

## DAFTAR PUSTAKA

- Agnesti R. & Linggarjati H. 2009. *Senam Hamil Praktis*. Medpress: Yogyakarta
- Amanati S. 2009. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Kehamilan Trimester Ketiga*. UMS: Surakarta
- Amir N. 2007. Gangguan Tidur Pada Lanjut Usia. *Cermin Dunia kedokteran No. 157, 2007197*
- Anonim. 2010. *Fisiologi tidur*. <http://www.medikal-journal.co.cc/2010/02/fisiologi-tidur.html>. Diakses tanggal 23 Juli 2010
- Basri A. S. 2008. *Hamil Di Usia 20, 30, atau 40 an*. <http://bibilung.wordpress.com/2008/07/13/hamil-di-usia-20-30-atau-40-an/>. Diakses tanggal 10 Mei 2011
- Clouden J. 1997. *Exercise During Pregnancy*. University of Western Australia
- Corry M. 2004. *Guidelines For Exercise in Pregnancy*. University of Western Australia
- Daryono. 2008. Gambaran Karakteristik Ibu Hamil Yang Mengikuti Senam Hamil Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi Tahun 2008. *ISSN 2085-1677*
- Emilia O & Freitag H. 2010. *Tetap Bugar Dan Energik Selama Hamil*. PT Agro Media Pustaka: Jakarta Selatan
- Entin P. L. and Munhall K. M. 2006. Recommendations Regarding exercise During Pregnancy Made by Private / Small Group Practive Obstetricians in the USA. *Journal of Sports Science and Medicine 5:449-458*
- Erfandi. 2008. *Konsep Dasar Istirahat dan Tidur*. <http://forbetterhealth.wordpress.com>. Diakses tanggal 29 April 2010
- Evariny. 2007. *Manfaat Senam Hamil*. <http://www.hypno-birthing.web.id/?p=263>. Diakses tanggal 23 Juli 2010
- Field T., Diego M., Reif M. H., Figueiredo B., Schan B. S., and Khun C. 2006. Sleep Disturbances in Depressed Pregnant Women and Their Newborns. *Infant Behavior and Development 30(2007):127-13*
- Ghofur A. & Purwoko E. 2007. Pengaruh Teknik Nafas Dalam Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Persalinan Kala I Di Pondok Bersalin Ngudi Saras Trikalan Kali Jambe Sragen. *Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta*

- Gleeson P. B. and Pauls J. A. 2000. Obstetrical Physical Therapy. *Physical Therapi*. 68(11)
- Grandfa. 2008. *Perbedaan Kondisi Kehamilan Di Usia 20, 30, 40*. <http://id.shvoong.com/medicine-and-health/1825973-perbedaan-kondisi-kehamilan-di-usia/#ixzz1M2ZfxZdC>. Diakses tanggal 10 Mei 2010
- Hamilton P. M. 1995. *Dasar-dasar Keperawatan Maternitas*. EGC: Jakarta
- Japardi I. 2002. *Gangguan Tidur*. <http://www.usu.ac.id>. Diakses tanggal 4 Maret 2010
- Jensen D., Webb K. A., and O'donnell E. D. 2006. Chemical and mechanical Adaptations of the Respiratory System at Rest and During Exercise in Human Pregnancy. *Appl. Physiol. Nutr. Metab.* 32(2007):1239-1250
- Kurnitasari A. 2009. *Hubungan Senam Hamil dengan Lama Fase Aktif pada Nullipara di BPS Muryati Kabupaten Sleman Tahun 2008-2009*. Aririen-carter2388.blog.friendster.com. Diakses tanggal 15 Maret 2010
- Masrony. 2009. *Posisi Tidur Ibu Hamil*. Masrony-positiduribuhamil.blogspot.com. Diakses tanggal 18 Maret 2010
- Maya. 2008. *Perubahan Fisik Ibu Hamil*. <http://groups.zorpia.com/group/kebidanan/forum/297882>. Diakses tanggal 19 Maret 2010
- Mochtar R. 1998. *Sinopsis Opstetri Fisiologi & Patologi*. EGC: Jakarta
- Muhimah N. & Safe'i A. 2010. *Panduan Lengkap Senam Sehat Khusus Ibu Hamil*. Power Books: Yogyakarta
- Nor. 2007. *Persalinan Kurang Bulan Terhadap karakteristik Ibu Di RSUD kota Bandung Periode 1 Januari – 31 Desember 2007*. <http://nor-light05.blog.friendster.com/>. Diakses tanggal 10 Mei 2011
- Puspitosari D. P. 2005. *Hubungan Beberapa Faktor Ibu Dengan Keikutsertaan Senam Hamil (Studi Pada Ibu Hamil Primigravida Yang Berkunjung Di RSB Kusuma Semarang Bulan Maret-April 2005)*. [www.fkm.undip.ac.id](http://www.fkm.undip.ac.id). Diakses tanggal 13 Maret 2010
- Putri F. 2010. *Buku Pintar Ibu Hamil*. Second Hope: Yogyakarta
- Santiago J. R., Nollo M. S., Kinzier W., and Santiago T. V. 2001. Sleep and Disorders in Pregnancy. *Annals of Internal Medicine* 134:396-408
- Sharma S. and Franco R. 2004. Sleep and its Disorders in Pregnancy. *Wisconsin Medical Journal* 103(5)

- Siallagan, A. M. 2010. *Pola Tidur Ibu Hamil Pada Masa Kehamilan*. <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/20113>. Diakses tanggal 15 Oktober 2010
- Suririnah. 2008. *Senam Hamil*. <http://creasoft.wordpress.com/2008/09/26senam-hamil-2/>. Diakses tanggal 23 Juli 2010
- Sutter P. D., Bontinck J., Schutysers V., Elst J. V., Gerris J. and Dhont M. 2006. First Trimester Bleeding and Pregnancy Outcome in Singletons After Assisted Reproduction. *Human Reproduction* 21(7):1907-1911
- Taufik A. 2008. *Dampak dan Pengaruh Tidur Terhadap Kesehatan*. <http://www.plnsumut.co.id/SMF-15/index.php?topic=756>. Diakses tanggal 1 Maret 2011
- Venkata C. and Venkatasiah S. B. 2009. Sleep Disordered Breathing During Pregnancy. *The Journal of the American Board of Family Medicine* 22(2):158-168
- Wulandari P. Y. 2006. Efektivitas Senam Hamil Sebagai Pelayanan Prenatal Dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama. *INSAV vol. 8. No. 2: 144 Agustus 2006*