

DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis, E., Rizki, E., & Purba, E. (2025). *GIZI DALAM DAUR KEHIDUPAN*. CV MMFAST PUBLISHING.
- Aritonang, J., Haslin, S., Anita, S., & Giawa, D. (2025). *THE EFFECTIVENESS OF STABILITY BALL EXERCISES ON THE INTENSITY*. 14(1), 171–177.
- Atik, N., Meliyana, & Merida, Y. (2025). *kebidanan dalam kehamilan*.
- Ayu, B. (2024a). Pemberian Edukasi Tentang Kompres Hangat untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Pengabdian Dan Kemitraan Masyarakat*, 2.
- Ayu, B. (2024b). The Effect of Warm Compress on the Intensity of Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester. *Jurnal Kesehatan*, 15.
- Cholashotul, F., & Rahimah, H. (2024). GAMBARAN POLA KONSUMSI ASAM FOLAT PADA IBU HAMIL. *Jambura Journal of Health Science and Research*.
- Dayani, T., Herliana, Adriati, F., & Diva, D. (2024). penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dipraktik mandiri bandar lampung. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11.
- Ekajayanti, P., & Widianari, K. (2025). *Pemberdayaan Ibu Hamil Dalam Penggunaan Gym Ball Exercise*. 3(2), 28–34.
- Era, D., Azizah, A., & Sumadi, A. (2025). *Manajemen nyeri pascabedah*.
- Faozi, L., Ningrum, E., & Triana, N. (2025). *Edukasi Penanganan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil melalui Kompres Hangat Water Bag Penulis Lukman Aqil Faozi*.
- Gustita, E., Atsina, & Afidah, H. (2025). *implementasi massage eflurage untuk menurunkan skala nyeri punggung pada ibu hamil TM III*. 2(8), 3782–3789.
- Haris, V., & Lidya, N. (2024). *ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN*.
- Herliani, Y., Efriani, R., & Khodijah, U. (2024). *ASUHAN KEBIDANAN PADA KEHAMILAN*.
- Herliani, Y., Efriani, R., Khodijah, U. P., Sundari, A., & Yolanda, S. (2024). *ASUHAN KEBIDANAN PADA KEHAMILAN*.
- Herlina, N., Nirmala, G., Ekowati, E., & Juwita, L. (2024). *KETERAMOILAN ANTENATAL*. PT. sonpedia publishing indonesia.
- Hutomo, P. T., Ahr, P. A., & Motik, A. F. (2022). *Edukasi Postur yang Benar pada Ibu Hamil di Praktik Mandiri Bidan Siti Maryam Kecamatan Baki Edukasi Postur y ang Benar p ada Ibu Hamil d i Praktik Mandiri Bidan Siti Maryam Kecamatan Baki*. 1300–1305.
- Kemenkes. (2021). *PEDOMAN GIZI SEIMBANG IBU HAMIL DAN IBU MENYUSUI*.
- KEMENKES, R. (2020). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu*.
- Khayati, N., & Sakina, A. (2025). *Kompres Hangat Mampu Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III*.
- Lestari, R., & Innaka, A. (2021). *informend choice and informend conset in family planning services in independent practice midwives*. 7.

- Mardinasari, A. L., Dewi, N. R., Ayubbana, S., Keperawatan, A., Wacana, D., Kunci, K., & Punggung, N. (2022). 3 1,2,3. 2(September), 302–307.
- Marsilia, I. D., Herawati, Y., & Haerunisa, Y. (2025). *Pengaruh Birth Ball Exercise terhadap Skala Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I*. 14(September), 299–306.
- Martini, S., Dewi, R., & A, M. (2023). *Anemia Kehamilan asuhan dan pendokumentasian*. penerbt NEM.
- Mayasari, I., & Jona, R. N. (2024). *Pengaruh Kombinasi Birting Ball Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III*. 2(1).
- Mutoharoh, S., Kusumastuti, & Indrayani, E. (2021). *efektivitas birth ball selama kehamilan*.
- Ni'amah, S., & Sulistiyaningsih, sri hadi. (2024). *Jurnal Kebidanan XV (01) 97-110 Jurnal Kebidanan EFEKTIFITAS TEHNIK GYM BALL TERHADAP PENURUNAN NYERI THE EFFECTIVENESS OF GYM BALL TECHNIQUES IN REDUCING BACK* Demografi dan Kesehatan Indonesia. XVI(01), 97–110.
- Nofianti, N., Murni, N., Wahyuni, i gusti, Serihati, A., & Agustiawan. (2024). *DASAR - DASAR PRAKTIK KEBIDANAN*.
- Noviana, R., Rahmadani, S., & Komariyah, S. (2024). *Buku Ajar FISILOGI KEHAMILAN, PERSALINAN, NIFAS, DAN BBL*. PT nuansa fajar cemerlang.
- Puspitasari, D., & Saripah, A. (2020). *EFEKTIFITAS SENAM HAMIL TERHADAP PENGURANGAN NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM Bd LILIS SURYATI, S.ST CISARUA BOGOR. Zona Kebidanan, 10*.
- Puteri, W. A., Handayani, I., Bogor, S. K., Bandung, P. K., Studi, P., Bogor, K., & Bandung, P. K. (2023). *LAPORAN KASUS : NYERI PUNGGUNG PADA KEHAMILAN TRIMESTER III*. 761–765.
- Rahmawati, N. A., Ma'arij, R., & Yulianti, A. (2021). *Prenatal Yoga Efektif Mengurangi Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil*. 3.
- Ridawati, I. (2020). *KOMPRES HANGAT DAN GOSOK PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI IBU HAMIL* Authors indah dewi ridawati. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 4.
- Rohila, T., Besmaya, B. M., Dwi, Y., Ayu, J. D., & Agustina, R. (2025). *Efektivitas terapi gym ball sebagai solusi nyeri punggung bawah di trimester akhir kehamilan Gym ball therapy as a solution for lower back pain in the third trimester of pregnancy*. 1.
- Rohmaniya, R., & Mardliyana, N. (2023). *sistematika review efektivitas dan manfaat prenatal yoga terhadap keluhan nyeri punggung pada ibu hamil*. 5(2), 14–22.
- Rozani, L., Ferasinta, F., Panzilion, P., Keperawatan, S. I., Kesehatan, F. I., Muhammadiyah, U., Hamil, I., & Women, P. (2023). *Manajemen Kesehatan Personal Hygiene Ibu Hamil Health Management Personal Hygiene Pregnant Women Kegiatan ini dilaksanakan di Klinik PM Bidan Susi Kota Bengkulu mulai Bulan*. 2, 29–34.
- Safitri, D. (2022). *PENGARUH PENGGUNAAN BIRTH BALL TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL*

TRIMESTER III. 6(1).

- Sari, N., Tono, S., Raehan, & Nirwana, B. (2023). *HEALTY PREGNANCY*.
- Sari, W., & Kurniyati. (2022). *Buku Ajar Dokumentasi Kebidanan*.
- Sari, W., Kurniyati, Yusniarita, & Mardalena, I. (2024). *perubahan psikofisiologi ibu hamil trimester III*.
- Sari, W., Kurniyati, Yusniarti, & Mardalena, I. (2025). *SENAM HAMIL BIRTH BALL DAN AROMATERAPI LEMON BAGI IBU HAMIL*.
- Septiani, E., & Perawat, L. (2020). *Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktik Bidan Mandiri*. 2014.
- Setyaningsih, R., Didik, N., Imanah, N., Rantauni, D. A., & Tri, S. (2025). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Kehamilan Trimester III*. 3(November).
- Simanjuntak, H., & Suherman, U. M. (2024). *LATIHAN BIRTH BALL UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA*. 5, 2020–2025.
- Sitawati, Azizah, N., & Wahyuni, R. (2023). *ASUHAN KEBIDANAN PADA KEHAMILAN UNTUK IBU DAN GENERASI SEHAT*.
- Susiarno, H., Herawati, A., Purnamasari, I., Nurhayati, A., & Martin, N. (2024). *Tata Laksana Kehamilan Fisiologis di Pelayanan Kesehatan Primer sesuai Kewenangan Bidan*.
- Syalvina, A., Priyanti, S., & Irawati, D. (2019). *STUDI KASUS: IBU HAMIL DENGAN NYERI PUNGGUNG*.
- Wijayanti, I. (2020). *PERBANDINGAN IBU HAMIL YANG MELAKUKAN EXERCISE GYM BALL DAN IBU HAMIL YANG MELAKUKAN SENAM HAMIL TERHADAP PENURUNAN NYERIPUNGGUNG*. 11(1), 38–46.
- WULAN, S., HANDAYANI, L., & HERAWATI, E. (2024). *BUNGA RAMPAI TERAPI KOMPLEMENTER DALAM KEHAMILAN*.
- Yati, R., Dewi, N., & Nurhayati, S. (2026). *implementasi birth ball training terhadap nyeri punggung ibu hamil tm III*. *Cendikia Muda*, 6.
- Yuliania, E., Atika, S., & Dewi, N. (2021). *penerapan kompres hangat untuk menurunkan intensitas nyeri punggung ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas metro*. *Jurnal Cendikia Muda*, 1, 46–51.
- Yulita, C., Devitasari, I., Aditia, D., & Astuti, H. (2024). *panduan praktis asuhan kebidanan kehamilan*.
- Yuliyanti, D. P., Keb, S., Betung, T., Lampung, B., Studi, P., Administrasi, S., Sakit, R., Panca, S., & Bandar, B. (2022). *Penyuluhan Kesehatan Nutrisi Pada Ibu Hamil Program Studi D3 Kebidanan STIKes Panca Bhakti Bandar Lampung*