

TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF

TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI SECTIO CAESAREA



Primasari Mahardhika Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. Penulis adalah staf pengajar di Prodi D3 Kperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang. Penulis menempuh pendidikan S-1 Ilmu Keperawatan tahun 2005 di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Pada tahun 2017, penulis menyelesaikan pendidikan S-2 di Program Magister Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Brawijaya, Malang. Selain sebagai pengajar, penulis juga aktif pada organisasi profesi diantaranya PPNI dan IPKJI serta aktif di kegiatan penelitian, pengabdian masyarakat serta menulis artikel di berbagai jurnal, baik jurnal nasional maupun internasional.



TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI SECTIO CAESAREA

Primasari Mahardhika Rahmawati



Dilengkapi
SOP TERAPI
RELAKSASI OTOT
PROGRESIF

TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF

TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI SECTIO CAESAREA

Primasari Mahardhika Rahmawati



**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI
*SECTIO CAESAREA***

PRIMASARI MAHARDHIKA RAHMAWATI



pena persada
PENERBIT CV. PENA PERSADA

**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI
*SECTIO CAESAREA***

Penulis:

Primasari Mahardhika Rahmawati

ISBN: 978-623-315-972-2

Editor:

Arini Syarifah

Design Cover:

Retnani Nur Brilliant

Layout:

Nisa Falahia

Penerbit CV. Pena Persada

Redaksi:

Jl. Gerilya No. 292 Purwokerto Selatan, Kab. Banyumas
Jawa Tengah

Email: penerbit.penapersada@gmail.com

Website: penapersada.com Phone: (0281) 7771388

Anggota IKAPI

All right reserved

Cetakan pertama: 2022

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang
memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin
penerbit

KATA PENGANTAR

Segala puji senantiasa kita panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala Rahmat dan Karunia-Nya, akhirnya penulis dapat menyelesaikan penyusunan buku yang berjudul **“TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA*”** Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan karya ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan banyak terima kasih pada semua pihak yang telah membantu penyusunan buku ini. Sehingga buku ini bisa hadir di hadapan pembaca.

Buku ini membahas menganalisa pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap kecemasan ibu pre operasi *sectio caesarea*, perawat dapat memberikan terapi relaksasi otot progresif dalam membantu ibu yang mengalami kecemasan pre operasi SC sehingga diharapkan dapat menurunkan kejadian depresi post partum. Selain itu buku ini juga akan membahas tentang pengaplikasian terapi relaksasi otot progresif dalam membantu pasien menghadapi kecemasan pre operasi *sectio caesarea* di Ruang VK RSUD dr Haryoto Kabupaten Lumajang.

Penulis menyadari sepenuhnya dalam disertasi ini masih terdapat kekurangan ataupun kelemahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca untuk penyempurnaan disertasi ini. Penulis berharap, buku ini dapat memberikan motivasi untuk para pembaca guna mengetahui berbagai kecemasan pre operasi *section caesarea* pada sebelum operasi.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Kenaikan Angka Persalinan	1
B. Kecemasan Pre Operasi.....	3
BAB II PROSES DAN GEJALA ANSIETAS	6
A. KONSEP ANSIETAS	6
1. Definisi	6
2. Tingkatan Ansietas.....	6
B. Proses terjadinya Ansietas	8
1. Faktor Predisposisi.....	8
2. Faktor Presipitasi	12
C. Tanda dan Gejala Ansietas	13
1. Respons kognitif.....	14
2. Respon Fisiologis	14
3. Respon afektif	16
4. Respon perilaku	16
D. Alat Ukur Ansietas	17
E. Penatalaksanaan Ansietas.....	18
BAB III TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF	21
A. Definisi Relaksasi Otot Progresif	21
B. Indikasi Relaksasi Otot Progresif.....	21
C. Prosedur Relaksasi Otot Progresif	22
BAB IV PERSALINAN DAN PERSALINAN <i>SECTIO CAESAREA</i> (SC)	32
A. KONSEP PERSALINAN	32
1. Definisi Persalinan	32
2. Tanda Permulaan Persalinan	32
3. Faktor yang Mempengaruhi Persalinan.....	33
B. Persalinan <i>Sectio Caesarea</i> (SC).....	33
1. Definisi Persalinan <i>Sectio caesarea</i> (SC)	33
2. Indikasi Persalinan <i>Sectio caesarea</i> (SC).....	34
3. Fase Persalinan <i>Sectio Caesarea</i> (SC).....	35

BAB V KARAKTERISTIK DAN BERBAGAI KECEMASAN

PRE OPERASI SC.....	36
A. Karakteristik Masyarakat.....	36
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Ruang VK RSUD dr. Haryoto Kabupaten Lumajang Tahun 2017.....	36
2. Karakteristik dan Uji Kesetaraan Responden Berdasarkan Pekerjaan Pendidikan, dan Pengalaman SC sebelumnya di Ruang VK RSUD dr. Haryoto Kabupaten Lumajang Tahun 2017	36
B. Berbagai Kecemasan Pre Operasi SC.....	38
1. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Sebelum Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Intervensi.....	38
2. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Setelah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Intervensi.....	39
3. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Intervensi	40
4. Tanda – Tanda Vital Ibu Pre Operasi SC Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Intervensi	41
5. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Sebelum Diberikan Tindakan Sesuai Standar Ruangan pada Kelompok Kontrol.....	42
6. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Setelah Diberikan Tindakan Sesuai Standar Ruangan pada Kelompok Kontrol.....	42
7. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Sebelum dan Sesudah Diberikan Tindakan Sesuai Standar Ruangan pada Kelompok Kontrol	43
8. Tanda – Tanda Vital Ibu Pre Operasi SC Sebelum dan Sesudah Diberikan Tindakan	

Sesuai Standar Ruang pada Kelompok Kontrol	44
9. Perbandingan Kecemasan Ibu Pre Operasi SC pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	45
BAB VI TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI SECTIO CAESAREA	48
A. Karakteristik Responden.....	48
B. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Intervensi	50
C. Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Tanpa Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Kontrol	56
D. Perbandingan Kecemasan Ibu Pre Operasi SC Setelah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Kelompok Intervensi dengan Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Secarea Tanpa Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Kelompok Kontrol	57
E. Implikasi Keperawatan	60
1. Implikasi teoritis	60
2. Implikasi Praktis	60
BAB VII PENUTUP	62
DAFTAR PUSTAKA	63
BIOGRAFI PENULIS	73

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, S.A. (2008). *Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan, dan Perawatan Bayi*. Jogjakarta: Diglossia Media.
- Aprianawati, R.B., (2007) Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Kelahiran Anak Pertama pada Masa Triwulan Ketiga. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada.
- Apriansyah, A., Romadoni, S., & Andrianovita, D. (2015). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Pre-Operasi dengan Derajat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2014. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2(1), 1-7.
- Arifah, S. & Ida. (2012). Pengaruh pemberian informasi tentang persiapan operasi dengan pendekatan komunikasi terapeutik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Bougenville RSUD Sleman. *Jurnal Kebidanan* 4 (1).
- Asamoah, et.al. (2011). Distribution of Causes of Maternal Mortality among Different Socio-demographic Groups in Ghana; A Descriptive Study. *BMC Public Health*, 11:159.
- Budiarti, Y..M., 2018. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Puskesmas Pekauman. *Jurnal Citra Keperawatan*, pp.89-99.
- Bobak, Lowdermilk, & Jensen. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Carver, M. L., & O'Malley, M. (2015). Progressive muscle relaxation to decrease anxiety in clinical simulations. *Teaching and Learning in Nursing*, 10(2), 57-62.

Cendika, D., & Indarwati. (2010). *Panduan Pintar Hamil dan Melahirkan*. Jakarta : Wahyu Media.

Chaplin, J P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres.

Conrad, A. & Roth, W. T. (2007). Muscle relaxation therapy for anxiety disorders: it work but how? *Journal of Anxiety Disorders*, 21 (3), 243-264.

Daly, B., Young, S., Marla, R., Riddell, L.,Junkin, R.,Weidenhammer, N., Dolan, J., Kinsella, J.,& Zhang, R. (2017).Persistent pain after caesarean section and its association with maternal anxiety and socioeconomic background. *International Journal of Obstetric Anesthesia*, 29: 57-63.

Deklavaa, L., Lubinaa, K., Circenisa, K., Sudrabaa, V., & Millere, I. (2015). Causes of anxiety during pregnancy. *Social and Behavioral Sciences*, 205: 623 – 626.

De Lorent, L., Agorastos, A., Yassouridis, A., Kellner, M., &Muhtz, C. (2016). Auricular Acupuncture Versus Progressive Muscle Relaxation in Patients with Anxiety Disorders or Major Depressive Disorder: A Prospective Parallel Group Clinical Trial. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*. 9(4):191-199.

Dolbier, C., & Rush, T. (2012). Efficacy of abbreviated progressive muscle relaxation in a high-stress college sample. *International Journal of Stress Management*, 19(1), 48-68.

Feist, J. (2009). *Freud: psikoanalisis dalam teori kepribadian: theories of personality*. Jakarta : Salemba Medika.

- Gant, N. & Cunningham, F. (2010). Dasar – dasar ginekologi dan obstetri. Jakarta: EGC.
- Gilbert, E. S. (2011). Manual of High Risk Pregnancy and Delivery. 5th Ed. St Louis: Mosby, Elsevier.
- Hastjarjo, D. (2008). Ringkasan buku Cook & Campbell Quasi Experimentation: Design & Analysis Issues for Field Settings. Houghton Mifflin Co.
- Hastono, S. P. (2007). Analisa Data Kesehatan. Jakarta : FKM. UI.
- Hawari, D. (2011). Manajemen stress, cemas dan depresi. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Henshaw, C. (2003). Mood disturbance in the early puerperium: A review. *Archives of Women's Mental Health*, 6 (2): 33-42.
- Hepp, P., Hagenbeck, C., Burghardt, B., Jaeger, B., Wolf, O. T., Fehm, T., & Schaal, N. K. (2016). Measuring the course of anxiety in women giving birth by caesarean section: A prospective study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 16doi:http://dx.doi.org/10.1186/s12884-016-0906-z
- Herdman, T. H. (2012). Diagnosis Keperawatan Defenisi dan Klasifikasi 2012- 2014. Jakarta: EGC
- Hety, D. S. (2015). Efektifitas pemberian konseling terhadap tingkat kecemasan pasien pra operasi section caesarea di Rumah Sakit Bhayangkara Watukosek. *Hospital Majapahit* 7 (1): 30-40.

- Hidayat, S. & Sumarni, S. (2013). Kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan. *Jurnal Kesehatan Wiraraja Medika*, 67-72.
- Hobson, J.A. (2006). Preoperative anxiety and postoperative satisfaction in women undergoing elective caesarean section. *International Journal of Obstetric Anesthesia* 15 (1): 18-23.
- Howell, C., & Murphy, M. (2011). *Release Your Worries : A guide to letting go of stress and anxiety* (1). Wollombi, AU: Exisle Publishing. Retrieved from <http://www.ebrary.com>.
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J., & Grebb, J.A. (2010). *Sinopsis Psikiatri Jilid 1*. Tangerang: Binarupa Aksara
- Kasdu, D. (2003). *Operasi Caesar Masalah dan Solusinya*. Jakarta : Puspa Swara.
- Keliat, B. A. & Pasaribu, J. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. Singapore: Elsevier
- Kuo, S., Chen, S., & Tzeng, Y. (2014). Depression and anxiety trajectories among women who undergo an elective cesarean section. *PLoS One*, 9(1), e86653. doi:<http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0086653>
- Kuraesin, N. D. (2009). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani operasi mayor elektif di ruang rawat bedah RSUP Fatmawati Jakarta Selatan. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kurniasari, D. & Astuti, Y. A. (2015). Hubungan antara karakteristik ibu, kondisi bayi dan dukungan sosial suami dengan postpartum blues pada ibu dengan persalinan SC di

Rumah Sakit Umum Ahmad Yani Metro Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 9 (3): 115-125.

- Kurniawan, A., Armiyati, Y., & Astuti, R. (2013). Pengaruh pendidikan kesehatan pre operasi terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi hernia di RSUD Kudus. *FikkedJurnalKeperawatan*, 6 (2): 139-148.
- Lang, J. and Rothman, K.J. (2011). Field Test Results of The Motherhood Method to Measure Maternal Mortality. *Indian J Med Res*, 133: 64-69.
- Lee, J. E dkk. 2012. Monochord sounds and progressive muscle relaxation reduce anxiety and improve relaxation during chemotherapy: A pilot EEG study. *Complementary Therapies in Medicine*, 20: 409-416.
- Lia, X., Zhua, J., Dai, L., Li, M., Miao, L., Liang, J. And Wang, Y. (2010). Trends in Maternal Mortality Due to Obstetric Hemorrhage in Urban, and Rural China, 1996–2005. *J. Perinat. Med.* 39:35–41.
- Makmuri, Handoyo, & Kamaludin, R. (2007). Tingkat kecemasan pasien pre operasi fraktur femur di Rumah sakit Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 3 (2).
- Mitayani. (2009). Asuhan keperawatan maternitas. Jakarta: Salemba Medika.
- Mochtar, R. (2011). Sinopsis Obstetri Fisiologi dan Obstetri Patofisiologi. Edisi 3 Jilid I. Jakarta. EGC.
- Mulyawati, I., Azam, M, & Ningrum, D. N. A. (2011). Faktor tindakan persalinan operasi *sectio caesarea*. *KEMAS* 7 (1) (2011) 14-21.

- Mustikawati, I. F. (2015). Efek terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat stress kerja pada perawat panti wredha Elim di Semarang. Tesis. Magister Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Na'im, N.J. (2010). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara Menghadapi Persalinan di Puskesmas Pamulang Kota Tangerang Selatan. Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Nursalam.(2015).*Metodologi Penelitian Keperawatan*.Edisi 4.Jakarta: Salemba Medika.
- O' Connor, T. G, et al. (2013). Prenatal maternal anxiety predicts reduced adaptive immunity in infants. *Brain, Behavior, and Immunity*, 32: 21–28
- Oxorn, H. & Forte, W. R. (2010).*Ilmu kebidanan patologi dan fisiologi persalinan*. Yogyakarta: Yem&Andi offset.
- Pamungkas, I. Y. (2008). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi hernia di RSUD Sragen.Skripsi Thesis. Universitas Muhamadiyah Surakarta.
- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2005). Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses dan praktik. Jakarta: EGC.
- Prabhu, M., Wang, L-F., Tait, A.R.,& Bullough, A.S. (2009). A randomized controlled study of whether the partner's presence in the operating room during neuraxial anesthesia for cesarean delivery reduces patient anxiety. *International Journal of Obstetric Anesthesia* (2009) 18, 362–367.

- Praptini, D. (2014). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kemoterapi di Rumah Singgah Kanker Denpasar. *COPING NERS (Community of Publishing in Nursing)*, 2(3).
- Prihyanto. (2012). Pengaruh pemberian informed consent terhadap kecemasan pre operasi section caesarea dengan anestesi spinal di RSUD RAA SoewondoPati. Tesis. Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Puri, B.K., Laking, P.J., & Treasaden, I.H. (2013). Buku ajar psikiatri. Edisi 2. EGC: Jakarta.
- Ramdhani, N. & Putra, A.A. (2008). Pengembangan multimedia relaksasi. Laporan penelitian. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Richmond, R.L. (2007). A Guide to Psychology and its Practice. Diunduh dari <http://www.guidetopsychology.com/pmr.htm> tanggal 18 Januari 2017.
- Sahin, T., Gulec, E., Ahrazoglu, M.S., & Tetiker, S. (2016). Association between preoperative maternal anxiety and neonatal outcomes: a prospective observational study. *Journal of Clinical Anesthesia* (2016) 33, 123–126.
- Santidar, D.V.P. (2016). Relaksasi otot progresif dan terapi tertawa untuk menurunkan tekanan darah hipertensi di Dusun Mejing Lor Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta. Naskah publikasi. PSIK FIK Universitas “Aisyiyah Yogyakarta.
- Sherwood, L. (2015). Fisiologi manusia dari sel ke sistem. Edisi 8. EGC: Jakarta

- Sloane, E. (2004). *Anatomi dan fisiologi untuk pemula*. EGC: Jakarta.
- Smeltzer, S. C. & Bare, B. G. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* Brunner & Suddart. Jakarta: EGC
- Soewondo, S. (2009). *Panduan dan Intruksi latihan progresif*. Depok : Lembaga pengembangan sarana pengukuran dan pendidikan psikologi.
- Storksens, H. T., Garthus-Niegel, S., Adams, S. S., Vangen, S., & Eberhard-Gran, M. (2015). Fear of childbirth and elective caesarean section: A population-based study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15 Retrieved from <https://search.proquest.com/docview/1780022850?accountid=25704>
- Stuart, G. W. (2013). *Principles & Practice of Psychiatric Nursing (9th ed)* Philadelphia: Elsevier Mosby
- Stuart, G.W.& Laraia, M.T. (2005). *Principles and practice of psychiatric nursing (7th Ed)*. St. Louis: Mosby.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suliswati, Payapo, T.A., Maruhawa, J., Sianturi, Y., & Sumijatun. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : EGC.
- Sumarah. (2009). *Perawatan Ibu Bersalin : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Snyder, M. & Lyndquist, R. (2002). *Complementary/ alternative therapies in nursing (4thed)*. New York: Springer Publishing Company.

- Tarwoto & Wartonah. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* Edisi keempat. Jakarta : Salemba Medika.
- Todman D. (2007). A History of Caesarean Section:From Ancient World to The Modern Era.*Australian and New Zealand Journal of Obstetand Gynaecol*, 47(5): 357-361.
- Townsend, M.C. (2014). *Essentials of psychiatric mental health nursing. Concepts of care in evidence-based practice*. Sixth edition. F.A. Davis Company: Philadelphia.
- Uskenat, M. D., Kristiyawati, S.P. & Solechan, A. (2012). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan General Anestesi Sebelum dan Sesudah Diberikan Relaksasi Otot Progresif Di RS Panti Wilasa Citarum Semarang. Karya Tulis Ilmiah Keperawatan.
- Videbeck, S. I. (2011). *Psychiatric-mental health nursing*. 5th edition. Lippincolt Williams & Wilkins: Philadelphia.
- Zamriati, W. O., Hutagaol, E., & Wowiling, F. (2013).Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil menjelang persalinan di Poli KIA PKM Tuminting. *Ejournal keperawatan (e-Kp)*, 1 (1): 1-7
- Niko, P.F., 2018. Pengaruh Terapi Dzikir untuk Menurunkan Kecemasan pada Ibu Hamil. *Jurnal Islamika*, pp.24-33.
- Rahmawati, P.M..W.E..A.A.M., 2017. PENGARUH PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION TERHADAP KECEMASAN IBU PRE OPERASI SECTIO SECAREA DI RUANG BERSALIN. *NurseLine Journal*.

- Rosyanti, L..H., 2020. Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien Covid-19. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 1(12), pp.107-30.
- Setiani, F.T..D.C.R., 2020. Pengaruh Terapi Non Farmakologi Dalam Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Era Pandemi Covid 19: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, pp.26-34.
- Setiowati, W..A.N., 2020. Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Maryam Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Darul Azhar*, pp.77-83.
- Suciati, L..d., 2020. EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK LULLABY TERHADAP KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III. *Jurnal kebidanan*, 6(2), pp.155-60.

BIOGRAFI PENULIS



Primasari Mahardhika Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. Penulis adalah staf pengajar di Prodi D3 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang. Penulis menempuh pendidikan S-1 Ilmu Keperawatan tahun 2005 di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Pada tahun 2017, penulis menyelesaikan

pendidikan S-2 di Program Magister Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Brawijaya, Malang. Selain sebagai pengajar, penulis juga aktif pada organisasi profesi diantaranya PPNI dan IPKJI serta aktif di kegiatan penelitian, pengabdian masyarakat serta menulis artikel di berbagai jurnal, baik jurnal nasional maupun internasional.

