

DAFTAR PUSTAKA

- Amilsyah, M. N., Paseriani, N., Hariyani, F., & Sipasulta, G. C. (2023). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) Pada Siswi Putri Smpn 1 Tanjung Palas Barat Kabupaten Bulungan Tahun 2023. *Aspiration of Health Journal*, 1(3), 554–562. <https://doi.org/10.55681/aohj.v1i3.201>
- Amrullah Syah Putra, Nicko Pisceski Kusika Saputra, Noviard Noviard, & Ismawati Ismawati. (2024). Analisa Faktor Risiko Dismenore Primer Dan Dismenore Sekunder Pada Mahasiswi. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 34(1), 166–176.
- Andriani, Ningsih, Oviana, F. (2020). Teknik Pelvic Rocking Exercise dalam Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Remaja Putri. *Initium Medica Journal*, 1(3), 1–7.
- Anjani, D., Wahyuningsih, T., Mei Winarni, L., & Yatsi Madani, U. (2022). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 278 Jakarta The Effect Of Giving Warm Compress On Reducing Dymenorore Pain In Adolescent Women At Junior High School 278 Jakarta. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), Page.
- Anpradjman., Aridha, R., Muthiah, M., & Anshar, A. (2022). Pengaruh Pemberian Abdominal Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Dysmenorrhea Primer Pada Siswi Kelas Viii Smp Muhammadiyah Limbung. *Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar*, 14(1), 17. <https://doi.org/10.32382/mf.v14i1.2849>
- Hidayah, N., Kurniawati, D. A., Umaryani, D. S. N., & Ariyani, N. (2023). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu. *Sereal Untuk*, 8(1), 51.
- Huda Ai, Ningtyias Fw, . S. (2020). Hubungan Antara Status Gizi, Usia Menarche Dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer Pada Remaja Putri Di Smpn 3 Jember. *Pustaka Kesehat*. 8(2): Pp. 123.
- Husna, A., Suryana, B. (2017). Metodologi Penelitian Dan Statistik : Bahan Ajar Keperawatan Gigi [Ebook] . Jakarta: Kementerian
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185–192.
- Indrasari, Y. (2020). Efisiensi Saluran Distribusi Pemasaran Kopi Rakyat Di Desa Gending Waluh Kecamatansempol (Ijen) Bondowoso. *Jurnal Manajemen Pemasaran*, 14(1), 44-50.
- Intiyaswati, I., & Primihastuti, D. (2024). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Sma Kartika Iv Surabaya. *Jurnal Kebidanan*, 13(1), 42-47.

- Isnaeni. (2022). Efektivitas Latihan Abdominal Stretching Terhadap Penurunan Dismenorhe Remaja. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 8(3), 198–205. <https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m/article/view/679>
- Jaman, A., Aridha, R., Muthiah, M., & Anshar, A. (2022). Pengaruh Pemberian Abdominal Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Dysmenorrhea Primer Pada Siswi Kelas Viii Smp Muhammadiyah Limbung. *Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar*, 14(1), 17. <https://doi.org/10.32382/mf.v14i1.2849>
- Kurniawan, H. (2021). Pengantar Praktis Penyusunan Instrumen Penelitian. Deepublish.
- Kinesti, Y., Kinesti, Y., Notokusumo, S., Stikes, S., & Yogyakarta, N. (2021). *Keluarga Yang Mengalami Dismenorea Pain Management in Families With Family Members With Dysmenorrhea*. 3, 34–42.
- Kusuma, T. A., Hikmanti, A., & Yanti, L. (2023). Penerapan Senam Dismenore untuk Meringankan Nyeri Dismenore. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3896–3909. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.11447S>
- Kepada Masyarakat (PKM), 6(9), 3896–3909. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.11447S>
- Lestari, Y., Marsita, E., Hidayat, T., & Zakiyya Poltekkes Kemenkes Pontianak, A. (2022). Efektivitas Rebozo dan Aromaterapi Mawar pada Durasi Fase Aktif dan Nyeri Persalinan. *Jurnal Sains Kebidanan*, 4(2), 52–58. <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i1.9182>
- Lokananta, R. (2024). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Siswi Di Sman 2 Bangkinang Kota. *Jurnal Kesehatan Bertuah Indonesia*, 1(1), 75–87.
- Lovita, L. (2022). Pegaruh Terapi Abdominal Streching Terhadap Tingkat Dismenorea Pada Remaja Putri Sma Negeri 11 Kota Jambi Tahun 2022. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 5(1), 118–125. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v5i1.1114>
- Marlina, L. (2024) Penerapan Psikoedukasi Dalam Penanganan Stress Akademik Pada Siswa Kelas Xi Man I Bekasi [*Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, P-Issn: 2615-0921 E- Issn: 2622-6030 Volume 7 Nomor 9 Tahun 2024] Hal 3959-3974
- Maedy, F. S., Permatasari, T. A. E., & Sugiatmi, S. (2022). Hubungan Status Gizi dan Stres terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri di Indonesia. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.1-10>
- Memorisa, G., Aminah, S., & Y, galuh pradian. (2020). Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(1), 165–171.

- Nikmah, A. N. (2020). Pengaruh Abdominal Sretching Terhadap Perubahan Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*, 4(3), 119–123.
- Nisak, Y. (2018). *Pengaruh Abdominal Stretching Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri*. 1(1), 30-34.
- Puji Lestari, A., Tri Ningsih, W., & Triana Nugraheni, W. (2023). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Tingkat Dismenore Pada Mahasiswa D3 Keperawatan Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2582–2588. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.507>
- Pujiati, E. (2024). Tingkat Stres Terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri: *Studi - Cross Sectional*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 15(1), 110–118. <https://doi.org/10.26751/jikk.v15i1.2190>
- Putra, S., Risnita, R., Jailani, M. S., & Nasution, F. H. (2023). *Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876-27881.
- Prawihardjo, S. (2012). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka
- Rahayu, F. T., Feriani, P., & Wijayanti, T. (2020). *Hubungan Kepribadian dengan Tingkat Depresi Ibu Postpartum di Puskesmas Trauma Center Samarinda*.
- Handayani, S. (2022). Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di SMK PGRI 1 Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), 97–101. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss1.1079>
- Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8265>
- Salsabila Putri, J., Triana Nugraheni, W., & Tri Ningsih, W. (2023). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Siswi Di Mts Muhammadiyah 2 Palang Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2589–2599. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.508>
- Safitri, S., & Gustina, G. (2022). Edukasi Kunyit Asam Pereda Dismenorea. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(2), 178. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i2.306>
- Selviyana & Hanifah, M. (2024). *Perubahan Fisik, Kognitif, Dan Psikosial Selama Masa*. 8(11), 113–119.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods For Business: A Skill Building Approach* John Wiley & Sons
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., & Trisnamiati, A. (2017). *Buku: Manajemen Kesehatan Menstruasi*.
- Siregar, Y. S., Darwis, M., Baroroh, R., & Andriyani, W. (2022). Peningkatan Minat Belajar Peserta Didik Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Yang Menarik Pada Masa Pandemi Covid 19 Di Sd Swasta Hkbp 1 Padang

- Sidempuan. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 69-75.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (4th ed.). Alfabeta.
- Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults Patients. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.33655/mak.v3i1.51>
- Wahyuni, S. and Wiranto, P. D. (2017). Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 2 Klaten.', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 7(14).
- Windastiwi, W., Pujiastuti, W., & Mundarti, M. (2017). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 17. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1909>
- Yunika, R. P., Umboro, R. O., Apriliany, F., & Al Fariqi, M. Z. (2023). Konseling, Informasi, Dan Edukasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. *Jurnal LENTERA*, 2(2), 205–212. <https://doi.org/10.57267/lentera.v2i2.195>

