

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG DEPAN	i
HALAMAN SAMBUNG DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN TEORI	6
2.1 Konsep Teori Yoga	6
2.1.1 Pengertian Yoga	6
2.1.2 Tingkatan Yoga	6
2.1.3 Prinsip Prenatal Yoga.....	9
2.1.4 Manfaat Prenatal Gentle Yoga	10
2.2 Konsep Teori Kecemasan	17
2.2.1 Pengertian Kecemasan	17
2.2.1 Tingkat Kecemasan	18
2.2.3 Pengukuran Tingkat Kecemasan.....	19
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	22
2.3 Perubahan Psikologis Selama Kehamilan.....	22

2.4 Penatalaksanaan Kecemasan pada Ibu Hamil	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Desain <i>Literature review</i>	27
3.2 Langkah Penyusunan <i>Literature review</i>	27
3.3 Prisma Flow Chart.....	31
3.4 Review.....	32
3.5 Penyajian Hasil <i>Literature Review</i>	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Hasil <i>Literature Review</i>	33
4.1.1 Karakteristik Studi	33
4.1.2 Karakteristik Responden	35
4.1.3 Hasil Penelusuran Jurnal	40
4.2 Pembahasan.....	58
4.3 Keterbatasan Peneliti.....	62
BAB V PENUTUP.....	63
5.1 Kesimpulan	63
5.2 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kata Kunci Literature Review	29
Tabel 3.2 Penyajian Data	68
Tabel 4.1 Karakteristik Studi Tahun Publikasi	33
Tabel 4.2 Karakteristik Studi Akreditasi Artikel	33
Tabel 4.3 Karakteristik Studi Studi Desain Penelitian.....	34
Tabel 4.4 Karakteristik Studi Metode Pengumpulan Data.....	34
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Yoga Berdasarkan Literature Review	35
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Yoga Berdasarkan Literature Review.....	36
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Waktu Pelaksanaan Yoga Berdasarkan Literature Review	36
Tabel 4.8 Hasil Analisis Efektivitas Yoga dalam Penurunan Kecemasan Berdasarkan Literature Review	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Penyajian Data.....	68
Lampiran 2 Jadwal Penelitian	69
Lampiran 3 Lembar Kesiapan Membimbing	71
Lampiran 4 Lembar Konsultasi.....	73

DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
AKB	: Angka Kematian Bayi
AKI	: Angka Kematian Ibu
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
GAD	: <i>Generalized Anxiety Disorder</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
HAS	: <i>Hamilton Anxiety Scale</i>
HPA	: <i>Hipotalamo-Pituitary-Adrenal</i>
PAS	: <i>Pregnancy Anxiety Scale</i>
PRAQ	: <i>Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire</i>