

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A. (2012). Pengaruh pelatihan mindfulness terhadap peningkatan kontrol diri siswa SMA. *Jurnal Pamator*.
- Asmoro, A. Y., Bachri, T. B., & Detmuliati, A. (2020). Analisis Potensi Wisata Desa Dengan Kerangka 6A Studi Kasus Desa Ngajum, Malang. *Media Wisata*, 18(2), 231–250. <https://doi.org/10.36275/mws>
- Aufar, A. F., & Raharjo, S. T. (2020). *Kegiatan Relaksasi Meditasi Untuk Mengatasi Kecemasan Dan Sebagai Coping Stress Di Masa Pandemi Covid-19*. 2.
- Bagus, G., Adiputra, A., Putu, I. G. A., & Budisetyani, W. (2019). *Relaksasi Meditasi Dan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Menembak Di Denpasar*. 5(2), 233–240.
- Chen, L., Zhao, H., Razin, D., Song, T., Yan, WuXiaopei Ma Huerxida, A., Wang, G., Wang, M., & Yan, L. (2020). *Tingkat kecemasan selama wabah COVID-19 lokal kedua di antara orang-orang yang dikarantina*.
- Ge, F., Wan, M., Zheng, A., & Zhang, J. (2020). How to deal with the negative psychological impact of COVID-19 for people who pay attention to anxiety and depression. *Precision Clinical Medicine*, 3(3), 161–168. <https://doi.org/10.1093/pcmedi/pbaa023>
- Hermanto, J. (2014). Pengaruh Pemberian Meditasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Unit Sosial Rehabilitasi Pucang Gading Semarang. *Jurnal Keperawatan*.
- Karauwan, matthew zico. (2020). *Refleksi Kecemasan Dalam Film Destination 3*.
- Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020). Complementary Therapies in Clinical Practice Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality in patients with COVID-19. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 39, 101132. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101132>
- Luh, N., Sri, K., Murdhiono, W. R., Damayanti, S., & Respati. (2019). Meditation With Sound of Nature Can Reduce Stress in Nursing Students. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 145–152.
- Maria, S. F. P. (2020). *An Internet-Based Intervention to Alleviate Stress During Social Isolation With Guided Relaxation and Meditation: Protocol for a*

Randomized Controlled Trial.

- Mckay, D., & Taylor, S. (2020). *Do pre-existing anxiety-related and mood disorders differentially impact COVID-19 stress responses and coping? January.*
- Murdhiono, W. R., Damayanti, S., & Ayunia, N. L. K. S. (2019). Meditasi dengan suara alam dapat menurunkan stres pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.143-152>
- Nabila, M. (2020). *Kecemasan Masyarakat Di Masa Pandemi Covid-19.*
- Nindrea, R. D. (2016). *Pengantar Langkah-Langkah Praktis Studi Meta Analisis.*
- Pardede, J. A., Keliat, B. A., Damanik, R. K., & Gulo, A. R. B. (2020). Optimalisasi Koping Perawat Mengatasi Kecemasan Pada Masa pandemi COVID-19 Di Era New Normal. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 2(September), 105–112.
- Parizad, N., Goli, R., Faraji, N., Mohsen Mam-Qaderi, R. M., Gharebagh, N., Baghaie, R., Fezipour, H., & Haghghi, M.-M. (2021). *Pengaruh meditasi pada kecemasan, nyeri otot, dan tanda-tanda vital di pasien dengan COVID-19: Uji coba terkontrol secara acak.*
- Pranata, J., & Wijoyo, H. (2020). *Meditasi Cinta Kasih Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Sekolah Minggu Buddha Taman Lumbini. 1(November), 8–14.*
- Rahayu, stevani aprilia kenyo, & Wiryosutomo, hadi warsito. (2020). *Studi Kepustakaan Efektivitas Teknik Relaksasi Meditasi Guna Mengurangi Kecemasan Pada Usia Dewasa Awal Di Masa Pandemi Covid-19. 19.*
- Renityas, N. N. (2020). *Efektivitas Meditasi Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. 82–89.*
- Sari, I. (2020). Analisis Dampak Pandemi Covid- 19 Terhadap Kecemasan Masyarakat : Literature Review. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 12(1), 69–76. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v12i1.161>
- Sinnatrika, N. (2019). *Pengaruh Meditasi Terhadap Kesehatan Mental.*
- Sinta, S. S. (2020). Pengaruh Meditasi Dalam Pendidikan Islam Untuk Memperkuat Sistem Imun Sebagai Tindakan Melawan Covid-19. *Al Ulya : Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 210–225. <https://doi.org/10.36840/ulya.v5i2.293>
- Suristyawati, P., Ayu, S., Yuliari, M., Bagus, I., & Suta, P. (2019). *Meditasi Untuk*

Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Hamil. 1, 20–27.

- Suryani. (2016). *Mencegah Plagiarisme: Ilmu dan Seni Melakukan Literatur Review.*
- Veftisia, V., Annisa, Rahmasanti, A., Puspanagar, A., Mayola, D., & Sawiti, P. (2020). Meditasi dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan dan Stress Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Nasional Kebidanan, 1*(1), 112–120. <http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/semnasbidan/article/view/652>
- Wardiana, U., & Sandhya, afina rini. (2019). *Pengaruh Relaksasi Meditasi Gelembung Pikiran Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA / Sederajat Kelas. April.*
- Wilopo, S. A. (2016). *Panduan Menulis Artikel Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat.*
- Yusfarani, D. (2021). *Hubungan Kecemasan dengan Kecendrungan Psikosomatis Remaja Pada Pandemi Covid 19 Di Kota Palembang. 21*(1), 295–298. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1328>
- Zalukhu, A., & Rantung, J. (2020). *Tingkat Kecemasan Terhadap Sikap Anak Untuk Menjaga Kesehatan Di Masa Pandemi COVID-19. 6*(2), 114–122.