

**PENGARUH PEMBERIAN METODE *BUTTERFLY*
HUG DENGAN TERAPI MUSIK *AMBIENT*
TERHADAP KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DI SMPN 4
ABIANSEMAL**



SKRIPSI

OLEH:

NI MADE PUTRI WIDILESTARI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

PENGARUH PEMBERIAN METODE *BUTTERFLY HUG* DENGAN TERAPI MUSIK *AMBIENT* TERHADAP KECEMASAN PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 4 ABIANSEMAL

SKRIPSI

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali

Oleh:

**NI MADE PUTRI WIDILESTARI
NIM. A1121006**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN BEBAS *PLAGIARISME*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Putri Widilestari

Nim : A1121006

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Metode *Butterfly Hug* Dengan Terapi Musik *Ambient* Terhadap Kecemasan Pada Remaja Putri Di SMPN 4 Abiansemal

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terdapat bukti bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 02 Juni 2025



Ni Made Putri Widilestari

**PENGARUH PEMBERIAN METODE *BUTTERFLY HUG* DENGAN
TERAPI MUSIK *AMBIENT* TERHADAP KECEMASAN PADA
REMAJA PUTRI DI SMPN 4 ABIANSEMAL**

Diajukan Oleh:

**NI MADE PUTRI WIDILESTARI
NIM. A1121006**

Badung, 04 Juli 2025

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



**Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701**

Pembimbing II

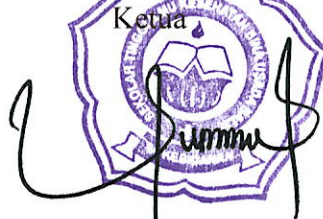


**Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb
NIDN. 0813058901**

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



**Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701**

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

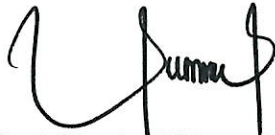
Tanggal : 11 Juli 2025

Yang Terdiri Dari:

Ketua Penguji


Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb
NIDN. 0801058701

Penguji I



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

Penguji II



Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb
NIDN. 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua


Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

Skripsi, Juli 2025

Ni Made Putri Widilestari

Pengaruh Pemberian Metode *Butterfly Hug* Dengan Terapi music *Ambient* Terhadap Kecemasan Pada Remaja Putri Di SMPN 4 Abiansemal

(xv Halaman + 56 Halaman + 6 Tabel + 4 Gambar + 14 Lampiran)

ABSTRAK

Remaja merupakan masa transisi antara anak-anak dan dewasa yang mengalami berbagai macam perubahan salah satunya psikososial, dimana ketika terjadi kesalahan dalam bertindak dapat menimbulkan reaksi emosi yang tidak stabil sehingga menyebabkan kecemasan. Adapun upaya untuk mengatasi kecemasan adalah terapi *butterfly hug* dan musik *ambient*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode *butterfly hug* dengan terapi musik *ambient* terhadap kecemasan pada remaja putri di SMP Negeri 4 Abiansemal.

Metode penelitian ini menggunakan *pra-ekspriment* dengan rancangan *one grup pretest-posttest design*. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 42 remaja putri dengan kecemasan. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS)*. Data dianalisis menggunakan uji Univariat dan Bivariat dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perubahan tingkat kecemasan secara signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan nilai *p value* $0,000 \leq 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian metode *butterfly hug* dengan terapi musik *ambient* terhadap kecemasan pada remaja putri di SMP Negeri 4 Abiansemal.

Kata kunci: Remaja, Kecemasan, *Butterfly Hug*, Terapi Musik *Ambient*.

Daftar Pustaka: 53 (2018-2024)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM

Undergraduate Thesis, July 2025

Ni Made Putri Widilestari

The Impact of the Butterfly Hug Method with Ambient Music Therapy on Anxiety Felt by Adolescent Girls at SMPN 4 Abiansemal

(xv Pages + 56 Pages + 6 Tables + 4 Figures + 14 appendices)

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period between childhood and adulthood, characterized by various changes, including psychosocial ones. Anxiety might result from erratic emotional responses brought on by mistakes. Butterfly hug therapy and ambient music therapy are two approaches to addressing anxiety. This study aimed to determine the effect of the butterfly hug method and ambient music therapy on anxiety in female adolescents at SMP Negeri 4 Abiansemal.

This research method used a pre-experiment with a one group pretest-posttest design. The sample was taken using a purposive sampling technique of 42 adolescent girls with anxiety. The Zung Self-rating Scale (ZSAS) questionnaire was the instrument utilized to collect the data. Univariate and bivariate tests, together with the Wilcoxon test, were used to examine the data.

According to the study's findings, anxiety levels significantly changed before and after the intervention p value of $0,000 < 0,05$. This suggest that in adolescent girls at SMP Negeri 4 Abiansemal.

Keywords: Adolescents, Anxiety, Butterfly Hug, Ambient Music Therapy

Bibliography: 53 (2018-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Metode *Butterfly Hug* dengan Terapi Musik *Ambient* Terhadap Kecemasan Pada Remaja Putri Di SMPN 4 Abiansemal”. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Meskipun demikian, penulis berusaha semaksimal mungkin agar penyusunan skripsi ini berhasil dengan sebaik-baiknya sehingga dapat diterima. Bersama ini pula dengan segala kerendahan hati, penulis menghantarkan terima kasih kepada pihak yang mendukung yaitu:

1. Dr. Ir. Putu Santika, M.M selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan dan dukungan untuk mengikuti Pendidikan Program Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali serta selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan, saran, pengetahuan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

3. Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb selaku Pembimbing II yang telah memberikan motivasi, pengetahuan, masukan, serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes selaku Pembimbing Akademik selama melakukan pendidikan di STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan motivasi serta pengetahuan.
5. I Made Antara, S.Pd selaku Kepala Sekolah di SMPN 4 Abiansemal yang telah memberi izin untuk melakukan penelitian.
6. Ni Komang Puspa selaku instruktur relaksasi yang telah membantu dalam membimbing dan memberikan praktik metode *butterfly hug*.
7. Semua responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat selesai dengan tepat waktu.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, semoga dengan kekurangan ini menjadikan pembelajaran yang berguna bagi masa yang akan datang. Oleh karena itu diharapkan masukan, baik kritik maupun saran dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca.

Badung, Juli 2025

Ni Made Putri Widilestari

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS <i>PLAGIARISME</i>	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teoritis.....	7

1. Remaja.....	7
2. Kecemasan.....	10
3. Metode Butterfly Hug.....	18
4. Musik Ambient.....	20
B. Kajian Empiris.....	22
C. Kerangka Teori.....	25
BAB III.....	26
KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN.....	26
DEFINISI OPERASIONAL.....	26
A. Kerangka Konsep.....	26
B. Hipotesis Penelitian.....	26
C. Definisi Operasional.....	27
BAB IV METODE PENELITIAN.....	28
A. Rancangan Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
C. Etika Penelitian.....	30
D. Alat Pengumpulan Data.....	33
1. Instrumen Penelitian.....	33
2. Validitas dan Reliabilitas.....	34
E. Prosedur Pengumpulan Data.....	35
1. Prosedur Administrasi.....	35

2. Prosedur Teknis.....	36
F. Pengolahan Data.....	37
G. Analisis Data.....	39
1. Analisis Univariat.....	39
2. Analisis Bivariat.....	40
BAB V HASIL PENELITIAN.....	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
B. Analisis Univariat.....	42
C. Analisis Bivariat.....	43
BAB VI PEMBAHASAN.....	46
A. Interpretasi Data.....	46
B. Keterbatasan Peneliti.....	49
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	49
BAB VII PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	27
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian	28
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden	42
Tabel 5.2 Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Intervensi <i>Butterfly Hug</i> Dengan Terapi Musik Ambient Terhadap Kecemasan Pada Remaja Putri	42
Tabel 5.3 Hasil Uji Normalitas Data <i>Shapiro-Wilk</i>	43
Tabel 5.4 Analisis Pengaruh Pemberian Metode <i>Butterfly Hug</i> dengan Terapi Musik Ambient Terhadap Kecemasan Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Abiansemal	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Kecemasan	15
Gambar 2.2 Metode <i>Butterfly Hug</i>	19
Gambar 2.3 Kerangka Teori	25
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 4. Berita Acara Pelaksanaan Uji Etik
- Lampiran 5. Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6. Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 9. Kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS)*
- Lampiran 10. Lembar SOP
- Lampiran 11. Hasil Analisis Data
- Lampiran 12. Sertifikat Instruktur
- Lampiran 13. Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 14. Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
I-NAMHS	: <i>Indonesian National Adolescent Mental Health Survey</i>
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
GAD	: <i>Generalized Anxiety Disorders</i>
SSRI	: <i>Selective Serotonin Reuptake Inhibitors</i>
PTSD	: <i>Post Traumatic Stress Disorders</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
ZSAS	: <i>Zung Self-rating Anxiety Scale</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
PSP	: Persetujuan Setelah Penjelasan
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
BAK	: Buang Air Kecil
BAB	: Buang Air Besar

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mukhyi, M. (2023). *Metodologi Penelitian Panduan Praktis Penelitian Yang Efektif (1)*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.
<https://document/821482205/Metodologi-Penelitian-Panduan-Praktis-Penelitian-Yang-Efektif-1>
- Agung, A. A. P., & Yuesti, A. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Denpasar: Universitas Mahasaraswati.
<https://eprints.unmas.ac.id/id/eprint/1612>
- Ahyani, L. N., & Astuti, R. D. (2018). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus.
<https://publication/330577631>
- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881.
<https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Anggeriani, R., Rahmadayanti, A. M., & Rahma, M. (2022). Kecemasan Akseptor Kb Suntik Selama Pandemi Covid Di Pmb Lismarini Palembang. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 11(1), 44–50.
<https://doi.org/10.55045/jkab.v11i1.138>
- Ardiansyah, S., Yunike, Ardiansyah, S., Tribakti, I., Suprpto, Saripah, E., Febriani, I., Zakiyah, Kuntoadi, G. B., Muji, R., Kusumawaty, I., Narulita, S., Juwariah, T., Akhriansyah, M., Putra, E. S., & Kurnia, H. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Aristawati, A. R., Meiyuntariningsih, T., & Putri, A. (2022). Terapi Musik untuk Menurunkan Stres dan Meningkatkan Subjective Well-Being pada Dewasa Awal yang Memiliki Riwayat Perceraian Orang Tua. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 6(1), 43.
<https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i1.4904>
- Astuti, N. A. P. (2024). Butterfly Hug sebagai Teknik Relaksasi: Metode Efektif untuk Mengurangi Kecemasan Remaja. *Konseling: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 5(4), 133–137.
<https://doi.org/10.31960/konseling.v5i4.2530>
- Atmaja, I. K. S., & Surya, I. K. (2020). Research Instruments. In T. Fiktorius (Ed.), *Crafty Oligarchs, Savvy Voters*. Denpasar: Mahameru Press.
<https://doi.org/10.1017/9781108694247.012>

- Aulia, A. W. Z., Yuliasuti, E., & Suyatno, S. (2024). Pengaruh Terapi Butterfly Hug terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 5(1), 1–8.
<https://doi.org/10.30787/asjn.v5i1.1514>
- Cahyadi, Universitas Buddhi Dharma. (2022). Pengaruh Kualitas Produk Dan Harga Terhadap Keputusan Pembelian Baja Ringan Di Pt Arthanindo Cemerlang. *Ekonomi Dan Manajemen Bisnis*, 1, 60–73.
<https://jurnal.ubd.ac.id/index.php/emabi>
- Dewi, Endiana, I. D. M., & Arizona, I. P. E. (2019). *Pengaruh Rasio Likuiditas, Rasio Leverage dan Rasio Profitabilitas Terhadap Financial Distress Pada Perusahaan Manufaktur*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(November), 1689–1699.
<https://journal.unmas.ac.id/index.php/537>
- Dhamayanti, D., Kumara, A. R., Hartanto, Santoso, B., & Prasetyorini, D. A. (2023). *Cara Mengukur Tingkat Kecemasan Siswa PKL (Praktik Kerja Lapangan) Menggunakan Skala HARS*. 27. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
https://eprints.uad.ac.id/39451/1/ok-Buku_Cara_Mengukur_Kecemasan_HARS.pdf
- Diorarta, R., & Mustikasari. (2020). Tugas Perkembangan Remaja Dengan Dukungan Keluarga. *Carolus Journal of Nursing*, 2(2), 111–120.
<https://doi.org/10.37480/cjon.v2i2.35>
- Dr. dr. Alifiati Fitrikasari, S. K. (2021). *Buku Ajar Gangguan Neurotik, Gangguan Somatoform dan Gangguan Terkait Stres*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
https://undip.ac.id/18402/1/buku_ajar_gg_psik2_e-isbn.pdf
- Effendi, Z., Purwanto, S., & Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, B. (2023). Seminar Nasional Keperawatan “Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual pada Pasien Paliatif” Tahun 2023 Pengaruh Kombinasi Metode Butterfly Hug Dan Terapi Musik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Remaja. *Seminar Nasional Keperawatan “Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual Pada Pasien Paliatif” Tahun 2023*, 002, 190–202.
<https://conference.unsri.ac.id/index/2898>
- Farransyah, N. (n.d.). *Fungsi Musik Instrumental Ambient untuk Yoga di Elena Yoga Studio*. 2(2), 501–512. Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia.
<https://doi.org/10.61787/1x4wk713>

- Fauzi, A., Nisa, B., Napitupulu, Darmawan, Abdillah, F., Utama, A. A. G. S., Zonyfar, C., Nuraini, R., Purnia, D. S., Setyawati, I., Evi, T., Permana, S. D. H., Sumartiningsih, M. S., (2022). Metodologi Penelitian: Metodologi penelitian Skripsi. In *Rake Sarasini* (Issue Maret). Jawa Tengah: Cv Pena Persada.
https://publication/380362452_METODOLOGI_PENELITIAN
- Ferry, D. (2024). Ambient Music Dalam Pembelajaran (Studi Eksperimen Terhadap Konsentrasi Dan Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Genetika). *Symbiotic: Journal of Biological Education and Science*, 4(2), 64–74.
<https://doi.org/10.32939/symbiotic.v4i2.101>
- Girianto, P. W. R., Widayati, D., & Agusti, S. S. (2021). Butterfly Hug Reduce Anxiety on Elderly. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(3), 295–300.
<https://doi.org/10.26699/jnk.v8i3.art.p295-300>
- Husen, A. (2023). Strategi Pemasaran Melalui Digital Marketing Campaign Di Toko Mebel Sakinah Karawang. *Jurnal Economina*, 2(6), 1356–1362.
<https://doi.org/10.55681/economina.v2i6.608>
- Judodihardjo, E., Satiadarma, M. P., & Soetikno, N. (2024). *Peran Keberfungsian Keluarga Sebagai Moderator Dalam Kecemasan Pada Remaja The Role of Family Functioning as a Moderator in the Relationship between Overprotective Parenting and Anxiety Levels in Adolescents Abstract*. 17(3), 276–290.
<https://doi.org/10.24156/jikk.2024.17.3.276>
- Kalifia, A. D. (2023). *Mengenal arti pentingnya kecemasan*. (2), 49–59. Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Yogyakarta.
<https://utepe-joln.net/index.php/JURPERU/article/view/47>
- Kurniantari, R. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menjalani Uji Pra Klinik Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 6(6), 9–33.
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4>
- Kurniawan, E. A. P. B., & Ngapiyem, R. (2023). Efektifitas Terapi Butterfly Hug Terhadap Kesehatan Mental: Stres Orang Tua Dengan Anak Kebutuhan Khusus Di Slb Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 1–8.
<https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/jurnalkesehatan/article/download/400/272/2143>
- Marthoenis, & Rizky, F. (2021). Gambaran Kekerasan Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Aceh Timur. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9, 1.
<https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i4.1210>

- Muslih, M., & Rosyidah, R. (2020). Statistika “Aplikasi Di Dunia Kesehatan”. Jawa Timur: In Umsida Press.
<https://doi.org/10.21070/2020/978-623-6081-03-7>
- Najiha, U. (n.d.). Terapi Musik Untuk Menurunkan Stress. Universitas Batam.
<http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi>
- Naspufah, M., Saprudin, A., & Heriana, Y. (2022). Terapi Butterfly Hug Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Tahun 2022. *Braz Dent J*.
<https://doi.org/10.62027/praba/601.96>
- Nining, N. M. (2023). *Buku Self Healing_fullteks sudah terbit*. Yogyakarta: Pustaka Panasea.
https://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/6812/1/Buku_Self_Healing_fullteks_sudah_terbit.pdf
- Nursiah, W. O. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Kelas VII Di Smp Negeri 4 Kota Baubau Tahun 2021. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 1(1), 27–32.
<https://doi.org/10.57151/jsika.v1i1.29>
- Oktamarin, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., Sukmawati, S., & Apriyani, T. (2022). Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 119–134.
<https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>
- Pribadi, T., & Djamaludin, D. (2020). Terapi psikoreligi terhadap penurunan perilaku kekerasan pada pasien Skizofrenia di ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 373–380.
<https://doi.org/10.33024/hjk.v13i4.1940>
- Pristianto, A., Tyas, R. H., Muflikha, I., Ningsih, A. F., Vanath, I. L., & Reyhana, F. N. (2022). Deep Breathing dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Siswa MAN 2 Surakarta. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 36–46.
<https://doi.org/10.53624/kontribusi.v3i1.127>
- Puspitasary, & Jenny. (2024). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Kepatuhan Remaja Putri, Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di Smpn 1 Kota Agung Timur. *Convention Center Di Kota Tegal*, 9.
<https://doi.org/10.54371>

- Ramdhiani, S. (2023). Pengaruh Butterfly Hug Terhadap penurunan tingkat stres pada remaja di smk al-mafatih jakarta. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 5(November 2022), 1–21. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/1228>
- Rany, H. (2022). Batasan Remaja. *Keperawatan*, 1–23. <https://jurnal-17301-2-10-20230111.pdf>.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati (ed.)). Bantul: Penerbit KBM Indonesia. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/16455>
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). Metode Kuantitatif. In *Metode Kuantitatif* (Issue 1940310019). Surakarta: Unisri Press. https://sirisma.unisri.ac.id/berkas/metode_kuantitatif_new.pdf
- Sembiring, T. B., Irmawati, Sabir, M., & Tjahyadi, I. (2024). *Teori Dan Praktik Pendekatan* (B. Ismaya (ed.); Issue 1). Karawang: CV Saba Jaya Publisher. <https://765602043/Buku-Ajar-Metodologi-Penelitian-Teori-Dan-Praktik-removed>
- Sirait, M. B. T., & Korintus, A. P. M. C. (2022). Peran & Fungsi Irian Musik Dalam Khotbah Di Gereja Pantekosta Di Indonesia (GPdI) Imanuel Karowa Tompaso Baru. *Psalmoz*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.51667>.
- Stuart, G. W. (2021). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart, edisi Indonesia II* (p. 692). Elsevier. <https://shorturl.at/q5H9i>
- Suparman, S., & Junaidin, J. (2023). Upaya Sekolah dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 7(6), 3950–3958. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i6.6469>
- Suprpto, S., Mulat, T. C., & Hartaty, H. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(1), 96–102. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i1.303>
- Supratih, I., Hasneli, Y., & Woferst, R. (2023). Efektivitas Terapi Murottal Al-Ma'tsurat Pagi terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Ujian Praktikum. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 591–600. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1443>
- Suryaa, A. Z., Fauzib, A., & Andi Prastomoc. (2024). *Jurnal Riset Teknik*. 1, 27–37. <https://doi.org.1037287>

- Utami, F. P., & Ayu, S. M. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja. 1*, 3–4. Universitas Ahmad Dahlan.
https://87042993/Buku_Ajar_Kesehatan_Reproduksi_Remaja
- Wahyuntari, E., & Puspitasari, I. (2021). Anxiety and Maternal Fetal Attachment. *International Journal of Health Science and Technology*, 2(2), 64–70.
<https://doi.org/10.31101/ijhst.v2i2.1850>
- Widiyono. (2021). Betapa Menakjubkannya Terapi Musik Bagi Kesehatan. 6(11), 951–952. *Jombang*: Lima Aksara.
<https://repository.usahidsolo.ac.id/1715>
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Devriany, A., Wijayanti, D. R., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). *Statistik Analisis Multivariat*. Pangkalpinang: In Cv Science Techno Direct.
https://publication/373070067_BUKU_AJAR_METODE_PENELITIAN
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). *Metodologi Penelitian*. Pangkalpinang: In Cv Science Techno Direct.
https://publication/373070067_BUKU_AJAR_METODE_PENELITIAN
- Wijaya, M. F., Abdi, M. J., Aldilawati, S., & Auniah, A. (2023). Cara Mengatasi Kecemasan Dental secara Farmakologis dan Non-farmakologis: Sebuah Tinjauan Literatur. *Denthalib Journal*, 1(November), 61–67.
<https://journal.fkg.umi.ac.id/index.php/denthalib/article/view/37/29>
- Zahra, G., Fadhilah, N., Saputra, R. A., & Wibowo, A. H. (2024). Deteksi Tingkat Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Random Forest. *Jurnal Fakultas Teknik UMT*, 13(1), 38–47.
<http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jt/index>