

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini Risma. 2016. *Relaksasi Otot Progresif*. [online], [https://id.scribd.com/doc/316439993/relaksasi-otot-progresif, diakses tanggal 10 Maret 2021]
- Anggraini. 2018. *Pengaruh Relaksasi Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Berisiko Tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumur Batu Bandar Lampung Tahun 2016*. Jurnal Universitas Malahayati Lampung. Vol.4(1) : 15-29
- Dartiwen dan Nurhayati. 2018. *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta : Penerbit Andi.
- Dewi, Puspa Kirana,dkk. 2018. *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bagian Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Bidan. Vol 4 (2):16-22
- Harahap, M. S dan Fazdria. 2016, *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Desa Tualang Teungoh Kecamatan Langsa KotaKabupaten Kota Langsa Tahun 2014*. Jurnal Kedokteran Syiah Kumala. Vol.16 (1) : 6-13
- Hayati, Sri Ayatina, dkk. 2020. *Progressive Muscle Relaxation Training untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu hamil Pra-Melahirkan*. Jurnal Cosulenza UNISKA. Vol.3 (1) : 19-25
- Hety, Dyah Siwi. 2015. *Efektifitas Pemberian Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakir Bhayangkari Watukosek*. Jurnal Hospital Majapahit. Vol. 7(1) : 30-40.
- Janiwarty, B dan Pieter, H. Z. 2013. *Pendidikan Psikologi untuk Bidan Suatu Teori dan Terapannya*. Yogyakarta : Rapha Publishing
- Kementrian Kesehatan RI, 2018. *Profil Kesehatan IndonesiaTahun 2017*. Jakarta

- Kristianingsih dan Endang S, 2019. *Hubungan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil Terhadap Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Isehatan Masyarakat Mulawarman. Vol.1(2) : 14-25
- Mardjan. 2016. *Pengaruh Kecemasan pada Kehamilan Primipara Remaja*. Pontianak : Abrori Institute
- Miftahul, Khairoh, dkk. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Surabaya:CV Jagad Publishing
- Mochtar R. 2012. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta : EGC
- Mulyana Tirta , dkk. 2019. *Pengaruh Relaksasi Otot Progressif Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida*. Jurnal JOM Universitas Riau. Vol.6(1) : 163-170.
- Mutmainah, Anna. 2019. *Ternyata Hamil dan Melahirkan Tanpa Rasa Sakit Itu Mudah*. Yogyakarta : HEALTHY
- Nuwa, Muhammad Saleh. 2018. *Kombinasi Terapi Progressive Muscle Relaxation dengan Spiritual Guided Imagery And Music*. Modul Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
- Prawirohardjo, Sarwono. 2016. *Ilmu Kebidanan Edisi Kelima*. Jakarta : PT. Bina Pustaka
- Setyoadi dan Kushariyadi. 2011. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatik*. Jakarta : Salemba Medika
- Sholehati, Tetti dan Cecep Eli Kosasih. 2015. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT. Refika Aditama
- Sutanto, A.V dan Y. Fitriana. 2017. *Asuhan pada Kehamilan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Syaiful, Yuanita. 2019. *Asuhan Keperawatan Kehamilan*. Surabaya : CVG. Jagad Publishing

Trisetyaningsih, Yanita, dkk. 2018. *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Fase Laten*. Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Vol.9(2) : 1-11.

Tyastuti, Siti dan Heni P.W. 2016. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta : Kemenkes RI

Walyani, Elisabeth Siwi. 2015. *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Banten : Pustaka Baru Press