

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, S. A. M., Farhana, F., Wahyudi, C. T., & Tobing, D. L. (2022). Kenali dan Atasi Nyeri Haid pada Remaja Putri Melalui Teknik Abdominal Stretching. *Jurnal Abdidas*, 3(3), 543-547
- Agustin, M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswi Akper As-Syafi'iyah Jakarta. *Jurnal Afiat*, 4, 603-612
- Alam, N., Deni Dharmayanti, N., & Jumhati, S. (2020). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenorea) Primer Pada Mahasiswi DIII Analisis Kesehatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 213–220.
- Anugroho, Dito & Wulandari, A 2011, *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*, CV Andi Offset, Jogjakarts
- Arikunto, S., 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta
- Chen, C. X Draucker, C. B., & Carpenter, J. S. (2018). What Women Say About Their Dysmenorrhea. *BMC Women's Health*, 18,1.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13-13.
- E Sibagariang, Pusmaika Rangga R. Kesehatan reproduksi wanita. 1st ed. Trans Info Media ; Jakarta. Jakarta: Trans Info Media; 2016
- Ernawati, S. Manajemen kesehatan menstruasi (S. Ernawati & S. Nonon (eds.)) Uniersitas Nasional IWWASH ; 2017.
- Gainau, M. B. (2021). *Perkembangan Remaja Dan Problematikanya* (C. Subagya (ed.)). Penerbit PT Kanisius
- Hadi Pratomo dkk. Kesehatan Reproduksi Remaja: Teori & Program Pelayanan di Indonesia/ Hadi Pratomo dkk. Ed. 1-Cet. 1.- Depok: Rajawali Pers, (2020).
- Ismaningsih, I., Herlina, S., & Nurmaliza, N. (2019). Edukasi Pemberian Stretching dan Neuromuskular Taping dalam Mengurangi Nyeri Haid Primer (Dismenore Primer) pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(2), 8-14.
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian*. Yogyakarta : Nuhu Media

- Mahayati, N. M. D. (2020). Bimbingan Abdominal Exercise Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati II Kabupaten Gianyar. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat*, 2(2), 79-87.
- Manuaba. (2015). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC
- Marlia, T. (2020). Hubungan Antara Usia dan Tingkat Pengetahuan Dengan Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri di SMK Widya Utama Indramayu Tahun 2019. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 41-50.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo., (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* : Rineka Cipta.
- Nuari Andolina, S., Mardiana, H. R., Qurrata a'yun, S., Rachman, M., ST, S., Ida Susila, S. S. T., & Zeny Fatmawati, S. S. T. (2023). *Buku Ajar Remaja S1 Kebidanan*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Nugroho, H. F., Nuraeni, N., & Badrudin, U. (2022). Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2b), 128-133.
- Oktaviani.J. (2020) *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*. *Sereal Untuk*, 8(1), 51.
- Prakasiwi, S. I. (2020). Efektivitas langkah-langkah peregangan (stretching) untuk menurunkan nyeri dismenore di wilayah Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 1.
- Pratomo, Hadi., et al. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Depok : PT Rajagrafindo Persada.
- Price, S. (2016). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Jakarta: EGC
- Pristianto, A., Mufidah, N. F., Badzlina, F. A., Luthfiah, N. S. M., Syinta, A. N., & Madaniyah, S. A. (2022). Manajemen Edukasi terhadap Penurunan Dismenorea pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Rasyid Kartasura. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 236-242.
- Rahmadaniah, I., & Wulandari, I. (2018). Perbandingan Pemberian Kompres Hangat dan Kompres Dingin terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi. *Cendekia Medika*, 3(1).

- Ratnasari, E., Sari, M. I., & Fajrin, N. (2019). Gambaran Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Penanganan Rasa Nyeri Saat Haid.
- Ratnawati. A. (2018). *Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Gangguan Sistem Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 177-182.
- SELATAN Zuraida, P., Aslim, M., & Fort De Kock Bukittinggi, Stik. (2020). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMA N 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan. *Menara Ilmu*, 14(1).
- Silviani, Yulita Elvira, Tita Rosnita, dan Buyung Keraman. 2020. "Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Dysmenorhea." *Jurnal SMART Kebidanan* 7(1):58–62.
- Sumastri, H., Ocktariyana, O., Septeria, I. P., & Astuti, R. D. (2022). Pendampingan Dan Pelatihan Senam Kombinasi Abdominal Stretching Exercise Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenore. *ABDIKEMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2 Desember), 115-120.
- Syaiful, Y., & Naftalin, S. V. Abdominal Streaching Exercise Menurunkan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri; 2018
- Thermacare. (2010). Abdominal Streaching Exercise For Menstrual Pain.
- Wagiyo & Rahmawati. (2018). Pengaruh Pemberian Abdominal Streaching Exercise Terhadap Tingkat Nyeri Dsmenore Pada Siswa di SMPN 30 Semarang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*
- Wawan dan Dewi M. (2019), Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia, Nuha Medika.
- WHO. 2017. Disminorea. Geneva: WHO.
- Yuniza, Y., Novayanti, W. C., & Suzana, S. (2021). Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja. *Masker Medika*, 9(1), 365-371.
- Yuliana, Ika. 2013. Pengaruh Abdominal Streaching Exercise Terhadap Dysmenorrehea Primer Siswi Man 1 Sukaata. Naskah Publikasi.
- Zuhkrina, Y ., & Martina, M. (2023). Deerminan Faktor Penyebab Dismenore pada Remaja Putri di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh