

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian*. Malang : UMM Press.
- Amalia, R., Rusmini, & Yuliani, D. R. (2020). Prenatal Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Primigravida Trimester III. *Sains Kebidanan*, 2(1), 29–34.
- Aprilia, Y. (2017). *Bebas Takut Hamil dan Melahirkan*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Aprillia, Y. (2020). *Prenatal Gentle Yoga* (pp. 3–9). Jakarta : Gramedia.
- Ashari, Pongsibidang, G. S., & Mikhrunnisai, A. (2019). *Pengaruh Senam Prenatal Yoga terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*. 15(1), 55–62.
- Astuti, S., Susanti, A. I., Nurparidah, R., & Mandiri, A. (2017). *Asuhan Ibu dalam Masa Kehamilan*. Jakarta : Erlangga.
- Bangun, P. (2019). Hubungan Antara Senam Yoga dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan pada Primigravida. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(2), 291–296.
- Bingan, E. C. S. (2019). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 466. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1505>
- Cahyanto, E. B. (2020). *Asuhan Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti*. Pati : CV Al Qalam Media Lestari.
- Chen, P. J., Yang, L., Chou, C. C., Li, C. C., Chang, Y. C., & Liaw, J. J. (2017). Effects of prenatal yoga on women's stress and immune function across pregnancy: A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 31, 109–117. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2017.03.003>

- F, K., & Y, H. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika.
- HIMPSI. (2020). Terms of Reference: Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi untuk Bangsa Ke-5. *Himpsi.or.Id*, September 2019, 13.
<https://himpsi.or.id/blog/pengumuman-2/post/kesehatan-jiwa-dan-resolusi-pascapandemi-di-indonesia-panduan-penulisan-132>
- Kusaka, M., Matsuzaki, M., Shiraishi, M., & Haruna, M. (2016). Immediate Stress Reduction of Yoga During Pregnancy : One Group pre-post test. *Women and Birth*, 29(5).
- Lebang, E. (2015). *Yoga Atasi Backpain*. Jakarta : Pustaka Bunda.
<https://books.google.co.id/books?id=PnnkCgAAQBAJ&pg=PA80&dq=asana+yoga+ibu+hamil&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwjB84O-9JbuAhWHXCsKHfx4DPYQ6AEwAHoECAMQAq#v=onepage&q=asana+yoga+ibu+hamil&f=false>
- Maharani, S., & Hayati, F. (2020). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan. *Jurnal Endurance*, 5(1), 161. <https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.4524>
- Milgrom, J., & Gemmill, A. W. (2015). *Identifying Perinatal Depression and Anxiety*.
<https://books.google.co.id/books?id=VZPgCAAQBAJ&pg=PA101&dq=anxiety+scale+pregnancy&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwiN3YWy35LuAhVn8XMBHZaqB30Q6AEwBHoECAAQAq#v=onepage&q=anxiety+scale+pregnancy&f=false>
- Novelia, S., Sitanggang, T. W., & Yulianti, A. (2018). Effect of Yoga Relaxation

on Anxiety Levels among Pregnant Women. *Nurse Media Journal of Nursing*, 8(2).

Pieter, H. Z., & Lubis, N. L. (2013). *Pengantar Psikologi untuk Kebidanan*. Jakarta : Kencana.

Pratigny, T. (2014). *Yoga Ibu Hamil* (pp. 13–15). Jakarta : Pustaka Bunda.

Pratiwi, K., & Rusinani, D. (2020). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Dalam Siklus Hidup Wanita*. Deepublish.

Putri, M. (2019). *Pengaruh Yoga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Puskesmas Rawang Pasar Iv Kecamatan Rawang Panca Arga Kabupaten Asahan*. 012, 5–10.

Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya*. Ponorogo : Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).

Sari, H. (2016). Penanganan Masalah Ansietas Pada Ibu Hamil. *Karya Ilmiah*, 1(1), 7–14.

Siallagan, D., & Lestari, D. (2018). Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas, dan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang. *Indonesian Journal of Midwifery*, 1(2).

Situmorang, R. B., Rossita, T., & Rahmawati, D. T. (2020). Hubungan Senam Prenatal Yoga dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(03), 178–183.

<https://doi.org/10.33221/jikm.v9i03.620>

Videbeck, S. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC.