

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, F. S., & Annisaa, S. (2023). *Hubungan Senam Yoga Dengan Pengurangan Tingkat Stress Pada*. 01(01), 7–14.
- Astuti, H. puji, & Agussafutri, W. D. (2021). Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Dan Keluhan Fisik Ibu Hamil Trimester II. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 10(2), 61–69. <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v10i2.1062>. Diakses pada 2 November 2023
- Aswitami, N. G. A. P., Udayani, N. P. M. Y., Saraswati, P. D., & Maryani, N. M. S. (2023). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Bidan Melalui Pelatihan Yoga Kehamilan Pada Kelompok Bidan di Puskesmas Mengwi I, Badung Bali. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6, 141–149. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i1.8076> Diakses pada 20 Oktober 2023
- Battle, C. L., Uebelacker, L. A., Magee, S. R., Sutton, K. A., & Miller, I. W. (2015). Potential for Prenatal Yoga to Serve as an Intervention to Treat Depression During Pregnancy. *Women's Health Issues*, 25(2), 134–141. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.whi.2014.12.003>. Diakses pada 3 Januari 2024
- Bhartia, N., Jain, S., Shankar, N., Rajaram, S., & Gupta, M. (2019). Effects of Antenatal Yoga on Maternal Stress and Clinical Outcomes in North Indian Women: A Randomised Controlled Trial. *Journal, Indian Academy of Clinical Medicine*, 20(1), 10–14.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Hauth, J. C., Rouse, D. J., & Spong, C. Y. (2016). *Obstetri Williams* (R. Setia (ed.); 1st ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hadi, I., Fitriwijayanti, Usman, R. D., & Rosyanti, L. (2017). Gangguan Depresi Mayor: Mini Review. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 9(1), 16. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/download/102/62/146>. Diakses pada 5 Februari 2024
- Handayani, E. (2019). *Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Semester Awal Perantauan dan Bukan Perantauan di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta*. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Haqi, M. H., Mishbahatul, E., Has, M., & Bahiyah, K. (2019). Gambaran Status Mental pada Korban Pasca Gempa Berdasarkan Periode Perkembangan di Desa Pendua Kabupaten Lombok Utara. *PSYCHIATRY NURSING JOURNAL (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 1(2), 29–35. <http://e->

journal.unair.ac.id/PNJ. Diakses pada 9 Juni 2024

- Heriyanto, A., Jayadi, & Aufa, Z. (2018). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Emosi Negatif Pada Siswa Kelas XI IPA. *Jurnal Paedagogie*, 6.
- Istioningsih, I., Wariska, L., Wariska, L., & Widiastuti, Y. P. (2019). Status Psikologis Ibu Dengan Persalinan Prematur. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.26714/jkj.6.1.2018.13-18>. Diakses pada 8 Januari 2023
- Julianti, E., Ayudita, & Patimah, S. (2023). Prenatal Yoga Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *WOMB Midwifery Journal*, 2(1), 1–5. <https://doi.org/10.54832/wombmidj.v2i1.121> Diakses pada 22 Oktober 2023
- Kumorojati, R., Ardianasari, A., & Warseno, A. (2021). Effect of Yoga Exercise on Cortisol Hormone Levels in Pregnant Women in Kinik Pratama Asih Waluyojati Banguntapan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 8(4), 292. [https://doi.org/10.21927/jnki.2020.8\(4\).292-297](https://doi.org/10.21927/jnki.2020.8(4).292-297) Diakses pada 3 November 2023
- Maharani, S., & Hayati, F. (2020). Pengaruh Prenatal Gentle Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(1), 161–167.
- Marwah, D. S., Zata, K. N., Naufal, M., Fadhillah, M. I., & Fithri, N. K. (2023). LITERATURE REVIEW: ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT STRES IBU HAMIL DAN IMPLIKASINYA PADA KESEHATAN JANIN. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(8), 2578–2587.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori. *Jakarta: Salemba Medika*, 4–94.
- Ningrum, S. A., Budihastuti, U. R., & Prasetya, H. (2019). Efficacy of Yoga Exercise to Reduce Anxiety in Pregnancy: A Meta-Analysis Using Randomized Controlled Trials. *Journal of Maternal and Child Health*, 4(2), 118–125. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2019.04.02.07>. Diakses pada 21 Oktober 2023
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurdini. (2019). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Siswi SMPN 1 Sleman Yogyakarta*. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Nurhasanah, A., Wardiyah, A., & Rilyani. (2023). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES PADA IBU HAMIL SELAMA PANDEMI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANDAR JAYA KABUPATEN LAMPUNG TENGAH TAHUN 2022. *MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL*, 5, 23–36.
- Nurmala, I., Rachmayanti, R. D., Soedirham, O., & Fatah, M. Z. (2022). *Psikologi*

Kesehatan Dalam Kesehatan Masyarakat. Airlangga University Press.
Diakses pada 15 April 2024

- Pratigny, T. (2014). *Yoga Ibu Hamil* (1st ed.). Pustaka Bunda.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kebidanan* (A. B. Saifudin (ed.); 4th ed.). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress*. Nuha Medika.
- Rao, N. P., Varambally, S., & Gangadhar, B. N. (2013). Yoga School of Thought and Psychiatry: Therapeutic Potential. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(Suppl 2), S145–S149.
- Riyanto, A. (2019). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika.
- Saifuddin, A. B. (2014). *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal : Buku Acuan Nasional*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Selfiana, V., Ulfadamayanti, N. S., & Nurul fadillah, S. (2023). Pengaruh Stress pada Ibu Hamil. *Journal on Education*, 05(04), 11702–11706.
- Shukla, A., Prasad, D., Sharma, K. A., Shainy, P., Singh, D., Sharma, V., Vanamail, P., & Sharma, G. (2023). A Prospective Randomized Controlled Trial to Study The Effect of Prenatal Yoga on Maternal Weight Gain and Psychological Stress in Pregnancy and Its Association With Pregnancy Putcomes. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 12(8), 2437–2444. <https://doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20232287>. Diakses pada 20 Oktober 2023
- Sindhu, P. (2009). *Yoga Untuk Kehamilan: Sehat, Bahagia& Penuh Makna*. Qanita.
- Solimun, Armanu, & Fernandes, A. A. R. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Perspektif Sistem*. UB Press.
- Suananda, Y. (2018). *Prenatal-Postnatal Yoga*. Penerbit Buku Kompas.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (M. Dr.Ir. Sutopo. S.Pd (ed.); Edisi 3). Penerbit Alfabeta.
- Sulistyorini, W., & Sabarisman, M. (2017). Depresi : Suatu Tinjauan Psikologis. *Sosio Informa*, 3(2), 153–164. <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939> Diakses pada 20 Juni 2024
- Sunarmi, A. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil: Scoping Review. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 32–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/detector.v1i3.2065> Diakses pada 20 Juni 2024
- UNSW. (2024). *Overview of The DASS and Its Uses*. <https://dass.psy.unsw.edu.au/over.htm>. Diakses pada 20 November 2023

- Wulandari, A., Prasetya, H., & Murti, B. (2022). Meta-Analysis the Effect of Prenatal Yoga to Lower Anxiety and Stress in Intrapartum Women. *Journal of Maternal and Child Health*, 7(4), 419–431. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2022.07.04.06>. Diakses pada 18 Oktober 2023
- Yogyakarta, D. K. D. I. (2023). Buku Data Kesehatan. *Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Yulianti, I., Retnowati, Y., Ariyanti, R., Theresia, L., & Lestari, T. T. (2022). *Yoga Prenatal Menurunkan Kecemasan dan Depresi* (Abdul (ed.)). CV. Adanu Abimata.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA