

### DAFTAR PUSTAKA

- Alhidayani, S., Megasari, K., & Yanti, Juli, S. (2021). Terapi Massage Effleurage dan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Ibu Hamil Yang Mengali Nyeri Punggung Di Klinik Pratama Arrabih Tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(1), 79–86. <https://doi.org/10.25311/jkt/Vol2.Iss1.308>
- Anasari luvi, A. Y. T. (2022). TERAPI NON FARMAKOLOGI YANG BERPENGARUH TERHADAP KUALITAS TIDUR IBU HAMILLITERATURE REVIEW. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 139–148. <https://doi.org/10.2207/jjws.91.328>
- Ardiani, N. K. N., & Subrata, I. M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Yang Mengonsumsi Kopi Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Archive of Community Health*, 8(2), 372. <https://doi.org/10.24843/ach.2021.v08.i02.p12>
- Buyse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). PSQI article.pdf. In *Psychiatry Research* (Vol. 28, pp. 193–213).
- Dan, T., Lau, P., & Maros, K. (2021). Program studi magister kebidanan sekolah pasca sarjana universitas hasanuddin makassar 2021. *Journal of Midwifery*.
- Desy, Karin, C. (2020). *Studi Kasus Pemberian Effleurage Massage Untuk Pemenuhan Kebutuhan Tidur Ibu Hamil Trimester Iii*. Diss. Poltekkes Tanjungkarang, 2020.
- Dewi, R. S., & Nancy, A. (2023). Hubungan Aktifitas Fisik, Ketidaknyamanan dan Kecemasan terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(11), 977–983. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i11.198>
- Du, Z., Wang, G., Yan, D., Yang, F., & Bing, D. (2023). Relationships between the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and vertigo outcome. *Neurological Research*, 45(4), 291–299. <https://doi.org/10.1080/01616412.2022.2132728>
- Dwi Purnama Putri, & Usman Reni Devianti. (2024). Perbedaan Terapi Pijat Effleurage Dan Terapi Kompres Terhadap Penurunan Afterpain Pada Ibu Postpartum Di RS . Dewi Sartika Kota Kendari Sulawesi Tenggara Differences In Effleurage Massage Therapy And Compression Therapy On Reducing Afterpain In Postpartum. *HEALTH INFORMATION JURNAL PENELITIAN*, 16(3).
- Fikhriati, A. (2021). Pengaruh Pregnancy Massage Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Pekik Nyaring Tahun 2021. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*, 1(1), 497–502.
- Gaballah, S., El-Deen, D. S., & Hebeshy, M. I. (2023). Effect of effleurage massage therapy on sleep disturbance, fatigue, pain, and anxiety in patients with multiple sclerosis: A quasi-experimental study. *Applied Nursing Research*, 73. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2023.151719>
- Gultom, D. O. V., & Kamsatun. (2020). Gambaran Kualitas Tidur Ibu Hamil

- Trimester III: Studi Literatur. *Jurnal Kesehatan Siliwangi No, 1*(1), 2020.
- Ismayanti, I., & Syafrie, I. R. (2023). Pengaruh Pregnancy Massage Terhadap Kualitas Dan Kuantitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di UPT Puskesmas Talang Babatan Kecamatan Seberang Musi. *KEMASKIA: Jurnal Kesehatan, 1*.  
<https://cendekiamedia.com/index.php/kemasKIA/article/view/20%0Ahttps://cendekiamedia.com/index.php/kemasKIA/article/download/20/19>
- Ismiyati, A., & Faruq, Z. H. (2020). Pengaruh prenatal yoga terhadap kualitas tidur pada ibu hamil trimester III. *Puinovakesmas, 1*(2), 70–77.  
<https://doi.org/10.29238/puinova.v1i2.890>
- Janiwarty, B., & Pieter, zan, H. (2013). *Pendidikan Psikologi Bidan*. Rapha Publishing.
- Kurniawan, I., Yulianto, H., & Sujarwo, S. (2023). The relationship between body mass index, physical activity, sleep quality, and physical fitness in adolescents. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 9*(3), 514–535.  
[https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v9i3.21562](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v9i3.21562)
- Larasati, S., Widyatutik, D. E., & Rumiati, E. (2020). Hubungan Ketidaknyamanan Dalam Kehamilan Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Loceret. *Universitas Kusuma Husada Surakarta, 7*(2), 809–820.
- Liu, D., Kahathuduwa, C., & Vazsonyi, A. T. (2021). The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI): Psychometric and Clinical Risk Score Applications Among College Students. *Psychological Assessment, 33*(9), 816–826.  
<https://doi.org/10.1037/pas0001027>
- Mardliyana, N. E. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Penanganan Keluhan Fisiologis Dengan Media Video Pakbutu (Penanganan Keluhan Ibu Hamil Tanpa Obat) Di Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan, 4*(1).  
<https://doi.org/10.26714/jpmk.v4i1.8894>
- Maulina, M. (2021). *Pengaruh massage effleurage terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja UPTD puskesmas puspahiang kabupaten tasikmalaya*.
- Muzakir, H., Prihayati, P., & Novianus, C. (2021). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Pekerjaan dan Non-Pekerjaan pada Ibu Hamil. *Jurnal Keselamatan Kesehatan Kerja Dan Lingkungan, 2*(1), 46–54.  
<https://doi.org/10.25077/jk31.2.1.46-54.2021>
- Na'ifah, S. L., Maulina, R., & Purwati, A. (2024). Pengaruh Prenatal Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Az-Zahra Desa Alastlogo Kabupaten Pasuruan. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah, 3*(5), 2413–2421. <https://doi.org/10.55681/sentri.v3i5.2784>
- Park, B. K. (2020). The Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI) and associated factors in middle-school students: A cross-sectional study. *Child Health Nursing*

*Research*. <https://doi.org/10.4094/chnr.2020.26.1.55>

- Patria, T. S., P, N. V. I., & Jona, R. N. (2024). Pengaruh Pemberian Massage Effleurage Dengan Minyak Aromaterapi Terhadap Kualitas Tidur Malam Ibu Hamil Trimester II dan III. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3.
- Prabayani, N. K. S. (2022). Hubungan Antara Massage Punggung Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Semarapura Kelod Kabupaten Klungkung. In *Braz Dent J*. (Vol. 33, Issue 1).
- Qurniyawati, E., Kristen, U., & Wacana, S. (2023). *PENGANTAR METODOLOGI KESEHATAN Dhanang Puspita* (Issue November). <https://www.researchgate.net/publication/375497377>
- Rizky Fadilla, A., & Ayu Wulandari, P. (2023). Literature Review Analisis Data Kualitatif: Tahap Pengumpulan Data. *Mitita Jurnal Penelitian*, 1(No 3), 34–46.
- Siska Agustina Lestari, S. K., Nisrina Puspaningrum, S. K., Lutfi Riskyta Istikomah, S. K., Rahmawati Eka Yulistyani, S. K., & Ns. Dora Samaria, M. K. (2023). Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Keluhan Selama Kehamilan. In *Kaizen Media Publishing*. Kaizen Media Publishing.
- Sukartini, N. L. (2022). Gambaran Kualitas Tidur pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali di Masa Pandemi Covid-19. *Institut Teknologi Dan Kesehatan (ITEKES) Bali Denpasar*, 7–12.
- Sukorini, M. U. (2017). Hubungan Gangguan Kenyamanan Fisik Dan Penyakit Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i1.2017.1-12>
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- wati risma. (2020). *Penerapan Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III*.
- Widiyanti, R. (2018). Pengaruh Pregnancy Massage Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 497–502.
- Wu, H., Liang, Y., Li, L., Jiang, H., & Xu, L. (2024). The safety of benzodiazepines and related drugs during pregnancy: an updated meta-analysis of cohort studies. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 310(1), 45–54. <https://doi.org/10.1007/s00404-024-07557-4>
- Wulandari Leny Catur et all. (2020). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (E. Zulisa (ed.); Issue August 2023). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI (026/DIA/2012) Redaksi:
- Wulandari, S., & Wantini, N. A. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Puskesmas Berbah, Sleman,DIY.

*Prosiding Seminar Nasional Multidisplin Ilmu, Vol.2(1), 526–534.*  
<http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/322>

- Yunanda, F., Lumbanraja, S., & Panjaitan, I. M. (2022). Perbedaan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii Sebelum Dan Setelah Melakukan Senam Hamil Di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa. *MIRACLE Journal*, 2(1), 128–137. <https://doi.org/10.51771/mj.v2i1.245>
- Yuniati, Rizki, Wenny Indah Purnama Eka Sari, Almaini Almaini, Indah Fitri Andini, A. E. S. 2022. (2022). Pengaruh Massage Pregnancy Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. *Journal Of Midwifery*, 10(2), 46–54. <https://doi.org/10.37676/jm.v10i2.3251>
- Yunita, Y., Purnama Eka Sari, W. I., & Puspita, Y. (2024). Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Cugung Lalang. *Journal Of Midwifery*, 12(1), 91–97. <https://doi.org/10.37676/jm.v12i1.6197>
- Zahrah, Dheska, Ratnaningsih, & Ester. (2020). Buku Ajar Fisiologi Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir. In *Universitas Respati Yogyakarta*.

PERPUSTAKAAN  
JENDERAL ACHMAD YANI  
UNIVERSITAS  
YOGYAKARTA