. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 29–35. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.137>
- KUMBARA, H., METRA, Y., & ILHAM, Z. (2019). *Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuwasin Pada Porprov 2017*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 28. <https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299>
- Lesmawati. (2018). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida Tentang Persiapan Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Ampenan Tahun 2018* KARYA. 6–7.
- Listia Dwi Febriati, Z. Z. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Hamil*. 13(1), 23–31.
- Mualimah, M. (2021). *Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii*. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 12–16. <https://akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id/JKDH/index%0APENGARUH>
- MUALIMAH, M. (2021). *the Effect of Prenatal Yoga on Back Pain in Third Trimester of Pregnant Women*. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 12–16. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v10i1.183>
- Nurhayati, E. (2021). *Psikologi Kehamilan Dalam Perspektif Al-Qur'an*. XX(1), 53–72.
- Patiyah, P., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2021). *Pengaruh Senam Prenatal Yoga Terhadap Kenyamanan Ibu Hamil Trimester III*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 174–183. <https://doi.org/10.37012/jik.v13i2.463>
- Pertiwi, tita putri. (2020). *Bab II kajian teori dan masalah*. 11–41.

- Rafidah, R., & Safitri, A. (2021). *Karakteristik Ibu Dan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Barat Kabupaten Banjar Tahun 2020*. *Jurnal Skala Kesehatan*, 12(2), 126–133. <https://doi.org/10.31964/jsk.v12i2.321>
- Rifai'e, N. (2019). *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Proses Persalinan Dipuskesmas Kecamatan Cempaka Putih Dan Puskesmas Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat Tahun*. *Oltekkes Kemekes Jakarta*, 8(5), 55.
- Safitri, S., Triana, A., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Pekanbaru, H. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Kebidanan Terkini ( Current Midwifery Journal )*. 1(April), 79–86.
- Setiani, F. T., & Resmi, D. C. (2020). *Pengaruh Terapi Non Farmakologi Dalam mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Era Pandemi Covid 19: Literatur Review*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(Mei), 26–32. <http://ojs.udb.ac.id/index.php/icohetech/article/view/752/690>
- Siti Tyastuti. (2016). *Asuhan kebidanan kehamilan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
- Sukmadewi, M. (2016). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Di Desa Tualang Teungoh Kecamatan Langsa Kota Kabupaten Kota Langsa Tahun 2014*. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 16(1), 6–13. <http://e-repository.unsyiah.ac.id/JKS/article/view/5003/4437>
- Suparyanto & Rosad. (2020). *Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemi Covid-19 Di Klinik Bersalin Umbansari Tahun 2021*. *Stikes Santa Elisabeth Medan*, 5(3), 248–253.
- Waruwu, F. I. J. (2018). *Studi Kasus Asuhan Keperawatan Psikososial Pada Tn. P Dengan Masalah Ansietas Pada Penderita Abses Hati*. *Osf.Io*. <https://osf.io/preprints/vn4qj/%0Ahttps://osf.io/vn4qj/download>
- Yohan, R. N. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Ny M Masa Hamil Sampai Dengan Pelayanan Keluarga Berencana Di Klinik Pratama Vina Medan Baru Tahun 2018 Laporan*. <http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/jspui/handle/123456789/1726>
- Riduan. (2020). *Metodologi Penelitian: Metodologi penelitian Skripsi*. *Rake Sarasin*, 2(01), 51.