

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda Aprilia, T., Noor Prastia, T., & Saputra Nasution, A. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor. *Promotor*, 5(3), 296–309. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i3.6171>
- Amalia, A. R., Susanti, Y., & Haryanti, D. (2020). Efektifitas kompres air hangat dan air dingin terhadap penurunan intensitas nyeri pada remaja putri dengan dismenore. *Journal Kebidanan Malakbi*, 1, 7–15.
- Ammar, U. R. (2018). Faktor Risiko Dismenore Primer pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), 37–49. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i1.37-49>
- Aulia, N. N. (2018). *Pengaruh teknik relaksasi progresif terhadap tingkat nyeri haid (dismenorrhea) pada mahasiswi di universitas 'aisyiyah yogyakarta naskah publikasi.*
- Binti, W. N. (2021). Dismenore Dengan Latihan Senam Yoga. *Jurnal Keperawatan*, 5–7.
- Damayanti, Siska Bela., Anita Istningtyas., I. K. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Stres Remaja Putri Saat Premenstrual Syndrome. *Scientific Reports*, 1–20.
- Dewi, P. K., Patimah, S., & Khairiyah, I. I. (2020). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 4(02), 16–24. <https://www.neliti.com/publications/267044/pengaruh-relaksasi-otot-progresif-terhadap-penurunan-nyeri-punggung-bagian-bawah#cite>.
- Dzia, A. G. (2021). Akupresur Untuk Dismenore: Study Literature Review. *Program Studi S1 Ilm Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muammadiyah Magelang 2021.* <http://eprintslib.ummgl.ac.id/id/eprint/2841>
- Fabiana Meijon Fadul. (2019a). *Asuhan Keperawatan khususnya pada Anak A pada tahap usia dewasa.* 6–51.
- Fabiana Meijon Fadul. (2019b). *Metode penelitian.*
- Fabiana Meijon Fadul. (2019c). *penyuluhan swamedikasi dismonore dipanti yatim putri.* 5, 753–759.
- Febrina, R. (2021). Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Mengatasinya di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 187. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.316>

- Fira, H., Apriza, A., & Wati, N. K. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri Di Desa Pulau Jambu. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 400–407. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1550>
- Fira, H., Apriza, & Kusumawati, N. (2021). *Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri di desa pulau jambu wilayah kerja puskesmas kuok*. 5(April), 400–407.
- Fitri, Y. (2018). pengaruh pemberian relaksasi otot progresif terhadap penurunan Nyeri Haid pada pada remaja. In *Bitkom Research* (Vol. 63, Issue 2). http://forschungsunion.de/pdf/industrie_4_0_umsetzungsempfehlungen.pdf%0Ahttps://www.dfki.de/fileadmin/user_upload/import/9744_171012-KI-Gipfpapier-online.pdf%0Ahttps://www.bitkom.org/sites/default/files/pdf/Presse/Anhaenge-an-PIs/2018/180607-Bitkom
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237–248. <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/384>
- Heryana, A. (2020). Etika Penelitian. *Berkala Arkeologi*, 25(1), 17–22. <https://doi.org/10.30883/jba.v25i1.906>
- Hijriani, I. A. (2019). *Tingkah Laku Salah Suai Dan Upaya Penanganannya Oleh Guru Pembimbing Di Mts Baitul Makmur Ditinjau Dari Tugas Perkembangan Remaja*. [http://e-theses.iaincurup.ac.id/474/%0Ahttp://e-theses.iaincurup.ac.id/474/1/Irina Amatullah Hijriani Nim. 15641007 Prodi. BKPI.pdf](http://e-theses.iaincurup.ac.id/474/%0Ahttp://e-theses.iaincurup.ac.id/474/1/Irina%20Amatullah%20Hijriani%20Nim.%2015641007%20Prodi.%20BKPI.pdf)
- Indrayani, T., Astiza, V., & Widowati, R. (2021). Pengaruh Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Putri. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 94–103. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.109>
- Juwita, R., & Pertiwi, E. R. (2023). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi Mahasiswa Tingkat 2 Akademik Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh*. 11(April), 91–101. <https://doi.org/10.47794/jkhws>
- Kasan, H. A., Taqiyah, Y., Keperawatan, I., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M., & K, E. P. K. (2023). *Judul Artikel Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Dismenore pada Remaja PENDAHULUAN Masa remaja dimana antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa . Masa ini ditandai dengan percepatan*

perkembangan fisik , mental , emosion. 4(1), 88–95.

- Khairunnisa, N., Sukohar, A., Hanriko, R., Septa, T., Kedokteran, F., Lampung, U., Farmakologi, B., Kedokteran, F., Lampung, U., Anatomi, B. P., Kedokteran, F., Lampung, U., Jiwa, B. K., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2018). *Hubungan Pemberian Dark Chocolate Terhadap Penurunan Skala Nyeri Menstruasi (Dismenorea Primer) Yang Dipengaruhi Dengan Kondisi Stres Pada Mahasiswi Kedokteran Universitas Lampung The Correlation of Dark Chocolate on Decreasing Pain Scale from Primary D. 7(12), 81–89.*
- Kiki Natassia, M. K. (2022). *Monograf: Aromaterapi Lavender Untuk Dismenore.*
- Kristina, C., Hasanah, O., & Zukhra, R. M. (2021). Perbandingan Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Akupresur Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi FKP Universitas Riau. *Health Care : Jurnal Kesehatan, 10(1), 104–114.* <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i1.96>
- Lumbantobing, M., Siagian, L., & Silangit, T. (2020). Literature Review Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Fisioterapi Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Hernia Nukleus Pulposus (Hnp). *Jurnal Kedokteran Methodist, 13(1), 37–42.* <https://ejurnal.methodist.ac.id/index.php/jkm/article/view/672>
- Mayasari, A. T., Fabrianti, H., & Primadevi, I. (2021). *Kesehatan Reproduksi Wanita.* https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=K00iEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA25&dq=pengertian+pertumbuhan+dan+perkembangan+remaja+&ots=VFssxK9_0k&sig=6CzHAI8_dzyO_czC9nReWCUh0rc&redir_esc=y#v=onepage&q=pengertian+pertumbuhan+dan+perkembangan+remaja&f=false
- Morier, J. (2019). Nyeri Haid Penyebab dan Penanggulangan. *British Birds, VI(1), 367–372.*
- Mouliza, N. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20(2), 545.* <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.912>
- Muhammad, J. (2019). Pengaruh Hypnotherapy terhadap Dismenore. *Study Mahasiswa S1 Keperawatan UMM, 4(1), 12–98.*
- Ningsih, N. E. R. (2019). *Universitas Muhammadiyah Magelang Tahun 2019. 64.*
- Nurfadila, A. (2020). Penatalaksanaan Non Farmakologi Untuk Mengurangi Dismenore Pada Remaja. *Kaos GL Dergisi, 8(75), 147–154.* <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798%0Ahttps://doi.org/10.1016/j>

smr.2020.02.002%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0Ahttp://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391%0Ahttp://www.science-direct.com/science/article/pii/B9780857090409500205%0Ahttp:

- Nurfiana, T., Jama, F., & Sunarti. (2021). Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Penurunan Tingkat Dismenore. *Window of Nursing Journal*, 02(02), 315–326.
- Octavia, S. A. (2020a). *motivasi belajar dalam perkembangan remaja*. CV Budi Utama.
- Octavia, S. A. (2020b). *Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja*. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=QmrSDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pengertian+pertumbuhan+dan+perkembangan+remaja+&ots=03jhz7NHLD&sig=OFShig1JZBpk7or2WZfJy57DXDo&redir_esc=y#v=onepage&q=pengertian+pertumbuhan+dan+perkembangan+remaja&f=false
- Oktapiana, L., Susanti, R., Lestari, A., & ... (2021). Penyuluhan Tentang Pijat Akupresure pada Remaja untuk Mengurangi Nyeri Haid. *Call for Paper* ..., 144–148. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1112>
- Pawestri, P., Dhamanik, R., Khayati, N., & Machmudah, M. (2022). *Penyuluhan dan Pelatihan Pijat Endorphin dan Relaksasi Otot Progresif dalam Upaya Mengatasi Dismenore pada Remaja di SMP Negeri 1 Lasem*. 2(2).
- Pinzon, R. T. (2016). *Pengkajian nyeri komprehensif*.
- Purnama, F. H., & Raharjo, S. T. (2018). Peran sekolah dan perilaku remaja. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 205–213.
- putri Va. (2021). *Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Penurunan Dismenore Primer pada remaja*. 1–64.
- Rahayu, S., Fauziah, S., Fajarini, M., Setyaningrum, W., Wahyu, M., Puspita, K., Tiana, D. A., Hadawiyah, E., & Sinta, A. (2022). Penerapan Terapi Murottal Sebagai Terapi Non Farmakologis Untuk Mengurangi Nyeri Pasien. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 2903–2912. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/9236>
- Ramadhani, D. P., & Saudah, N. (2022). *Pengaruh Hipnoterapi terhadap Nyeri Dismenore pada Remaja Putri*. 8(1). <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Ryantama, A. A. W. (2018). Respon Tubuh Terhadap Nyeri. *Fakultas Kedokteran Universitas Udayana RSUP Sanglah Denpasar*, 3(1), 3–18.

- Salamah, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), 123–127. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.382>
- Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 177. <https://doi.org/10.22146/jkr.55433>
- Sarwono. (2019). *Psikologi Remaja*.
- Sulistyorini, S., Santi, Monica, S., & Ningsih, S. S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Disminorhea Primer Pada Siswi SMA PGRI 2 Palembang. *Kebidanan STIK Bina Husada Palembang*, 5(1), 223–231.
- Suwanti, S., Wahyuningsih, M., & Liliana, A. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Cytrus) Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Di Universitas Respati Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 345–349.
- Vermarina, N., & Juniar, S. (2022). *Pengaruh Endorphin massage terhadap intensitas dismenore pada mahasiswa jurusan keperawatan poltekkes kemenkes Yogyakarta*. 1–23. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/10753/>
- Volkers, M. (2019). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswa. *Ayan*, 8(5), 55.
- Wahyuni, W., & Zulfahmi, U. (2021). Prevalensi dan Gambaran Karakteristik Dismenorea pada Remaja. *Griya Widya: Journal of Sexual and Reproductive Health*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.53088/griyawidya.v1i1.104>
- Widyaningrum, D. A., & Sari, D. I. P. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Menghadapi Premenstrual Syndrome (PMS). *Jurnal Keperawatan*, 11(1), 22–30. <http://jurnalkeperawatan.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/48> (20 Sep.2018)
- Widyastuti, E. (2020). *Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala Dismenorea pada Pasien Remaja di Klinik Rama Husada Sragen*. 1–87.
- Wulandari, A., Rodiyani, & Sari, R. D. P. (2018). Pengaruh Pemberian Ekstrak Kunyit (*Curcuma longa linn*) dalam Mengatasi Dismenorea [Effect of Turmeric Extract (*Curcuma longa linn*) in Reducing Dysmenorrhoea]. *Majority*, 7(2), 193–197.

Zaki, M., & Saiman, S. (2021). Kajian tentang Perumusan Hipotesis Statistik Dalam Pengujian Hipotesis Penelitian. *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(2), 115–118. <https://doi.org/10.54371/jiip.v4i2.216>