

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, D. . & S. (2013). *Metodelogi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan* (Nuha Medik).
- Ardhiyanti, Y. (2014). *Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan 1*. Deepublish.
- Atmadja.W. (2010). B Fisiologi Tidur. In *Kedokteran Maranatha* (Vol. 1, pp. 36–39).
- Bussey. (1998). *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI): a New Instrumen for Psychiatric Research and Practice*. *Journal of Psychiatric Research* 28(2).
- Deswani. (2018). *Asuhan Keperawatan Prenatal Dengan Pendekatan Neurosains*. Wineka media.
- Devi. (2014). *Pengaruh Yoga antenatal Terhadap Pengurangan Keluhan Ibu Hamil trimester III, journal kedokteran dan kesehatan vol. 1 no.1*.
- Dewi, V. N. L. & T. S. (2011). *Asuhan Kehamilan untuk Kebidanan*.
- Dharmadi, P. K. (2018). The relationship between sleep quality and the results of pre-clinical examinations for medical students at the Faculty of Medicine, Udayana University. *E-Journal of Medicine*. 2018; 7(2): 77-81.
- Eli, R. (2015). Pengaruh Senam Hamil Yoga Terhadap Kesiapan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di RSIA Limijati Bandung. *Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleuit. Bandung*.
- Fauziah & Sutejo. (2012). *Keperawatan Maternitas* (Kencana).
- Freitag, E. O. (2010). *Tetap Bugar Dan Energik Selama Hamil*. PT Agro Media Pustaka: Jakarta Selatan.
- Gunduz, s., D. (2016). Sleep Deprivation In The Last Trimester Of Pregnancy And Inadequate Vitamin D: Is There a Relationship??. *Journal of the Chinese Medical Association* 79, 34–38.
- Handayani, S. &. (2018). Senam Hamil dan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Published January 2018*.

- <https://www.neliti.com/publications/234019/senam-hamil-dan-ketidaknyamanan-ibu-hamil-trimester-ketiga>
- Hidayat. (2008). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Salemba Medika.
- Hidayat, A. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*, Salemba Medika, Jakarta.
- Husin, F. (2013). *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti* (S. SETO (ed.)). Jakarta.
- Ismiyati, A. (2020). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III. *PUINOVAKESMAS*, 2, 70 – 77.
- Kemendes RI. (2015). *Kebutuhan Tidur Manusia Berdasarkan Usia*. Kemendes RI.
- Khafidhoh. (2016). *Hubungan nyeri pinggang dengan tingkat kemampuan aktivitas ibu hamil trimester II dan III di Puskesmas Ciputat, Jakarta*.
- Khasanah, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia. *Journal of Nursing Studies*, 1, 1.
- Lowdermilk. (2013). *Buku Keperawatan Maternitas Edisi 8 – Buku 2*, Penerjemah :dr. Felicia Sidartha & dr. Anesia Tania. Elsevier (Singapura) Pte Ltd. Salemba Medika.
- Lusi Veronika, S. (2018). Hubungan Senam Hamil Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2018. *Institut Kesehatan Helvetia*.
- Lusiana, B. (2016). Pengaruh Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Preeklamsia. *Journal Of Midwifery*, 1.
- Mandang. (2014). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*.
- Mardjan. (2016). Pengaruh kecemasan pada kehamilan primipara remaja. *Abrori Institute*.
- Nilifda, H. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas* 5(1), 243-249.
- Nirwana. (2017). *Kapita Selekta Kehamilan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Notoadmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Pendekatan Praktis

Edisi 3. Salemba Medika.

Oktara, S. (2013). *Pengaruh Terapi Musik Murotal Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Lansia*.

Palifiana, D. A. (2019). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Dan Nyeri Simphysis Pubis Pada Ibu Hamil Trimester III. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta*.

Potter & G, P. (2010). *Fundamental Keperawatan* (S. Medika (ed.); 7th ed.).

Putrono, W. (2016). *Asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal & bayi baru lahir fisiologis dan patologis*. Yogyakarta.

Rahmarwati. (2016). *Hubungan Senam Yoga Dengan Kualitas Tidur Malam Hari Pada Anggota Yang Mengalami Insomnia Di Sanggar Senam RM7 Karanganyar*. <http://eprints.ums.ac.id/41277/>

Reeder, S. J. dk. (2011). *Keperawatan maternitas : Kesehatan wanita, bayi & keluarga* (18th ed.).

Robin, G. (2015). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Primigravida TM III. *Fakultas Kedokteran Universitas Mahayati Bandar Lampung, 1*.

Sadock, B. K. & S. (2010). *Gangguan Pervasif dalam : Buku Ajar Psikiatri Klinis* (Ed 2.).

Safriani, I. (2017). *Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan "INSAN CENDIKIA MEDIKA."*

Shindu, P. (2014). *Yoga untuk Kehamilan edisi yang diperkarya*.

Simkin. (2007). *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan dan Bayi* (Arcan, Jak).

Siswosuharjo. (2010). *Panduan Super Lengkap Hamil Sehat*. Semarang: Pesona Plus. B.

Siti. (2016). Perbedaan Kualitas Tidur Ibu Hamil Usia Kehamilan 30-35 Minggu Sebelum Dan Sesudah Senam Yoga. *Kebidanan, 5, 4*.

Stoppard, M. (2012). *Dasar Dasar Keperawatan Maternitas*. Edisi 6. Jakarta. *Buku Kedokteran EGC*.

Sukorini, M. U. (2017). Hubungan Gangguan Kenyamanan Fisik dan Penyakit

- dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III' The Indonesian. *Journal of Public Health, Vol.12, No.1, Hlm. 1-12.*
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa Faktor yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM Undip, 1(2), 280-292.*
- Tia, P. (2014). *Yoga Ibu Hamil, Pustaka Bunda, Jakarta.*
- Triana, I. (2020). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga Dengan Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Ratna Komala Bekasi Tahun 2019. *Ilmiah Kesehatan Delima, 1.*
- Uliyah, hidayat dan. (2006). *Ketrampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan. Salemba Medika.*
- Vitria, M. (2020). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Ibu Primigravida Trimester III. *Maternal Child Health Care Journal.*
- Wardani, E. K. (2018). *Efektivitas olahraga ringan jalan kaki terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester 3 di Desa Silir Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. 10.*
- Widatiningsih, sri & D. (2017). *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan (1st ed.). Transmedika 2017.*