

## DAFTAR PUSTAKA

- Aboushady, R., Mohamed-Nabil Aboushady, R. and Mohamed Khalefa El-saidy, T. (2016) 'Effect of Home based Stretching Exercises and Menstrual Care on Primary Dysmenorrhea and Premenstrual Symptoms among Adolescent Girls New trends View project Effect of Home based Stretching Exercises and Menstrual Care on Primary Dysmenorrhea and Premenst', *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 5(2), pp. 47–57. doi: 10.9790/1959-0502054757.
- Alsaleem, M. A. (2018) 'Dysmenorrhea, associated symptoms, and management among students at King Khalid University, Saudi Arabia: An exploratory study', *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 7(4), pp. 769–774. doi: 10.4103/jfmipc.jfmipc\_113\_18.
- De Angelis, C. *et al.* (2020) 'Smoke, alcohol and drug addiction and female fertility', *Reproductive Biology and Endocrinology*, 18(1), pp. 1–26. doi: 10.1186/s12958-020-0567-7.
- Anjani, A. D. *et al.* (2022) 'Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Kecemasan Pasien Pre Sectio Caesarea Di Rsud Engku Haji Daud', *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 6(1), pp. 11–20. doi: 10.36341/jomis.v6i1.1946.
- Anurogo, D. and Wulandari, A. (2011) *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Aprillia, Y. (2010) *Hipnostetri: Rileks, Aman dan Nyaman Saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Aprillia, Y. and Ritchmond, B. (2011) *Gentle Birth: Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Arianti, D. and Restipa, L. (2019) 'Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida', *Jik- Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), p. 103. doi: 10.33757/jik.v3i2.232.
- Arikunto, S. (2011) *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Revisi VII. Jakarta: PT Rhineka Cipta.
- Aspiani, R. Y. (2017) *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Trans Info Media.
- Ayuisma, S. A. (2020) 'Penerapan Endorphin Massage untuk Menurunkan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sewon 2 Bantul'.
- Ayuningtyas, I. F. (2019) *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Azizah, I. N., Widyawati, M. N. and Anggraini, N. N. (2011) 'Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Persalinan Normal Ibu Primipara DI BPS S dan B Demak Tahun 2011', *Jurnal Unimus*, 1(1), pp. 90–96.

- Beddu, S., Mukarramah, S. and Lestahulu, V. (2015) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 1(1), 16–21. <https://doi.org/10.36749/seajom.v1i1.53i>', *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 1(1), pp. 16–21.
- Bilir, E. *et al.* (2020) 'The impact of dysmenorrhea and premenstrual syndrome on academic performance of college students, and their willingness to seek help', *Turkish Journal of Obstetrics and Gynecology*, 17(3), pp. 196–201. doi: 10.4274/tjod.galenos.2020.97266.
- Cunningham (2013) *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC.
- Donsu, J. D. T. (2016) *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Elvira, M. (2018) 'Effect of Endorphine Massage to Pain Scale High School In The Disminore Experience', *Jurnal Ipteks Terapan*, 12(2), p. 155. doi: 10.22216/jit.2018.v12i2.1542.
- Fauziah, M. N. (2015) 'Pengaruh Latihan Abdominal Stretching Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) pada Remaja Putri di SMK Al Furqon Bantarkawung Kabupaten Brebes', *Skripsi*, pp. 1–108. Available at: <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/28982>.
- Ghanghoriya, V. (2018) 'Prevalence of dysmenorrhoea and its effect on quality of life amon nursing students', *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 7(6), pp. 2129–2135. doi: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20181960>.
- Guyton (2016) *Textbook of Medical Physiology*. 13th edn. Philadelphia: Elsevier.
- Hartati (2015) 'Pengaruh Teknik Relaksasi Front Effleurage terhadap Nyeri Dismenore', *Jurnal Riset Kesehatan*, Vol. 4 No.
- Hasibuan, P. H. (2018) *Pengaruh Massage Endorphin terhadap Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang tahun 2018*.
- Hawker, G. A. *et al.* (2011) 'Measures of adult pain: Visual Analog Scale for Pain (VAS Pain), Numeric Rating Scale for Pain (NRS Pain), McGill Pain Questionnaire (MPQ), Short-Form McGill Pain Questionnaire (SF-MPQ), Chronic Pain Grade Scale (CPGS), Short Form-36 Bodily Pain Scale (SF)', *Arthritis Care and Research*, 63(SUPPL. 11), pp. 240–252. doi: 10.1002/acr.20543.
- Hestiantoro, A. (2012) *Best Practices on imperial infertility, menopause, pcos, endometriosis, recurrent misscarriage, invitro fertilization, adolescent gynecology, abnormal uterine bleeding*. Jakarta: Sagung Seto.
- Hidayat, A. A. A. (2014) *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis*

*Data*. Jakarta: Salemba Medika.

- Judha, M., Sudarti and Fauziah, A. (2018) *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kordi, M., Mohamadirizi, S. and Shakeri, M. T. (2013) 'The relationship between occupational stress and dysmenorrhea in midwives employed at public and private hospitals and health care centers in Iran (Mashhad) in the years 2010 and 2011.', *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 18(4), pp. 316–22. Available at: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24403929> <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC3872868>.
- Kusmiran, E. (2016) *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lemeshow, S. *et al.* (1997) *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E. and Cashion, K. (2013) *Keperawatan Maternitas*. 8th edn. Singapore: Elsevier.
- Lubis, N. L. (2013) *Wanita dan Reprodusinya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Luklukaningsih, Z. (2014) *Anatomi Fisiologi dan Obsgyn Untuk Kebidanan: Dilengkapi panduan praktikum, belajar mandiri, dan patologi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Marmi (2013) *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- McCance, K. L. and Huether, S. E. (2015) *Pathophysiology*. Philadelphia: Elsevier.
- Mongan, M. F. (2009) *Hypno birthing : The Mongan method : metode melahirkan secara aman, mudah, dan nyaman*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Mönks, F. ., Knoers, A. M. . and Haditono (2008) *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Moon, D. (2021) 'A Study on Menstrual Pain , Clinical Practice Stress and Clinical Competence Among Nursing Students', *Journal of Convergence for Information Technology*, 11(8), pp. 53–61. doi: <https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2021.11.08.053>.
- 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), p. 545. doi: 10.33087/jiubj.v20i2.912.
- Mubarak, W. I., Indrawati, L. and Susanto, J. (2015) *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.

- Notoatmodjo, S. (2014) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rhineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Nurfadillah, H., Sri, M. and Aisyah, I. S. (2021) ‘Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi’, *Jurnal Kesehatan komunitas Indonesia*, 17(1), pp. 247–256.
- Nurkhasanah, S. (2021) ‘Pengaruh Endorphin Massage terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Persalinan di PMB E Pekanbaru 2019’, *Prosiding Saintek Semnas MIPAKes Umri*, 2, pp. 232–241.
- Nursalam (2017) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. 4th edn. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P. A. and Perry, A. G. (2010) *Fundamental Keperawatan*. 7th edn. Jakarta: Salemba Medika.
- Pramardika, D. D. and Fitriana (2019) *Panduan Penanganan Dismenore*. Yogyakarta: Deepublish.
- Proverawati, A. and Misaroh, S. (2009) *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. 1st edn. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purwaningsih, W. and Fatmawati, S. (2010) *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puterida, Netty and Ilmi, M. B. (2020) ‘Hubungan pengetahuan, tingkat stres dan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi fkip prodi bimbingan dan konseling (bk) uniska mab banjarmasin tahun 2020’, *Hubungan Pengetahuan, Tingkat Stress Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Disminore Pada Mahasiswi FKIP Prodi Bimbingan Dan Konseling (BK) UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020*, pp. 1–11.
- Putri, E. A. A. (2021) *Endorphin Massage untuk Pengurangan Nyeri Punggung Bawah Pada Bersalin, Nifas, KB dan BBL*.
- Putri, R. C. (2019) *Hubungan Antara Status Gizi, Riwayat Keluarga dan Rutinitas Olahraga dengan Kejadian Dismenore pada Siswi Kelas X di SMA 08 Potianak*.
- Rachmawati, A. *et al.* (2020) ‘Efektivitas Endorphin Massage dan Senam Dismenore dalam Menurunkan Dismenore Primer’, *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia : The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(1), pp. 56–61.
- Rahayu, A., Pertiwi, S. and Patimah, S. (2017) ‘Pengaruh Endorphin Massage terhadap Rasa Sakit Dismenore Pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2017’, *Jurnal Bidan, ‘Midwife Journal’*, 3, pp. 22–30.

- Rahmadhayanti, E. and Rohmin, A. (2016) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Dismenorea Primer pada Remaja Putri Kelas XI SMA Negeri 15 Palembang', *Jurnal Kesehatan*, 7(2), p. 255. doi: 10.26630/jk.v7i2.197.
- Rahmawati, W. (2020) *Pengaruh massage endorphine terhadap penurunan nyeri dismenorea pada siswi kelas viii di smp pgri kasihan bantul yogyakarta*. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Rakhma, A. (2012) *Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Penanganannya Pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat*. Universitas Islam Negeri Jakarta. Available at: [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/24158/1/ASTRI DA RAKHMA-fkik.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/24158/1/ASTRI%20DA%20RAKHMA-fkik.pdf).
- Ratiyun, R. S. (2022) 'Pengaruh Massase Punggung Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Di Kecamatan Semidang Alas Maras', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, Vol. 9, No. 1, Maret 2022, 9(1), pp. 605–611.
- Rayburn, Wi. F. and Carey, J. C. (2001) *Obstetrics and Gynecology*. Edited by V. Saputra. Jakarta: Medika, Widya.
- Rohmawati, W. and Hartati, L. (2019) 'Stimulasi Kutaneus (Slow Stroke back Massage) terhadap Nyeri dismenorea Primer', *Involusi Kebidanan*, 9, pp. 109–121.
- Rosenthal, S. (2013) *Pedoman untuk Wanita Revolusi Terapi Hormon*.
- Saputra, D., Ayubbana, S. and Utami, I. T. (2021) 'Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Gastritis', *Jurnal Cendekia Muda*, 1(September), pp. 390–394.
- Sarwono, S. (2011) *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Sastroasmoro, S. and Sofyan (2016) *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. 5th edn. Jakarta: Sagung Seto.
- Septiani, H. and Dewi, S. W. R. (2021) 'Perbandingan Pengaruh Teknik Endorphine Massage Dengan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Dismenore', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(2), pp. 319–323. doi: 10.33024/jkm.v7i2.3824.
- Sherwood, L. (2014) *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. 8th edn. Jakarta: EGC.
- Siahaan, P. G. (2017) *Pengaruh Pijat Endorphin terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Klinik Bersalin Citra Medan Tahun 2017*. Poltekkes Kemenkes Medan.
- Smeltzer, S. C. and Bare, B. G. (2002) *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. 8th edn. Jakarta: EGC.
- Sofia, A. and Adiyanti (2013) 'Hubungan Pola Asuh Otoritatif Orang Tua

danKonformitas Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Moral’.

Sulistiyorini (2017) *Buku Ajar Mata Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Rihanna.

Takhelchangbam, N. *et al.* (2021) ‘Prevalence of Dysmenorrhea, Its Effect on Class Attendance and Treatment Pattern Among Medical, Nursing and Para-Medical Female Students of a University in Etawah District’, *International Journal of Healthcare Education & Medical Informatics*, 8(3), pp. 8–13. doi: <https://doi.org/10.24321/2455.9199.202105>.

Taqiyah, Y. and Alam, R. I. (2020) ‘Kejadian Obesitas Dengan Tingkat Dismenhore Primer Pada Remaja Putri PENDAHULUAN Obesitas berasal dari bahasa latin yaitu ob yang berarti “ akibat dari ” dan esum artinya “ makan ” oleh karena itu obesitas dapat d idefinisikan sebagai akibat dari pola mak’, *Nursing Jornal*, 01(01), pp. 1–6.

Tombakan, K. C., Pangemanan, D. H. C. and Engka, J. N. A. (2017) ‘Hubungan antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado’, *Jurnal e-Biomedik*, 5(1). doi: 10.35790/ebm.5.1.2017.15978.

Tsamara, G., Raharjo, W. and Putri, E. A. (2020) ‘Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura’, *Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), pp. 130–140.

Wulanda, C., Luthfi, A. and Hidayat, R. (2020) ‘Efektifitas Senam Disminore Pada Pagi Dan Sore Hari Terhadap Penanganan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Saat Haid Di SMPN 2 Bangkinang Kota Thun 2019’, *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 1(1), pp. 1–11.

Yudita, N. A., Yanis, A. and Iryani, D. (2017) ‘Hubungan antara Stres dengan Pola Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas’, *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(2), p. 299. doi: 10.25077/jka.v6i2.695.

Yuliana, I. (2019) ‘Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Siswi Kelas XII SMA Negeri Baturraden’.

Zakaria, N., Rahmawati, A. and Zatri, R. (2015) *Pengantar Kesehatan Reproduksi: Bidang Keahlian Kesehatahan*. Jakarta: EGC.