

DAFTAR PUSTAKA

- Abror, R. *et al.* (2024) 'Hubungan Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi SMA Negeri 8 Palembang', *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(1), pp. 54–62.
- Anggraini, M.A., Lasiaprillianty, I.W. and Danianto, A. (2022) 'Diagnosis dan Tata Laksana Dismenore Primer', *Cermin Dunia Kedokteran*, 49(4), pp. 201–206. Available at: <https://doi.org/10.55175/cdk.v49i4.219>.
- Armour, M. *et al.* (2019) 'Exercise for dysmenorrhoea (Review)', *Cochrane Library* [Preprint]. Available at: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004142.pub4>. www.cochranelibrary.com.
- Arsani, N.L.K.A., Ardika, N.L.P.K.I.S. and Budiawan, M. (2023) 'Gambaran Tingkat Keparahannya Dismenore Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha', *Ganesha Medicine*, 3(2), pp. 100–113. Available at: <https://doi.org/10.23887/gm.v3i2.69333>.
- Artawan, I.P., IKetut Alit Adianta, Ik.A.A. and Ida Ayu Manik Damayanti, I.A.M.D. (2022) 'Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itokes Bali Tahun 2022', *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), pp. 94–99. Available at: <https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.412>.
- Candi, E., Ratnasari, F. and Wibisono, A.Y.G. (2023) 'Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang', *Nusantara Hasana Journal*, 3(4), pp. 57–64. Available at: <https://doi.org/10.59003/nhj.v3i4.989>.
- Cherenack, E.M. *et al.* (2023) 'Adolescent girls ' descriptions of dysmenorrhea and barriers to dysmenorrhea management in Moshi , Tanzania : A qualitative study', *Plos Global Public Health*, 3(7), pp. 1–19. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0001544>.
- Djollong, A.F. (2014) 'Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif (Technique of Quantitative Research)', *Istiqra*, 2(1), pp. 86–100.
- Dwiasrini, F., Wulandari, R. and Yolandia, R.A. (2023) 'Hubungan Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Cepat Saji, dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore pada Siswi Kelas XII di SMA Muhammadiyah 18 Jakarta Tahun 2023', *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), pp. 1254–1264. Available at: <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.743>.
- Eliska Br Gurusinga, S., Bertilova Carmelita, A. and Rahman Jabal, A. (2021) 'Literature Review : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Dismenore Primer

- Pada Remaja', *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 9(1), pp. 1266–1274. Available at: <https://doi.org/10.37304/jkupr.v9i1.2866>.
- Evana, M. *et al.* (2025) 'Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Dismenore pada Remaja Putri SMA Negeri 4 Malinau Kecamatan Mentarang Kabupaten Malinau', 9(1), pp. 2129–2134.
- Fadli, A., Rustanti, M. and Windiastoni, Y.H. (2024) 'Efektivitas Program Latihan Aerobik pada Penurunan Nyeri Dismenore Primer: Meta-analysis', *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 9(1), p. 26. Available at: <https://doi.org/10.22146/jkesvo.92667>.
- Fauziah, S. *et al.* (2024) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri Di SMA Putra Juang Cianjur Tahun 2023', *JICN: Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara*, 1(25), pp. 6998–7005.
- Febriyanti, V., Putri, V.S. and Yanti, R.D. (2021) 'Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Skala Nyeri Dismenorea pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi', *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), p. 74. Available at: <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.277>.
- Francavilla, R. *et al.* (2023) 'Dysmenorrhea: Epidemiology, Causes and Current State of the Art for Treatment', *Clinical and Experimental Obstetrics and Gynecology*, 50(12). Available at: <https://doi.org/10.31083/j.ceog5012274>.
- Guimarães, I. and Póvoa, A.M. (2020) 'Primary Dysmenorrhea: Assessment and Treatment', *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetricia*, 42(8), pp. 501–507. Available at: <https://doi.org/10.1055/s-0040-1712131>.
- Hamzah, S.R. (2021) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea pada Siswi SMAN 1 Lolak', *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), pp. 804–813.
- Hapsari, Z.A. and Widiyaningsih, E.N. (2023) 'Magnesium dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA dan SMK The Correlation between Stress Levels and Magnesium Intake with the', *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 7(1), pp. 36–48.
- Hartinah, D., Wigati, A. and Maharani, L.V. (2023) 'Pengaruh Terapi Farmakologi Dan Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi', *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), pp. 245–252. Available at: <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1676>.
- Hayati, S., Agustin, S. and Maidartati (2020) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada remaja di sma pemuda banjaran bandung', *Jurnal Keperawatan BSI*, VIII(1), pp. 132–142.
- Hernanto, A.D.P., Polim, A.A. and Vetinly (2022) 'Does Lifestyle Affect Dysmenorrhea Intensity? A Cross-Sectional Study', *Indonesian Journal of*

Obstetrics and Gynecology, 10(3).

- Horman, N., Manoppo, J. and Meo, L.N. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe', *Jurnal Keperawatan*, 9(1), p. 38. Available at: <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>.
- Indrayani, T. (2023) 'Pengaruh Senam pada Remaja Putri untuk Mengatasi Primary Dysmenorrhea', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), pp. 1145–1150. Available at: <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.1237>.
- Itani, R. *et al.* (2022) 'Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates', *Korean Journal of Family Medicine*, 43(2), pp. 101–108. Available at: <https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103>.
- Itriyeva, K. (2022) 'The normal menstrual cycle', *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care*, 52(5), p. 101183. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2022.101183>.
- Juliana, I., Rompas, S. and Onibala, F. (2019) 'Hubungan Dismenore dengan Siklus Haid pada Remaja di SMA N 1 Manado', *ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 7(1), pp. 1–8.
- Juwitasari *et al.* (2023) 'Assessment of Dysmenorrhea using WaLIDD Score Instruments on Nursing Students', *KnE Medicine*, 2023, pp. 145–151. Available at: <https://doi.org/10.18502/kme.v3i3.13498>.
- Kementerian Kesehatan RI (2023) *Mengenal Jenis Aktivitas Fisik*, Ayosehat Kemenkes. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-jenis-aktivitas-fisik> (Accessed: 22 March 2025).
- Khairunnisa and Maulina, N. (2017) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Nyeri Haid (Dismenorea) pada Santriwati Madrasah Aliyah Swasta Ulumuddin Uteunkot Cunda Kota Lhokseumawe', *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 3(1). Available at: <https://doi.org/10.29103/averrous.v3i1.442>.
- Khasanah, N. (2021) 'Aktifitas Fisik, Peran Orang Tua, Sumber Informasi terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri', *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(1), pp. 23–34. Available at: <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.3>.
- Khotimah, H. and Lintang, S.S. (2022) 'Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja Non-Pharmacological Therapy to Overcome Dysmenorrhea Pain in Adolescents', *Faletehan Health Journal*, 9(3), pp. 343–352.
- Kuo, C.S. *et al.* (2025) 'Influence of tobacco smoking and alcohol drinking on dysmenorrhoea: a cross-sectional analysis of data from the Taiwan Biobank', *BMJ Open*, 15(2). Available at: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024->

088537.

- Kusumo, M.P. (2020) *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik*, Yogyakarta: The Journal Publishing. Available at: [http://repository.umsida.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku pemantauan aktivitas fisik.pdf?sequence=1](http://repository.umsida.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku%20pemantauan%20aktivitas%20fisik.pdf?sequence=1).
- Lestari, D.R., Citrawati, M. and Hardini, N. (2018) 'Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur dengan Dismenoreia pada Mahasiswi FK UPN "Veteran" Jakarta', *Majalah Kedokteran Andalas*, 41(2), p. 48. Available at: <https://doi.org/10.25077/mka.v41.i2.p48-58.2018>.
- Lestarina, N. nyoman wahyu, Kurniawaty, Y.K. and Jessica Wahyu Amanda (2023) 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Dismenoreia Primer Pada Mahasiswi Prodi Ilmu Keperawatan Stikes Di Surabaya', *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 13(2), pp. 44–52. Available at: <https://doi.org/10.54040/jpk.v13i2.246>.
- Maharianingsih, N.M. and Poruwati, N.M.D. (2021) 'Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Primer pada Remaja', *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 7(1), pp. 55–61. Available at: <https://doi.org/10.36733/medicamento.v7i1.1262>.
- Mariana, S. and Dari, R.U. (2023) 'Hubungan Stress dan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Dismenoreia di SMKS Keluarga Bunda Jambi Tahun 2022', *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), p. 2107. Available at: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.3347>.
- Mariska, V., Awanis, A. and Anjari Dyah Kusumaning Ayu, W. (2025) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Derajat Dismenore Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional Surakarta', *Physio Journal*, 5(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.30787/phy.jou.v5i1.1565>.
- Marliana Susianti, O. (2024) 'Perumusan Variabel Dan Indikator Dalam Penelitian Kuantitatif Kependidikan', *Jurnal Pendidikan Rokania*, 9, p. 18.
- Mivanda, D., Follona, W. and Aticeh, A. (2023) 'Hubungan Tingkat Stres dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri', *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(1), p. 34. Available at: <https://doi.org/10.24853/myjm.4.1.34-46>.
- Molla, A. *et al.* (2022) 'Prevalence of dysmenorrhea and associated factors among students in Ethiopia : A systematic review and meta-analysis', *Sage Journal*, 18. Available at: <https://doi.org/10.1177/17455057221079443>.
- Mulyani, A., Zahara, E. and Rahmi, R. (2022) 'Literature review: Perbandingan tingkat nyeri menstruasi (dismenore) sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi pada remaja putri', *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 3(1), p. 28. Available at: <https://doi.org/10.30867/gikes.v3i1.679>.

- Nelfia *et al.* (2025) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Dismenore pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Teluk Kuantan', *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(5). Available at: <https://ikeor.ppj.unp.ac.id/index.php/ikeor/issue/view/7>.
- Nuraini, S., Sa'diah, Y.S. and Fitriany, E. (2021) 'Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(3), pp. 443–450. Available at: <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.398>.
- Nurinasari, H. (2024) 'The Relationship Between A Sedentary Lifestyle And Dysmenorrhea Intensity', *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 12(2), pp. 123–131.
- Nurwany, R. *et al.* (2025) 'Physical Activity Impact on Severity of Dysmenorrhea among Junior High School Students : A Cross Sectional Study', *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology*, 13(2).
- Paul, E., Ameade, K. and Mohammed, S. (2016) 'International Journal of Women's Health and Wellness Menstrual Pain Assessment: Comparing Verbal Rating Scale (VRS) with Numerical Rating Scales (NRS) as Pain Measurement Tools', *Int J Womens Health Wellness*, 2(1), p. 17.
- Petraglia, F. *et al.* (2017) 'Dysmenorrhea and related disorders', *F1000Research*, 6(0), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.12688/f1000research.11682.1>.
- Putri, R.O.M. and Riyadi, H. (2023) 'Hubungan Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, dan Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri di Kota Pariaman', *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 2(4), pp. 237–244. Available at: <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.4.237-244>.
- Raja, S.N. *et al.* (2021) 'The Revised IASP Definition of Pain: Concepts, Challenges, and Compromises', *The Journal of the International Association for the Study of Pain*, 161(9), pp. 1976–1982. Available at: <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001939>.The.
- Resty Hermawahyuni, Handayani, S. and Alnur, R.D. (2022) 'Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di SMK PGRI 1 Jakarta Timur', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), pp. 97–101. Available at: <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss1.1079>.
- Ridha, N. (2017) 'Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian', *Jurnal Hikmah*, 14(1), pp. 62–70. Available at: <https://doi.org/10.1111/cgf.13898>.
- Rigal, P. *et al.* (2024) 'Therapeutic Physical Exercise for Dysmenorrhea : A Scoping Review', *Journal Functional Morphology and Kinesiology*, 10(1), pp. 1–15.
- Rivaldi, Septiadi, F. and Alwi Nurudin, A. (2023) 'Global Physical Activity

Questionnaire : Aktivitas Fisik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sukabumi Pasca Covid-19', *Jurnal Educatio*, 9(4), pp. 2160–2164. Available at: <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5975>.

Samperio, M.M. and Pardo, A.C. (2021) 'Effects of Physical Exercise on Primary Dysmenorrhea . Systematic Review', *MLS - Sport Research*, 1(1), pp. 51–68.

Saphna, K.Y. *et al.* (2023) 'Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Pengurangan Nyeri Punggung Bawah Miogenik Di Rumah Sakit Islam A Yani Surabaya', *Jurnal Keperawatan Muhamadiyah*, pp. 37–42. Available at: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>.

Savitri, D.N.S., Marni and Prakoso, A.B. (2025) 'Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMK Citra Medika Sragen', *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional*, pp. 70–76. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.47701/jrsmyk88>.

Subhaktiyasa, P.G. (2024) 'Menentukan Populasi dan Sampel : Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif', 9, pp. 2721–2731.

Ulfa, M., Ningsih, S.R. and Puspitasari, E. (2025) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Depok Sleman', *Borneo Nursing Journal*, 8(1), pp. 30–42. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.147>.

Wanno, R. (2024) *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SMP Negeri 36 Surabaya*. STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya.

Wildayani, D. *et al.* (2023) 'The Relationship Between Physical Activity Level and Dysmenorrhoea in Young Women', *Medical Journal of Malaysia*, 78(4), pp. 495–499.

Yunianingrum, E. and Widyastuti, Y. (2018) 'the Effect of Warm Compress and Aromatherapy Lavender To Decreasing Pain on Primary Dysmenorrhea', *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 12(1), pp. 39–47. Available at: <http://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/kia>.

Zheng, Q. *et al.* (2024) 'Comparative effectiveness of exercise interventions for primary dysmenorrhea : a systematic review and network meta - analysis', *BMC Women's Health*, 24(610). Available at: <https://doi.org/10.1186/s12905-024-03453-w>.