

DAFTAR PUSTAKA

- Ainul, N., Natsir, Y., Sonda, M., Ningsi, A., & Mukarramah, S. (2024). *Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Tingkat kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Hj . A . Nani Nurcahyani Kota Makassar. XIX(2)*, 171–175.
- 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>
- Amalia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3326–3337. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.11298>
- Anwar, K. K., Saleh, K. S., Zulaikha, L. I., Resmi, D. C., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 1–126.
- Aprillia, Y. (2024). *prenatal Gentle Yoga*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Halil, A., & Puspitasari, E. (2023). Faktor yang Menyebabkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Depok 2. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 78–83. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.126>
- Herdiani, T. N., & Mutiara, V. S. (2023). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Di Puskesmas Pasar Kepahiang. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 57–65. <https://doi.org/10.47560/keb.v12i1.490>
- History, A., & Education, C. (2020). 3 1,2,3. 8, 206–218.
- Irmawati.S, Rosdiana Rosdiana, & Yuniarti Ibrahim. (2024). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Malifut Kabupaten Halmahera Utara. *NAJ : Nursing Applied Journal*, 2(3), 33–40. <https://doi.org/10.57213/naj.v2i3.300>
- Isnaini, I., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2020). Identifikasi Faktor Risiko, Dampak dan Intervensi Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Analitika*, 12(2), 112–122. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3382>
- Karakteristik, H., Hamil, I., Pain, G., Radja, T., Sidqi, M., Ayu, R., & Haryadi, N. (2024). *Jurnal Akta Trimedika (JAT) HUBUNGAN KARAKTERISTIK IBU HAMIL DAN PELVIC GIRDLE PAIN Relationship Between Characteristics of Pregnant Mothers and Pelvic Girdle Pain Nyeri gelang panggul atau*

lebih dikenal dengan istilah *Pelvic Girdle Pain (PGP)* merupak. 1, 434–446.

- Maharani, S. (2020). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Prenatal Yoga di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 37. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.177>
- Malinda, R. (2024). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga terhadap Kecemasan Ibu Hamil Selama Kehamilan. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 123–127. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v2i3.473>
- Marwati, M., Handayani, B., Moedjihewati, T., & Octaviati, M. (2024). Prenatal Yoga Sebagai Upaya Mengurangi Ketidaknyamanan pada Ibu Hamil. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Kesehatan Untuk Masyarakat*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.52643/jppkm.v2i1.4276>
- Nurianto, D., & Nurul Amalia Tanjung. (2023). Effect of Prenatal Gentle Yoga On Anxiety Levels Of Trimester Pregnant Women III In Clinic Pratama Cahaya 2 Lubuk Pakam. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 6(1), 79–86. <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i1.1875>
- Nurvitasari, A. & M. (2020). *Motivas Ibu Hamil Dalam Mengikuti Prenatal yoga*. 6.
- Rahmawati, I. S., Mariani, M., S, G. H., & Supriyadi, B. (2023). Pengaruh prenatal gentle yoga terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan Di PMB Kecamatan Wringin. *Journal of Public Health Innovation*, 3(02), 223–230. <https://doi.org/10.34305/jphi.v3i02.721>
- Sari, F., Aprillia, Y. T., Jannah, M., Mawarni, E. S., & Putri, N. D. (2024). Prenatal Gentle Yoga Pada Ibu Hamil Dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan dan Stress Menghadapi Persalinan. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Kesehatan Untuk Masyarakat*, 1(4), 132–138. <https://doi.org/10.52643/jppkm.v1i4.4038>
- Siregar, N. Y., Kias, C. F., Nurfatimah, N., Noya, F., Longgupa, L. W., Entoh, C., & Ramadhan, K. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 18–24. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i1.131>
- Sugiyono. (2021). *Statistika untuk Penelitian* (C. ALFABETA (ed.)).
- Sutriningsih, Radhiah, S., Arwan, Mantao, E., Salmawati, L., & Hasanah. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Balinggi. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45–58.

<https://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif/article/view/630/391>

- Wahyuni, L. T., Hardin, F., Ilmu, P., Stikes, K., & Minang, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Andalas Padang. *Jurnal Citra Ranah Medika CRM*, 2(1), 1–8. <http://ejournal.stikes-ranahminang.ac.id>
- Winarni, L. M., & Nuryanti. (2020). Implementasi Senam Prenatal Yoga Untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Ibu Saaat Hamil di Tangerang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 312–318.
- Wulandari, S., & Wantini, N. A. (2021). Ketidaknyamanan Fisik Dan Psikologis Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Puskesmas Berbah Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 54–67. <https://doi.org/10.36419/jki.v12i1.438>
- Wuytack, F., Begley, C., & Daly, D. (2020). Risk factors for pregnancy-related pelvic girdle pain: a scoping review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12884-020-03442-5>
- Yulianti, I., Retnowati, Y., Ariyanti, R., Theresia, L., & Tanti Try Lestari. (2022). *yoga Prenatal menurunkan kecemasan dan depresi*. Adab CV. Adanu Abimata.
- Yuniza, Y., Tasya, T., & Suzanna, S. (2021). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Kecamatan Plaju. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 8(2), 78–84. <https://doi.org/10.32539/jks.v8i2.15951>