

SKRIPSI

**ANALISIS SKALA NYERI DISMINORE PADA REMAJA
PUTRI DI SMP MA'ARIF SYUHADA' DESA
BANJARAGUNG KECAMATAN PURI
KABUPATEN MOJOKERTO**



**OLEH :
ALIVIA YULI FATIMAH TUZ ZAHRO
NIM : 202001019**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT
PPNI MOJOKERTO
2024**

SKRIPSI

**ANALISIS SKALA NYERI DISMINORE PADA REMAJA
PUTRI DI SMP MA'ARIF SYUHADA' DESA
BANJARAGUNG KECAMATAN PURI
KABUPATEN MOJOKERTO**

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

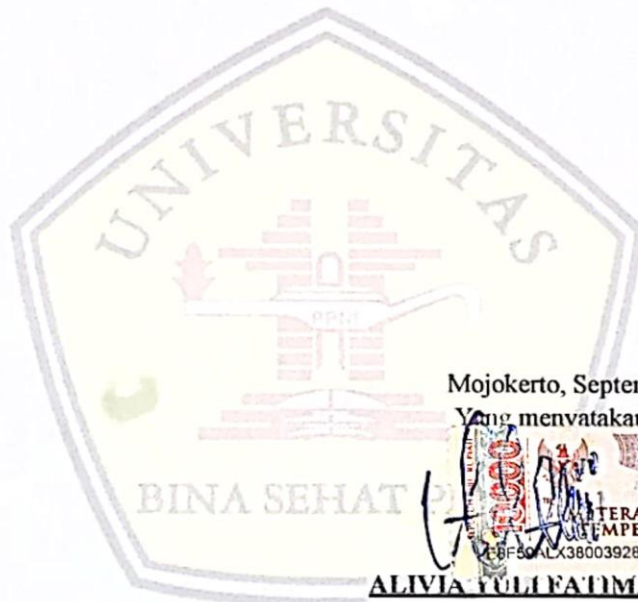


OLEH :
ALIVIA YULI FATIMAH TUZ ZAHRO
NIM : 202001019

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT
PPNI MOJOKERTO
2024**

SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dilakukan atau dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar diberbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur plagiatisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.



LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal ini telah disetujui untuk diajukan dalam upaya Sidang Skripsi Program
Studi S1 Keperawatan

Judul : Analisis Skala Nyeri Disminore Remaja Putri di SMP

Ma'arif Syuhada' Desa BanjarAgung Kecamatan Puri

Kabupaten Mojokerto.

Nama : Alivia Yuli Fatimah Tuz Zahro

NIM : 202001019

Pada Tanggal : 10 September 2024

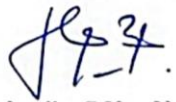
Pembimbing 1

Oleh :


Eka Nur So'emah, S.Kep.Ns., M.Kes

NIK. 162.601.096

Pembimbing 2


Emyk Windartik., S.Kep.Ns., M.Kes

NIK. 162601102



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : ALIVIA YULI FATIMAH TUZ ZAHRO
NIM : 202001019
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 24 September 2024
Judul Skripsi : "Analisis skala nyeri disminore pada remaja putri di SMP MA' Arif syuhada desa Banjaragung kecamatan puri kabupaten Mojokerto "

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto


DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Rizky Meuthia Pratiwi, S.Kep.Ns.,M.Kep (.....)
Penguji 1 : Eka Nur Soemah, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Penguji 2 : Emyk Windartik, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 24 September 2024

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan


Ana Zakiyah, M.Kep
NIK : 162 601 036



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
PERPUSTAKAAN

Raya Jabon Km 06 Mojoanyar Mojokerto, 61364
Email: perpustakaan@ubs-ppni.ac.id

LEMBAR PENYERAHAN TUGAS AKHIR MAHASISWA
DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Universitas Bina Sehat PPNI, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alivia Yuli Fatimah Tuz Zahro
NIM : 202001019
Prodi : S1 KEPERAWATAN
Fakultas : ILMU KESEHATAN
Judul : Analisis Skala Nyeri Disminore Pada Remaja Putri di SMP Ma'arif Syuhada Desa Banjaragung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto
Email : labubs41@gmail.com
Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Demi pengembangan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Seni, Saya menyetujui memberikan kepada Universitas Bina Sehat PPNI Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas seluruh isi/sebagian karya ilmiah Saya tersebut diatas.

(Pilih salah satu)

- A. Untuk disimpan, dialihmediakan, dan dikelola dalam bentuk pangkalan data (*database*) untuk selanjutnya didistribusikan atau dipublikasikan demi kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
- B. Hanya untuk disimpan di Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI, karena**:
- 1. Publikasi ilmiah dalam jurnal, prosiding dan sejenisnya baik nasional/ internasional lain.
 - 2. Masih akan diteliti lebih lanjut.
 - 3. Lainnya penjelasan,

** Apabila hanya untuk disimpan di Perpustakaan dan pilihan poin B.1 tidak terpenuhi dalam jangka waktu dua tahun sejak tanggal dibuatnya pernyataan ini, maka publikasi karya tersebut akan menjadi hak kelola Universitas Bina Sehat PPNI.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

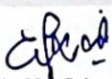
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Mojokerto, 9/24/2024
Mengetahui,

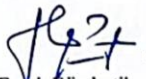
Penulis


(Alivia Yuli Fatimah Tuz
Zahro)

Dosen Pembimbing I


(Eka Nur So'emah,
S.Kep.Ns.,M.Kes.)

Dosen Pembimbing 2


(Emek Windartik,
S.Kep.Ns.,M.Kes.)

Dibuat rangkap 2, untuk penulis dan perpustakaan

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillahirobbilalamin senantiasa saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat, serta karunia-Nya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul ***“Analisis Skala nyeri Terhadap Nyeri Disminore Pada Remaja Putri di SMP Ma’arif Syuhada’ Desa BanjarAgung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto”***. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar S1 Keperawatan.

Selesai penulisan Skripsi ini tak lepas dari bantuan, dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, saya tulus dari hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Yudha Suryana R, S.Pd selaku kepala sekolah SMP Ma’arif Syuhada’ Desa BanjarAgung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto yang telah mengizinkan saya penelitian
2. Dr. Windu Santoso, 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
3. Dr. Tri Ratnaningsih S.Kep.Ns.,M.Kes Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
4. Ana Zakiyah, S.Kep.Ns., M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.

5. Rizky Meuthia Pratiwi, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku penguji yang telah memberikan arahan, saran dan masukan serta waktu yang diberikan untuk bimbingan kepada penulis.
6. Eka Nur So'emah, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, saran dan masukan serta waktu yang diberikan untuk bimbingan kepada penulis.
7. Emyk Windartik, M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan arahan, saran dan masukan serta waktu yang diberikan untuk bimbingan kepada penulis.
8. Seluruh staff dosen dan karyawan STIKes Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
9. Para responden yang telah bersedia serta meluangkan waktunya untuk pengisian kuesioner dalam penyelesaian penelitian ini.

Akhirnya penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun yang diharapkan dapat menyempurnakan skripsi ini.

Mojokerto, November 2024
Penulis

ALIVIA YULI FATIMAH TUZ Z.
202001019

PERSEMBAHAN

1. Yang utama ... Alhamdulillah... Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segalanya dan atas segala lindungan dan ridho-Nya.
2. Kepada seluruh dosen pengajar universitas bina sehat ppni mojokerto, terimakasih karena sudah menjadikan saya sampai sejauh ini, mengajarkan saya banyak ilmu yang tidak saya sangka saya bisa sampai dititik saat ini terutama dosen pembimbing saya yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing saya dalam menyelesaikan tugas akhir saya.
3. Kepada Mama saya **Elok Muarrofah** dan Ayah saya **Suparman** yang saya banggakan, terimakasih atas perjuangannya yang tak kenal lelah demi melihat masa depan putrinya, terimakasih juga atas doa baiknya serta memberikan dukungan dalam memperjuangkan masa depan dan kebahagiaan putrinya.
4. Kepada Adek saya **M. Aprilliano Suprayogi** dan **M. Dava Valentino Febriansyah** yang sudah mensupport dan memberikan dukungan kepada saya.
5. Kepada teman-teman dan sahabat-sahabat saya terimakasih banyak telah membantu saya dalam menyelesaikan tugas akhir saya.
6. Kepada saya sendiri **Alivia Yuli Fatimah Tuz Zahro** yang telah berjuang menyelesaikan tugas akhir ini, terimakasih karena kuat dan bertahan melalui semua ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL DALAM	ii
SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
PERSEMBAHAN.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB 2.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Desminore	6
2.1.1 Definisi Desminore	6
2.1.2 Klasifikasi Desminorea	7
2.1.3 Penyebab Terjadinya Desminore	8
2.1.4 Patofisiologi Desminore	9
2.1.5 Faktor Resiko Desminore	10
2.1.6 Manifestasi Klinis Desminore	12
2.1.7 Penatalaksanaan Desminore	12
2.2 Nyeri 15	
2.2.1 Definisi nyeri	15

2.2.2 Jenis-jenis nyeri	16
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri	18
2.2.4 Fisiologi nyeri	20
2.2.5 Pengukuran skala nyeri	20
2.2.6 Klasifikasi nyeri	23
2.2.7 Reduksi nyeri	23
2.3 Kerangka Teori.....	26
2.4 Kerangka Konsep	27
BAB 3.....	28
METODE PENELITIAN.....	28
3.1 Desain penelitian	28
3.2 Populasi, Sampling, dan Sampel	28
3.3 Variabel Penelitian	29
3.4 Definisi Operasional.....	30
3.5 Definisi Operasional.....	31
3.6 Prosedur Penelitian.....	32
3.7 Kerangka Kerja.....	33
3.8 Pengumpulan Data	34
3.9 Instrumen Penelitian.....	34
3.10 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	34
3.11 Pengelola Data.....	34
3.12 Analisis Data	37
3.13 Etika Penelitian	38
BAB 4.....	40
4.1 Hasil penelitian.....	40
4.1.2 Data umum	40
4.2 Data Khusus	43
4.3 Pembahasan.....	45
BAB 5.....	49
5.1 KESIMPULAN	49
5.2 Saran	49

5.2.1 Bagi responden.....	49
5.2.2 Bagi sekolah.....	49
5.2.3 Bagi pelayanan kesehatan.....	50
5.2.4 Bagi peneliti selanjutnya.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51



DAFTAR TABEL

4.1 Table usia menarche.....	40
4.2 Table siklus menstruasi.....	41
4.3Table lama siklus menstruasi	41
4.4 Table lama menstruasi.....	42
4.5 Table hari datang menstruasi	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	Gambar Alat Ukur Nyeri Verbal Descriptor Scale (vds).....	21
Gambar 2. 2	Gambar Alat Ukur Nyeri Visual Analogue Scale (vas).....	21
Gambar 2. 3	Gambar Alat Ukur Nyeri Numerical Rating Scale (nrs).....	22
Gambar 2. 4	Gambar Alat Ukur Nyeri Wong Baker Faces Pain Rating Scale	22
Gambar 2. 5	Kerangka Teori Pengaruh Kunyit Asam Jawa Terhadap Desminore Pada Remaja Putri	26
Gambar 2. 6	Gambar Kearangka Konsep Pengaruh Kunyit Asam Jawa Terhadap Nyeri Desminore Pada Remaja Putri.	27
Gambar 3. 1	Kerangka Kerja Pengaruh Kunyit Asam Jawa Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri.	33



DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan Sampel. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 14(1), 103–116.
- Ai Cucu Makiyah, & Nofa Anggraini. (2023). The Effectiveness of Giving Tumeric Tamarind in Reducing Menstrual Pain (Dismenoree) in Young Girls at Mts Al-Muqowamah. *Asian Journal of Community Services*, 2(1), 23–34. <https://doi.org/10.55927/ajcs.v2i1.2449>
- Asroyo, T., Nugraheni, T. P., & Masfiroh, M. A. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri [The Effect of Curcumin Tamarind as Therapy Against Decreasing Dysmenorrhea]. *Indonesia Jurnal Farmasi*, 4(1), 24–28.
- Fransiska, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Godean. *Journal of Midwifery and Health Research*, 1(2), 35–45. <https://doi.org/10.36743/jmhr.v2i1.459>
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L. N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>
- Ilmiah, J., & Muhammadiyah, U. (2023). *Sang pencerah*. 556–564.
- Natosba, J., Purwanto, S., Jaji, J., & Rizona, F. (2020). Aplikasi Progressive Muscle Relaxation Sebagai Upaya Reduksi Nyeri Dan Kecemasan. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 2(2), 66–75. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol2.iss2.art3>
- Nilda, janna miftahul. (2021). Variabel dan skala pengukuran statistik. *Jurnal Pengukuran Statistik*, 1(1), 1–8.
- Palembang, P. K., & Palembang, P. K. (2018). *Penurunan Nyeri Dismenore Menggunakan Kompres Hangat*. 1–6.
- Putra, S., Syahran Jailani, M., & Hakim Nasution, F. (2021). Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876–27881.
- Rahmatul, D. (2023). *Pregnancy, Low Back Pain, Woman, Age, Parity C. Trimester III*, 348–353.
- Rohmawati, W., & Wulandari, D. A. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Nyeri Dismenore Primer pada Siswi Di SMA Negeri 15 Semarang. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(2), 84. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i2.188>

- Sutriani, E., & Octaviani, R. (2019). Keabsahan data. *INA-Rxiv*, 1–22.
- Taqiyah, Y., & Jama, F. (2022). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer*. 17, 14–18.
- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan Sampel. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 14(1), 103–116.
- Ai Cucu Makiyah, & Nofa Anggraini. (2023). The Effectiveness of Giving Tumeric Tamarind in Reducing Menstrual Pain (Dismenoree) in Young Girls at Mts Al-Muqowamah. *Asian Journal of Community Services*, 2(1), 23–34. <https://doi.org/10.55927/ajcs.v2i1.2449>
- Asroyo, T., Nugraheni, T. P., & Masfiroh, M. A. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri [The Effect of Curcumin Tamarind as Therapy Against Decreasing Dysmenorrhea]. *Indonesia Jurnal Farmasi*, 4(1), 24–28.
- Fransiska, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Godean. *Journal of Midwifery and Health Research*, 1(2), 35–45. <https://doi.org/10.36743/jmhr.v2i1.459>
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L. N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>
- Ilmiah, J., & Muhammadiyah, U. (2023). *Sang pencerah*. 556–564.
- Natosba, J., Purwanto, S., Jaji, J., & Rizona, F. (2020). Aplikasi Progressive Muscle Relaxation Sebagai Upaya Reduksi Nyeri Dan Kecemasan. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 2(2), 66–75. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol2.iss2.art3>
- Nilda, janna miftahul. (2021). Variabel dan skala pengukuran statistik. *Jurnal Pengukuran Statistik*, 1(1), 1–8.
- Palembang, P. K., & Palembang, P. K. (2018). *Penurunan Nyeri Dismenore Menggunakan Kompres Hangat*. 1–6.
- Putra, S., Syahrani Jailani, M., & Hakim Nasution, F. (2021). Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876–27881.
- Rahmatul, D. (2023). *Pregnancy, Low Back Pain, Woman, Age, Parity C. Trimester III*, 348–353.

- Rohmawati, W., & Wulandari, D. A. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Nyeri Dismenore Primer pada Siswi Di SMA Negeri 15 Semarang. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(2), 84. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i2.188>
- Sutriani, E., & Octaviani, R. (2019). Keabsahan data. *INA-Rxiv*, 1–22.
- Taqiyah, Y., & Jama, F. (2022). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer*. 17, 14–18.
- kojo, n. h., kaunang, t. m. d., & rattu, a. j. m. (2021). hubungan faktor-faktor yang berperan untuk terjadinya dismenore pada remaja putri di era normal baru. *e-clinic*, 9(2), 429–436.
- fatmawati, s., kamil, i. ., & ratnasari, f. . (2021). pengaruh pemberian aromaterapi kayu manis terhadap derajat dismenore pada usia remaja di desa sukamantri tangerang. *nusantara hasana journal*, 1(7), 1–6. retrieved from
- fitriana nur, m., & ria sulistiana. (2024). hubungan tingkat aktivitas fisik dengan derajat dismenore pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas tadulako. *medika tadulako: jurnal ilmiah kedokteran fakultas kedokteran*, 9(1), 18-25. retrieved from <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/mtj/article/view/1187>
- sophia, f. 2019. faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada siswi smk negeri 10 medan tahun 2013. karya tulis ilmiah. medan: fakultas kesehatan masyarakat usu medan
- tasamara, gina. 2020. hubungan gaya hidup dengan kejadian dismenorea primer. lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat universitas hasanuddin. 2(3)
- smalia, N. 2017. Hubungan gaya hidup dengan dismenore primer pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas lampung angkatan 2015. Skripsi. Lampung: Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- ichan, burhannudin, ekik d.a, dewi, n. 2019. hubungan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi sindrom pre-menstruasi pada remaja putri siswi x dan xi man 2 madiun. skripsi.
- aisya, megawati. 2016. hubungan gaya hidup dengan kejadian menarche. skripsi. fakultas kesehatan masyarakat universitas airlangga.
- gumilar, r.a, arif w, dan wachidah y. 2014. pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang penanganan dismienore di smp 2 kartasuara.

- resty hermawahyuni, handayani, s., & alnur, r. d. (2022). risk factors of primary dysmenorrhea in students of smk pgri 1 jakarta timur. *jurnal kesehatan komunitas (journal of community health)*, 8(1), 97–101.
- hamranani, s. s. t. ., wisesa, p. k. c. ., & permatasari, d. . (2023). nyeri menstruasi mempengaruhi kualitas tidur pada remaja yang mengalami dismenorhoe . *jurnal keperawatan*, 15(4), 9–16.
- rindasari munir, fitria lestari, lela zakiah, meti kusmiati, anggun anggun, dheaa, ... puput puput. (2023). analisa faktor yang mempengaruhi nyeri haid (dysmenorhea) pada mahasiswa akademi kebidanan prima husada bogor. *detector: jurnal inovasi riset ilmu kesehatan*, 2(1), 62–70.
- wulanda, c., luthfi2, a., & hidayat, r. (2020). efektifitas senam dismenore pada pagi dan sore hari terhadap penanganan nyeri haid pada remaja putri saat haid di smpn 2 bangkinang kota tahun 2019. *jurnal kesehatan tambusai*, 1(1), 1–11.
- yulandasari, v., suhamdani, h., & husen, l. m. s. (2022). pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore pada siswi di mts miftahul iman. *jurnal kesehatan qamarul huda*, 10(2), 232–236.
- budiarti, a. (2018). hubungan status gizi dan aktivitas olahraga terhadap kejadian dismenorea primer pada remaja putri di sma wachid hasyim 2 taman. *journal of health sciences*, 11(1), 79–84.
- kristianingsih, a., utami, v. w., & yanti, d. e. (2019). risiko dismenore primer pada siswi sekolah menengah pertama (smp) yayasan badrul latif (ybl) kecamatan natar kabupaten lampung selatan. *jurnal dunia kesmas*, 4, 157–162.
- sunarti, n. t. s., & lestari, r. t. (2023). hubungan indeks massa tubuh dan olah raga dengan kejadian dismenore. *pubhealth jurnal kesehatan masyarakat*, 1(3), 201–206.
- wildayani, d., lestari, w., ningsih, w. l., & sujendri, s. (2023). the relationship between physical activity level and dysmenorrhoea in young women. *medical journal of malaysia*, 78(4), 495–499.