

**EFEKTIFITAS *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* TERHADAP KECEMASAN
IBU HAMIL TRIMESTER III**

SKRIPSI



Oleh :

**NUR LAELA SARI
NIM. 512021045**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
BANDUNG
2023**

**EFEKTIFITAS *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM*
TECHNIQUE TERHADAP KECEMASAN
IBU HAMIL TRIMESTER III**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung*



Oleh :

**NUR LAELA SARI
NIM. 512021045**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
BANDUNG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

**NUR LAELA SARI
NIM. 512021045**

**EFEKTIFITAS *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM*
TECHNIQUE TERHADAP KECEMASAN
IBU HAMIL TRIMESTER III**

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan

Pada Ujian Sidang Skripsi

Tanggal

Oleh :

Pembimbing Utama



Giari Rahmilasari S.ST.,M.Keb
NPP. 2011150881045

Pembimbing Pendamping



Anita Yuliani S.ST.,M.KM
NPP. 2020210785112

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

EFEKTIFITAS *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III

Disusun Oleh :

**NUR LAELA SARI
NIM. 512021045**

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Bandung
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima
Bandung, Januari 2023

Penguji I



Inggriane Puspita Dewi, S.Kep.,Ners.,M.Kep.
NPP.1999020874006

Penguji II



Nurhavati, S.ST.,M.Kes
NPP. 2015171287058

Pembimbing Utama



Giari Rahmilasari S.ST.,M.Keb
NPP. 2011150881045

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Nur Laela Sari
NIM : 512021045
Program Studi : Sarjana Kebidanan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul :

"Efektifitas Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III"

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Nur Laela Sari

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka
mengubah keadaan diri mereka sendiri.” – QS Ar Rad 11

“Jangan berharap pada Makhluk pasti akan kecewa, Berharaplah hanya Kepada
Allah, Allah satu satunya Penolong”

PERSEMBAHAN

1. Allah Subhanahuwata'ala yang telah memberikan rahmat dan kasih sayangNya
serta kemudahan sehingga skripsi ini bisa terselesaikan dengan lancar
2. Kedua Orang Tua yang selalu memberikan motivasi agar bisa melakukan yang
terbaik dan memberikan makna perjuangan hidup ini
3. Anak anaku Semoga Allah senantiasa melindungi kalian dan membimbing
setiap langkah kehidupan kalian

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahiim

Kami ucapkan puji syukur serta nikmat pada Allah Subhanahuwata'ala atas rahmat dan karunia-Nya yang melimpah, Sholawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhamad Shalallahu'alaihiwasalam. Skripsi penelitian ini dibuat untuk memenuhi persyaratan kelulusan dalam menempuh pendidikan Sarjana Kebidanan.

Dalam penyusunan skripsi penelitian ini, tentu tak lepas dari pengarahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Maka penulis ucapkan rasa hormat dan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu. Pihak-pihak yang terkait itu di antaranya sebagai berikut:

1. Allah Subhanahu Wa Ta'ala, yang telah memberikan rahmat dan kasih sayangNya, serta kemudahan kepada penulis, sehingga Skripsi ini bisa terselesaikan.
2. Tia Setiawati, S.Kep, NS, M.Kep.,Sp.,An selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Bandung.
3. Dr. Sitti Syabariyah, S.Kep.,Ms.Biomed selaku Wakil Rektor I Universitas 'Aisyiyah Bandung.
4. Nandang Jamiat N, S.Kp.,Ners.,M.,Kep.,Sp.Kep.,Kom selaku Wakil Rektor II Universitas 'Aisyiyah Bandung.
5. Popy Siti Asiyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung.

6. Annisa Ridlayanti, S.Keb.,Bd.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
7. Giari Rahmilasari S.ST.,M.Keb selaku pembimbing I yang telah membimbing dan memberi masukan kepada peneliti dalam menyelesaikan proposal ini.
8. Anita Yuliani S.ST.,M.KM selaku pembimbing II yang telah membimbing dan memberi masukan kepada peneliti dalam menyelesaikan proposal ini.
9. Para Dosen di Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
10. Yayah Rokayah sebagai orang tua peneliti yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada peneliti.
11. Para staf di Rumah Bersalin Cuma Cuma yang telah memberikan izin dan kesempatan bagi kami untuk melakukan penelitian di wilayah kerjanya.
12. Teman-teman peneliti yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas dukungannya.

Proposal penelitian ini memang masih jauh dari kesempurnaan, tapi penulis sudah berusaha sebaik mungkin. Sekali lagi terima kasih. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Bandung, September 2022

Ketua peneliti

Nur Laela Sari

ABSTRAK

Nur Laela Sari

512021045

EFEKTIFITAS SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE TERHADAP KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

V; 2022; 119 halaman; 16 tabel; 5 bagan; 13 lampiran.

Latar Belakang dalam penelitian ini adalah adanya kekhawatiran dan kecemasan pada ibu hamil apabila tidak ditangani dengan serius akan membawa dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis, baik pada ibu maupun janin. Ibu hamil yang mengalami kecemasan disebabkan karena ibu takut dioperasi, takut akan dirujuk, takut tidak bisa merawat bayinya dengan baik, takut bayinya meninggal, takut kesakitan saat persalinan. Salah satu teknik untuk menghadapi kecemasan adalah dengan terapi SEFT. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui efektifitas *Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kecemasan pada ibu hamil trimester III. Penelitian ini menggunakan metode *Quasy-experimental* dengan rancangan *pre and post test with control group design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 52 ibu hamil trimester III. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner PRAS-r2. Hasil uji normalitas data berdistribusi normal sehingga dianalisis data menggunakan *uji paired t-test* dan *uji Gain Score*. Hasil penelitian pada penelitian ini menunjukkan bahwa skor rata-rata kecemasan ibu sebelum terapi 32,5 (Sedang) sedangkan sesudah terapi menjadi 18,12 (Ringan). Hasil *uji bivariate* didapatkan *p value* 0,000. Hasil *N-Gain Score* 63,7% yang artinya cukup efektif. Kesimpulannya yaitu bahwa terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) cukup efektif mengatasi kecemasan ibu hamil trimester III. Maka, diharapkan terapi ini dapat diaplikasikan dalam praktik kebidanan perawatan ibu hamil khususnya ibu hamil yang mengalami trauma atau mempunyai kecemasan dalam kehamilannya.

Kata kunci : SEFT, kecemasan, kehamilan.

Kepustakaan : 55 buah (2011 – 2022).

ABSTRACT

Nur Laela sari
512021045

EFFECTIVENESS OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE ON ANXIETY IN TRIMESTER III PREGNANT WOMEN

V; 2022; 119 pages; 16 tables; 5 charts; 13 attachments.

The background in this study is that there is concern and anxiety in pregnant women if it is not handled seriously it will have an impact and influence on the physical and psychological, both for the mother and the fetus. Pregnant women who experience anxiety are caused by mothers who are afraid of surgery, afraid of being referred, afraid of not being able to care for their babies properly, afraid of their babies dying, afraid of pain during childbirth. One technique for dealing with anxiety is SEFT therapy. The aim of this study was to determine the effectiveness of the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy for anxiety in third trimester pregnant women. This study used the Quasy-experimental method with a pre and post test design with a control group design. The sample in this study was 52 third trimester pregnant women. The sampling technique used purposive sampling technique. The research instrument used the PRAS-r2 questionnaire. The results of the data normality test were normally distributed so that the data were analyzed using the paired t-test and Gain Score test. The results of the study in this study showed that the average score of maternal anxiety before therapy was 32.5 (moderate) while after therapy it became 18.12 (mild). The bivariate test results obtained a p value of 0.000. The N-Gain Score result is 63.7%, which means it is quite effective. The conclusion is that the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy is quite effective in overcoming the anxiety of third trimester pregnant women. So, it is hoped that this therapy can be applied in midwifery practice in the care of pregnant women, especially pregnant women who have experienced trauma or have anxiety during their pregnancy.

Keywords: SEFT, anxiety, pregnancy.
Libraries: 55 pieces (2011 – 2022).

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN SAMPUL DALAM	
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR/GRAFIK	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. PERUMUSAN MASALAH	8
C. TUJUAN PENELITIAN	8
1. TUJUAN UMUM	8
2. TUJUAN KHUSUS	8
D. MANFAAT PENELITIAN	9
E. SISTEMATIKA PENULISAN	10
F. MATERI SKIPSI	12
BAB II TINJAUAN TEORI	13
A. LANDASAN TEORITIS	13
1. Kehamilan	13
2. Kecemasan	24
3. Terapi SEFT	34
B. HASIL PENELITIAN YANG RELEVAN TENTANG SEFT DAN KECEMASAN PADA IBU HAMIL	52
C. KERANGKA PEMIKIRAN	55

D. HIPOTESIS	56
BAB III METODE PENELITIAN	57
A. RANCANGAN PENELITIAN	57
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	58
C. VARIABEL PENELITIAN	59
D. DEFINISI OPERASIONAL	61
E. TEKNIK SAMPLING DAN SAMPEL PENELITIAN	61
F. INSTRUMEN PENELITIAN DAN TEKHNIK PENGUMPULAN DATA	63
G. VALIDITAS DAN RELIABILITAS	67
H. PROSEDUR PENELITIAN	69
I. ETIKA PENELITIAN	72
J. TEKNIK ANALISIS DATA	73
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	78
A. GAMBARAN UMUM UNIT OBSERVASI	78
B. ANALISIS DATA	84
C. PEMBAHASAN	89
D. KETERBATASAN	95
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	96
A. KESIMPULAN	96
B. SARAN	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	105

DAFTAR GAMBAR/GRAFIK

Gambar 1 Titik-Titik Kunci The Major Energy Meridian.....	45
Gambar 2 Regulasi sekresi hormon kortisol dan efek yang dihasilkan.....	50
Gambar 3 Integrasi respon stres oleh hipotalamus	51
Gambar 4 Efek Terapi SEFT	51
Gambar 5 Kerangka Teori.....	55
Gambar 6 Model Penelitian The Non-Equivalent Group Design.....	58
Gambar 7 Kerangka Konsep.....	60
Gambar 8 Pengkategorian Gain Skor.....	90

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian yang Relevan.....	52
Tabel 2. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	58
Tabel 3. Definisi Operasional.....	61
Tabel 4. Blueprint Skala PrAS-r2.....	65
Tabel 5. Karakteristik Responden Penelitian.....	81
Tabel 6. Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di RBC.....	82
Tabel 7. Hasil Kecemasan Posttest dan Pretest Responden pada kelompok Intervensi dan Kontrol.....	83
Tabel 8. Hasil Hitung Uji Normalitas Pre Test dan Post Test Menggunakan <i>One Sample Kolmogorov-Smirnov</i>	85
Tabel 9. Hasil Hitung Uji Homogenitas Pre Test dan Post Test.....	86
Tabel 10. Uji Beda Nilai Pretest dan Post Test Sampel Penelitian Menggunakan Sample Paired T-Test.....	87
Tabel 11. Uji Beda Nilai Pretest dan Post Test Sampel Penelitian Menggunakan Independent Paired T-Test.....	88
Tabel 12. Hasil Uji Gain Score dengan SPSS.....	89

DAFTAR LAMPIRAN

Biodata Pasien dan Kuisisioner PrAS-r2.....	105
Informed Consent.....	108
Hasil SPSS	109
Uji Validitas dan Reliabilitas	115
Uji Etikolegal.....	116
Expert Judgement Modul Terapi SEFT.....	117
Sertifikat SEFT Terapi.....	118
Surat Izin Studi Pendahuluan.....	119
Surat Izin Penelitian	120
Uji Turnitin	121
Daftar Riwayat Hidup.....	122
Surat Pernyataan.....	123
Lembar Bimbingan.....	124
Contoh Kuesioner Hasil Isi Responden.....	130
Bukti Dokumentasi Penelitian.....	140

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemahannya. 2014, Jakarta : Departemen Agama Republik Indonesia.
- Abdillah, A. (2019). Pengaruh pemberian terapi seft dan mendengarkan bacaan al qur'an terhadap nyeri post operasi appendiks. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 41–49.
- Abiantoro, M. E. M. (2019). *Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Computer Based Test (Cbt) Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta*. 2215111, 1–9.
- Alza, N., & Ismarwati, I. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(1), 1–6. <https://doi.org/10.31101/jkk.205>
- Amalia, R., Rusmini, R., & Yuliani, D. R. (2020). Prenatal Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Primigravida Trimester Iii. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(1), 29–34. <https://doi.org/10.31983/jsk.v2i1.5788>
- Aniroh, U., & Fatimah, R. F. (2019). Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan Ditinjau dari Usia Ibu dan Sosial Ekonomi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.32584/jikm.v2i2.374>
- Anita, M. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anestesi Umum di RSUD Sleman Yogyakarta. *Jurnal Info Kesehatan*, 4(2), 2–3. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/239/>
- Apriza, Fatmawati, A., & Qonita Ulfiana. (2020). *Konsep Dasar Keperawatan Maternitas* (J. Simarmarta (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Arum, S., Erlinawati, Fauzia, Apriyanti, F., Afrianty, I., Hastuty, M., Martini, S. F. R., Mariati, N., Anggeriyane, Widiyanti, S., & Syahda, S. (2021). *Kehamilan Sehat Mewujudkan Generasi Berkualitas di Masa New Normal* (Yuhanah, Y). Insania Team IKAPI.
- Bieber, A.K., Martires, K.J., Driscoll, M.S., Grant-Kels, J.M., Pomeranz, M.K. & Stein, J.A. 2016. Nevi and pregnancy. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 75(4): 661–666.

- Cholifah, N., Fahrida, R., Hartinah, D., Kunci, K., Psikologis, P., Hamil, I., Eklampsia, P., & Positif, A. (2017). Pengaruh Pemberian Afiriasi Ppsitif Terhadap Perubahan Psikologis Ibu Hamil Dengan Pre Eklampsia Di Klinik Kandungan Rsud Ra Kartini Kabupaten Jepara Tahun 2017. *Indonesia Jurnal Perawat*, 2(2), 80–86.
<https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/ijp/article/view/463>
- Cahyadin, A. (2019). Efektivitas Terapi Spiritual Emotion Freedom Technique (Seft) Dalam Menurunkan Tingkat Amarah Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Di Tulungagung. UIN I Tulungagung. Institutional Repository.
- Chisnawati, (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Tekhnik Komputer Amik Bsi*.
- Cunningham, F. Gary; Leveno, Kenneth J.; Bloom, S.L. (2014). *Williams OBSTETRICS*. 24th ed. McGraw-Hill Education.
- Dartiwen, & Nurhayati, Y. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan* (Aditya (ed.)). Penerbit ANDI.
https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_pada_Kehamilan/zoX-
- Diki Retno Yuliani, Saragih, E., Astuti, A., Wahyuni, W., Ani, M., Muyassaroh, Y., & Nardina, E. A. (2021). *Asuhan Kehamilan*. Yayasan Kita Menulis.
<https://books.google.co.id/books>
- Elvina, L., ZA, R. N., & Rosdiana, E. (2018). Faktor Yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 4(2), 176.
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v4i2.207>
- Fatma, S. D. H. (2018). Keseimbangan Fisik, Psikis, Dan Spiritual Islam Pada Masa Kehamilan Dan Persalinan. *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 5, No(9), 1–12. file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/54-Article Text-127-1-10-20180627 (2).pdf
- Hidayat, A. (2021). *Efektivitas Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Primigravida Trimester Tiga* Asri Hidayat, Prof. dr. Ova Emilia, Sp. OG., M.Med.Ed., Ph.D.; dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D.; DR Suma.
- Holanda, A.A.R. de, Gonçalves, A.K. da S., Medeiros, R.D. de, Oliveira, A.M.G. de & Maranhão, T.M. de O. 2016. *Ultrasound findings of the physiological*

changes and most common breast diseases during pregnancy and lactation. *Radiologia Brasileira*, 49(6): 389–396.

- Huizink, A. C. et al. (2016) ‘Adaption of pregnancy anxiety questionnaire–revised for all pregnant women regardless of parity: PRAQ-R2’, *Archives of Women’s Mental Health*. Vienna: Springer Vienna, 19, pp. 125–132. doi: 10.1007/s00737-015-0531-2.
- Indrawati, Elfira, E., & Yufdel. (2021). *Terapi Komplementer Pada Kehamilan*. Media Sains Indonesia. <https://books.google.co.id/books>
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J. 2010. Retardasi Mental dalam Sinopsis Psikiatri. Tangerang : Binarupa Aksara
- Kodogo, V., Azibani, F. & Sliwa, K. 2019. Role of pregnancy hormones and hormonal interaction on the maternal cardiovascular system: a literature review. *Clinical Research in Cardiology*, 108(8): 831–846.
- Laela, S., & Wahyuni, E. (2021). *Ansietas, ibu hamil, terapi peng Penurunan Ansietas Ibu Dalam Menjalani Kehamilan Saat Pandemi Covid 19 Melalui Terapi Penghentian Pikiran Di Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur. Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.48079/vol4.iss1.69>
- Maki, F. P., Pali, C., & Opod, H. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Klinik Bersalin Sutra Minahasa Selatan. *Jurnal E-Biomedik*, 6(2), 103–110. <https://doi.org/10.35790/ebm.6.2.2018.21889>
- Nelazyani, L., & Hikmi, H. (2018). Gambaran Pengetahuan Ibu Dan Suami Tentang Perubahan Fisik Dan Psikologis Saat Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Raya Kota Bengkulu tahun 2016. *Journal Of Midwifery*, 6(1), 17–25. <https://doi.org/10.37676/jm.v6i1.506>
- Nugrawati, N., & Amriani. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan* (Abdul (ed.)). Penerbit Adab. https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_Pada_Kehamilan
- Nurjannah, H., Candra Dewi, S., & Ratnawati, A. (2020). *Pengaruh Metode Hand Tapping Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Intrapartum*. 3, 2–3.
- Patimah, M. (2020). *Pendidikan K.esehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan*

- Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 570–578.
<https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3790>
- Poerwaningsih, S. (2021). *Penerapan standar asuhan kebidanan pada ibu hamil fisiologis trimester I*. Yayasan Insan Cendikia Indonesia Raya.
<https://books.google.co.id/books>
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta Bina Pusaka.
- Puspita, I., & Fauziah, D. (2018). Pengaruh Terapi Seft Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Para Pengguna Napza. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i2.1094>
- Puspita, I., Ulfah, S., & Fitri, R. (2020). Pemanfaatan Seft Sebagai Modalitas Therapy Community (TC) Untuk Kesehatan Mental Dan Spiritual Pecandu Napza. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 4(1), 88–94.
<https://doi.org/10.37859/jpumri.v4i1.1895>
- Puspitasari, I., & Wahyuntari, E. (2020). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Proceeding of The URECOL*, 116–120.
- Putranti, A. D. (2021). Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*, 17(2), 53–62.
- Rachman, T. (2018). spritual emotional freedom tehcnique (SEFT). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Rachmawati, 2022. Pengaruh Pemberian Treatment Totok Wajah Terhadap Kecemasan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Buana Pemaca Tahun 2021. Repository Universitas Ngadi Waluyo.
- Rahayu, R. (2020). *Pengaruh Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Kesiapan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Di Puskesmas Kasihan Ii Bantul Yogyakarta*.
- Rosyanti, L., Hadi, I., & Akhmad, A. (2022). Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur ' an sebagai Pengobatan Fisik dan Psikologis di Masa Pandemi Spiritual Health Al-Qur ' an □ erapy as Physical and Psychological Treatment during the COVID-19 Pandemic. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14(1), 89–114.
- Rosyaria, A., & Khairah, Mi. (2019). *Effleurage Massage Aromatherapy Lavender*. Jakad Publishing Surabaya.

https://www.google.co.id/books/edition/Effleurage_Massage_Aromatherapy_Lavender/6C7ZDwAAQBAJ

- Sarimunadi, W., Carolin, B. T., & Lubis, R. (2021). Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Untuk Menghadapi Kecemasan Dalam Persalinan. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(1), 139–144. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i1.3146>
- Sarmita, Nurdin, S., & Fattah, A. H. (2021). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Cabenge Kabupaten Soppeng. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Dan Kebidanan*, 01(1), 20–26. <https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JPKK/article/view/226/168>
- Simkin, P., Whalley, J., & Kepler, A. (2018). *Pregnancy, Childbirth and The Newborn : The Complete Guide*. De Capo Life Long. https://www.google.co.id/books/edition/Pregnancy_Childbirth_and_the_Newborn/1t9KDwAAQBAJ
- Sugiono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Alfabeta Bandung. Buku Cetakan ke 3.
- Suptiani, L. P., & Sunjaya, D. K. (2022). *Model Konseptual Pelayanan Kebidanan Holistik pada Ibu Hamil di Bidan Praktik Mandiri Kabupaten Garut Conceptual Model of Holistic Midwifery Services in Pregnant Women at Midwives Independent Practice in Garut*. 4(35), 84–89.
- Suryani, O. A. (2021). Keistimewaan Wanita Hamil serta Pahala Khusus yang Didapat. *Perempuan Muslim Hukum Islam*, <https://m.oase.id/read/WVe9y3-keistimewaan-wanita->. <https://m.oase.id/read/WVe9y3-keistimewaan-wanita-hamil-serta-pahala-khusus-yang-didapat>
- Varney, H. (2015). *Varney's Midwifery*. Jones, Bartllet Learning. https://www.google.co.id/books/edition/Varney_s_Midwifery/dba
- Wahyuni, S. (2018). Percived stress dan sindrom depresi pada ibu primigravida. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 3(2), 21–28.
- Wijaya, D. A. P. (2021). No Title. *Pusat Psikologi Terapan Metamorfosa*. <https://psikologi-metamorfosa.com/apakah-itu-seft/>
- Wulandari, L., & Catur. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (R. Widyastuti (ed.)). Media Sains Indonesia. https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_Kehamilan
- Yanti, E. M., & Wirastri, D. (2022). *Kecemasan Ibu hamil Trimester III*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books>

- Yuliani, D. R., & Aini, F. N. (2020). Kecemasan Ibu Hamil Dan Ibu Nifas Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Baturraden. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 11–14. <https://doi.org/10.31983/jsk.v2i2.6487>
- Yuniarsih, S. M. (2018). Penggunaan SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) untuk membantu Ibu hamil menurunkan kecemasan menghadapi Persalinan. *STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta*, i, 262–270.
- Zainuddin, A. F. (2014). *SEFT Total Solution (Healing Happiness Success Greatness)*. Jakarta: SEFT Corporation.
- Zuhrotunida, Z., & Yudiharto, A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang. *Jurnal JKFT*, 2(2), 60. <https://doi.org/10.31000/jkft.v2i1.694>