

DAFTAR PUSTAKA

- (Carolin et al., 2022). (2020). Pemberian Et a. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2(2), 69.
- Aida Kusnaningsih¹, Natasya Aprilia Natasya Aprilia^{2*}, M. H. (2023). Pengaruh Aktivitas Fisik Senam Hamil Dan Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil [poltekes kemenkes palangkaraya]. In *Jurnal Ners* (Vol. 7, Issue 1). <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.13989>
- Anggraini, W. Y., Ni'amah, S., & Suwi'i, S. (2023). Efektivitas Senam Hamil terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 491–498. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1468>
- Bawah, N. P. (2023). *Pada ibu hamil trimester III , banyak ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah (nyeri pinggang) selama kehamilan . Secara umum nyeri punggung bawah pada ibu hamil dipengaruhi beberapa faktor yaitu peningkatan berat badan dan fisiologi tulang belaka*. 5(1), 177–184.
- Cahyani, P. D. P., Sriasih, N. G. K., & Darmapatni, M. W. G. (2020). Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III yang Melakukan Prenatal Yoga [poltekes bali]. In *Jurnal Sehat Mandiri* (Vol. 15, Issue 2). <https://doi.org/10.33761/jsm.v15i2.252>
- Farah Roselin¹, Ellyzabeth Sukmawati², Dahlia Arief Rantauni³, N. D. N. I. (2024). PENGARUH YOGA HAMIL TERHADAP PENURUNAN NYERI PINGGANG PADA IBU HAMIL TM III [stikes serulingas]. In *The Journal of Economics and Finance of Education* (Vol. 28, Issue 4). <http://kess.kedi.re.kr>
- Firdayani, D. (2018). *pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester* (Vol. 32, Issue 3). stikes insan cendekia.
- Khasanah, M. (2018). *Kejadian Nyeri Pinggang Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya Pada Pengendara Ojek Luring Dan Ojek Daring Di Palembang* (Vol. 1, Issue 2). universitas sriwijaya.
- Marwa, A. R., & Maryani, T. (2017). Perbedaan Skala Nyeri Kala I dan Durasi Kala II Persalinan pada Primigravida dengan Senam dan Yoga Kehamilan. In *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. kemenkes jogjakarta.
- Netty Julita Siahaan, Adelina Sembiring, & Retno Wahyuni. (2022). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii Di Kecamatan Panei Tahun 2021 [stikes medan]. In *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan* (Vol. 1, Issue 2). <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v1i2.435>
- Ni Wayan Misi Ani. (2023a). Pengaruh senam ibu hamil dengan penurunan nyeri pinggang pada ibu hamil TM 3. In *Inatitut teknologi dan kesehatan bali*.
- Ni Wayan Misi Ani. (2023b). pengaruh senam ibu hamil dengan penurunan nyeri

pinggang pada ibu hamil trimester III di puskesmas sukawati. In *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย* (Vol. 4, Issue 1). itikes bali.

PENERAPAN SENAM YOGA TERHADAP PENURUNAN SAFIYAH PASARIBU KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN PRODI D III KEPERAWATAN TAHUN 2025. (2025). poltekes medan.

Prananingrum, R. (2022). gambaran ketidaknyamanan ibu hamil trimester III pada nyeri punggung di puskesmas jenawi. In *γλκ7* (Vol. 5, Issue 8.5.2017). politeknik harapan bangsa.

Pratiwi, D. E., Ahmad Jamillah Asyah Nur, S., & Jumetan, A. M. (2024). Edukasi Senam Hamil Pada ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Nasional Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 13–18.

Rendo, Y. M., Siantar, R. L., & Pangaribuan, M. (2023). Efektivitas Metode Rebozo Terhadap Penurunan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Bidan Heddi Kota Bekasi 2023 [stikes mediastra indonesia]. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan* (Vol. 16, Issue 1). <https://doi.org/10.37012/jik.v16i1.2119>

Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I. I. J. (2024). *Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, Iryanto Irvan Jaya*. 2, 306–312.

SARI, R. P. (2025). Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Gym Ball. *Jurnal Medika Usada*, 8(2), 1–8. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v8i2.391>

Wulandari, T. T., Maharani, A., & Maretta, M. Y. (2023). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III Di PMB Ratih Resmiarsi Trangsan, Gatak, Sukoharjo. *Naskah Publikasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surabaya*, 1–25.