

DAFTAR PUSTAKA

1. Listya L, Putere P, Budiapsari I. Pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil di Rumah Bersalin Bunda Setia. *Aesculapius Medical Journal*. 2022;2(1):20–26.
2. Larasati IP, Wibowo A. Pengaruh keikutsertaan senam hamil terhadap kecemasan primigravida trimester ketiga dalam menghadapi persalinan. *Journal Biometrika Kependudukan*. 2022;1(1):26–32.
3. Julianawati T. Hubungan senam hamil dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Batam. *Koloni: Jurnal Multidisiplin Ilmu*. 2022;1(4):440–7.
4. Suwito S, Alpiah DN. Efektivitas senam hamil dalam mengurangi tingkat stres dan kecemasan ibu hamil trimester III: literature review. *Jurnal Fisioter Terapan Indonesia*. 2025;4(1):1–10.
5. Arikalang F, Wagey FMM, Tendean HMM. Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dan multigravida dalam menghadapi persalinan di Indonesia. *e-CliniC*, 2023;11(3):283–92.
6. Murdayah, Nopiska Lilis D, Lovita E. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada ibu bersalin / Factors associated with anxiety in maternity mothers. *Jambura Journal Health Sci Res*. 2021;3(1):115-25.
7. World Health Organization. Launch of the WHO guide for integration of perinatal mental health in maternal and child health services [Internet]. [cited 2025 Aug 2]. Available from: <https://www.who.int/news/item/19-09-2022-launch-of-the-who-guide-for-integration-of-perinatal-mental-health>.
8. World Health Organization. Maternal mental health and pregnancy outcomes. [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2020 [cited 2025 Nov 11]. Available from: <https://www.who.int/teams/publications/i/item/maternal-mental-health>.
9. Kemenkes RI. *Laporan Nasional RIKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018.
10. Kementerian Kesehatan. *Pofil Kesehatan Indonesia 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020.
11. Handayani R. Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2012. *Reska*. 2015;(1):62-71.

12. Bjelica A, Cetkovic N, Trninic-Pjevic A, Mladenovic-Segedi L. The phenomenon of pregnancy- A psychological view. *Ginekologia Polska*. 2018;89(2):102-6.
13. Heryanti J, Pujiati W, Wati L, et al. Kelas ibu hamil terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Vokasi Kesehatan*. 2024;10(1).
14. Zulaida S, Astuti HP, Renny Y. *Pengaruh senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Andong* [Undergraduate thesis] [Internet]. Surakarta: Universitas Kusuma Husada; 2024. [cited 2025 Aug 2]. Available from: <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/6131/>.
15. Wardani NK, Winarni. Pengaruh senam maryam terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di klinik pratama D'Maryam. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Seroja Husada*. 2024;1(4):334-348.
16. Hesketh KR, Evenson KR. Prevalence of U.S. pregnant women meeting 2015 ACOG physical activity guidelines. *Am Journal Prev Med*. 2016;51(3): e87-9.
17. Susanti S, Hassan HC, Aljaberi MA. Pregnancy exercise effectiveness on anxiety level among pregnant women. *Journal Public Health Res*. 2024 Apr;13(2):1-5.
18. Dinas Kesehatan Kota Padang. *Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2024: Edisi 2025*. Padang: Dinas Kesehatan Kota Padang; 2025.
19. Buku Registrasi Pelayanan Ibu Hamil Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. 2025.
20. Sihite YH, Ambarita B, EA. Gambaran efektivitas senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester iii di klinik bertha tahun 2023. *Central Publisher*. 2023;1: 274-288.
21. Syaiful Y, Fatmawati L. *Asuhan keperawatan kehamilan*. 1st ed. Surabaya: Jakad Publishing; 2023.
22. Prawirohardjo S. *Ilmu kebidanan*. 4th ed. Saifuddin AB, editor. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2014.
23. National Institute of Child Health and Human Development (NICHD). *Pregnancy: Condition Information* [Internet]. U.S. Department of Health & Human Services; 2013 [cited 2025 Aug 5]. Available from: <https://www.nichd.nih.gov/>.
24. Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Hauth JC, Rouse DJ, Spong CY. *Williams Obstetrics*. 22nd ed. New York: McGraw-Hill; 2005.

25. Gultom L, Hutabarat J. *Asuhan kebidanan kehamilan*. 1st ed. Sidoarjo: Zifatama Jawara; 2020.
26. Putri Y, Yulianti S, Aulia D, Umami, Rossita T. *Buku ajar fisiologi kehamilan, persalinan, nifas, dan bayi baru lahir*. 1st ed. Nasrudin M, editor. Pekalongan: NEM; 2022.
27. Nurseha, Kusumastuti, Farida SN, Mardianingsih. *Buku ajar psikologi kehamilan, persalinan, dan nifas*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang; 2024.
28. Wang M, Song Q, Xu J, Hu Z, Gong Y, Lee AC, Chen Q. Continuous support during labour in childbirth: A cross-sectional study in a university teaching hospital in Shanghai, China. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2018; 18:211.
29. Mulyati Y, Novita A, Trisna N. Pengaruh relaksasi diafragma, relaksasi otot progresif, dan relaksasi nafas terhadap penurunan rasa cemas pada ibu hamil trimester III. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indones*. 2021 Nov;1(2):74–84.
30. Sukarsih RI, Mardliyana NE, Hikmah R. Pengaruh relaksasi dan meditasi terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. *SINAR Jurnal Kebidanan*. 2021 Mar;3(2):39–49.
31. Baro'ah R, Jannah M, Nurisa WE, Setya WD. Hubungan antara tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dengan skor prenatal attachment di Praktik Mandiri Bidan Rina Malang. *Journal Issues Midwifery*. 2020 Apr-Jul;4(1):12–9.
32. Puspitasari I, Wahyuntari E. Gambaran kecemasan ibu hamil trimester III. *Proceeding of the 11th University Research Colloquium*. 2020 May 12;116–120.
33. Monat A, Lazarus RS. *Stress and coping: an anthology*. 3rd ed. New York: Columbia University Press; 1991. 598 p.
34. Nugraha AD. Memahami kecemasan: perspektif psikologi Islam. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*. 2020;2(1):1–22.
35. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), Center for Behavioral Health Statistics and Quality (CBHSQ). DSM-5 changes: implications for child serious emotional disturbance [Internet]. Rockville (MD): SAMHSA; 2016. [cited 2025 Aug 2]. Available from: <https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/NSDUHDSM5ImpactChildSED-2016.pdf>.
36. Ahmed JO, Kakamad K. Panic disorder: a review. *The Arab Journal of Psychiatry*. 2024;35(3):21-27.

37. Natal YV. Terapi kognitif perilaku untuk menurunkan tingkat kecemasan pada klien dengan gangguan agorafobia. *Pysche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*. 2021;3(1):53-63.
38. Chen Y. An overview of specific phobia: etiology and treatment. EWA Publishing: *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*. 2023;13(1):235-240.
39. Nasional Institute of Mental Health. *Social anxiety disorder: more than just shyness* [Internet]. Revised 2022. Bethesda (MD): Nasional Institutes of Health, U.S. Departemen of Health and Human Services; [cited 2025 Aug 12]. Available from: <https://infocenter.nimh.nih.gov/sites/default/files/2022-02/social-anxiety-disorder-more-than-just-shysness.pdf>.
40. Putra AP. Generalized Anxiety Disorder (GAD): A literature review. *Jurnal Biologis Tropis*. 2024;24(1b):569-603.
41. Habsy BA, Tarigan KL, Assalsabila F, Indriyani AF, Arisa AJ. Kajian psikoanalisis sigmund freud berbasis novel karya tulis setiyadi untuk menangani kecemasan. *Tsaqofah: Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. 2024;4(3):1771-1789.
42. Stuart GW, Sundeen SJ. *Buku saku keperawatan jiwa*. 3rd ed. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2013.
43. Somerville S, Dedman K, Hagan R, Oxnam E, Wettinger M, Byrne S, Coo S, Doherty D, Page AC. The perinatal anxiety screening scale: development and preliminary validation. *Arch Womens Ment Health*. 2014;17(5):443-54.
44. Yuliani DR, Aini FN, Amalia R, Hapsari W. The perinatal anxiety screening scale versi Indonesia: studi instrumen kecemasan pada kehamilan. *Jurnal Sains Kebidanan*. 2024 May;6(1):17-25.
45. Wahyunita VD, Fasiha, Sarifah S. *Modul gerakan senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung saat kehamilan*. Semarang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. 2021; 1:40.
46. Wahyuni I, Aditia DS, Atiyah Y, Destri Y, Mawaddah M. *Keterkaitan senam hamil dengan lama persalinan*. Yogyakarta: Deepublish; 2024. p.110.
47. Tyastuti S, Wahyuningsih HP. *Asuhan kebidanan kehamilan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.168.
48. Artal R, O'Toole M. Guidelines of the American College of Obstetricians and Gynecologists for exercise during pregnancy and the postpartum period. *British journal of sports medicine*. 2003;37(1):6.12.

49. Davies GA, Wolfe LA, Mottola MF, Mackinnon C. Joint SOGC/CSEP clinical practice guideline: exercise in pregnancy and the postpartum period. *Canadian Journal of Applied Physiology*. 2003;28(3):329-41.
50. Maretta SG. Efektivitas senam hamil dalam menurunkan kecemasan menghadapi persalinan di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2023 [Skripsi]. Padang: Universitas Andalas; 2023.
51. Rustam M. *Sinopsis Obstetri*. Edisi 2. Jakarta: EGC; 1998. p.346.
52. Noviyanti NI, Gusriani, Padlilah R, Jalilah NH, Mahayati NMD, Centis MCL, et al. *Panduan Lengkap untuk Ibu Hamil*. Padang (ID): GET Press; 2023.
53. Insani AA, et al. *Buku penuntun keterampilan kebidanan dasar 3*. Universitas Andalas. 2023.
54. Handayani H, Nuryati T. Pengaruh senam hamil terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*. 2023;2(6):2749-58.
55. Notoadmodjo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010. 37-38,120.
56. Swarjana IK. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit Andi; 2023. 168-170 p.
57. World Health Organization. Adolescent pregnancy [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2024 [cited 2026 Feb 1]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>.
58. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023: Laporan Nasional*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2023.
59. Beckmann, C. R. B., et al. *Obstetrics and gynecology (8th ed.)*. Wolters Kluwer. 2020.
60. American Psychological Association. Stress and pregnancy. 2021 [cited 2026 March 15]. Available from: <https://www.apa.org/topics/pregnancy>.
61. World Health Organization. Maternal health guidelines. 2023. Available from: <https://www.who.int/publications>.
62. Ningsih, N.N.A., Wirata, I.N. and Somoyani, N.K. Gambaran kesiapan ibu hamil usia muda menghadapi persalinan di Puskesmas Kubu II Karangasem. *Manajemen Pelayanan Kesehatan*. 2025;3(1).

63. Fauziah, Rahmawati. Hubungan usia dan paritas dengan persiapan persalinan pada ibu hamil trimester ketiga di Klinik Kusuma Kota Samarinda. *Bunda Edu Midwifery Journal*. 2021;4(1):1–8.
64. Fadillah MM. Faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III di PMB R Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. 2024;2(2):73-82.
65. Dewi NS, Probowati R, Wahyudi T. Pengaruh pendampingan suami terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di Rumah Sakit UNS Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2024;5(3):8025-8032.
66. American College of Obstetricians and Gynecologists (2020) *Guidelines for perinatal care*. Washington, DC: ACOG.
67. Salari, N., Mohammadi, A., Hemmati, M. *et al*. The global prevalence of low back pain in pregnancy: a systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*. 2023; 23:830.
68. Rachma GN, Irwanto, Izzati D. Perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil trimester I, II, dan III. *Indonesia Midwifery and Health Sciences Journal*. 2024;8(2):156-170.
69. Veftisia V, LD A. Tingkat Kecemasan, Stress Dan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III di PMB Ibu Alam Kota Salatiga. *Indonesian Journal*. 2021;4(1):62-7.
70. Nuryati, S., Prilhi, F.S.S. and Susanti, R. Perbedaan tingkat kecemasan antara ibu hamil primigravida dan multigravida. *Healthy Care Journal*. 2024;3(1).
71. Mainali, A., Infanti, J.J., Thapa, S.B., van Teijlingen, E., Simkhada, P. and van den Broek, N. Anxiety and depression among pregnant women with a previous history of perinatal loss: a cross-sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*. 2023; 23:111.
72. Hastanti, H., Budiono, B. and Febriyana, N. Primigravida memiliki kecemasan yang lebih saat kehamilan. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*. 2021;3(2):167–178.
73. Sari DP, Margiyati, Darmawati D. Gambaran tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dan multigravida trimester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Ilmu Kebidanan Poltekkes Ummi Khasanah*. 2023;9(2):89-92.
74. Dewi NA, et al. Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan ibu dalam menjalani kehamilan. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*. 2024;11(11):2202-2210.

75. Guardino, C.M. and Schetter, C.D. Coping during pregnancy: a systematic review and recommendations. *Health Psychology Review*. 2014;8(1):70–94.
76. Silva, M.M.J., Nogueira, D.A., Clapis, M.J. and Leite, E.P.R.C. Anxiety in pregnancy: prevalence and associated factors. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2022;30:3502.
77. Nutbeam, D. Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies. *Health Promotion International*. 2021;36(1):1–9.
78. Sari WLNI et al. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Peninjauanogan Komering Ulu. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2025;6(2):9120-9130.
79. Kugbey, N., Ayanore, M.A. and Doegah, P.T. Determinants of anxiety and depression among pregnant women. *Journal of Affective Disorders Reports*, 2020;2:1033.
80. Chen, H., Selix, N. and Nosek, M. Perinatal anxiety and depression: knowledge and associated factors. *Journal of Women's Health*. 2022;31(2):237–245.
81. Fransiska S, Anggraini FA, Sari N. Hubungan usia, pengetahuan dan dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil di TPMB Sunter Agung. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*. 2024;4(1):29-37.
82. Jannah B, Pratiwi CS, Mamnuah. Pekerjaan dan gravida mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil di Puskesmas Mpunda Kota Bima. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2025;16(2):95-102.
83. Sari, I.P., Stella, N.E.A., Idriani, I., Anggraini, D. and Nursanti, I. Strategi koping terhadap kecemasan pada ibu preeklampsia. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*. 2022;5(1):13–16.
84. Afconneri, Y., Herawati, N., Mirawati, A. and Zulharmaswita. Penerapan terapi relaksasi distraksi terhadap ibu hamil trimester III dengan ansietas. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2023;11(2):120–126.
85. Setiani CDF, Titisari I, Antono SD. Hubungan tingkat kecemasan ibu dengan terjadinya persalinan lama (prolong) pada ibu bersalin kala 1 fase aktif primigravida. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2020;8(2):168-173.
86. Rahmawati, D., Arista, D. and Riastawati, D. Pengaruh kelas ibu hamil terhadap kepuasan informasi dan kecemasan persalinan di Desa Tanjung Harapan Kabupaten Muaro Jambi. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*. 2023;7(1).

87. Bayrampour, H., McDonald, S. and Tough, S. Risk factors of transient and persistent anxiety during pregnancy. *Midwifery*. 2020; 85:102662.
88. Dunkel Schetter, C. Psychological science on pregnancy: stress processes, biopsychosocial models, and emerging research issues. *Annual Review of Psychology*. 2021; 72:531–558.
89. Putri, A. and Handayani, S. Faktor yang memengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2022;13(2):75–82.
90. Sedov, I.D., Cameron, E.E., Madigan, S. and Tomfohr-Madsen, L.M. Sleep quality during pregnancy: a meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*. 2021; 38:168–176.
91. Wahyuni, S., Fitriani, Y. and Lestari, W. Hubungan kualitas tidur dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2022;25(2):85–92.
92. Fajarwati D, Munawaroh. Hubungan tingkat kecemasan, aktifitas fisik dan status anemia dengan kualitas tidur ibu hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2025;17(1):221-232.
93. Okun, M.L., Mancuso, R.A., Hobel, C.J., Schetter, C.D. and Coussons-Read, M. Poor sleep quality increases symptoms of depression and anxiety in postpartum women. *Journal of Behavioral Medicine*. 2020;43(1):1–10.
94. Oktavia Y dkk. Senam hamil terhadap tingkat nyeri punggung bawah dan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimster III. *Jurnal Keperawatan Profesional*. 2024;5(2):207-223.
95. Rahmawati, D., Arista, D. and Riastawati, D. Pengaruh kelas ibu hamil terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. 2023;7(1):1–8.
96. Sari, D., Fitriani, Y. and Lestari, W. Hubungan pengetahuan dengan kecemasan ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 2023;18(1):12–18.
97. Fitriani, Y. and Anggraini, D. Hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2022;13(2):75–82.
98. Wulandari, S., Handayani, L. and Putri, A. Pengaruh edukasi kehamilan terhadap kecemasan ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*. 2021;10(2):90–96.
99. Abdullah VI, Nadia. Pengaruh senam hamil dan teknik relaksasi terhadap peningkatan kualitas tidur ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*. 2025;11(1):39-45.

100. Kusnaningsih A, Aprilia NAN, Heriteluna M. Pengaruh aktivitas fisik senam hamil dan yoga terhadap kualitas tidur ibu hamil. *Jurnal Ners*. 2023;7(1):578-584.
101. Utami, R. and Sari, D. Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan*. 2022;13(1):45–51.
102. Handayani, S., Putri, A. and Lestari, W. Efektivitas senam hamil terhadap kualitas tidur dan kecemasan ibu hamil. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2021;24(3):150–156.
103. Handayani R. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar. *Ghizai: Jurnal Gizi dan Keluarga*. 2022;2(1):34-41.
104. Ar W, Irsam M, Fuad W. Keikutsertaan senam hamil dan tingkat kecemasan ibu terhadap proses persalinan di Puskesmas Reban Batang. *Jurnal Pandu Husada*. 2023;4(4):39-49.
105. Chotimah AC, Haerul P, Muhtadin A. Pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Moncobalang Kabupaten Gowa tahun 2022. *Journal of Health Quality Development*. 2022; 2(2):82-92.

