

DAFTAR PUSTAKA

- Angesti, E. P. W. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan dan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester 3 dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1), 45–52.
- Alves, A. M., Silva, R. F., & Pereira, L. A. (2021). The impact of hormonal changes on mood regulation during pregnancy. *Journal of Obstetric Research*, 34(2), 123-130.
- Alghurir, A., Khalil, M., & Hussein, R. (2024). *Physical discomfort and anxiety during pregnancy: A clinical perspective*. *Journal of Prenatal Health*, 12(1), 22–29.
- Aldoseri, F., Al-Mutairi, R., & Bakheet, A. (2023). Psychological stress during pregnancy: A meta-analysis. *Maternal and Child Mental Health Journal*, 18(2), 101–110.
- Arsi, D., Putri, R. A., & Lestari, W. (2023). Hubungan kecemasan dan depresi dengan proses persalinan pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 17(2), 98–105.
- Asnuriyati, & Fajri, L. (2020). Tingkat kecemasan ibu hamil primigravida menjelang persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), 45–52.
- Anggraeni, R. (2022). *Metodologi penelitian kesehatan: Teori dan aplikasi*. Jakarta: Penerbit Andi.
- Anggrayini Muskar, Y., & Sabila Rosyad, Y. (2024). Validitas DASS-21 versi Bahasa Indonesia. *Informasi dan Promosi Kesehatan*, 3(1), 23–29.
- Apriyani, W., Hadi, M., & Idriani, I. (2021). Teknik Alexander terhadap penurunan kecemasan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 671–682. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.2300>
- Cacciatore, A., Gurfinkel, V. S., Horak, F., Cordo, P., & Ames, K. (2020). Postural control and Alexander Technique. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 24(1), 42–49. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2019.04.007>
- Cacciatore, T. W., Cohen, R. G., & Hodges, M. (2020). Potential neurophysiological mechanisms of the Alexander Technique. *Kinesiology Review*, 9(3), 199–20
- Dennis, C. L., Holder, M., & Dowswell, T. (2021). Psychosocial interventions for anxiety during pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (10). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001134.pub4>

- Fasiha, Wabula, W. M., & Simanjuntak, M. R. (2022). *Modul senam hamil*. Maluku.
- Grove, S. K., & Gray, J. R. (2019). *Understanding nursing research* (7th ed.). Elsevier.
- Habibah, S. N., & Fakhri, N. (2020). The depression anxiety stress scales (DASS-21): Indonesian validation. *COUNS-EDU*, 5(4), 205–215.
- Halil, A., Puspitasari, E., & Kebidanan, P. (2022). Adaptasi kehamilan trimester III. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 2721–8007.
- Hodges, M., Cohen, R. G., & Cacciatore, T. W. (2024). Modern pain science and the Alexander Technique. *Kinesiology Review*, 13(4), 548–556. <https://doi.org/10.1123/ke.2024-0035>
- Hayati, S. S. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil di Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Abai, Solok Selatan. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/44027>
- Jurnal Riset Kesehatan Nasional. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dan dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 2(1). <https://doi.org/10.37294>
- Kee, H. C., Hong, M., Lim, J. S., Lee, M. H., & Yang, S. J. (2023). Anxiety among students during COVID-19. *The Open Psychology Journal*, 17(1).
- Kusumawati, Y., & Zulaekah, S. (2020). Gangguan psikologis pada ibu hamil dan dampaknya terhadap kesehatan ibu dan bayi. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 85–92.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lozana, J. F., García-Valdecasas, B., & Sánchez-Salmerón, R. (2022). Anxiety in pregnant women during COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 297, 30–41. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.021>
- Mardinasari, A., Dewi, N., Ayubbana, S., & Dharma, A. (2022). Anxiety in pregnant women. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(3).
- Mulyani, N. D., Arifin, R. K., & Pratiwi, H. (2021). Kecemasan ibu hamil trimester III. *Health Sciences Journal*, 12(1), 21–28.
- Muyasaroh, H. (2020). *Kajian jenis kecemasan masyarakat Cilacap*. LP2M UNUGHA.
- Nurfazriah, I., & Fitriani, A. (2021). Pengaruh senam hamil terhadap kualitas tidur. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1531–1535.

- Nurhidayah, R., Safitri, D., & Yuliani, R. (2022). Dukungan keluarga dan stres. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(3), 181–189. <https://doi.org/10.5678/jki.v25i3.2022>
- Pinto, G., Goulão, B., Santos, T., & Mendes, R. (2020). Maternal anxiety and outcomes. *Journal of Affective Disorders*, 277, 36–47. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.016>
- Puspitasari, I., & Wahyuntari, E. (2020). Gambaran kecemasan ibu hamil trimester III. *Prosiding University Research Colloquium*, 116–120.
- Rahayu, S., Taka, E., & Kalesaran, L. (2021). Kecemasan pada remaja. *Medical Scope Journal*, 7(2), 106–111. <https://doi.org/10.35790/msj.v7i2.56534>
- Riyanto, S. (2023). Teknik relaksasi nafas dalam terhadap kecemasan. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 14(2), 38–41.
- Sahir, M. (2022). *Statistika dan metodologi penelitian kesehatan*. Deepublish.
- Sari, R., Parwati, N. M. D., & Indriana, R. (2023). Faktor kecemasan ibu hamil. *Medika Nusantara*, 2(4). <https://doi.org/10.59680/medika.v2i4.1710>
- Sutha, D. W. (2021). *Biostatistika: Buku ajar*. Media Nusa Creative.
- World Health Organization. (2020). *Maternal mental health and pregnancy outcomes*. World Health Organization.
- Wardani, D., & Sari, A. (2020). Pengaruh teknik Alexander terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil. *Jurnal Fisioterapi Indonesia*, 15(2), 85–92.
- Windayani, W., Yulizar, Y., Indriani, P. L. N., & Aisyah, S. (2023). Kecemasan ibu hamil di Poskesdes. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4477–4482.
- Wulandari, D. A., & Perwitasari, D. (2021). Anxiety in primigravida women. *Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 34(15), 2567–2573.
- Yang, Y., Yang, Y., & Chu, Z. (2024). Grid-free compressive behavior. *Applied Acoustics*, 3536, 109730. <https://doi.org/10.1016/j.apacoust.2023.109730>