

DAFTAR PUSTAKA

- andarini, A. S., & Khalifatunnisak, A. (2024). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 14(1), 9–15. <https://doi.org/10.35874/jib.v14i1.1334>
- Andika, M. (2022). Peran Youtube Sebagai Inovasi Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Kemampuan Speaking. *Jurnal Educatio Fkip Unma*, 8(4), 1595–1600. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.4044>
- Aryani, N. (2023). Optimalisasi Pelayanan Dengan Praktik Prenatal Yoga Pada Ibu Hamil Untuk Persiapan Persalinan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (Jpmj)*, 2(2), 72. <https://doi.org/10.47218/jpmj.v2i2.282>
- Astuti, A. Y. U. F. (2021). *Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah Dan Tadris Institut Agama Islam Negeri (Iain) Bengkulu Tahun 2021*. 45–56. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/5450/>
- Audiovisual, B., & Tangerang, P. (2021). *Pengembangan Media Self Training Basic Prenatal Yoga*. 3, 12–18.
- Ayu Rosita Dewi, Dika Yanuar Frafitasari, & Dwi Margareta Andini. (2024). Efektifitas Prenatal Gentle Yoga Dalam Mengurangi Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ventilator*, 2(4), 199–209. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i4.1567>
- Bahtera Dinastiti, V., Feti Wulandari, R., Kusuma Wardhani, R., Pamenang, Stik., & Penulis, K. (2020). Analisis Korelasi Pengetahuan Tentang Senam Hamil Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Melakukan Senam Hamil The Correlation Of Knowledge About Prenatal Exercise To Pregnant Women's Interest In Doing Prenatal Exercise. *Jurnal Ilmiah Pamenang - Jip*, November, 31–36.
- Bemj, B. E. J., Kadir, A., & Hasanuddin, I. N. (2026). *Manfaat Yoga Prenatal Terhadap Kesehatan Mental Ibu Hamil : Bunda Edu-Midwifery Journal (Bemj)*. 9, 1093–1105.
- Benga, M. G., Sofiyanti, I., & Al-Hinduan, S. Z. P. (2025). *Peningkatan Literasi Kesehatan Dan Kesejahteraan Ibu Hamil Melalui Edukasi Terintegrasi Dan Praktik Yoga Prenatal*. 4(2), 1795–1801.
- Fajarani, R., Sholihah, U., & Khanafi, A. F. (2021). Manajemen Sarana Dan Prasarana Dalam Meningkatkan Proses Pembelajaran Dalam Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(07), 1233–1241. <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i07.228>
- Farlikhatun, L., & Pratiwi, S. N. (2025). *Impact Of Wound Care Methodology On Perineal Healing : Modern Versus Conventional Treatment At Az-Zahra Clinic*. 3(1), 60–69.

- Fatmawati, Ery; Istiqomah, A. N. (2021). Pemanfaatan Video Panduan Senam Hamil Dalam Prodi Diii Kebidanan , Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Madani Yogyakarta The Utilization Of Pregnant Vocational School In Improving The Knowledge And Implementation Of. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(2). <https://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/jkk/article/view/634>
- Halim, N. (2024). Pengaruh pekerjaan terhadap motivasi ibu hamil dalam menjaga kesehatan kehamilan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 12(1), 45–53.
- Hamdayani, D., & Fitria, N. E. (2025). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *The Journal Of Mother And Child Health Concerns*, 4(3), 7–13.
- Hartini, S. R. I., Studi, P., Program, K., Kesehatan, F. I., Kusuma, U., & Surakarta, H. (2023). *Melalui Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil*.
- Helisusanto, R. H., Wiyadi, W., & Raihanah, S. (2023). Efektivitas Media Video Dan Leaflet Terhadap Minat Melaksanakan Senam Hamil Pada Ibu Hamil. *Bunda Edu-Midwifery Journal (Bemj)*, 6(2), 125–132. <https://doi.org/10.54100/Bemj.V6i2.103>
- Herawati, E. (2023). Pengaruh Yoga Antenatal Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Tw Iii Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Klinik Yayasan Bumi Sehat. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 65–76. <https://doi.org/10.36002/Jkt.V1i1.155>
- Hidayati, R. D., & Widyantari, K. Y. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Prenatal Yoga Pada Ibu Hamil Dengan Edukasi Kesehatan Di Pmb Maria Selvi Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (Jpmj)*, 3(2), 113. <https://doi.org/10.47218/Jpmj.V3i1.319>
- Husna, H. N., Aprillia, A. Y., Wulandari, W. T., Idacahyati, K., Wardhani, G. A., Gustaman, F., Nurdianti, L., Indra, I., Zustika, D. S., Setiawan, F., Zain, D. N., Tuslinah, L., & Meri, M. (2022). Penggunaan Video Sebagai Media Edukasi Kesehatan Mata Di Media Sosial. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 636. <https://doi.org/10.24198/Kumawula.V5i3.37644>
- Kalu, F. C., Ugwuonah, J. C., Ugwu, I. H., & Boniface, M. (2025). *Internasional Kesehatan Dan Pendidikan*. 10(1).
- Kartini, M. (2023). *Prenatal Yoga*. 3(1), 11–12. [File:///C:/Users/Lenovo/Downloads/2-Kartini_9-18 \(2\).Pdf](file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/2-Kartini_9-18%20(2).pdf)
- Kementerianpupr, Rakyat, K. P. U. Dan P., Kementerian Kesehatan, Arquitectura,. (2023). “Pengaruh Kie Tentang Prenatal Yoga Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Melakukan Prenatal Yoga Di Wilayah Kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah. *Acta Universitatis*

Agriculturae Et Silviculturae Mendeliana Brunensis, 53(1), 1–19.
<http://Publications.Lib.Chalmers.Se/Records/Fulltext/245180/245180.Pdf%0ahttps://Hdl.Handle.Net/20.500.12380/245180%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Jsames.2011.03.003%0ahttps://Doi.Org/10.1016/J.Gr.2017.08.001%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Precamres.2014.12>

Luthfi, H. (2021). *Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Covid-19 Pada Siswa Sdn Peunaga Kec. Meureubo Kab. Aceh Barat*. 1(November), 97–109.

Maghfiroh, M. B., Indahwati, L., Meisani, D. R., Dewi, S., Ayu, H., & Kusumasari, R. (2025). *The Effect Of Audiovisual Media For Prenatal Yoga On Knowledge And Prenatal Yoga Activities Of Pregnant Women*. 14(2), 103–110.

Meylinda Anadella Dewi, Rinda Intan Sari, & Vivi Sovianti. (2024). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Dan Denyut Janin Di Rst Dr Asmir Salatiga. *Jurnal Ventilator*, 2(3), 160–169. <https://doi.org/10.59680/Ventilator.V2i3.1318>

Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.

Nurbaiti, N., & Nurita, S. R. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Prenatal Yoga Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 49. <https://doi.org/10.36565/Jab.V9i1.179>

Nursalam. (2022). *Modul Penelitian Ilmu Keperawatan*.

Nurvitasari, A. (2020). Motivasi Ibu Hamil Dalam Mengikuti Prenatal Yoga Di Klinik Asih Waluyo Jati Bantul. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 6(2), 74–78. <http://jurnalilmukebidanan.akbiduk.ac.id/index.php/jik/article/view/123>

Nurwahdini Hutasuhut, & Meyniar Albina. (2025). Instrumen Penelitian Pendidikan. *Blaze : Jurnal Bahasa Dan Sastra Dalam Pendidikan Linguistik Dan Pengembangan*, 3(3), 177–190. <https://doi.org/10.59841/Blaze.V3i3.2976>

Purborini, D., & Rumaropen, Y. (2024). Usia ideal kehamilan sebagai faktor yang memengaruhi kesehatan ibu dan janin. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 102–110.

Purnamaningsih, I. R., Pd, M., Purbangkara, T., Pd, S., Pd, M., Sarana, P., & Prasarana, D. A. N. (N.D.). *Kualitas Pembelajaran*.

Rosiani, N., & Lisa Indra, R. (2020). Al-Asalmiya Nursing Journal. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal Of Nursing Sciences)*, 9, 10–18. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan/>

- Sembiring, I., Liena, L., Suyono, T., Lister, C., Suwarno, S., & Sulistijanto, E. (2024). Participation Of Pregnant Women In Pregnancy Exercise: The Role Of Knowledge, Attitudes, And Husband's Support. *Jurnal Prima Medika Sains*, 6(2), 192–200. <https://doi.org/10.34012/jpms.V6i2.6237>
- Sukarsih, E. (2022). Hubungan paritas dengan motivasi melakukan prenatal yoga pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 8(3), 165–172.
- Utami, N. A., Distinarista, H., Wuriningsih, A. Y., & Wahyuni, S. (2025). *Essentia : Journal Of Medical Practice And Research Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Primigravida Dalam Mencapai Peran Sebagai Ibu*. 1(2).
- Waluyo, U. N., Utami, N. T., Marlina, L., Burhan, N., Wahyuni, S., Hadi, M., Afriyani, L. D., Sarjana, K. P., Waluyo, U. N., Sarjana, K. P., Waluyo, U. N., Sarjana, K. P., Waluyo, U. N., Sarjana, K. P., Waluyo, U. N., Sarjana, K. P., Waluyo, U. N., ... Hamil, I. (2025). *Edukasi Prenatal Yoga Untuk Meningkatkan Kesehatan Ibu*. 4(1), 237–243.
- Waluyo, U. N., Wijayanti, A. K., Maulidina, R., Amalia, N., Azizah, N., Pembayun, L. W., Febiyola, P. D., Sari, K., Kebidanan, P. S., Waluyo, U. N., Kebidanan, P. S., Waluyo, U. N., Waluyo, U. N., Kebidanan, P. S., Waluyo, U. N., Kebidanan, P. S., Waluyo, U. N., Info, A., ... Bersalin, I. (2024). *Literature Review : Birth Ball Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala 1*. 3(2), 3199–3205.
- Wayan, N., Adnyani, S., Nyoman, N., Witari, D., Nyoman, N., & Widiani, A. (2024). *Pengaruh Relaksasi Deep Breathing Dengan Teknik Self Introduction Training (Sit) Dalam Bentuk Audio Visual Pendahuluan Pada Masa Kehamilan , Seorang Wanita Akan Mengalami Perubahan Fisik Dan Mental Yang Menimbulkan Tekanan Dari Keadaan Sebelum Hamil . P*. 8(1), 9–18.
- Yusnarti, M., Damayanti, P. S., Asmedy, A., M. Amin, M. A., & Jamaah, J. (2022). Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Ipa Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan Pkm Bidang Ilmu Pendidikan)*, 3(3), 232–238. <https://doi.org/10.54371/Ainj.V3i3.178>