

DAFTAR PUSTAKA

- Amila, & Syapitri, H. 2018. Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif dan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Puskesmas Rantang Medan. *Mutiara Ners*, 1, 44–56. e-journal.sari-mutiara.ac.id
- Annelia, R., Sunarsih, Astuti, T., & Sulastri. 2022. Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Kualitas Tidur Pasien Pos Operasi Sectio Caesarea Di RSIA Anugerah Medical Center Kota Metro. *Malahayati Health Student Journal*, 2, 611–621.
- Aprina, Rilyani, & Parosaliantika, M. 2021. Pengaruh Postnatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Postnatal Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi Ii Kabupaten Lampung Utara Abstract: the Effect of Postnatal Yoga on Sleep Quality of Postnatal Women in the Working Area of Puskesmas Kotabumi Ii, North Lam. *Malahayati Nursing Journal*, 3(3), 318–329.
- Argaheni, N. B. 2021. Sistematis Review: Pengaruh Pilates Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Nifas. *Midwiferia Jurnal Kebidanan*, 7(1). <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v>
- Aritonang, J., & Simanjuntak, Y. T. O. 2021. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Disertai Kisi-Kisi Soal Ujian Kompetensi. Deepublish.
- Boz, I., & Selvi, N. 2018. Testing the Psychometric Properties of the Postpartum Sleep Quality Scale in Turkish Women. *Journal of Nursing Research*, 26(6), 385–392. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000253>
- Faisal, A. D. 2020. Hubungan Karakteristik Ibu Nifas Dengan Tingkatpengetahuan Ibu Nifas Tentang Tanda-Tanda Bahaya Pada Masa Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 2(2), 9–18. <https://doi.org/10.55866/jak.v2i2.74>
- Fatmawati, R., & Hidayah, N. 2019. Efektifitas Boreh Pada Pola Tidur Ibu Nifas. *University Research Colloquium*, 529–538.
- Feligreras-Alcalá, D., Frías-Osun, A., & Del-Pino-casado, R. 2020. Personal and family resources related to depressive and anxiety symptoms in women during puerperium. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145230>
- Fitriah, F., Wardita, Y., & Ningsih, H. A. 2020. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Postpartum Primipara tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Saronggi. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 25–30. <https://doi.org/10.24929/jik.v5i1.941>
- Hamang, S. H., Kebidanan, B., Masyarakat, F. K., & Indonesia, U. M. 2023. Faktor-

Faktor yang Berpengaruh pada Gangguan Pemenuhan Istirahat Tidur Ibu Nifas. 4. <https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.566>

- Handoyo, M., Pertiwi, J. ., & Ngantung, D. 2018. Hubungan gangguan kualitas tidur menggunakan PSQI dengan fungsi kognitif pada PPDS pasca jaga malam. *Jurnal Sinaps*, 1(1), 91–101.
- Hasna, A. N., Murwati, M., & Susilowati, D. 2018. Hubungan Gangguan Tidur Ibu Nifas Dengan Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangmalang Sragen. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 3(2), 74–77. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v3i2.81>
- Hastuti, R. Y., Sari, D. P., & Sari, S. A. 2019. Pengaruh Melafalkan Dzikir terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 303. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.303-310>
- Janiwarty, B., & Pieter, H. Z. 2013. Pendidikan Psikologi untuk Bidan - Suatu Teori dan Terapannya. Rapha Publishing.
- Kemendes RI. 2019. Panduan Pelayanan Pasca Persalinan bagi Ibu dan Bayi Baru Lahir. In Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Profil Kesehatan Nasional 2020 (B. Hardhana, F. Sibuea, & W. Widiyanti (eds.)). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khadka, R., Hong, S. A., & Chang, Y. S. 2019. Prevalence and determinants of poor sleep quality and depression among postpartum women: A community-based study in Ramechhap district, Nepal. *International Health*, 12(2), 125–131. <https://doi.org/10.1093/inthealth/ihz032>
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., & Cashion, K. 2013. *Keperawatan Maternitas* (8th ed.). Elsevier Inc.
- Masriroh, S. 2016. *Keperawatan Obstetri dan Ginekologi*. Penerbit Kyta.
- Nissa, C., Wada, F. H., Astuti, P., Batubara, S. T., & Prima, A. 2021. Studi Literatur : Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Gangguan Tidur Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 8–13.
- Novarita, Martina, R., Zakiah, Marnia, E., R, A., Defriyana, D., & Et, A. 2020. Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2020. *Dinkes Kota Depok 2020*, 100.
- Novitasari, P., Prasetyorini, H., & Prihati, D. R. 2018. Upaya Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Pada Ibu Postpartum Dengan Preeklampsia. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 2(1), 22–33. <https://doi.org/10.33655/mak.v2i1.31>

- Noviyanti, H. A., Sutrisna, M., & Kusmiran, E. 2020. Hubungan Intensitas Nyeri dengan Kualitas Tidur pada Pasien Pasca Bedah Sesar. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(2), 59. <https://doi.org/10.32419/jppni.v4i2.179>
- Owais, S., Chow, C. H. T., Furtado, M., Frey, B. N., & Van Lieshout, R. J. 2018. Non-pharmacological interventions for improving postpartum maternal sleep: A systematic review and meta-analysis. In *Sleep Medicine Reviews* (Vol. 41). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2018.01.005>
- Pusparini, D. A., Kurniawati, D., & Kurniyawan, E. H. 2021. Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Ibu Preeklamsi di Wilayah Kerja Puskesmas Tempurejo-Jember. *Pustaka Kesehatan*, 9(1), 16. <https://doi.org/10.19184/pk.v9i1.16139>
- Reza, R. R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. 2019. Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan. *Majority*, 8(2), 247–253.
- Riswanto, A. R., Wulandari, I. S., & Adi, G. S. 2020. Pengaruh Bantal Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kualitas Tidur Pada Lansia Di Kragilan Kota Surakarta. 11. [http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2517/1/Naspub Restu.pdf](http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2517/1/Naspub%20Restu.pdf)
- Robby, A., Agustin, T., & Hanifan Azka, H. 2022. Pengaruh Pijat Kaki (Foot Massage) Terhadap Kualitas Tidur. *Healthcare Nursing Journal*, 4(1), 206–213. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v4i1.1845>
- Sari, R., & Anggorowati. 2020. Intervensi Non Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Postpartum: Kajian Literatur. *Holistic Nursing and Health Science*, 3(2), 59–69. <https://doi.org/10.14710/hnhs.3.2.2020.59-69>
- Selvi, N., & Boz, I. 2022. The Effects of Reflexology on Postpartum Sleep Quality : A Randomized Controlled Trial. *Akdeniz Nursing Journal*, 1, 9–18.
- Septianingrum, Y., & Damawiyah, S. 2019. Hubungan kualitas tidur dengan postpartum blues pada ibu postpartum di Puskesmas Jagir Surabaya. *Jurnal Ners LENTERA*, 7.
- Solehati, T., Putri, C. D. E., Pujhiyani, P. S., Sulistiani, E., Fajari, S. N., Wahyuni, N. S., Saepul, Afifah, M., Anggia, Y., Intan, F., Fatmah, N., & Heryadi, H. 2020. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Nutrisi Pada Tingkat Pengetahuan Ibu Post Partum. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 27. <https://doi.org/10.31602/ann.v7i1.3007>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. 2017. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (1st ed.). DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. 2018. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (1st ed.). DPP PPNI.

- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. 2018. Standar Luaran Keperawatan Indonesia (1st ed.). DPP PPNI.
- United Nations. 2019. Births (both sexes combined) by region, subregion and country, 1950-2100 (thousands). <https://population.un.org/wpp/Download/Standard/Fertility/>
- Wahyuni, Sari, V. K., & Khairani, N. 2022. Pengaruh Senam Nifas Terhadap Kualitas Tidur Ibu Nifas Di Praktik Mandiri Bidan R Bukittinggi. *Jurnal Endurancev: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 7(1), 199–208. <http://publikasi.ildikti10.id/index.php/endurance/article/view/743>
- Wen, S. Y., Ko, Y. L., Jou, H. J., & Chien, L. Y. 2018. Sleep quality at 3 months postpartum considering maternal age: A comparative study. *Women and Birth*, 31(6), e367–e373. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.02.004>
- Yang, C. L., Yu, C. H., & Chen, C. H. 2013. Development and validation of the postpartum sleep quality scale. *Journal of Nursing Research*, 21(2), 148–154. <https://doi.org/10.1097/jnr.0b013e3182921f80>
- Yanti, P. A., Triratnawati, A., & Astuti, D. A. 2021. Peran Keluarga pada Ibu Pasca Bersalin. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 18. <https://doi.org/10.22146/jkr.58017>
- Yi, H., Shin, K., & Shin, C. 2006. Development of the Sleep Quality Scale. *Journal of Sleep Research*, 15(3), 309–316. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.2006.00544.x>