

STUDI LITERATUR

**PENGARUH YOGA DAN RELAKSASI TERHADAP
KUALITAS TIDUR IBU HAMIL
TRIMESTER II DAN III**

STUDI LITERATUR



**Disusun oleh:
Nora Popi Febriani
NPM.202462081**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAITURRAHIM
2026**

STUDI LITERATUR
PENGARUH YOGA DAN RELAKSASI TERHADAP
KUALITAS TIDUR IBU HAMIL
TRIMESTER II DAN III

Studi Literatur

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
Sarjana Pada Program Studi SI Kebidanan



**Disusun
Oleh:
Nora Popi Febriani
NPM. 202462081**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAITURRAHIM
2026**