

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V. I., & Nadia. (2025). Pengaruh Senam Hamil dan Teknik Relaksasi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 11(1), [halaman awal]-[halaman akhir].
- Arief Riadi Arifin, Ratnawati dan Erlina Burhan Dokumen), S. K. (penulis sesuai. (2010). Fisiologi Tidur. *Jurnal Respirologi Indonesia*, 10(1), 1–10. [https://arsip.jurnalrespirologi.org/jurnal/Jan10/Fisiologi tidur 010210 skn rev 1.pdf](https://arsip.jurnalrespirologi.org/jurnal/Jan10/Fisiologi%20tidur%20010210%20skn%20rev%201.pdf)
- Arthyka Palifiana, D., & Wulandari, S. (2023). *Hubungan ketidaknyamanan dalam kehamilan dengan kualitas tidur ibu hamil trimester III di Klinik Pratama Asih Wahyu Jati*.
- Bachtiar, V. A., & Sebong, P. H. (2022). Profil dan probabilitas kejadian gangguan durasi tidur – persepsi kualitas tidur mahasiswa kedokteran. *Jurnal Psikologi*. <https://journal.unika.ac.id/index.php/JPB/article/download/4015/pdf>
- Bd. Yulizawati, SST, M. K., dr. Detty Iryani, M. K. M. P. K. A., Bd. Lusiana Elsinta B, S. M. K., Aldina Ayunda Insani, S.Keb, Bd, M. K., & Feni Andriani, S.Keb Bd., M. K. (n.d.). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*.
- Betan, M. O., Kapitan, M., Ludji, I. D. R., & Dafroyati, Y. (2023). *Pelaksanaan Asuhan Keperawatan Maternitas*.
- Dinas Kesehatan, Provinsi Bali (2024). Profil Kesehatan Provinsi Bali 2024. Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
- Hadinata, D., & Abdillah, A. J. (2022). *Metodologi Keperawatan* (S. Wahyuni (ed.)). Widina Bhakti Persada Bandung. <https://penerbitwidina.com/media/publications/439035-metodologi-keperawatan-e79110e4.pdf>
- Handayani, S., Fitriyani, T., & Zulfatunnisa, N. (2022). *Tahta Media Group*.
- Kadir, A., & Rosidi, I. Y. D. (2023). Manfaat Senam Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 380–385. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v8i1.210>
- Maria Septiana, Ana Sapitri, N. N. (2024). *effect of pregnancy exercises on sleep quality in trimester pregnant women* Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang terjadi pada perempuan akibat meningkatnya frekuensi BAK , pembesaran langsung mempengaruhi siklus tidur , tetapi. 9(1).
- Palifiana, D. A., & Wulandari, S. (n.d.). *tidur ibu hamil trimester iii di klinik pratama asih wahyu jati*.

- Pradiptha, I. D. A. G. F., Suryanto, Y., Suryani, L., Eldawati, Ifadah, E., Rasmita, D., Syamsiah, N., Hamdanesti, R., & Nurjanah, U. (2023). *Buku ajar proses keperawatan dan berpikir kritis* (P. I. Daryaswanti (ed.)). PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=b2PjEAAAQBAJ>
- Rahmawati, Alfiah, & Wulandari, R. C. L. (2023). Influence of Physical and Psychological of Pregnant Women Toward Health Status of Mother and Baby. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 148–152. <https://doi.org/10.31983/jkb.v9i2.5237>
- Ratna Sari Dewi, A. N. (2023). *Hubungan Aktifitas Fisik, Ketidaknyamanan dan Kecemasan terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III*. 977–983. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i11.198>
- SDKI DPP PPNI, T. pokja. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. [Penerbit/Organisasi]. <https://adoc.pub/standar-diagnosis-keperawatan-indonesia80646b29583bc6bdf010db83fd3a47f313700.html>
- Tetelepta, D. P., Fitri, F. E., Andayani, S. R. D., Natosba, J., & Qoyimah, I. (n.d.). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Kehamilan, Intranatal, Bayi Baru Lahir, Postpartum Normal dan Postpartum Sectio Caesarea (SC): Pendekatan SDKI, SLKI, SIKI (3S)*. [Penerbit tidak disebutkan].
- Tim pokja, SIKI DPP PPNI (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim pokja, SLKI DPP PPNI (2017). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. (1st ed.) Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Yunanda, R. (2022). Gangguan Pola Tidur pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, [Volume]([Nomor]), [Halaman awal]-[Halaman akhir]. <https://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JKK/article/download/1647/pdf>