

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, J. 2016. Pengaruh Pemberian Senam Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur Ibu Hamil di Puskesmas Samata Kabupaten Gowa. *Skripsi*. Universitas Hasanudin Makasar. Makasar.
- Anggerian, R. 2018. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Cendekia Medika* 3(1): 34-38.
- Diantri, E., Sutriningsih, A., dan Rahayu, W. 2017. Hubungan Antara Penggunaan Internet dengan Gangguan Pola Tidur pada Mahasiswa PSIK Unitri Malang. *Nursing News* 3(2): 321-330.
- Harsono, T. 2013. *Permasalahan Kehamilan yang Sering Terjadi*. Platinum. Jakarta
- Hidayat, A.A.A., dan Uliyah, M. 2015. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Salemba Medika. Jakarta.
- Intarti, W. D., dan Pusitasari, L. 2016. Kontribusi Senam Ibu Hamil Trimester III dalam Pengurangan Nyeri Pinggang di Wilayah Ekskolatif Cilacap. *Jurnal Ilmiah Kebidanan* 8(1): 17-27.
- Lestari, N. D., dan Minan, M. R. 2018. Efektifitas Terapi Wudhu Menjelang Tidur Terhadap Kualitas Tidur Remaja. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 2(1): 49-54.
- Manuaba, I. A. C., Manuaba, I. B. G. F., dan Manuaba, I. B. G. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. EGC. Jakarta,
- Marwiyah, N., dan Sufi, F. 2018. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester II dan III di Kelurahan Margaluyu Wilayah Kerja Puskesmas Kasemen. *Jurnal Kesehatan* 5(3): 123-128.
- Maryunani, A., dan Sukaryati, Y. 2011. *Senam Hamil Senam Nifas dan Terapi Musik*. CV Trans Info Medika. Jakarta.
- Nilifda, H., Nadjmir, dan Hardisman. 2016. Hubungan Kualitas Tidur dengan Presentasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas* 5(1): 243-249.
- Palifiana, D. A., dan Wulandari, S. 2018. *Seminar Nasional Mewujudkan Masyarakat Madani dan Lestari*. 27 September: 31-40.
- Pieter, H. Z., dan Lubis, N. L. 2010. *Pengantar Psikologis Untuk Kebidanan*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta.
- Pratiwi, A.M., dan Fatimah. 2019. *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan*. Pustaka Press. Yogyakarta.
- Pratiwi, B. 2013. *Senam Hamil Praktis*. Tugu Publisher. Jakarta

- Pudiastuti, R. D. 2011. *Buku Ajar Kebidanan Komunitas Teori dan Aplikasi Dilengkapi Contoh Askeb*. Mulia Medika. Yogyakarta.
- Purwaningsih, W., dan Fatmawati, S. 2010. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Mulia Medika. Yogyakarta.
- Putri, S. A. 2016. Perbedaan Pemberian Senam Hamil dan Yoga Terhadap Peningkatan Durasi Tidur Ibu Hamil Trimester III. *Skripsi*. Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Yogyakarta.
- Ratnasari, N.F.D. 2018. Efektifitas Terapi Murotal dan Aromaterapi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur di Panti Sasana Tresna Werda Dharma Bakti Wonogiri. *Skripsi*. Stikes 'Aisyiyah Surakarta. Surakarta
- Renityas, N. N., Sari, L. T., dan Wibisono, W. 2017. Efektifitas Acuyoga Terhadap Keluhan Insomnia pada Ibu Hamil Trimester III di Masyarakat Agriculture Traditional di Wilayah Kerja Puskesmas Ngancar Kabupaten Kediri. *Jurnal Ners dan Kebidanan* 4(2): 98-103.
- Riyadi, S., dan Hesti, H. 2015. *Kebutuhan Dasar Manusia Aktivitas Istirahat Diagnosis Nanda*. Pustaka Baru. Yogyakarta.
- Shinta, B.L.E., Nurhidayah, A., Yuliawati., Iryani, D., Fitriyeni., dan Insani, H. 2016. Pengaruh Kualitas Tidur pada Ibu Hamil dengan Kejadian Preklamsia. *Jurnal Kesehatan* 3(13):35-44.
- Shintaradita, W. 2016. Hubungan Antara Tingkat Depresi dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil di Puskesmas Mlati 1 Sleman. *Skripsi*. Universitas Gajah Mada. Yogyakarta.
- 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) :1-12.
- Sulistiyani, C. 2012. Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Manusia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 1(2): 280-292.
- Suryani, I., Mose, S. C., Tarawan, V. M., Husin, F., dan Prasetyo, D. 2015. Pengaruh Senam Hamil Teratur pada Primigravida Terhadap Perubahan Psikofisiologis Ibu dan Berat Badan Lahir Bayi. *IJEMC* 2(3): 1-9.
- Suryani, P., dan Handayani, I. 2018. Senam Hamil dan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Jurnal Bidan* 5(1): 33-39.
- Wahyuni, S., Raden, A., dan Nurhidayati, E. 2016. Perbandingan Transcutaneous electrical Nerve Stimulation dan Kinesio Taping Terhadap Penurunan Skala Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Juwiring Kabupaten Klaten. *Motorik* 11(23) : 16-28.

- Wahyuni, W.D., dan Ni'mah. L. 2016. Manfaat Senam Hamil Untuk Meningkatkan Durasi Tidur Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8(2) :128-136.
- Wardani, H. W., Agustina, R., Astika, E. 2018. Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Dunia Keperawatan* 6(1) : 1-10.
- Widianti, A. T., dan Proverawati, A. 2018. *Senam Kesehatan*. Mulia Medika. Yogyakarta.