

SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
TINGKAT NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA
PUTRI DI SMA NEGERI 22 PALEMBANG
TAHUN 2025**



NAMA : AULIA FACHA MAHARANI
NIM : PO.71.24.2.21.043

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEBIDANAN
TAHUN 2025**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode transisi dari pubertas menuju kedewasaan yang berlangsung antara usia 11 hingga 20 tahun. Selama fase ini, individu mengalami perkembangan dalam aspek fisik, psikologis, mental, emosional, dan sosial. Ciri khas masa remaja meliputi munculnya karakteristik seksual primer yang dipengaruhi oleh aktivitas kelenjar reproduksi. Peristiwa yang terjadi selama pubertas mencakup pertumbuhan tubuh yang cepat, kemunculan ciri-ciri seksual sekunder, menarche, serta perubahan dalam aspek psikologis. Pada perempuan, masa pubertas ditandai dengan dimulainya menarche atau menstruasi. (Pratiwi *dkk.*, 2024).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 didapatkan kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-16% mengalami dismenore berat. Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya (Syafriani, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), insiden dismenore relatif tinggi di seluruh dunia yaitu antara 16-18% dan terjadi pada dewasa muda. Prevelensi di Asia Tenggara menunjukkan angka yang berbeda, Malaysia memperkirakan jumlah perempuan yang mengalami dismenore primer adalah (69,4%), Thailand 84% dan Indonesia sendiri diperkirakan 65% usia produktif mengalami dismenore primer (Mouliza, 2020).

Proporsi remaja putri Sumatera Selatan umur 10-19 tahun yang sudah mendapat haid/menstruasi menurut provinsi yaitu sebanyak 66,5% dan yang belum mendapatkan haid sebanyak 33,5% (Kemenkes, 2018). Data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2018 jumlah remaja berumur 10-14 tahun yaitu 753.153 jiwa, remaja berumur 15-19 tahun berjumlah 716.648 jiwa dan remaja berumur 20-24 tahun berjumlah 698.368 jiwa. Dengan prevalensi angka kejadian dismenore sebesar 64,20% yang terdiri dari 52,89% dismenore primer dan 9,25% dismenore sekunder. (BPS Sumatera Selatan, 2018 dalam Shelly Sagita *dkk.*, 2023).

Prevalensi dismenore primer lebih tinggi pada remaja putri dari pada wanita dewasa tua. Dismenore primer meningkat seiring peningkatan usia dan menurun setelah melahirkan. Kejadian dismenore sekunder jarang ditemukan pada remaja karena onset dari kondisi kausatif yang belum muncul. Studi pada negara berkembang menunjukkan 25-50% dari wanita dewasa dan 75% dari remaja putri mengalami nyeri saat menstruasi, dan diantaranya mengeluhkan dismenore berat sebanyak 5-20%. (Nahra *dkk.*, 2019).

Dismenore merupakan nyeri perut bagian bawah yang terkadang rasa nyeri tersebut meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha. Bagi setiap remaja putri yang akan memasuki masa menstruasi. Nyeri menstruasi atau *dismenore* sering dialami oleh beberapa wanita khususnya di usia reproduktif, bahkan angka kejadian *dismenore* di dunia sangat besar.

Beberapa perempuan yang merasakan sakit yang tidak tertahankan saat menstruasi dapat berpengaruh terhadap aktivitas harian. (Kemenkes, 2022)

Penyebab *dismenorea* adalah terjadinya kontraksi yang kuat atau lama pada dinding rahim, hormon prostaglandin yang cenderung tinggi dan pelebaran leher rahim saat mengeluarkan darah haid dan terjadinya kontraksi miometrium yang terlalu kuat saat mengeluarkan darah haid (peluruhan lapisan endometrium uteri, bekuan darah (stolsel), sel sel epitel dan stoma dari dinding uterus dan vagina serta cairan dan lendir dari dinding uterus, vagina dan vulva) sehingga menyebabkan ketegangan otot saat berkontraksi dan terjadilah nyeri saat menstruasi (Syaiful dan Naftalin, 2018).

Dismenore juga memberikan dampak yang buruk bagi remaja putri apabila tidak ditangani, yaitu menimbulkan gangguan dalam kegiatan belajar mengajar, tidak memperhatikan penjelasan yang diberikan oleh guru, dan kecenderungan tidur di kelas saat kegiatan belajar mengajar. Ini berpengaruh pada prestasi di bidang akademik maupun non akademik. Banyak remaja yang mengeluh bahkan tidak mau masuk sekolah pada saat menstruasi. Semakin berat derajat nyeri yang dialami maka aktivitas belajarnya pun semakin terganggu (Iswari dkk. 2014 dalam Febrina, 2021).

Terdapat dua penatalaksanaan tentang dismenore yakni farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi antara lain yaitu pemberian obat analgesik, terapi hormonal, obat nonsteroid prostaglandin, dan dilatasi kanalis servikalis. Sedangkan terapi non farmakologi melalui akupresur,

yoga, kompres hangat atau dingin, olahraga, minum jamu, massase, istirahat, posisi knee chest, tehnik relaksasi nafas dalam (Widyanthi *dkk.*, 2021).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sari *dkk.*, 2023) di MAN 1 OKU tahun 2021 didapat hasil (p value = 0,02) yang menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara usia menstruasi dengan kejadian dismenore pada remaja putri, didapatkan hasil (p value = 0,02) yang menunjukkan bahwa ada hubungan lamanya menstruasi dengan kejadian dismenore pada remaja putri, dan didapatkan hasil (p value = 0,03) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mouliza, 2020) yang dilakukan di MTS Negeri 3 Medan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara usia menarche dengan dismenore pada remaja putri dengan p -value $0,045 < 0,05$. Terdapat hubungan yang bermakna antara lama menstruasi dengan dismenore pada remaja putri dengan p -value $0,033 < 0,05$. Terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan dismenore pada remaja putri dengan p -value $0,009 < 0,05$.

SMA Negeri 22 Palembang adalah salah satu sekolah yang terletak terletak di jalan kelapa gading talang kelapa kecamatan alang-alang lebar kota Palembang, yang telah berdiri sejak tahun 2010 dan memiliki akreditasi A. SMA Negeri 22 Palembang memiliki sebanyak 1617 siswa yang terbagi

menjadi 711 siswa laki-laki serta 906 siswa perempuan. Berdasarkan survey pendahuluan yang telah dilakukan peneliti bahwa tercatat dari bulan oktober 2024 sampai bulan januari 2025 ada sekitar 28 siswi yang di rawat dengan keluhan sakit perut (*disminore*) di ruang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan terbagi sekitar sembilan orang siswi kelas X, 10 orang kelas XI, dan sembilan orang kelas XII.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat nyeri *dismenore* di SMA Negeri 22 Palembang
- b. Diketahui usia menarche pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang

- c. Diketahui siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang
- d. Diketahui lama menatruasi pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang
- e. Diketahui frekuensi olahraga pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang
- f. Diketahui riwayat keluarga pada remaja putri di SMA Negeri 22 Palembang
- g. Diketahui hubungan usia *menarche* dengan tingkat nyeri *dismenore* di SMA Negeri 22 Palembang
- h. Diketahui hubungan siklus menstruasi dengan tingkat nyeri *dismenore* di SMA Negeri 22 Palembang.
- i. Diketahui hubungan lama menstruasi dengan tingkat nyeri *dismenore* di SMA Negeri 22 Palembang.
- j. Diketahui hubungan olahraga dengan tingkat nyeri *dismenore* di SMA Negeri 22 Palembang
- k. Diketahui hubungan riwayat keluarga dengan tingkat nyeri *dismenore* di SMA Negeri 22 Palembang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Untuk Peneliti

Diharapkan dengan penelitian ini peleniti dapat memperluas pengetahuan dan mengasah keterampilan berpikir kritis menerapkann ilmu yang telah di dapat di bangku kuliah.

2. Manfaat Untuk Responden

Diharapkan bahwa dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat nyeri *dismenore* dapat meningkatkan kesadaran responden untuk mencegah dan mengurangi keparahan *dismenore*.

3. Manfaat Untuk Institusi Poltekkes Kemenkes Palembang

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu bahan kajian, referensi pustaka dan sebagai salah satu literature mahasiswa dalam melakukan penelitian.

4. Manfaat Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian-penelitian yang serupa mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat nyeri *dismenore*. Hal ini juga dapat diharapkan menjadi landasan bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V. I., Rosdianto, N. O., Andayani, K., Rosyeni, Y., Rusyanti, S., & Sumarni. (2024). *Dismenore*. NEM.
<https://www.google.co.id/books/edition/Dismenore/Tr0DEQAAQBAJ?hl=ban&gbpv=1>
- Ahmad., E. H., Jamir, A. F., Lindriani, Amaliah, A. R., Susiyanti, E., Irawaty, . Dian Kristiani, Arniyanti, A., Latifah, A., & Imelda Iskandar. (2022). *SEPUTAR KESEHATAN REPRODUKSI*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
https://books.google.co.id/books?id=UOyhEAAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&pg=PA56&dq=menarche+adalah&hl=ban&source=newbks_fb&redir_esc=y#v=onepage&q=menarche+adalah&f=false
- Ajhuri, K. F. (2019). Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. In *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.
- Ammar, U. R. (2016). Faktor Risiko Dismenore Primer pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), 37–49. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i1.37-49>
- Azis, A. A., Kurnia, N., Hartati, & Purnamasari, A. B. (2018). Menstrual Cycle Length in Women Ages 20-30 years in Makassar. *Journal of Physics: Conference Series*, 1028(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1028/1/012019>
- Bull, J. R., Rowland, S. P., Scherwitzl, E. B., Scherwitzl, R., Danielsson, K. G., & Harper, J. (2019). Real-world menstrual cycle characteristics of more than 600,000 menstrual cycles. *Npj Digital Medicine*, 2(1). <https://doi.org/10.1038/s41746-019-0152-7>
- Cahyo, K. N., Martini, & Riana, E. (2019). Perancangan sistem informasi pengelolaan kuesioner pelatihan pada PT Brainmatics Cipta Informatika. *Journal of Information System Research (JOSH)*, 1(1), 45–53. <http://ejurnal.seminar-id.com/index.php/josh/article/view/44>
- Destariyani, E., Apsara, I. K., & Baska, D. Y. (2023). Hubungan Usia Menarche dan Siklus Menstruasi dengan Dismenore. *Jurnal Kebidanan*, 12(02), 140–144. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v12i02.281>
- Elsera, C., Wulan Agustina, N., Sat Titi Hamranani, S., & Nur Aini, A. (2022). Pengetahuan Penatalaksanaan Dismenore Remaja Putri. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(2), 48–54. <https://doi.org/10.61902/involusi.v12i2.427>
- Famimah, F., Margawati, A., & Fitranti, D. Y. (2017). Hubungan Konsumsi Asam Lemak Omega-3, Aktivitas Fisik Dan Persen Lemak Tubuh Dengan Tingkat Dismenore Pada Remaja. *Journal of Nutrition College*, 6(4), 268. <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i4.18249>
- Febrina, R. (2021). Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Mengatasinya di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 187. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.316>
- Grieger, J. A., & Norman, R. J. (2020). Menstrual cycle length and patterns in a global cohort of women using a mobile phone app: Retrospective cohort study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(6). <https://doi.org/10.2196/17109>
- Gunawati, A., & Nisman, W. A. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 8. <https://doi.org/10.22146/jkr.56294>
- Hamzah, Akbar, H., Faisal, Rafsanjani, Sartika, Sinaga, A. H., Hidayani, W. R., Agustawati, Panma, Y., & Bela, S. R. (2021). *TEORI DASAR EPIDEMIOLOGI PENYAKIT TIDAK MENULAR* (Tri astuti sugiyatmi (ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

- https://www.google.co.id/books/edition/Teori_Epidemiologi_Penyakit_Tidak_Menu_la/FmBQEAAAQBAJ?hl=ban&gbpv=1&dq=riwayat+keluarga+adalah&pg=PA93&printsec=frontcover
- Hastuti, W., & Widiyaningsih, W. (2020). Senam Aerobic Untuk Mengatasi Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al Ishlah Semarang. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 86–90. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.421>
- Hayati, S., Agustin, S., & Maidartati. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Di SMA Pemuda Banjaran Bandung. *Jurnal BSI*, 8(1), 132–142. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/262>
- Heriyanto, B. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif (Cetakan ke 5). *Book Metode Peneltian*, 214.
- Hikma, Y. A., Yunus, M., & Hapsari, A. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, dan Status Gizi, Terhadap Dismenore Primer pada Remaja Putri. *Sport Science and Health*, 3(8), 630–641. <https://doi.org/10.17977/um062v3i82021p630-641>
- 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>
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185–192.
- Irtawati, G. A., Korompis, M. D., & Betrang, J. R. (2018). Analisis Faktor Penyebab Dismenorea Pada Siswi di Asrama Puteri Madrasah Aliyah Negeri Model 1 Manado. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 5(2), 63–67. <https://doi.org/10.47718/jib.v5i2.838>
- Joegijantoro, R. (2023). *TEKNIK ANAMNESIS YANG EFEKTIF DALAM PRAKTEK KEDOKTERAN* (Guepedia (ed.)). Guepedia. https://books.google.co.id/books?id=fpQjEQAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&pg=PA43&dq=riwayat+keluarga+adalah&hl=ban&source=newbks_fb&redir_esc=y#v=onepage&q=riwayat+keluarga+adalah&f=false
- Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>
- Kemenkes. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Kemenkes. (2022). *Dismenore (nyeri haid)*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/545/dismenore-nyeri-haid
- Kemenkes RI. (2021). *Pentingnya Menjaga Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi*. Badan Pusat Statistik, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-menjaga-kesehatan-reproduksi-saat-mentruasi>
- Kristianti, yasinta dewi, Masturoh, Lestari, nur cahyani ari, Khotimah, H., Ariani, D., Alizar, Herawati, N., Elvetan, sartu nofrianti, & Aprianti, nurannisa fitria. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja dan Prakonsepsi Dilengkapi Dengan Rencana Pembelajaran Semester (RPS) Terbaru* (D. S. S. Jiddan (ed.); pertama). Mahakarya Citra Utama. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Asuhan_Kebidanan_Pada_Remaja_d/bAcaEQAAQBAJ?hl=ban&gbpv=1&dq=klasifikasi+dismenore&pg=PA43&printsec=frontcover
- Kuntoadi, gama bagus. (2022). *BUKU AJAR ANATOMI FISILOGI 2 Untuk Mahasiswa Rekam Medis Dan Infokes*. panca terra firma. https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_AJAR_ANATOMI_FISILOGI_2/

MlyZEAAAQBAJ?hl=ban&gbpv=1&dq=fase+fase+menstruasi&pg=PA29&printsec=frontcover

- Lestari, A. S., Fatimah, F., & Indriyati, T. (2024). Hubungan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Disminore Primer Pada Remaja Putri. *Menara Medika*, 6(2), 207–213. <https://doi.org/10.31869/mm.v6i2.4722>
- Mouliza, N. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Disminore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 545. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.912>
- Nahra, S. J., Husnah, H., & Andalas, M. (2019). Hubungan Asupan Sumber Kalsium Dan Magnesium Dengan Derajat Disminore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2017. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.29103/averrous.v5i1.1624>
- Ningrum, N. P. (2023). Knowledge Boosting Disminore Sekunder Pada Gen Z. *Journal Of Social Science Research Volume*, 3, 6712–6716. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/5947/4929>
- Nofianti, N., Harvey, dr. W., Cory'ah, F. A. N., Murni, N. N. A., Rofita, D., Wahyuni, I. G. A. P. S., Arismawati, D. F., Serihati, dr. A. Y. T., Ulfa, dr. F. A., & dr. Agustiawan. (2024). *Dasar Dasar Praktik Kebidanan* (U. T. Arsa (ed.); pertama). PT. Adab Indonesia. https://books.google.co.id/books?id=DtY5EQAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&pg=PA21&dq=fase+fase+menstruasi&hl=ban&source=newbks_fb&redir_esc=y#v=onepage&q=fase fase menstruasi&f=false
- Nuraini, S., Sa'diah, Y. S., & Fitriany, E. (2021). Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Disminore Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(3), 443–450. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.398>
- Nurbaiti, N. (2019). Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2), 108. <https://doi.org/10.36565/jak.v1i2.34>
- Nurwana, N., Sabilu, Y., & Fachlevy, A. F. (2017). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminore 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-disminore-pada-remaja-putri-di#cite>
- Octavia, Y. T., Astyandini, B., Fitria, N. E., & Emi Kusumawardani. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja* (Tim MCU Group (ed.)). Mahakarya Citra Utama. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Asuhan_Kebidanan_Pada_Remaja/JtrBEAAAQBAJ?hl=ban&gbpv=1&dq=menarche+adalah&pg=PA1&printsec=frontcover
- Ping, maria florina, Dr. Sitti Zakiyyah Putri. S.ST., M.Kes., S.Kep., N., Ns. Made Ririn Sri Wulandari, S.Kep., M. K., dr. Rudy Dwi Laksono, SpPD., M.Ked(PD)., FINASIM., SH., MH., MARS., M. P., Atikah Pustikasari, SKM., M., dr. I Gusti Ngurah Pramesemara, S.Ked., M.Biomed., S. A., Ns. Yulis Andri Nuryani, S. K., Baiq Citra Lestari, SST., M. K., & Yovita Erin Sastrini, SKM., M. K. (2024). *buku ajar keperawatan kesehatan reproduksi* (putu intan daryaswanti (ed.); pertama). PT. Sonpedia Publishing Indonesia. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Keperawatan_Kesehatan_Reproduksi/OR4DEQAAQBAJ?hl=ban&gbpv=1&dq=menstruasi+adalah&pg=PA71&printsec=frontcover
- Pratiwi, L., Harjanti, agnes isti, Ningrum, mudy okti, & Maharani, K. (2024). *Mengenal*

- menstruasi dan gangguannya* (R. Awahita (ed.); pertama). CV Jejak. https://books.google.co.id/books?id=DTADEQAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&pg=PA11&dq=fase+fase+mesntruasi&hl=ban&source=newbks_fb&redir_esc=y#v=onepage&q=fase fase mesntruasi&f=true
- Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Rineka Cipta* (pp. 1–242).
- Pusdatin. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (p. 1). <https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin reproduksi remaja-ed.pdf>
- Putri, S. A., Yunus, M., & Fanani, E. (2017). Hubungan Antara Nyeri Haid (Dismenore). *Hubungan Antara Nyeri Haid (Dismenore) Terhadap Aktivitas Belajar, Preventia : The Indonesian Journal of Public Health*, 2(2), 85.
- Roro Sekar Arum, V., Yuniastuti, A., Woro Kasmini, O., & Diponegoro, J. (2019). The Relationship of Nutritional Status, Physical Activity, Stress, and Menarche to Menstrual Disorder (Oligomenorrhea). *Public Health Perspectives Journal*, 4(1), 37–47. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/phpj>
- Saraswati, P. D. W., Suraoka, I. P., & Kusumajaya, A. A. N. (2020). Tingkat Konsumsi Kalsium, Seng, Vitamin E Dan Dismenorea Primer pada Siswi SMA. *Jurnal Kesehatan*, 11(3), 371–377. <https://doi.org/10.26630/jk.v11i3.2163>
- Sari, A. P., & Usman, A. (2021). Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Dismenore pada Remaja. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(2), 196. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.2.196-202>
- Sari, T. M., Suprida, Amalia, R., & Yunola, S. (2023). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8, 219–231.
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif* (Anindya Wisnu Widi Mahindra (ed.); Peratama). UNISRI Presss. https://books.google.co.id/books?id=Tr2bEAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbgs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Setyowati, H. (2018). *AKUPRESUR Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian* (K. Wijayanti (ed.); pertama). UNIMMA PRESS. https://books.google.co.id/books?id=LGhWDwAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&pg=PA19&dq=penyebab+dismenore&hl=ban&source=newbks_fb&redir_esc=y#v=onepage&q=penyebab dismenore&f=false
- Shelly Sagita, Fika Minata, Rizki Amalia, & Sendy Pratiwi Rahmadhani. (2023). Hubungan Durasi Menstruasi, Aktifitas Fisik, Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Disminorhea Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26), 148–157. <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.226>
- Sholihah, F., Nur, H., Rohmah, F., Suherman, U. M., Industri, J. R., Jababeka, P., & Utara, C. (2023). *Pendahuluan Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa , dimana Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan perubahan fisik , emosional dapat wanita Dismenore adalah kram rahim yang menyebabkan nyeri saat menstruasi yang m.*
- Sugiyono. (2022). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF* (Setiyawami (ed.); ketiga). penerbit ALFABETA.
- Sulistiowati, W. (2017). Buku Ajar Statistika Dasar. *Buku Ajar Statistika Dasar*, 14(1), 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>
- 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. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i3.204>

- Swandari, A. (2022). Buku Ajar Intervensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore. *Intrvensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore*, 1–59.
- SYAFRIANI, S. (2021). Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bangkinang Kota 2020. *Jurnal Ners*, 5(1), 32–37. <https://doi.org/10.31004/jn.v5i1.1676>
- Syaiful, Y., & Naftalin, S. V. (2018). Abdominal Stretching Exercise Menurunkan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 269–276. <https://doi.org/10.32831/jik.v7i1.195>
- Syam, W. D. P., Sri Wahyuni Gaytri, Muchsin, A. H., Bamahry, A., & Laddo, N. (2022). Hubungan Status Gizi terhadap Usia Menarche. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(9), 637–645. <https://doi.org/10.33096/fmj.v2i9.119>
- Wardani, P. K., Fitriana, F., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.414>
- Widyanthi, N. M., Resiyanthi, N. K. A., & Prihatiningsih, D. (2021). Gambaran Penanganan Dismenorea Secara Non Farmakologi Pada Remaja Kelas X Di Sma Dwijendra Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(6), 1745–1756.
- Wulandari, S., & Ningrum, S. S. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea dengan Sikap Menghadapi Dismenorea di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Sukoharjo. *Indonesian Journal On Medical Science*, 5(1), 18–22.
- Yuli Zuhkrina, & Martina, M. (2023). Determinan Faktor Penyebab Dismenore pada Remaja Putri di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar Tahun 2022. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 123–130. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i1.1504>