

DAFTAR PUSTAKA

- Buysse, D. j. (1988). *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research*.
- 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>
- Hajratul azward. (2020). Pengaruh Latihan Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. Pengaruh Latihan Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III.
- Ifadah, F. (2025). Skripsi Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III (Di Posyandu Desa Mergosari Kabupaten Tuban). <https://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/7917/>
- Ikhfa Aulya, S., Yantina, Y., & Studi Kebidanan Universitas Malahayati Korespondensi, P. (2024). ISSN (Cetak) 2775-393X ISSN (Online). Dalam *MJ (Midwifery Journal)* (Vol. 4, Nomor 3). <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/MJ/article/view/17507/0>
- Ismiyati, A., Husni Faruq, Z., Kebidanan, J., Kemenkes Yogyakarta, P., Mangkuyudan III, J. M., Analisis Kesehatan, J., & Ngadinegaran MJIII No, J. (2020). Pengaruh prenatal yoga terhadap kualitas tidur pada ibu hamil trimester III. *PUINOVAKESMAS*, 1(2), 70–77. <https://doi.org/10.29238>
- istiqomah annisa. (2020). Skripsi Pengaruh Senam Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan Literatur Review. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/567/>
- Janna, M. (2022). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga Dan Terapi Dzikir Pada Ibu Hamil Dalam Mengontrol Tekanan Darah. https://repositori.uin-alauddin.ac.id/22012/1/MIFTAHUL%20JANNA_70300118049.pdf
- Kholis, N. M. (2020). Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Derajat Tekanan Darah Sistolik pada Pasien Hipertensi di Poli Penyakit Dalam RST TK, II Dr, Soepraoen Kota Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/20359/1/16910038.pdf>
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik. <https://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku%20pemantauan%20aktivitas%20fisik.pdf?sequence=1>
- Manullang, J. B. (2021). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Suci Ramadani Medan Tahun 2020. 5.
- Mufid, N. A., & Kismiantini, K. (2024). Analisis Kualitas Tidur Penduduk Usia Produktif di Indonesia dengan Model Regresi Logistik Ordinal. *Indonesian Journal of Applied Statistics*, 7(2), 98. <https://doi.org/10.13057/ijas.v7i2.86659>

- Mulyani, S. R. (2021). *Metodologi penelitian*. <https://repository.penerbitwidina.com/media/publications/337809-metodologi-penelitian-34df25d8.pdf>
- Patonah, isma, Sambella, M., & Az-Zahra, M. S. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan kombinasi (*Mix Method*). <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/11671/4940>
- Rozani, L., Ferasinta, F., Panzilion, P., & Novitasari, S. (2023). Hubungan Ibu Preeklamsia dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(5), 1240–1246. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i5.10285>
- Saddania Hatta, S., & Kumorojati, R. (2023). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/ISJM/article/view/2216/1271>
- Sanjaya Riona, Febriyanti Hellen, Fara Yetty Dwi, Veronica Septika Yani, Maesaroh Siti, muharramah Alfiyanti, & Nugroho Tri Adi. (2021). Kehamilan Tetap Sehat Di Masa Pandemi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(3), 631. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i3.4826%0D>
- sihaloho, E. (2024). Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil Primigravida. Dalam *Jurnal Keperawatan* (Vol. 12, Nomor 1). <file:///C:/Users/HP/Downloads/HUBUNGAN+STRES+DENGAN+KEJADIAN+HIPERTENSI+PADA+IBU+HAMIL+PRIMIGRAVIDA++.pdf>
- Sri Wulandari, N. A. W. (2020). Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Puskesmas Berbah , Sleman , *DIY Factors Related To Sleep Quality Of Trimester III Pregnant Women In The Region Of Puskesmas*. 526–534.
- Sulistiyani, S. (2021). Penyuluhan Tentang Kualitas Tidur Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 49–52. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v1i2.367>
- Sumarni, Hatta, S. S., & Kumorojati, R. (2023). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hmail Trimeter III. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/ISJM/article/view/2216>
- Susanti, T., & Koni Suryaningsih, E. (2023). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kesehatan Ibu Dan Janin : Scoping Review. *Avicenna : Journal of Health Research*, 6(2). <https://doi.org/10.36419/avicenna.v6i2.948>
- Tyas, S. F. (2024). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Pmb Restu Bunda. <https://repository.unimugo.ac.id/3305/>
- Wardani, H. W., Agustina, R., & Astika, E. (2018). Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida Trimester III. Dalam *Dunia Keperawatan* (Vol. 6, Nomor 1). <https://jdc.ulm.ac.id/index.php/jdk/article/download/423/196>
- Wulandari, A., Nasbey, H., & Supriyati, Y. (2021). Media Pembelajaran Poster Berbasis Aplikasi Android Dengan Pendekatan Kontekstual Pada Materi Termodinamika. *Risenologi*, 6(1b), 56–62. <https://doi.org/10.47028/j.risenologi.2021.61b.246>

Wulandari, E. (2024). *Prenatal Physical Exercise*. PT Yapindo Jaya Abadi.

Yunita, Puspita Yenni, & Sari, W. I. P. E. (2024). *Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Cugung Lalang*.
<https://jurnal.unived.ac.id/index.php/JM/article/view/6197>

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA