

DAFTAR PUSTAKA

- Alfarizki, M., Purwoko, M., & Pratiwi, R. (2017). Upaya Peningkatan Tingkat Pengetahuan Siswi MAN 2 Palembang Mengenai Simdrom Pramenstruasi. *Indonesian Journal Of Community Engagement*, 2(2), 235-245.
- Ameade, E., & Mohammed, B. S. (2016). Menstrual Pain Assessment : Comparing Verbal Rating Scale (VRS) with Numerical Rating Scales (NRS) as Pain Measurement Tools. *Intrnational Journal of Women's Health and Wellnes*, 2(1), 1-5.
- Andang, T., & Mumpuni, Y. (2013). *45 Penyakit Musuh Kaum Perempuan*. Yogyakarta: Rapha Publising.
- Apriyanti, F., Harmia, E., & Andriani, R. (2018). Hubungan status gizi dan usia menarche dengan kejadian Dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Bangkinang kota tahun 2018. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 3(2), 49-58.
- Arifa, I. (2019). Hubungan kecemasan dengan derajat desminore pada remaja putri. *Skripsi*.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, D., Septimar, Z., & Zayani, N. (2021). Efektivitas Senam Dismenore Terhadap Penanganan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Kelurahan Alam Jaya Kota Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 1(2), 56-66.
- Ayu, N. (2017). Efektifitas terapi audio recorded guided imagery dengan nafas dalam terhadap penurunan nyeri pasien pasca operasi fraktur. *jurnal keperawatan*, 7(2), 725-738.
- Fatmawati, L., & Lia , D. (2018). Efektifitas Senam Dismenore Dan Tehnik Effleurage Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja. *Jurnal Of Ners Community*, 9(2), 147-155.
- Garcia, P., Rejano, J., & Sanchez, E. (2019). Theraputic Exercise In The Treatment Of Primary Dysmenorrhea: A Systematic Review And Meta Analysis. *Physical Therapy*, 99(10), 1371-1380.
- Haryono, R. (2016). *Siap Menghadapi Menstruasi Dan Menopause*. Yogyakarta.: Cetakan pertama.Gosyen Publishing.
- Hidayat, A. A. (2017). *Metedologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Irianto, K. (2015). *Kesehatan Reproduksi*. Bandung: CV Alfabeta.
- Isnania, R. s. (2019). Tingkat Dismenore dengan tingkat stress pada remaja putri. *Literatur Review*.

- Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kementrian Kesehatan RI. (2016). Profil kesehatan Indonesia 2016. Jakarta.
- Kumalasari, M. (2017). The Effectiviness of Dysmenorrhea Gymnastics as an Alternative Therapy in Reducing Menstruasi Pain A Systematic Research Riview 2011-2016. *Journal of Health Science and Prevention*, 1(1), 10-14.
- Kusmiran, E. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lowdermilk, D. (2013). *Buku Keperawatan Maternitas Edisi-8 Buku 2, Penerjemah: dr.Felicia Sidartha & dr.Anesia Tania*. Elsevier (Singapura) Pte Ltd: Salemba Medika.
- Mangunkusumo, N. (2016). *Endometriosis dan Nyeri Haid, serta Nyteri Lain pada Wanita*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- McCaffery, M., & Beebe, A. (1989). *Pain: Clinical Manual For Nursing Practice, Mosby St. Louis, MO*. (Vol. 63).
- Mubarak, W., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mutiara, H., & Pratiwi, L. A. (2017). Pengaruh jahe Terhadap nyeri saat menstruasi. *Medical Journal of Lampung University*, 6(1), 51-54.
- Nalendra, A., Yanti, R., Priadi, A., Subroto, I., Rahayuningsih, R., Lestari, R., . . . Zede, V. (2021). *Statistika Seri Dasar dengan SPSS*. Media Sains Indonesia.
- Nuraeni. (2017). Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Penurunan Nyeri Pada Remaja Putri SMK 1 Tapango Kecamatan Tapango Kabupaten Polewali Mandar. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(1), 25-32.
- Nurfadillah, H., Aisyah, I., & Maywati, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1), 247-256.
- Nurfiana, T., Jama, F., & Sunarti. (2021). Pengaruh Senam Dismenore terhadap Penurunan Tingkat Dismonore. *Window of Nursing Journal*, 2(2), 315-326.
- Nurjanah, I., Yuniza, & Iswari, M. (2019). Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Asrama STIKes Muhammadiyah Palembang. *Syifa Medika*, 10(1), 55-62.
- Nursafa, A., & Adyani, S. (2019). Penurunan Skala Nyeri Haid Pada Remaja Putri Dengan Senam Dysmenorhe. 1-8.

- Partiwi, N., Saleha, & Mustary, M. (2021). Efektivitas Senam Dismenore Dan Abdominal Stretching Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Dismenore Primer. *Jurnal Berita Kesehatan*, 14(1), 1-6.
- Purwoastuti, E., & Walyani, E. (2015). *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Bencana*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Rahayu, R., Patimah, S., & Rohmatin, E. (2018). Pengaruh Minuman Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenorea Primer Pada Siswi Kelas VII di SMPN 10 Tasikmalaya. *Jurnal Bidan Midwife Journal*, 5(2), 26-35.
- Randhawa, K. (2016). Effect of Dietary Habits and Socio-economic Status on Menstrual Disorder among Young Females. *American Journal of BioScience*, 4(3), 19.
- Reeder, Martin, & Griffin, K. (2013). *Kepe Kerawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga Edisi 8 Vol 1*. Jakarta: EGC.
- Sarifah, T., Nuraeni, A., & Supriyono, M. (2015). Efektivitas Senam Dismenore Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Siswi Kelas X dan XI SMAN 14 Semarang. 1-8.
- Silviani, Y., Karaman, B., & Septiana, P. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Dismenore. *Hasanuddin Journal of Midwifery*, 1(1), 30-37.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y., . . . Lorita, S. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi IWWASH*. Universitas Indonesia: Global One.
- Syaiful, Y., & Naftalin, S. (2018). Abdominal Streching Exercise Menurunkan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 269-276.
- Taqiyah, Y., & Ramli, R. (2019). Pelatihan Senam Dismenore Dalam Upaya Optimalisasi Intensitas Dismenore Pada Siswi SMP 2 Ma'rang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(2), 139-166.
- Trisnawati, Y., & Mulyandari, A. (2020). Pengaruh Latihan Senam Dismenore terhadap. *Gorontalo Journal of Public Healt*, 3(2), 71-79.
- Wulanda, C., Luthfi, A., & Hidayat, R. (2020). Efektivitas Senam Dismenore Pada Pagi Dan Sore Hari Terhadap Penanganan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Saat Haid Di SMPN 2 Bangkinang Kota Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 1(1), 1-11.
- Zakiah, A. (2015). *Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika.