

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 2476–2482. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800>
- Alorfi, N. M. (2023). Pharmacological Methods of Pain Management: Narrative Review of Medication Used. *International Journal of General Medicine, Volume 16*(July), 3247–3256. <https://doi.org/10.2147/ijgm.s419239>
- Amilisyah, 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>
- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3511>
- Anggraini, M. A., Lasiaprillianty, I. W., & Danianto, A. (2022). Diagnosis dan Tata Laksana Dismenore Primer. *Cermin Dunia Kedokteran*, 49(4), 201. <https://doi.org/10.55175/cdk.v49i4.1821>
- Ardiani, N. D., & Sani, F. N. (2020). Pemberian Abdominal Stretching Exercise Terhadap Nyeri Disminore Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 29–33. <https://doi.org/10.48144/jiks.v13i1.223>
- Artawan, I. P., IKetut Alit Adianta, Ik. A. A., & Ida Ayu Manik Damayanti, I. A. M. D. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itekes Bali Tahun 2022. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 94–99. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.412>
- Bahrudin, M. (2020). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Christiana, E., Nindawi, N., & Mufida, Y. R. (2023). Derajat Dismenore Pada Mahasiswi Diii Keperawatan Yang Mengalami Obesitas Di Politeknik Negeri Madura. *SAKTI BIDADARI (Satuan Bakti Bidan Untuk Negeri)*, 6(2), 84–89. <https://doi.org/10.31102/bidadari.2023.6.2.84-89>
- Diananda, A. (2020). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Eka Kartika, S. M. L. (2023). *EFEKTIVITAS PENURUNAN RASA NYERI DISMENORE DENGAN TERAPI YOGA PADA REMAJA PUTRI DI MTS HI*

KARAWANG Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Vokasi , Universitas Indonesia Maju. 6, 60–66.

- Fajrin, D. H. (2022). *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI) available online at <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok> KONTRIBUSI PERMAINAN TRADISIONAL. 3, 38–43.*
- Faridah, B., Handin, H. R. S., & Dita, R. (2020). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Effect of Abdominal Stretching Exercise For Reducing Menstrual Pain The Intensity of Adolescent Girl. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan), 3(2), 68–73.*
- Gunawati, A., & Nisman, W. A. (2021). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. 8(1). <https://doi.org/10.22146/jkr.56294>*
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L. N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan, 9(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>*
- Idaningsih, A., & Oktarini, F. (2020). Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia, 2(1), 1–118.*
- Indra Hizkia P, Lindawati F. Tampubolon, & Eva Lolyta Br. Hutahaeen. (2024). Relationship between Knowledge and Attitudes of Young Women in Dealing with Dysmenorrhea at SMA Negeri 12 Medan 2023. *Jurnal Midwifery, 6(1), 12–28. <https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.45167>*
- 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. <https://doi.org/10.47560/keb.v13i1.598>*
- Itani, R., Soubra, L., Karout, S., Rahme, D., Karout, L., & Khojah, H. M. J. (2022). Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates. *Korean Journal of Family Medicine, 43(2), 101–108. <https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103>*
- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Ked. N. Med , 5(3), 66–73.*
- Kaur, J., Sheoran, P., & Sarin, J. (2020). *Effectiveness of Warm Compression on Lumbo-Sacral Region in Terms of Labour Pain Intensity and Labour Outcomes among Nulliparous : an Interventional Study. 9(1), 9–12. <https://doi.org/10.34172/jcs.2020.002>*

- Kesehatan, K. etik P. dan P. K. N. K. (2020). *PEDOMAN DAN STANDAR ETIK PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN KESEHATAN NASIONAL*.
- Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja Non-Pharmacological Therapy to Overcome Dysmenorrhea Pain in Adolescents. *Faletehan Health Journal*, 9(3), 343–352.
- Marwoko, G. (2020). Psikologi Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Tabbiyah Syari'ah Islam*, 26(1), 60–75.
- Misliani, A., Mahdalena, M., & Firdaus, S. (2020). Gambaran Derajat Dismenore Dan Upaya Penanganan Dismenore Dengan Cara Farmakologi Dan Nonfarmakologi Pada Siswi Kelas X Di Man 2 Rantau. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(1), 23–32. <https://doi.org/10.31964/jck.v7i1.100>
- Mukhid. (2021). *Metodologi penelitian pendekatan kuantitatif*.
- Nikmah, A. N. (2020). Pengaruh Abdominal Sretching Terhadap Perubahan Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*, 4(3), 119–123.
- Nurwana, N., Sabilu, Y., & Fachlevy, A. F. (2020). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), 1–14. <https://www.neliti.com/publications/185630/analisis-faktor-yang-berhubungan-dengan-kejadian-disminorea-pada-remaja-putri-di#cite>
- Oktami, A. D., Marlina, H., & Harnani, Y. (2022). Efektivitas Latihan Abdominal Streching Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Pekanbaru. 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1095>
- Ph.D. Ummul Aiman., Suryadin Hasda., Masita., & Meilida Eka Sari. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini*.
- Pinzon, R. T. (2018). Pengkajian Nyeri. In *Buku pengkajian nyeri*.
- Rahmawati, E., Maret, U. S., & Terapan, K. S. (2023). *Penyuluhan Dismenore serta Upaya Penanganan kepada Remaja Putri Dukuh Dukuhan Desa Sambirejo*. 1(1), 17–21.
- Rodiah, S. A., & Hidayanti, D. (2022). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Dysmenorrhoea. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 959–969. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.780>
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., & Nikmah, A. N. (2020). Gambaran faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 159–165. <https://doi.org/10.30737/jumakes.v1i2.775>

- Suganda, A. R., Septiani N, T., & Nuryuniarti, R. (2021). Efektifitas Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 5(2), 62–71. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v5i2.1857>
- Sugiyono. (2019). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF KUALITATIF DAN R&D*.
- Syaiful, Y., & Naftalin, S. V. (2020). Abdominal Stretching Exercise Menurunkan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 269–276. <https://doi.org/10.32831/jik.v7i1.195>
- Triningsih, R. W., & Mas'udah, E. K. (2023). Studi Literatur: Mengurangi Dismenorea Melalui Penanganan Komplementer. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 46–56. <https://doi.org/10.47560/keb.v12i1.489>
- Tsai et al. (2024). *Comparative Effectiveness of Different Exercises for Reducing Pain Intensity in Primary Dysmenorrhea: A Systematic Review and Network Meta-analysis of Randomized Controlled Trials*.
- Wahyu, H., & Priharyanti, W. (2020). *PENERAPAN ABDOMINAL STRETCHING EXERCISE TERHADAP INTENSITAS DISMENOIRE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI DESA SUGIHAN KAB.SEMARANG*. 1–5.
- Yuniza, Y., Novayanti, W. C., & Suzana, S. (2021). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja. *Masker Medika*, 9(1), 365–371. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v9i1.440>