

DAFTAR PUSTAKA

- Adlin, N. A. (2020). Intensitas *Dismenore* Dan Pengobatan Analgetik Yang Digunakan Dalam Kalangan Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. November.
- Aprilian, E. (2020). Perbedaan Efektivitas Terapi Musik Klasik Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesarea*. September.
- Arafa, A.E., Abbas, A.M. 2018. *Epidemiology of dysmenorrhea among workers in Upper Egypt; A cross sectional study. Middle East Fertility Society Journal.*
- Astuti. I & Lela (2018) pengaruh aromaterapi lavender terhadap dismenorea pada remaja putri. Vol 1. No 1.
- Aziato. 2014. *The Experience of Dysmenorrhoea Among Ghanaian Senior High and University Students: Pain Characteristics and Effects.*
- Azizah. N. & Kusumawardani. P. A. (2020) inhalasi aromaterapi lavender dengan penurunan intensitas nyeri *disminorea* pada remaja. *Proceeding book health national conference "stunting dan 8000 hari pertama kehidupan"*.
- Chiu, M. H., Hsieh, H. F., Yang, Y. H., Chen, H. M., Hsu, S. C., & Wang, H. H. (2017). Influencing factors of dysmenorrhoea among hospital nurses: A questionnaire survey in Taiwan. *BMJ Open*, 7(12).
- Christiana, I. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi *Lavender* Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*Dismenore*) Di Asrama Putri STIKES Banyuwangi Tahun 2020. 8(2).
- Delfina, R., Saleha, N., & Sardaniah. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dismenore*) Pada Mahasiswi Program Studi D III Keperawatan FMIPA Universitas Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*.
- Fadillah, A., & Bilda, W. (2019). Pengembangan Video Pembelajaran Matematika Berbantuan Aplikasi *Sparkoll Videoscribe*. *Jurnal Gantang*, 4(2),
- Farista, R., & Ali M., I. (2018). Pengembangan Video Pembelajaran. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*, 1(1).
- Fauziah, M. N. (2015). Pengaruh Latihan *Abdominal Stretching* Terhadap Intensitas Nyeri Haid (*Dismenore*) pada Remaja Putri di SMK Al Furqon Bantarkawung Kabupaten Brebes.

- Fredelika, L., Oktaviani, N. P. W., & Suniyadewi, N. W. (2020). Perilaku Penanganan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Di SMP PGRI 5 Denpasar. *Bali Medika Jurnal*, 7(1).
- Haerani, Ningsih, S., Dillah, U., Bohari, N. H., Nur, N. A., A, A. M. R., & Kamaruddin, M. (2020). Deskripsi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Di Kelurahan Benjala Kecamatan Bontobahari Kabupaten Bulukumba. *Medika Alkhairaat*, 2(2).
- Haruyama S. 2011. *The Miracle of Endorphine*, Bandung: Qanita
- Hidayah, N., Rustanto, & Fatma, I. (2017). Pengaruh *Abdominal Stretching Exercise* Terhadap Penurunan *Dismenore* Pada Siswi Remaja di Madrasah Aliyah Hasyim Asy'ari Bangsri Kabupaten Jepara. *The 5Th Urecol Proceeding*.7(1).
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (Mei 2016). Konsep Diri, *Adversity Quotient* dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 02.
- Kundayanti, R., Suciawati, A., & Nurfaizah. (2020). Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap Tingkat *Dismenore* Primer pada Remaja Putri di Kabupaten Tangerang.
- Kustandi dan Sutjipto. 2013. *Media Pembelajaran; Manual dan Digital*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Lacovides S., Avidon I. & Baker F.C. (2015). *What We Know About Primary Dysmenorrhea Today: A Critical Review*. *Human Reproduction Update*, 21(6)
- Marlinda, R. (2013). Pengaruh Senam *Dismenore* Terhadap Penurunan *Dismenore* Pada Remaja Putri di Desa Sidoharjo Kecamatan Pati. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 1(2),
- Neni N, Yuyun S, Rena I, Haifa N, Marisa I, dan Z. (2020). Pelatihan *Cat Stretch Exercise* pada siswi SMUN 1 dan SMUN 5 Kota Tasikmalaya. *Vol. 3, No. 1*.
- Nislawaty et al., (2022). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Kelas VI Tentang Kesehatan Repeoduksi di Sekolah Dasar Inkam Kabupaten Kampar Tahun 2021. *Vol.6, No.1*.
- Puspita, L., & Anjarwati, T. (2019). Pengaruh Latihan *Abdominal Stretching* Terhadap Intensitas Nyeri ntensitas Nyeri Haid pada Siswi SMK Pelita Gedongtataan Kabupaten Pesawaran. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(February).
- <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh>

- Putri, V. A., Merawati, D., & Andiana, O. (2020). Pengaruh Pemberian Latihan *Abdominal Stretching* Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*Dysmenorrhoea*) Pada Siswi Kelas X Dan Xii Smkn 3 Malang. *Jurnal Sport Science*, 10(1).
- Rachmawati, A., Safriana, R. E., Sari, D. L., & Aisyiyah, F. (2020). Efektivitas *Endorphin Massage* dan Senam *Dismenore* dalam Menurunkan *Dismenore* Primer The. 3(3).
- Rambi, C. A., Bajak, C., & Tumbale, E. (2019). Pengaruh Aromaterapi Lemon (*Citrus*) Terhadap Penurunan *Dismenore* Pada Mahasiswi Keperawatan. 3(1).
- Rohmah, Y. K. M. (2020). *Abdominal stretching to reduce premenstrual syndrome: a case series. Medisains*, 18(1),
- Sari dan Nida, 2016. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Siswi Kelas Xi Smk Muhammadiyah Watukelir Sukoharjo (*The Influence Of Warm Compress Decrease In Dismenorhea Eleventh Grade Students Of Smk Muhammadiyah Watukelir Sukoharjo*). *Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 1(2).
- Santi, L. S. (2019). Pengaruh Senam *Disminore* Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Remaja Usia 16-17 Tahun', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 8(9),
- Setiawan et al., (2021). Pengaruh *Cat Stretch Exercise* Terhadap Intensitas *Dismenore* Pada Siswi di SMA Muhammadiyah Tasikmalaya. *Healthcare Nursing Journal*, 3(1),
- Sisparyadi, Antik, B. and dkk (2018) *Buku Saku Penggunaan Media KIE'*, *Kemennpppa*.
- Statistik Indonesia. 2020. Jumlah Remaja Indonesia 2019. Badan Pusat Statistik/BPS-*Statistics Indonesia*
- Studi, P., Diploma, K., & Kesehatan, F. I. (2017). Penanganan *Dysmenorhea* Di Pesantren As-Syalafiah.
- Susanti, R. D., Utami, N. W. dan L., 2018. Hubungan nyeri haid (*dysmenorrhoea*) Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri. *Nursing News*,
- Tamara, G. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian *Dismenore* Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 2(2621–6507).

- Trisnawati, Y., & Mulyandari, A. (2020). Pengaruh Latihan Senam *Dismenore* terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* pada Mahasiswa Kebidanan. *Journal of Public Health*, 3(2).
- Wong, C. L. (2018). *Health-related quality of life among Chinese adolescent girls with Dysmenorrhoea. Reproductive Health*, 15(1).
- Wnodya P., Farid A., Atik M., dan D., 2017. Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebiasaan Dalam Menstruasi di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4).
- Wulanda, C., Luthfi, A., & Hidayat, R. (2020). Efektifitas 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).