

SKRIPSI

**GAMBARAN POLA HIDUP PADA WANITA USIA SUBUR (WUS)
YANG MENGALAMI DISMENORE PRIMER**

**Studi *Deskriptif* di Lingkungan Kerja
Panti Lansia Sawayaka, Jepang**



YULIANI DIAH AYU PRASTIKA

NIM: 202208041

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO**

2023

SKRIPSI

**GAMBARAN POLA HIDUP PADA WANITA USIA SUBUR (WUS)
YANG MENGALAMI DISMENORE PRIMER**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Pada
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



YULIANI DIAH AYU PRASTIKA

NIM: 202208041

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO**

2023

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur *Plagiatisme* saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.



Mojokerto, 23 Februari 2024

Yang menyatakan

Yuliani Diah Ayu Prastika

NIM: 202208041

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Studi S1
Kebidanan

Judul : “Gambaran Pola Hidup Pada Wanita Usia Subur (WUS) Yang
Mengalami Dismenore Primer Di Lingkungan Kerja Panti Lansia
Sawayaka, Jepang”

Nama : Yuliani Diah Ayu Prastika

NIM : 202208041

Pada Tanggal : 23 Februari 2024

Oleh:

Pembimbing I Tria Wahyuningrum, S.SiT., M.Keb (.....)

NIK : 162 601 083

Pembimbing II Hj. Indah Kusmindarti, S.ST., M.Kes (.....)

NIK : 162 601 073

BINA SEHAT PPNI

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Sidang Skripsi Pada Program
S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto

Nama : Yuliani Diah Ayu Prastika
NIM : 202208041
Judul : “Gambaran Pola Hidup Pada Wanita Usia Subur (WUS) Yang
Mengalami Dismenore Primer Di Lingkungan Kerja Panti Lansia
Sawayaka, Jepang”
Pada Tanggal :

Mengesahkan:

Tim Penguji

Tanda Tangan

Penguji I : Asirotul Ma'rifah, S.ST., M.Keb (.....)

NIK: 162 601 091

Penguji II : Tria Wahyuningrum, S.Sit., M.Keb (.....)

NIK: 162 601 083

Penguji III : Hj. Indah Kusmindarti, S.ST., M.Keb (.....)

NIK: 162 601 073

Mengetahui,

Ka. Prodi S1 Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI

Mojokerto

Indra Yulianti, S.ST., M.Kes

NIK : 162 601 106

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul ***“Gambaran Faktor Pola Hidup Terhadap Kejadian Dismenore Primer Pada Wanita Usia Subur (WUS) Di Lingkungan Kerja Panti Lansia Sawayaka, Jepang”***. Selesaiannya penulisan Skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada :

1. Dr. Windu Santoso, S.Kep., M.Kep selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh Pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
2. Dr. Tri Ratnaningsih, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Indra Yulianti, SST., M.Kes., selaku Ka. Prodi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Tria Wahyuningrum, S.SiT., M.Keb selaku pembimbing I Skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, serta bimbingan kepada peneliti.
5. Hj. Indah Kusmindarti., SST., Bd., M.Kes selaku pembimbing II Skripsi yang juga telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, serta bimbingan kepada peneliti.
6. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
7. Kepada responden yang telah berkenan untuk meluangkan waktu serta bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.

Mojokerto, 23 Februari 2024



Penulis



MOTTO

“Untuk mengetahui batas maksimal segala kemungkinan, kau harus mencoba melakukan apa-apa yang orang anggap tak mungkin. Jangan bilang tidak mungkin sebelum kamu mati dalam mencobanya.”

- Sultan Muhammad Al Fatih (1453 M)

“Apa yang sebenarnya banyak membuat seseorang merasa gagal atau bahkan tidak menemui pencapaian hidup adalah pemikiran bahwa dia akan mengalami banyaknya kegagalan jika mengambil satu langkah ke depan, padahal dia belum bergerak bahkan jika hanya dengan jarak sejengkal. Ketakutan dan pesimisme, cukup untuk membantu seseorang untuk cepat melaju ke arah pintu `penyesalan`.” (Yuliani Diah)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis dedikasikan kepada kedua orang tua, Kakak tercinta, adik-adik, serta sahabat dan kerabat dekat lainnya, ketulusannya dari hati atas doa yang tak pernah putus, dukungan semangat yang tak ternilai.

Dan juga partner terkasih (Ndutt) atas segala motivasi yang diberikan, sosok yang senantiasa menemani di segala kondisi hati.

BINA SEHAT PPNI

ABSTRACT

DESCRIPTION OF LIFESTYLE PATTERNS IN WOMEN OF FERTILIZING AGE EXPERIENCED PRIMARY DYSMENORRHOEA IN THE WORK ENVIRONMENT OF SAWAYAKA ELDERLY HOMELESS JAPAN 2023

BY: YULIANI DIAH AYU PRASTIKA

Dysmenorrhea is pain during menstruation which can be caused by increased prostaglandin production which results in ischemia in the myometrial cells and increased contractions in the uterus. Lifestyles such as physical activity, stress levels, consumption of fast food and passive smoking have an influence on the incidence of primary dysmenorrhea. This study aims to determine the lifestyle patterns of women of childbearing age who experience dysmenorrhea in the Sawayaka Elderly Home Work Environment, Japan. The research method used is descriptive. The sampling technique in this research was purposive sampling and the sample obtained was 45 respondents. The instruments used were physical activity questionnaires, stress levels, frequency of fast food and passive smoking. The research results showed that the incidence of dysmenorrhea was 100%, light physical activity was 53.3%, the stress level showed the non-stress category was 55.5%, the intensity of fast food consumption showed frequent 82.3% and passive smoking was 55.6%. Based on these results, it is known that apart from stress levels, several lifestyle patterns are likely to trigger primary dysmenorrhea. It is recommended for women of childbearing age to maintain a healthy lifestyle such as increasing physical activity by exercising, avoiding frequent consumption of fast food and also environments with high exposure to cigarette smoke..

Key words: dysmenorrhea, lifestyle, women of childbearing age

ABSTRAK

GAMBARAN POLA HIDUP PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) YANG MENGALAMI DISMENORE PRIMER DI LINGKUNGAN KERJA PANTI LANSIA SAWAYAKA JEPANG TAHUN 2023

OLEH: YULIANI DIAH AYU PRASTIKA

Dismenore merupakan nyeri saat menstruasi yang dapat disebabkan oleh peningkatan produksi prostaglandin yang mengakibatkan iskemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi pada uterus. Pola hidup seperti aktivitas fisik, tingkat stress, konsumsi *fast food* dan perokok pasif memiliki pengaruh dalam kejadian dismenore primer. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola hidup pada wanita usia subur yang mengalami dismenore di Lingkungan Kerja Panti Lansia Sawayaka, Jepang. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling dan sampel yang didapatkan berjumlah 45 responden. Instrument yang digunakan adalah kuesioner aktivitas fisik, tingkat stress, frekuensi *fast food* dan perokok pasif. Hasil penelitian menunjukkan kejadian dismenore 100%, aktivitas fisik ringan sebanyak 53,3%, tingkat stress menunjukkan kategori tidak stress 55,5%, intensitas konsumsi *fast food* menunjukkan sering sebanyak 82,3% dan perokok pasif sebanyak 55,6%. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa selain dari tingkat stress, beberapa pola hidup berkemungkinan dapat memicu terjadinya dismenore primer. Disarankan bagi wanita usia subur untuk dapat menjaga pola hidup sehat seperti meningkatkan aktivitas fisik dengan berolahraga, menghindari seringnya konsumsi *fast food* dan juga lingkungan yang tinggi paparan asap rokok.

Kata kunci : dismenore, pola hidup, wanita usia subur

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRACT.....	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Peneliti	5
1.4.2 Bagi Ilmu Pengetahuan.....	5
1.4.3 Bagi Masyarakat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Dismenore	6
2.1.1 Definisi Dismenore	6
2.1.2 Klasifikasi Dismenore	6
A. Dismenore Primer	6

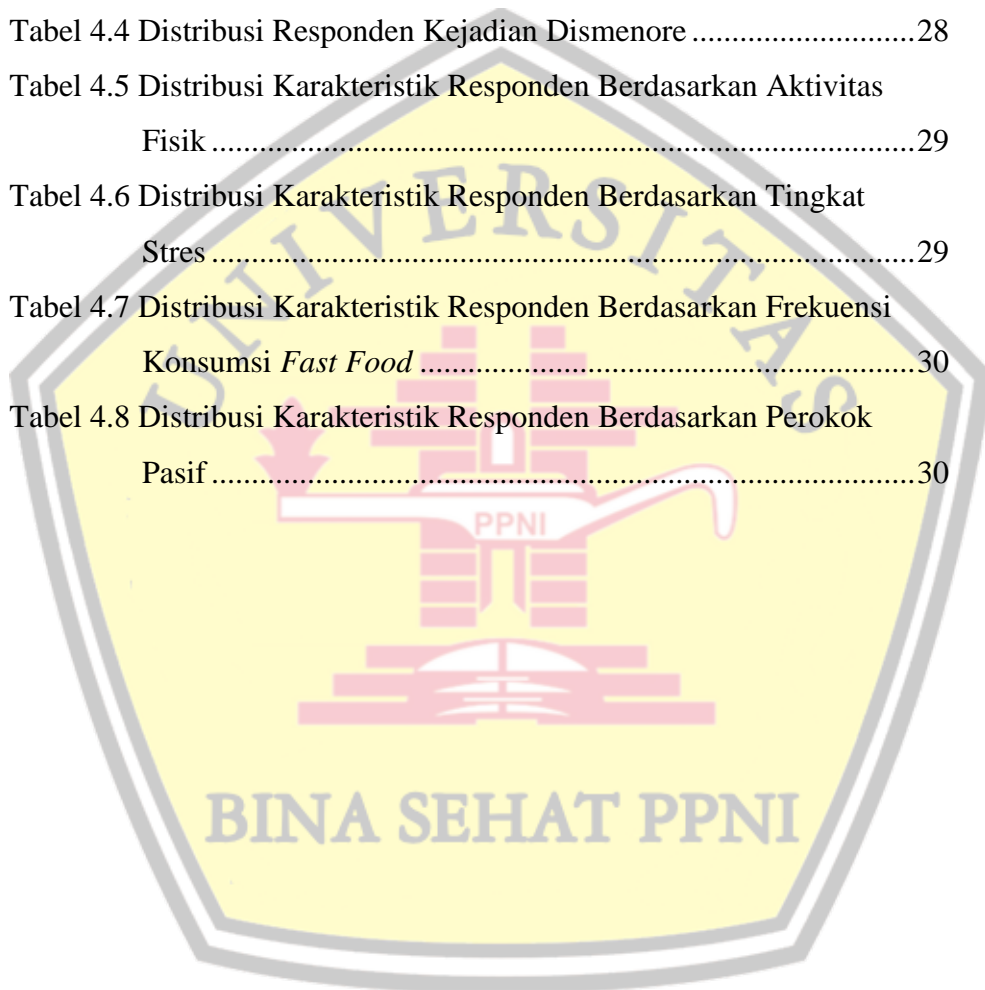
B. Dismenore Sekunder	6
2.1.3 Etiologi dan Faktor Resiko Dismenore Primer	7
2.1.4 Tanda dan Gejala Dismenore	7
2.2 Pola Hidup.....	8
2.2.1 Aktivitas Fisik	8
2.2.2 Stress	10
A. Pengertian Stress	10
B. Klasifikasi Stress.....	11
C. Faktor Penyebab Stress (<i>Stressor</i>)	13
D. Alat Ukur Stress	13
2.2.3 Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>).....	14
2.2.4 Perokok Pasif.....	15
2.3 Pola Hidup Dengan Kejadian Dismenore	15
2.4 Kerangka Teori.....	18
2.5 Kerangka Konsep	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
3.1 Desain Penelitian	20
3.2 Subjek Penelitian	20
3.2.1 Populasi	20
3.2.2 Sampel	20
3.2.3 Cara Pengambilan Sampel	20
3.3 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	21
3.3.1 Variabel Penelitian	21
3.3.2 Definisi Operasional.....	21
3.4 Pengumpulan Data	22
3.4.1 Instrumen Penelitian.....	22
3.4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
3.4.3 Prosedur Penelitian.....	23
3.5 Analisis Data	25
3.5.1 Penyusunan Data	25
3.5.2 Klasifikasi Data	25

3.5.3 Pengelolaan Data.....	25
3.6 Etika Penelitian.....	26
3.7 Keterbatasan	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	27
4.2 Hasil Penelitian.....	27
4.2.1 Karakteristik Wanita Usia Subur (WUS) di Lingkungan Kerja Panti Lansia Sawayaka Jepang	27
4.2.2 Gambaran Pola Hidup Pada Wanita Usia Subur (WUS) Yang Mengalami Dismenore Primer di Lingkungan Kerja Panti Lansia Sawayaka Jepang Tahun 2024	29
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	30
4.3.1 Kejadian Dismenore	30
4.3.2 Pola Hidup Pada Wanita Usia Subur Yang Mengalami Dismenore Primer	31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	37
5.1 Kesimpulan.....	37
5.2 Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	

BINA SEHAT PPNI

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	21
Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	27
Tabel 4.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Ginetalia	28
Tabel 4.4 Distribusi Responden Kejadian Dismenore	28
Tabel 4.5 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik	29
Tabel 4.6 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres	29
Tabel 4.7 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i>	30
Tabel 4.8 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Perokok Pasif	30



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	17
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian	18
Gambar 4.1 Hasil Kuesioner <i>g-form</i> data primer tahun 2024.....	28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	43
Lampiran 2 : Surat Jawaban Ijin Penelitian	44
Lampiran 3 : Lembar Pengajuan Ketersediaan Menguji Proposal	45
Lampiran 4 : Surat Permohonan Menjadi Responden	46
Lampiran 5 : Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	47
Lampiran 6 : Kuesioner Identitas Diri	48
Lampiran 7 : Kuesioner Aktivitas Fisik.....	49
Lampiran 8 : Kuesioner <i>Kessler Psychological Distress Scale</i>	50
Lampiran 9 : Kuesioner Konsumsi <i>Fast Food</i>	52
Lampiran 10 : Kuesioner Perokok Pasif	53
Lampiran 11 : Lembar Bimbingan.....	54
Lampiran 12 : Data Mentahan Hasil Kuesioner.....	59
Lampiran 13 : Dokumentasi.....	69
Lampiran 14. Hasil Uji Similaritas	71

BINA SEHAT PPNI

DAFTAR SINGKATAN

ATCH	: <i>Adenocorticotropic Hormone</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Factor</i>
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
KPDS	: <i>Kessler Psychological Distress Scale</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
TFA	: <i>Trans Fatty Acid</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WUS	: <i>Wanita Usia Subur</i>



DAFTAR PUSTAKA

- Ade, U.S. 2019. Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer di Pondok Pesantren Al-Imdad Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Universitas `Aisyiyah Yogyakarta.
- Ardhia Dara, Shafira N.I, Mira Rizkia. 2023. Hubungan Aktifitas Fisik dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan*, 21 (2), 178-187
- Ariani, M. (2018). *Primerpada Remaja Putri Kelas VIII Di SMP Negeri 9 Banjarmasin. VIII (14), 81-88.*
- Asrianti, Afiah, Muliyan, R. (2019). The Relationship Between Lifestyle With The Incident Of Primary Dysmenorrhea In Medical Faculty Female Students Of Tanjungpura University. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*.
- Aulya, Yenny., Rini. K., Rena. A., 2021. Hubungan Usia Menarche Dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Di Jakarta. *Jurnal Menara Medika*
- Dawis, Aisyah Mutia., Yeni. M., Nono. H., M. Ali. M. A., Eka. S., Rida. R., Yeni. J., Puji. A. W., Sunita. D., Sri. M., Alamsyah. A., Shoffan. S., Ir. Yongker. B. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Get Press Indonesia : Padang Sumatera Barat
- Dewi, N. P. S. R., Citrawathi, D. M., & Savitri, N. P. W. (2019). Status Gizi Dan Usia Saat Menarche Berkorelasi Terhadap Kejadian Dismenore Siswi SMP. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Sains Dan Humaniora*

- Feronika, Aldona. 2022. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim. Malang
- Harahap, Justika Suriani. 2020. Hubungan Tingkat Stres Akademik Dengan Intensitas Penggunaan Gadget Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran UISU. Universitas Islam Sumatera Utara. Medan
- Indarna. (2021). *Usia Menarche Dan Lamanya Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Kelas X Di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang*. 9(2).
- Kementrian Kesehatan RI. 2021. Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam PIS-PK. Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI. 2022. Bahaya Perokok Pasif. Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI. 2023. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit : Manfaat Aktivitas Fisik. Jakarta
- Kessler RC, BBarker PR, Colpe LJ, Epstein JF, Gfroerer JC, Hiripi E, et al. *Screening For Serious Mental Illness In The General Population. Arch Gen Psychiatry*. 2003 Feb ; 60 (2) : 184-9
- Masruroh, N., & Fitri, N. A. (2019). Relation of The Insidence of Dysmenorrhea With Iron Intake (Fe) In Teenarges. *Hubungan Kejadian Dismenore Dengan Asupan FE (Zat Besi) Pada Remaja Putri*.
- Mirvandha, Della., Willa, Follona., Aticah. 2023. Hubungan Tingkat Stress dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(1).

Nagy, H., & Khan, M. A. Dysmenorrhea. StatPearls. StatPearls Publishing; 2020.
Available from URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32809669>

Oktorika, P., Indrawati, & Sudiarti, P. E. (2020). *Hubungan Index Masa Tubuh (IMT) Dengan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Kampar. Jurnal Ners Research & Learning in Nursing Science, 4 (23), 122-129.*
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1138> (Diakses pada 12 November 2023)

Purwati, A. E., Srinayanti, Y., Rosmiati, & Badriah, L.S.A. 2020. Gaya Hidup dan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Nurul Huda Bantarcaringin Ciharalang Kabupaten Ciamis. *Tunas-Tunas Riset Kesehatan, 10, 59-66.*

Putri P, Mediarti D, Noprika D Della. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. 2021. *Jurnal Keperawatan Merdeka, 1(1): 102.*

Riza, Y., Sri, M., & Aisyah, I.S. 2021. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan :Wawasan Kesehatan*

Salsabila, Hanina. 2022. Hubungan Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya. STIKes Hang Tuah. Surabaya

Sari, Marlynda Happy Nurmalita., Silvia. M., Cut. M. H., Ni'matu. U., Israini.S., M.Nur. D. K., Prasida. Y., Rika. H., Lea. I. R. 2022. Metodologi

Penelitian Kebidanan. PT Global Eksekutif Teknologi : Padang Sumatera Barat.

Savitri, N.P.W., Citrawathi, D., & Dewi, N.P.S.R. 2019. Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Siswi SMP Negeri 2 Sawan. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*

Sianturi, Ester Mayliana Putri. 2022. Hubungan Karakteristik Demografi Dengan Kejadian Dismenore Pada Wanita Usia Subur Di Desa Sihonongan Kecamatan Paranginan Kabupaten Humbang Hasundutan. Skripsi. STIKes Santa Elisabeth. Medan.

Sirait, Josua Fransiskus. 2021. Hubungan Perilaku Gaya Hidup Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Di Gereja Katolik Paroki Santo Paulus Pasar Merah. Medan.

Sugiyanto, Nur Annisa Luli. 2020. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Dismenore Pada Siswi Kelas XII SMK Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta. Jurnal: The 11 University Research Colloquium 2020- Universitas Aisyiyah Yogyakarta.

Tsamara, G., Raharjo, W., & 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)*, 130-140

Utami, F. T. (2021). *Factor Affecting Dysmenorrhea In Junior High School Students X South Jakarta.*

Wahyuni, R. S., Oktaviani, W., Kebidanan, A., & Pekanbaru, I. (2018). *Hubungan Indeks Masa Tubuh Dengan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Pekanbaru.*

Widiyanto, A. 2020. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Dismenore.

Widyasih,H. 2020. Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Dismenorea Pada Mahasiswi Di Asrama Putri Gondokusuman Yogyakarta. Poltekes Kemenkes Yogyakarta.

