

DAFTAR PUSTAKA

- Dariyo, A. (2002). Hubungan antara percaya diri para wanita dengan kecemasan menghadapi kelahiran bayi pada kehamilan pertama. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Kushartanti, W, Soekamti, E. R dan Sriwahyuni, C. F. (2004). Senam Hamil : Menyamankan Kehamilan, Mempermudah Persalinan. Yogyakarta: Lintang Pustaka.
- Oktrini, F. (1996). Pengaruh Tingkatan pengetahuan dalam Mengikuti Latihan Seni Pernafasan terhadap Agresifitas ibu hamil. Yogyakarta. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Zinbarg, R. E, Craske, M. G and Barlow, D. H. (2003). *Therapist's Guide for the Mastery of Your Anxiety and Worry Program*. United States of America:Graywind Publications Incorporated.
- Ford-Martin, P.(2001). *Gale Encyclopedia of Alternative Medicine*. Gale Group.
- Heardman, H. (1998). Senam Hamil (*Relaxation and Exersice for Childbirth*). Jakarta: Arcan.