

DAFTAR PUSTAKA

- Anjar. 2013. *Senam Hamil*. <http://kak-anjar.blogspot.com/2013/11/senam-hamil.html?m=1> (diakses 30 mei 2022)
- Delima, M., Maidaliz., dan Susanti, N. 2015. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil TM II dan III*. Jurnal Kesehatan.
- Fajarsari, N. 2019. *Penerapan Kompres Hangat Dan Gosok Punggung Untuk Menurunkan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil TM III*. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi Keperawatan Lubuk Linggau Politeknik Kesehatan, Palembang.
- Fajarwati, Yuni. 2012. *Senam Hamil*. <http://yunifw.blogspot.com/2012/?m=1> (diakses 30 mei 2022)
- Fatimah, N. 2017. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Handayani, R.S., Mulyati, S.T. 2017. *Dokumentasi Kebidanan*. Kementerian Republik Indonesia.
- Husin, F. 2015. *Asuhan Kebidanan Berbasis Bukti*. Jakarta. CV Sagung Seto
- Judha, M., Sudarti., A, Fauziah. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Mafikasari, A., Kartikasari, R,I. 2015. *Posisi Tidur Dengan Kejadian Back Paint Pada Ibu Hamil*. Vol 7 No 1
- Pratiwi, M.A., Fatimah. 2019. *Patologi Kehamilan*. Yogyakarta. Pustaka Baru Press
- Prawirohardjo, S. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Prawirohardjo, S. 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Meternal dan Neonatal*. Jakarta: PT Bona Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Rahayu, P.A.N., dkk. 2020. *Teknik Mekanika Tubuh Mengurangi Tingkat Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Bidan Cerdas, Vol 2 No 3 : 139-146

- Safitri, dkk. 2020. *Mengurangi Nyeri Punggung dengan Body Mekanik*. <https://oshigita.id/tag/gerakan-mekanika-tubuh-ibu-hamil/>. (diakses 15 April 2022)
- Vitani, R.A.I. 2019. *Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa*. Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan. Vol 3 No 1,; 2-5
- Wirda, dan Ernawati. 2020. *Efektifitas Senam Hamil Pada Ibu Hamil TM III Terhadap Penurunan Nyeri Punggung*. Journal Of Islamic. Vol 5 No 1,; 68-69
- Wulandari, A.D., Ahadiyah, E., dan Ulya, F.H. 2020. *Prenatal Yoga Untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Smart Kebidanan, Vol 7 No 1,; 10
- Yosefni, E., Yulia, S. 2017. *Kebidanan Teori dan Asuhan*. Jakarta: EGC