
Efektifitas *Guided Imagery* dan Terapi Musik Klasik *Mozart* terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Muaro Jambi

Ika Murtiyarini¹, Herinawati², Ruwayda^{3*}, Neli Hartati⁴

¹⁻⁴Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jambi

Jl. Prof DR GA Siwabessy No.42, Buluran Kenali, Telanaipura, Kota Jambi, 36122, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: ruwayda@poltekkesjambi.ac.id

Submitted : 24/01/2023

Accepted: 03/09/2023

Published: 18/09/2023

Abstract

According to WHO, 13% of pregnant women experience anxiety disorders, especially depression. In fact, it could reach 19.8% in developing countries. In Indonesia alone, 28.7% of 373 million pregnant women experience anxiety, and 52.3% of 679,765 occur on the island of Sumatra. Seeing the above phenomena, the purpose of this study was to determine the effectiveness of and Mozart classical music therapy on reducing the anxiety level of third trimester pregnant women at the Penyengat Olak Health Center in 2021. The method in this study is a quasi-experimental method, where measurements were carried out twice using a two-group pretest-posttest design. The population and sample in this study were 60 pregnant women in the third trimester at Penyengat Olak Health Center, Muaro Jambi Regency, using total sampling technique, 30 people in the group and 30 people in the classical Mozart music therapy group who met the inclusion criteria. Data analysis in this study used univariate and bivariate tests. The results of this study indicate that the level of anxiety before being given reached an average of 22.03% and decreased to an average of 17.63% after being given the treatment. Meanwhile, the level of fear before being given Mozart classical music therapy reached an average of 23.07% and decreased to an average of 10.60% after being given Mozart classical music therapy. With the mean rank value in reached 41.93. Meanwhile, Mozart's classical music therapy is 19.07. From the results obtained, it can be said that media is more effective than Mozart classical music therapy media. Thus, media can be used for further intervention for Puskesmas Penyengat Olak

Keywords: anxiety level, guided imagery, mozart classical music, third trimester pregnant women

Abstrak

Menurut WHO, 13 % dari ibu hamil mengalami gangguan kecemasan terutama depresi. Bahkan, bisa mencapai 19,8% terjadi di negara berkembang. Di Indonesia sendiri, terhitung 28,7% dari 373.000.000 ibu hamil mengalami kecemasan, serta 52,3% dari 679.765 terjadi di pulau Sumatera. Melihat fenomena di atas, maka tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui efektifitas *guided imagery* dan terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Tahun 2021. Metode pada penelitian ini ialah quasi eksperimen, dimana pengukuran dilakukan sebanyak dua kali dengan menggunakan *two-group pretest-posttest design*. Populasi dan sampel pada penelitian ini sebanyak 60 orang ibu hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi, dengan menggunakan teknik *total sampling*, 30 orang kelompok *guided imagery* dan 30 orang kelompok terapi musik klasik *mozart* yang memenuhi kriteria Inklusi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji univariat dan bivariat menggunakan uji *t wilcoxon*– Hasil dari penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan sebelum diberikan *guided imagery* mencapai rata rata 22,03% dan menurun menjadi rata-rata 17,63% setelah diberikan perlakuan *guided imagery*. Sedangkan, pada tingkat kecemasan sebelum

diberikan terapi musik klasik *Mozart* mencapai rata-rata 23,07% dan menurun menjadi rata-rata 10,60% setelah diberikan terapi musik klasik *Mozart*. Dengan nilai *mean rank* pada *guided imagery* mencapai 41,93. Sedangkan, pada terapi musik klasik *Mozart* adalah 19,07. Dari hasil yang didapatkan, maka dapat dikatakan media *guided imagery* lebih efektif dibandingkan dengan media terapi musik klasik *Mozart*. Sehingga, media *guided imagery* dapat digunakan sebagai salah satu intervensi untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu bagi Puskesmas Penyengat Olak.

Kata Kunci: musik klasik mozart, tingkat kecemasan, *guided imagery*, ibu hamil trimester III

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu periode krisis seorang wanita. Sebuah proses yang mematangkan dan dapat menimbulkan stres. Trimester ketiga sering disebut sebagai periode penantian (Kusmiyati, 2013). Angka Kematian Ibu (AKI) di negara berkembang pada tahun 2017 adalah 239/100.000 kelahiran hidup (KH), 20 kali lebih tinggi dibandingkan negara maju yaitu 12/100.000 KH (WHO, 2019). Menurut United Nations Children's Fund (UNICEF) menyebutkan bahwa ibu yang mengalami masalah dalam persalinan sekitar 12.230.142 jiwa dari 30% diantaranya karena kecemasan sebab hamil pertama (UNICEF, 2017). Di Indonesia terdapat 373.000.000 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Sedangkan seluruh populasi di pulau Sumatera terdapat 679.765 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 355.873 orang (52,3%) (Kemenkes RI, 2017).

Kecemasan merupakan respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup (Zuhrotunida, 2017). Dampak kecemasan yaitu meningkatkan nyeri saat persalinan, otot-otot menjadi tegang dan ibu cepat lelah, sehingga berisiko pada persalinan memanjang. Komplikasi fatal yang dapat terjadi dari hal tersebut adalah kematian ibu. Ibu hamil yang mengalami kecemasan selama kehamilan akan meningkatkan risiko ketidakseimbangan

emosional ibu setelah melahirkan (Asmara, dkk, 2017).

Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan adalah terapi non farmakologi, yaitu dengan teknik distraksi. Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih. Dalam kedokteran, terapi musik disebut juga sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*) (Ratnawati, dkk 2017). Banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik seperti Mozart karena musik ini memiliki *magnitude* yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks (Campbell, 2012:39). Selain terapi musik mozart, *Guided Imagery* merupakan teknik non farmakologis yang dapat mengatasi kecemasan. *Guided imagery* atau teknik imajinasi terbimbing adalah pengembangan fungsi mental yang mengekspresikan diri secara dinamik melalui proses psikofisiologikal melibatkan seluruh indera dan membawa perubahan terhadap perilaku, persepsi, atau respon

fisiologi dengan bimbingan seseorang atau melalui media (Nurgiwati, 2015:91).

Hasil penelitian Purnama, (2015) tentang *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil yang dilakukan di Malang menunjukkan bahwa *guided imagery* dapat menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil, hal ini dapat terjadi dikarenakan *guided imagery* mengajarkan untuk fokus pada imajinasi positif yang dapat menimbulkan keadaan yang rileks.

Berdasarkan permasalahan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui efektifitas *guided imagery* dan terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Tahun 2021.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui nilai *mean reank* tingkat kecemasan menggunakan media *guided imagery* lebih tinggi dibandingkan dengan media terapi musik klasik *Mozart*. Hasil uji menunjukkan ada perbedaan tingkat kecemasan *guided imagery* dan terapi musik klasik *Mozart* pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Penyengat Olak tahun 2021, maka dapat dikatakan *guided imagery* lebih efektif dibandingkan dengan media terapi musik klasik *Mozart*.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa *guided imagery* merupakan metode yang signifikan untuk menurunkan kecemasan dan berpengaruh pada kesejahteraan ibu hamil dengan tahap perkembangan remaja. Berfokus pada pernapasan juga dapat mendorong aliansi yang kuat dengan kontraksi uterus serta perasaan terikat dengan bayi (Naparstek, dalam Adhi, M, 2020).

HASIL

Pada tabel 1 dapat dilihat tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan *guided imagery* di Puskesmas Penyengat Olak

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen, dimana pengukuran dilakukan sebanyak dua kali dengan menggunakan *two-group pretest-posttest design*, input dilakukan intervensi dan observasi disebut proses (X) serta hasil output. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi. Jumlah populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi yang berjumlah 60 orang. Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 orang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 30 orang kelompok *guided imagery* dan 30 orang kelompok terapi musik klasik mozart yang memenuhi kriteria Inklusi. Pemberian *guided imagery* dilakukan oleh bidan terlatih yang telah mendapatkan sertifikat pelatihan.

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari subjek yang diteliti. Penelitian quasi eksperiment menggunakan *two group pretest-posttest design* dengan cara melibatkan dua kelompok subjek. Proses pengumpulan data dilakukan selama 4 hari. Pada tahapan akhir pengolahan data akan dilakukan analisa data, analisa data akan dilakukan dengan 2 (dua) tahapan analisa, yakni analisa univariat dan analisa bivariat.

Tabel 1 Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan *Guided Imagery* Di Puskesmas Penyengat Olak (n=30)

No	Tingkat Kecemasan	Sebelum diberikan <i>Guided Imagery</i>		Sesudah diberikan <i>Guided Imagery</i>	
		f	%	f	%
1	Ringan	5	16.7	29	96.7
2	Sedang	25	83.3	1	3.3
3	Berat	0	0	0	0
4	Panik	0	0	0	0
		30		30	

Pada tabel 2 dapat dilihat tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* di Puskesmas Penyengat Olak Tahun 2021.

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik *Mozart* Di Puskesmas Penyengat Olak (n=30)

No	Tingkat Kecemasan	Sebelum diberikan Terapi Musik Klasik <i>Mozart</i>		Sesudah diberikan Terapi Musik Klasik <i>Mozart</i>	
		f	%	f	%
1	Ringan	6	20	23	76.7
2	Sedang	24	80	7	23.3
3	Berat	0	0	0	0
4	Panik	0	0	0	0
		30		30	

Untuk melihat pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat cemas ibu hamil trimester III di Puskesmas Penyengat Olak dapat dilihat dari tabel 3 berikut ini.

Tabel 3 Pengaruh *Guided Imagery* terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak

No	Variabel	Mean	Maks-Min	SD	P-Value
1	Tingkat cemas sebelum <i>guided imagery</i>	22.03	15-30	3.653	0.000
2	Tingkat cemas sesudah <i>guided imagery</i>	17.63	10-26	4.021	

Berdasarkan hasil uji wilcoxon pada tabel 3 diketahui nilai rata-rata tingkat cemas sebelum *guided imagery* 22,03 kemudian mengalami penurunan setelah diberi *guided imagery* menjadi 17,63. Nilai minimum pada tingkat cemas sebelum *guided imagery* 15 menurun menjadi 10 sedangkan nilai maksimum

dari 30 menurun menjadi 26 setelah diberikan *guided imagery*. Nilai p-value diperoleh 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan ada pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.

Pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dapat dilihat dari tabel 4 berikut ini.

Tabel 4 Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasa Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak

No	Variabel	Mean	Maks-Min	SD	P-Value
1	Tingkat Cemas sebelum terapi musik klasik mozart	23.07	18-30	2.778	0.000
2	Tingkat Cemas sebelum terapi musik klasik mozart	10.60	3-22	4.415	

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diketahui nilai rata-rata tingkat cemas sebelum terapi musik klasik *mozart* 22,07 kemudian mengalami penurunan setelah diberi terapi musik klasik mozart menjadi 10,60. Nilai minimum pada tingkat cemas sebelum terapi musik klasik mozart 18 menurun menjadi 3 sedangkan nilai maksimum dari 30 menurun menjadi 22 setelah diberikan terapi musik klasik mozart. Nilai p-value diperoleh 0,000 ($p < 0,05$) dimana berdasarkan hasil uji

statistic menunjukkan ada pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa mean rank pada kelompok *guided imagery* adalah 41,93 dengan nilai minimum 3 dan nilai maksimum 22, sedangkan mean reank pada kelompok terapi musik klasik mozart adalah 19,07 dengan nilai minimum 10 dan nilai maksimum 26.

Tabel 5 Efektifitas Guided Imagery Dan Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Penyengat Olak Tahun 2021 (n=30)

No	Tingkat Cemas	Min-Maks	Mean Rank	Sig
1	Guided Imagery	3-22	41.93	0.000
2	Terapi Musik Klasik Mozart	10-26	19.07	

PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan *Guided Imagery* Di Puskesmas Penyengat Olak

Berdasarkan tabel 1 didapatkan sebelum diberikan *guided imagery* sebagian besar 25 (83,3%) responden mengalami cemas sedang sebanyak 25 orang (83.3%) dan sebanyak 5 (16,7%) responden mengalami cemas ringan. Sesudah diberikan intervensi *guided imagery* didapatkan sebanyak 1 (3,3%) responden mengalami cemas sedang dan 29 (96,7%) responden mengalami cemas ringan.

Hasil uji statistik menyatakan bahwa sebagian kecil responden yang memiliki tingkat kecemasan yang ringan. Kecemasan

diidentifikasi menjadi 4 tingkat yaitu ringan, sedang, berat dan panik (Stuart dan Laira dalam Muhith 2015). Hasil tersebut juga diperkuat oleh penelitian Wulandari (2019) dimana dari 30 responden distribusi frekuensi tertinggi yaitu responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 18 responden (60,0%), selanjutnya tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 6 orang (20,0%), dan responden dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 6 orang (20,0%) selanjutnya mengalami penurunan tingkat kecemasan ibu hamil sesudah pemberian *guided imagery therapy* diperoleh hasil bahwa dari 30 responden distribusi frekuensi tingkat

kecemasan tertinggi adalah tingkat kecemasan ringan dengan 17 responden (56,7%), diikuti dengan tingkat kecemasan tidak ada kecemasan yaitu sebanyak 9 orang (30,0%), dan distribusi frekuensi tingkat kecemasan terendah yaitu tingkat kecemasan sedang sesudah pemberian *guided imagery therapy* sebanyak 4 orang (13,3%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 responden ibu hamil trimester III di wilayah Kerja Puskesmas Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi didapatkan hasil bahwa dari 30 responden seluruhnya mengalami penurunan tingkat kecemasan dengan nilai Z hitung -4.794 dan nilai pvalue = 0,000 < 0,05 dengan demikian maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang artinya bahwa ada pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi. Hal ini dapat dijelaskan bahwa nilai Z hitung $-4.794 < Z$ tabel 1,96 dan nilai p-value = 0,000 < 0,05 menunjukkan bahwa *guided imagery* berpengaruh positif terhadap penurunan tingkat kecemasan 69 ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purnama, (2015) yang menunjukkan bahwa *guided imagery* dapat menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil pada ketiga partisipan. Hal ini dapat terjadi dikarenakan *guided imagery* mengajarkan untuk fokus pada imajinasi positif yang dapat menimbulkan keadaan yang rileks. Saat tubuh dalam keadaan rileks saraf parasimpatik bekerja menekan saraf simpatik saat cemas.

Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart Di Puskesmas Penyengat Olak

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa responden mengalami berbagai tingkat

kecemasan pada saat hamil trimester III. Pada pengamatan sebelum intervensi, mayoritas responden mengalami kecemasan sedang yaitu 24 orang (80%) dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 6 orang (20%). Sesudah diberikan intervensi terapi musik klasik mozart didapatkan sebagian kecil 7 (23,3%) responden mengalami cemas sedang dan 23 (76,7%) responden mengalami cemas ringan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Inayah (2017) menunjukkan bahwa ibu hamil mengalami kecemasan dengan berbagai tingkatan kecemasan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Pada penelitian Handayani (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil didapatkan hasil bahwa ibu hamil mengalami berbagai tingkatan kecemasan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, pendidikan, dukungan suami dan dukungan keluarga. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa penelitian ini sejalan dengan penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ulfa (2017), Handayani (2015), dan Asmara, dkk (2017) yang menyatakan bahwa ibu hamil mengalami kecemasan dengan berbagai tingkat kecemasan.

Hasil analisa uji statistik pada skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik pada responden menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik dengan (nilai $p=0,000$) atau ($p<0.05$). Hal tersebut juga menunjukkan terdapat hasil uji statistik lebih rendah dari pada angka signifikansi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2017) yang menyatakan pemberian terapi musik klasik dapat menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III dengan nilai signifikansi yang didapat 0,015. Hasil

penelitian yang dilakukan Asmara, dkk (2017) juga membahas efektifitas hipnoterapi dan terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu. Hasil uji statistik penelitian yang dilakukan oleh Asmara, dkk menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan musik klasik ($p=0,005$).

Berdasarkan hasil uji wilcoxon pada tabel 3 diketahui nilai rata-rata tingkat cemas sebelum *guided imagery* 22,03 kemudian mengalami penurunan setelah diberi *guided imagery* menjadi 17,63. Nilai minimum pada tingkat cemas sebelum *guided imagery* 15 menurun menjadi 10 sedangkan nilai maksimum dari 30 menurun menjadi 26 setelah diberikan *guided imagery*. Nilai p -value diperoleh 0,000 ($p<0,05$) menunjukkan ada pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diketahui nilai rata-rata tingkat cemas sebelum terapi musik klasik *mozart* 22,07 kemudian mengalami penurunan setelah diberi terapi musik klasik *mozart* menjadi 10,60. Nilai minimum pada tingkat cemas sebelum terapi musik klasik *mozart* 18 menurun menjadi 3 sedangkan nilai maksimum dari 30 menurun menjadi 22 setelah diberikan terapi musik klasik *mozart*. Nilai p -value diperoleh 0,000 ($p<0,05$) dimana berdasarkan hasil uji statistic menunjukkan ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa mean rank pada kelompok *guided imagery* adalah 41,93 dengan nilai minimum 3 dan nilai maksimum 22, sedangkan mean reank pada kelompok terapi musik klasik *mozart* adalah 19,07 dengan nilai minimum 10 dan nilai maksimum 26.

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa nilai *mean rank* tingkat cemas menggunakan *guided imagery* lebih tinggi dibandingkan dengan *mean rank* pada kelompok terapi musik klasik *mozart*. Hasil statistik menunjukkan p -value 0,000 atau

$p<0,05$. Hasil uji ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tingkat cemas *guided imagery* dan terapi musik klasik *Mozart*, dimana nilai *guided imagery* lebih tinggi dibandingkan dengan terapi musik klasik *Mozart*, maka dapat dikatakan media *guided imagery* lebih efektif dibandingkan dengan media terapi musik klasik *mozart*.

SIMPULAN

Media *guided imagery* lebih berpengaruh digunakan untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester III karena berdasarkan uji statistik didapatkan nilai rata-rata media *guided imagery* lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata media terapi musik klasik *mozart*. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa media *guided imagery* lebih efektif dibandingkan dengan media terapi musik klasik *mozart*.

SARAN

Perlu adanya upaya intervensi selanjutnya dengan menggunakan media *guided imagery* untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil agar ibu hamil mendapatkan informasi dan dapat menerapkan *guided imagery* sebagai terapi nonfarmakologi menurunkan tingkat kecemasan. Diharapkan dapat digunakan sebagai informasi tambahan dan acuan untuk melakukan penelitian yang serupa dengan variabel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Asmara MS, Rahayu HE, Wijayanti K. Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017. Urecol

- [Internet]. 2019;329–34. Available from:
<https://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1389>
- Campbell, Don. 2012. Efek Mozart, Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreativitas, dan Menyehatkan Tubuh. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- 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. *NERS J Keperawatan*. 2017;11(1):60.
- Inayah SMagfiroh Al. Hubungan Paritas Dan Umur Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari Tahun 2017. *Skripsi*. 2017;1–95.
- Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2015 [Internet]. Vol. 1227. 2018. 496 p. Available from: website:
<http://www.kemkes.go.id>
- Kusmiyati, Yuni dkk. 2010. Perawatan Ibu Hamil. Yogyakarta: Fitramaya
- Muhith, A. (2015). Pendidikan Keperawatan Jiwa(Teori dan Aplikasi) Yogyakarta: Andi
- Naparstek, B. 2007. Guided Imagery: A Best Practice for Pregnancy & Childbirth. *International Journal of Childbirth Education*, vol 22, no.3, h.4-8
- Nurghiwiati, E. (2015). Terapi Alternatif & Komplementer dalam Bidang Keperawatan. Bogor : In Media.
- Purnama, Baik W.R.(2015). Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Hamil. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/3533/4066>, Diakses pada 15 Agustus 2020.
- Tyas ER, Ratnawati R. Hubungan Pendampingan Suami dengan Kecemasan Ibu Bersalin Menghadapi Persalinan : Literature Review. *Pros Semin Nas Kesehat*. 2021;1:258–65.
- Ulfa Miftakhul. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Terencana Di Rsu Dr.Saiful Anwar Malang. *J Ilmu Keperawatan* [Internet]. 2017;5(1):57–60. Available from: www.jik.ub.ac.idwebsite:www.jik.ub.ac.id
- World Health Organization. World Health Statistics:Monitoring Health for the Sustainable Development Goals(SDGs). Vol. 27, The Milbank Memorial Fund quarterly. 2023. 179–187 p.
- Wulandari P, Sofitamia A, Kustriyani M. The Effect of Guided Imagery to The Level of Anxiety of Trimester III Pregnant Woman in The Working Area of Mijen Health Center in Semarang City. *Media Keperawatan Indones*. 2019;2(1):29.
- Zuhrotunida Z, Yudiharto A. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang. *J JKFT*. 2017;2(2):60.