

## Daftar Pustaka

1. Kusmiran, E. Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. Jakarta : Salemba Medika; 2013.
2. Unicef. Investing in a safe, healthy and productive transition from childhood to adulthood is critical [internet]. 2022. Diakses pada 24 September 2022. Dari : <https://data.unicef.org/topic/adolescents/overview/>
3. Juliana J, Rompas S, & Onibala F. Hubungan *dismenore* dengan gangguan siklus haid pada remaja di SMA N 1 Manado. Ejournal Keperawatan. 2019; 7(1): 1-8.
4. Sinaga E, Saribanon N, Suprihatin, Sa'adah N, Salamah, U., et al. Manajemen kesehatan menstruasi. Universitas Nasional : Global One; 2017.
5. Tsamara G, Raharjo, W, Putri EA. Hubungan gaya hidup dengan kejadian *dismenore* primer pada mahasiswi program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan. 2020; 2(3): 130-140.
6. Pramardika DD & Fitriana. Panduan penanganan *dismenore*. Yogyakarta : Deepublish; 2019.
7. Syafriani, Aprilla N, Zurrahmi ZR. Hubungan status gizi dan umur menarche dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di Sman 2 Bangkinang Kota 2020. Jurnal Ners. 2021; 5(1): 32-37.
8. Hadjou, OK, Jouannin A, Lavoue V, Leveque J, Esvan M., et al. Prevalence of dysmenorrhea in adolescents in France: Results of a large cross-sectional study. Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction. 2022; 51: 2-8. <https://doi: 10.1016/j.jogoh.2021.102302>.
9. Dewi MUK, Mustika DN, Indrawati ND. Penyuluhan tentang dysmenorrhoe di Panti Asuhan Ning Amriyah Supardo Kendal. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan. 2022; 4(1): 1-5.
10. Susanti RD, Utami NW, Lasri. Hubungan nyeri haid (*Dysmenorrhea*) dengan aktivitas belajar pada remaja putri MTS Muhammadiyah 2 Malang. Nursing News. 2018; 3(1): 144-152.
11. Gutman G, Nunez AT, & Fisher M. Dysmenorrhea in adolescents. Curr Probl Pediatr Adolesc Health Care. 2022; 52: 1-9. <https://doi: 10.1016/j.cppeds.2022.101186>.
12. Apriyanti P & Anggeriani R. Pengaruh dampak pelvic rocking terhadap pengurangan nyeri haid pada remaja. Jurnal Keperawatan. 2022; 14(1): 229-240. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.86>

13. Armour M, Parry K, Dabbas MA, Curry C, Holmes K, et al. Self-care strategies and sources of knowledge on menstruation in 12,526 young women with dysmenorrhea: A systematic review and meta-analysis. *Plos One*. 2019; 12(7) : 1-18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220103>
14. Panjaitan IM, Mardha MS, & Safitri E. Hubungan perilaku remaja putri kelas viii dengan penanganan *dismenore* primer di SMP Negeri 2 Pancur Batu Kabupaten Pancur Batu Kecamatan Deli Serdang Tahun 2020. *Jurnal Pionir LPPM Universitas Asahan*. 2021; 7(1): 1-16.
15. Misliani A, Mahdalena, Firdaus S. Penanganan *dismenore* cara farmakologi dan nonfarmakologi. *Jurnal Citra Keperawatan*. 2019; 7(1): 23-32.
16. Dinas Sosial. Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). 2018. Diakses pada 24 September 2020, dari <https://dinsos.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/lembaga-kesejahteraan-sosial-anak-lksa-93#:~:text=Panti%20asuhan%20atau%20lembaga%20kesejahteraan,dan%20pengentasan%20anak%20terlantar%2C%20memberikan>
17. Kawitri AZ, Listiyandini RA, & Rahmatika R. Peran self-compassion terhadap dimensi-dimensi kualitas hidup kesehatan pada remaja panti asuhan. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2020; 7(1): 1-18.
18. Rahmawati BD, Listiyandini RS, & Rahmatika R. Resiliensi psikologis dan pengaruhnya terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan. *Jurnal Magister Psikologi UMA*. 2019; 11(1): 21-30. [https://doi : 10.31289/analitika.v11i1.2314](https://doi.org/10.31289/analitika.v11i1.2314).
19. Dewi PIS, Astriani NMDY, & Pratama AA. Peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di panti asuhan. *Jurnal Peduli Masyarakat*. 2021; 3(4): 431-436. doi: <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i4.721>.
20. Humairoh F, Musthofa SB, & Widagdo L. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku vulva hygiene pada Remaja Putri Panti Asuhan Di Kecamatan Tembalang, Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2018; 6(1): 745-752.
21. Karout S, Soubra L, Rahme D, Karout L, Khijah HM, & Itani R. Prevalence, risk factors, and management practices of primary dysmenorrhea among young females. *BMC Women's Health*. 2021; 21(392): 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01532-w>.
22. Bezuidenhout S, Mahlaba, KJ, Nxumalo G, Meyer JC, & Chukwu BO. Dysmenorrhea : an overview. *S Afr Pharm J*. 2018; 5(4): 19-25.
23. Hewitt GD, Karen R, & Gerancher. Dysmenorrhea and endometriosis in the adolescent. *The American College of Obstetricians and Gynecologist*. 2018.; 132(6): 249-258. <https://doi : 10.1097/AOG.0000000000002978>.

24. Sachedin A & Tidd N. Dysmenorrhea, endometriosis and chronic pelvic pain in adolescents. *Journal of Clinical Research in Pediatric Endocrinology*. 2020; 12(1): 7-17. [https://doi : 10.4274/jcrpe.galenos.2019.2019.S0217](https://doi.org/10.4274/jcrpe.galenos.2019.2019.S0217).
25. Itani R, Soubra L, Karout S, Rahme D, Karout L, & Khojah HMJ. Primary dysmenorrhea: Pathophysiology, diagnosis, and treatment updates. *Korean J Farm Med*. 2022; 43: 101-108. [https://doi : 10.4082/kjfm.21.0103](https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103).
26. Savitri NPW, Citrawathi DM, & Dewi NSPR. Hubungan status gizi dan usia menarche dengan kejadian *dismenore* siswi Smp Negeri 2 Sawan. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*. 2019; 6(2): 93-102.
27. Hermawahyuni R, Handayani S, Alnur RD. Faktor risiko kejadian *dismenore* primer pada siswi SMKPGRI 1 Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 2022; 8(1): 97-101. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss1.1079>.
28. Lestari DR, Citrawati M, & Hardini N. Hubungan aktivitas dan kualitas tidur dengan *dismenorea* pada mahasiswi FK UPN “Veteran” Jakarta. *Majalah Kedokteran Andalas*. 2018; 41(2): 48-58. <https://doi.org/10.25077/mka.v41.i2.p48-58.2018>
29. Indahwati AN, Muftiana E, & Purwaningroom DL. Hubungan mengonsumsi makanan cepat saji (fast food) dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMP N 1 Ponorogo. *Indonesian Journal for Health Sciences*. 2017; 1(2): 7-13.
30. Rita N & Sari PG. Hubungan tingkat stress dengan kejadian *dismenore* primer pada remaja putri. *Lentera Kesehatan ‘Aisyiyah*. 2021; 2(2): 102-110.
31. Rahayu A, Pertiwi S, & Patimah S. Pengaruh endorphine *massage* terhadap rasa sakit *dismenore* pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2017. *Jurnal Bidan “Midwife Journal”*. 2017; 3(2): 1-10.
32. Amin M, Jaya H, & Harahap AQU. Teknik *massage effleurage* untuk mengurangi nyeri melahirkan kala I di Rumah Sakit Swasta Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka*. 2021; 1(2): 224-231.
33. Amin M & Purnamasari Y. Penurunan skala nyeri *dismenore* primer pada remaja putri menggunakan masase *effleurage*. *Jurnal of Telenursing*. 2020; 2(2): 142-149. <https://doi.org/10.31539/joting.v2i2.1440>
34. Jumita & Kristiawan M. The effects of relaxation technique and warm compress on decreasing dysmenorrhea scale. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. 2021;532: 255-260. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210227.045>
35. Mukhoirotin, Kurniawati, & FATmawati DA. The effects of cold compress and warm compress on  $\beta$ -Endorphin Levels, IL-6 and Tnf $\alpha$  among adolescent with dysmenorrhea. *Indian Journal of Public Health Research & Development*. 2018; 9(12): 472-477. [https://doi :10.5958/0976-5506.2018.01882.X](https://doi.org/10.5958/0976-5506.2018.01882.X)

36. Murtiningsih, Maelani, & Fitriani H. Tehnik mengurangi *dismenore* primer dengan olah raga. *Jurnal Ilmiah Bidang Ilmu Keperawatan Maternitas*. 2018; 1(2): 24-30. <https://doi.org/10.32584/jikm.v1i2.144>
37. Kustriyanti D & Boediarsih. Muscle relaxayion therapy for dysmenorrhea. *Health Nations*. 2017;1(4): 315-320. <https://doi.org/10.33846/hn.v1i4.64>
38. Celik AS & Apay SE. Effect of progressive relaxation exercises on primary dysmenorrhea in Turkish students: A randomized prospective controlled trial. *Complementary Theraphies in Clinical Practice*. 2021; 42: 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101280>.
39. Hidayatunnafiah F, Mualifah L, Moebari M, & Iswatiningsih E. The effect of relaxation techniques in reducing dysmenorrhea in adolescents. *The International Virtual Convergence on Nursing KnE Life Sciences* .2022: 473-480. <https://doi : 10.18502/kl.v7i2.10344>.
40. Tina L & Suminar E. Pengaruh terapi komplementer “Meditasi” terhadap penurunan intensitas nyeri premenstrual syndrom pada remaja putri usia 16-18 tahun di kelompok remaja Desa Jatinom Blitar. *Jurnal Ners dan Kebidanan*. 2020; 7(2): 270-275.
41. Yonglitthipagon P, Muansiangsai S, Wongkhumngern W, Donpuha W, Chanavirut R, et all. Effect of yoga on the menstrual pain, physical fitness, and quality of life of young women with primary dysmenorrhea. *Journal of Bodywork & Movement*. 2017; 21: 840-846. <https://doi: 10.1016/j.jbmt.2017.01.014>.
42. Sugiarto KB. Analysis of Guided Imageryand Music Therapy on Changes in the Intensity of dysmenorrhea pain in Smk Visi Global Banyuwangi. *Journal for Quality in Public Health*. 2019; 2(2): 126-134. <https://doi :10.30994/jqph.v2i2.35>.
43. Amelia S, Dewi R, & Febriana W. The effecr of hypnotherapy to reduce dysmenorrhea pain. *Padjajaran Acute Care Nursing Journal*. 2020; 2(1): 7-13.
44. Adzkia M, Kartika IR, & Betriana F. Hipnoterapi untuk menurunkan nyeri *dismenore* : Tinjauan pustaka. *Real in Nursing Journal*. 2020; 3(2): 115-121. <http://dx.doi.org/10.32883/rnj.v3i2.416.g319>
45. Astuti IAD, Mursudarinah, & Prajayanti ED. Penerapan pemberian jamu kunyit asam untuk penurunan *dismenorea* pada remaja putri. *Nursing Science Journal*. 2020; 22(4): 1-8. <http://dx.doi.org/10.30737/nsj.v4i1.835>
46. Xu Y, Yang Q, & Wang X. Efficacy of herbal medicine (cinnamon/fennel/ginger) for primary dysmenorrhea: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of International Medical Research*. 2020; 48(6): 1-12. <https://doi.org/10.1177/0300060520936179>
47. Razaeyan M, Khedri P, & Moghadam AD. The impact of nutritional supplement on reducing the symptoms of primary dysmenorrhea in

- comparison to the classical antiinflammatory treatment; A sequential self case-controlled study. *Women's Health & Gynecology*. 2017; 3(2): 2-5.
48. Alizadeh SM. Calcium with and without magnesium for primary dysmenorrhea: A double-blind randomized placebocontrolled trial. *International Journal of Women's Health and Reproduction Sciences*. 2017; 5(4): 332-338.
  49. Bajalan Z, Alimoradi Z, & Moafi F. Nutrition as a potential factor of primary dysmenorrhea: A systematic review of observational studies. 2019; 84: 209-224. Available from : <https://www.karger.com/Article/Pdf/495408>. [https://DOI:10.1159/000495408](https://doi.org/10.1159/000495408).
  50. Widyanti NM, Resiyanti NKA, & Prihatiningsih D. Gambaran penanganan *dismenorea* secara non farmakologi pada remaja kelas X di SMA Dwijendra Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*. 2021; 2(6): 1745-1756. <https://doi.org/10.47492/jip.v2i6.940>
  51. Wibowo A. Metodologi penelitian praktis bidang kesehatan. Jakarta : RajaGrafindo Persada; 2014.
  52. Prasetyo B & Jannah LM. Metode penelitian kuantitatif. Jakarta : RajaGrafindo Persada; 2014.
  53. Masturoh I & Anggita N. Metodologi penelitian kesehatan. Kemenkes; 2018.
  54. Purwanto EA & Sulistyastuti DR. Metode penelitian kuantitatif untuk administrasi public dan masalah-masalah sosial. Yogyakarta: Gava Media; 2017.
  55. Surahman, Rachmat M, & Supardi S. Metodologi penelitian. Kemenkes; 2016.
  56. Pradono J, Hapsari D, Supardi S, & Budiarto W. Panduan manajemen penelitian kuantitatif. Lembaga Penerbit Badan Jakarta: Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2018.
  57. Sugiyono. Metode penelitian bisnis. Bandung : Alfabeta; 2010.
  58. Kurniawan W, AgustiniA. Metodologi penelitian kesehatan dan keperawatan. Cirebon: CV. Rumah Putaka; 2021.
  59. Siregar S. Statistika deskriptif untuk penelitian dilengkapi perhitungan manual dan aplikasi SPSS versi 17. 1st ed. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada; 2014.
  60. Asbullah, Karim D, & Erika. Gambaran intensitas nyeri dan manajemen dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Model Tambang. *JOMFKp*. 2020; 7(1): 52-59.

61. Februanty S, Kartilah T, Hartono D, & Aryanti D. Adolescent dysmenore prevalence in West Java, Indonesia : Preliminary study. *Journal of Critical Reviews*. 2020; 7(14): 681-684.
62. Pradiatma, A. A., Yasnani., & Akifah. Gambaran penanganan dismenore primer pada remaja di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Kota Kendari Tahun 2021. *Jurnal WINS*. 2022; 3(3): 80-88.
63. Mulyani N, Sudaryanti L, & Dwiningsih SR. Hubungan usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenorea primer. *Journal of Health, Education, and Literacy*. 2022; 4(2): 104-110.
64. Chen L, Tang L, Guo S, Kaminga AC, & Xu H. Primary dysmenorrhea and self care strategies among Chinese college girls : A cross sectional Study. *BMJ*. 2019; 9(9): 1-9. [10.1136/bmjopen-2018-026813](https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026813).
65. Saka JM, Olaoye OM, Nneka O, Saka AO, Omolala DO, & Rabiyyah HA. Primary dysmenorrhea among the adolescents in Kwara State, Nigeria: The prevalence, knowledge, and management. *Nursing Practice Today*. 2018; 5(4): 395-402. <https://doi.org/10.18502/npt.v5i4.118>.
66. Nur AZ & Samaria D. Hubungan pengetahuan dengan sikap dalam menangani nyeri haid di Ghama D'Leader School. *Nursing Current*. 2020; 8(2), 178-193.
67. Manjunath SM, Lakshmipathi BS, Kumar R, & Srinivasa V. Prevalence and treatment patterns of dysmenorrhea among female medical students : A questionnaire based study at KIMS, Koppal. *International Journal of Basic Clinical Pharmacology*. 2020; 9(12): 1844-1848. <https://doi.org/10.18203/2319-2003.ijbcp20205121>
68. Office on Women's Health. Menstrual Cycle. (<https://www.womenshealth.gov/menstrual-cycle>) Accessed 11/20/2020.
69. Delistiani R, Irasanti SN, Ferri AFM, Ibnu Santosa RG, & Sukarya, WS. Hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*. 2019; 1(2): 134-138.

70. Lubis DS, Hasanah O, & Woferst R. Gambaran intensitas nyeri haid (Dismenore) dan upaya penanganannya pada mahasiswi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 2023; 5(1): 363-372.
71. Pebrianti S & Muslim FR. Gambaran upaya remaja putri dalam mengatasi dismenorea di SMK YBKP 3 TArogong Kidul Garut Tahun 2016. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 2018; 12(2): 83-91.
72. Febrina R. Gambaran derajat dismenore dan upaya mengatasinya di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi*. 2021. 10(1):187-195.
73. Sari MR. Gambaran derajat dismenorea (Nyeri haid) dan upaya penanganan pada remaja putri usia 13-15 tahun di SMPN 2 Tembilahan Hulu. *Jurnal kesehatan Husada Gemilang*. 2019; 2(1): 14-21
74. Aningsih F, Sudiwati NLPE, Dewi N. Pengaruh pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (dismenore) pada mahasiswa di Asrama Sanggau Landungsari Malang. *Nursing news*. 2018; 3(1): 95-107.
75. Sari ID & LIstiarini UD. Efektivitas akupresur dan minuman jahe terhadap pengurangan intensitas nyeri haid/dismenore pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 2021; 21(1): 215-220.
76. Salsabila I, KOeryaman MT, & Sukmawati. Prevalence and management dysmenorrhea in adlosecent. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*. 2019; 2(4): 277-285.
77. Herdianti, KA, Wardana NG, & Karmaya INM. Hubungan antara kebiasaan olahraga dengan dismenore primer pada mahasiswa pre-klinik Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun Ajaran 2017. *Bali Anatomy Journal*. 2019; 2(1): 25-29.

78. Thabet HA, Elsaba HAHF, & Hassan AHAE. Effects of two non-pharmacological pain relief interventions on the severity of pain among adolescent girls complaining from primary dysmenorrhea. *International Journal of Novel Research in Healthcare and Nursing*. 2020; 7(3): 247-261.
79. Zakiah, Adriana, & Winarianti. Perbedaan efektivitas terapi musik klasik (mozart) dan kompres hangat terhadap intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri Kelas X di SMA Negeri 4 Pontianak. *Jurnal Untan*. 2019; 4(1): 1-17.
80. Nasution P & Aulia S. Perbandingan efektivitas antara kompres hangat dan pijat punggung terhadap pengurangan nyeri haid (dismenorea) di Smk Swasta Dharma Patra Pangkalan Susu. *JURNAL Midwifery Update (MU)*. 2021; 3(1): 38-44.
81. Vaziri F, Hoseini A, Kamali F, dkk. Comparing the effects of aerobic and stretching exercises on the intensity of Primary Dysmenorrhea in the Students of Universities of Bushehr. *Journal of Family and Reproductive Health*. 2016; 9(1): 23-28.