

DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, J. Alloy, LB., Bootzin, RR. 1996. *Abnormal Psychology : Current Perspectives*. New York : Mc Graw Hill, Inc.
- Adi, W. A. 1994. *Hubungan Shalat Dengan Kecemasan*. Jakarta : Studio Press.
- Anastasi A. dan Urbina, S. 2003. *Tes Psikologi* (terjemahan: Robertus Hariono, S. Imam) Jakarta : PT Indeks Gramedia Grup. Hal. 41
- Aprianawati, R.B. dan Sulistyorini 2006. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Kelahiran Anak Pertama Pada Masa Triwulan Ketiga. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
- Azwar, S. 1999. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Sigma Alfa.
- Carlson, N. 2004. *Discovery Psychology*. USA : Allyn and Bacon Inc.
- Chaplin, J.P. 2001. *Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Dr.Kartini Kartono)*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Conrad, A. Isaac. L., and . Roth. W.t. 2008. The psychophysiology of generalized anxiety disorder: Effects of applied relaxation. *Psychophysiology*, 45 (2008), 377–388. Blackwell Publishing Inc. Printed in the USA. *Journal Compilation*.
- Corey. 2005. *Teori Praktek Konseling dan Psikoterapi Cetakan Pertama*. Jakarta PT Refrika Aditama
- Dagun, S. M. 1990. *Psikologi Keluarga: Peranan Ayah Dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dehdari T., Alireza Heidarnia, Ali Ramezankhani*, Saeed Sadeghian** & Fazlollah Ghofranipour. 2009. Effects of progressive muscular relaxation training on quality of life in anxious patients after coronary artery bypass graft surgery. *Indian J Med Res* 129, May 2009, pp 603 -608
- Depkes 2008. . Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Jawa Tengah. Jakarta
- Derek. L.J. 2001. *Dasa-Dasar Obstetri dan Ginekologi Edisi 6*. Jakarta : EGC

- Dickinson, F Campbell¹, FR Beyer, DJ Nicolson¹, JV Cook, GA Ford and JM Mason. 2008. Relaxation Therapies For The Management Of Primary Hypertension In Adults: a Cochrane review. *Journal of Human Hypertension*. Vol. 22, 809–820.
- Eisenberg, E, 2006. *Bayi Pada Tahun Pertama: Apa Yang Anda Hadapi Bulan per Bulan*. Jakarta; Arcan
- Gross, James J. & Ross A. Thompson. 2007. Antecedent and Response Focused Emotion
- Hadi, S. 2000. *Manual SPS Paket Midi*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- _____. 2004. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM.
- Hall JE. 2009. *Hormon Adrenokortikal*. Fisiologi Kedokteran. Jakarta
- Hawari, D. 2006. *“Manajemen Stres Cemas dan Depresi”*, Edisi ke -1, Cetakan ke-2, Jakarta : Balai Penerbit Fakultas kedokteran Universitas Indonesia.
- Heardman, H. 1996. *Senam Hamil (Relaxation and Exercise for Childbirth)*. Jakarta: Arcan
- Hermawati, I; Hartanti & Lasmono, H. K. 2004. Hubungan Antara Kecemasan Pada Kehamilan Akhir Triwulan Ketiga Dengan Lama Persalinan Pada Ibu Yang Melahirkan Anak Pertama. *Anima, Vol IX, 34*, 63-68
- Hoelscher, T.J. and Lichstein, K.L., 2006. Home Relaxation Practice in Hypertension Treatment: Objective Assesment and Compliance Induction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 2.
- Hurai, R. 2011. Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Stress & Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di PERSADIA Unit RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *Skripsi*. Fakultas KEdokteran. Surabaya : Ubaya
- Hurlock, E.B. 2008. Psikologi Perkembangan suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. (Terjemahan: Istiwidayati Soejarwo). Jakarta: Erlangga.
- Indrawati 2007. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Ibu Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Kala-I Di Klinik Bersalin Mutiara Kecamatan Medan Timur Tahun 2007. *Kultura Volume: 11 No.1*.

- Jacob, E. dan Willams. 2000. *Progressive Relaxation*. Chicago: University of Chicago Press.
- Jamaan 2010. Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Operasi Curretage [http://webcache.googleusercontent.com /search?q=cache:YzNooq1QLscJ:http://cutenurse-sakura.blogspot.com/2010/03](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:YzNooq1QLscJ:http://cutenurse-sakura.blogspot.com/2010/03)
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J. 2007. "Synopsis of Psychiatry", Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia - Baltimore- New York- London.
- Kartono, K. 2010. *Psikologi Wanita Jilid 2: Mengenal Wanita Sebagai Ibu Dan Nenek*. Bandung: Mandar Maju
- Karyono. 2004. Efektivitas Relaksasi dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hypertensi Ringan. *Tesis*. Yogyakarta: Program Pasca Sarjana UGM.
- Michael Krugman. 2005. *Deep Relaxation and Stress Relief*. New York Harper Collins Publisher. Inc
- Larasati, I.P. dan Wibowo, A. 2012. Pengaruh Keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Kecemasan Primigravida Trimester Ketiga Dalam Menghadapi Persalinan *Laporan Penelitian*. Unair. 2012
- Maimunah, A. Retnowati, S. 2011w. Pengaruh Pelatihan Relaksasi Dengan Dzikir Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Pertama. *Psikoislamika, Jurnal Psikologi Islam (JPI)* Copyright © 2011 Lembaga Penelitian Pengembangan dan Keislaman (LP3K). Vol 8 No.1 2011 1-22.
- Mangkunegara, A.A.P. 2007. *Psikologi Perusahaan*. Bandung : Tri Genda Karya.
- Maramis W.F. 2004. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya : Airlangga University Press
- Moekijat. 2007. *Perencanaan Sumber Daya Manusia*. Bandung : Remaja Karya.
- Moehyi, A. 2005. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Unit Penerbitan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Mulyadi, R. 2003. *Kenalilah Rasa Cemas yang Tidak Rasional*. www. Sinar Harapan 2003. Akses, 13 Maret 2004
- Muthe, M. G; Pasaribu, B: Widyastuti. 2000. *Pengalaman Ngidam dan Hamil Pertama: Dilengkapi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Penerbit Papas Sinar Sinarti

- Musbikin, I. 2010. *Ensiklopedi Hasil Penelitian Ilmiah*. Jogjakarta: Diva Press
- Neale, JM. and Davidson, GC. 2001. *Abnormal Psychology*. New York : John Wiley & Sons
- Nevid, J. S., Rathus, S. A. & Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Ke 5 Jilid. 1*. (Terjemahan Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia). Jakarta: Erlangga
- Oemarjoedi, A.K. 2004. *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta: Penerbit Creativ Media.
- Oktrini, F. 1996. Pengaruh Tingkatan dalam Mengikuti Latihan Seni Pernafasan terhadap Agresivitas pada Anggota Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta. *Skripsi*. tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Pitt, B. 2006. *Kehamilan dan persalinan*. Psikologi Populer. Jakarta. Dian Rakyat.
- PPDGJ III . 1994. cetakan pertama. Jakarta: Departemen Kesehatan RI direktorat Jendral Pelayanan Medik. 1993.
- Priest, R. 1997. *Stres dan Depresi*. Semarang : Dahara Prize.
- Rabi'al, J. 2010. Efektivitas Terapi Perilaku Kognitif (*Cognitive Behaviour Therapy*) Relaksasi dan Distraksi pada Pasien Kanker dengan Nyeri Kronis di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. *Laporan Penelitian*. Universitas Sumatera Utara (USU)
- Ramdhani, N. dan Putra, A.A. 2005. Studi Pendahuluan Multimedia Interaktif "Pelatihan Relaksasi" *Laporan Penelitian (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Ronen, T. 1997. *Cognitive Development Therapy with Children*. New York: John Wiley & Sons
- Rosemary M.. 2003. *Nyeri Persalinan*. (Alih Bahasa: Bertha Ruth Hansten). Jakarta : EGCSetiawati, D. 2009. Kefektifan Cognitive Restructring dan relaksasi Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Siswa SMA. Didaktika Jurnal Kependidikan Vol 4 No.2 November 2009
- Simamora, H. 2007. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta : STIE YKPN.
- Stuart, G.W. & Sundeen, S.J. 2006. *Keperawatan Jiwa*. EGC Jakarta.

- Subandi, M. A. 2002. *Psikoterapi: Pendekatan konvensional dan Kontemporer*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar dan Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM.
- Suryabrata. 2005. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: CV. Rajawali.
- Tannenbaum, S.R.L., 1995. *Leadership, Enhancing Lessons of Experience*, Third Edition. Singapore: Irwin/McGraw-Hill.
- Utami, M.S. 2006. Efektivitas Relaksasi dan Terapi Kognitif untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Muka Umum. *Tesis*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Weinberg, dan Zaslave, M. 2009. Reseistence of Systematic Desensitization of Phobia. *Psychology*, Vol. 55, 261-266
- Wulandari, P.Y. 2006. Efektivitas Senam Hamil sebagai Pelayanan Prenatal dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama *INSAN Vol. 8 No. 2, Agustus 2006*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
- Zalaquett & McCraw, 2000. *Clinical Behavior Theraphy*. New York: Holt Rinehart and Winston.