

Daftar Pustaka

- Alter, M. J. (2008). *Sport stretch*. Floride International University.
- Anisa, M. V. (2015). *The effect of exercise on primary dysmenorrhea*. J Majority Volume 4 Nomor 2.
- Anurogo & Wulandari. (2011). *Cara jitu mengatasi nyeri haid*. Yogyakarta: C.V Andi.
- Benson, Ralph, C. (2008). *Buku saku obstetri dan ginekologi*. Jakarta: EGC.
- Celik, H., Gurates, B., Parmaksiz, C., Polat, A., Haney, F., Kavak, B., Yavuz, A., Artas, Z. D. (2009). *Severity of pain and circadian changes in uterine artery blood flow in primary dysmenorrhea*. Departemen of Family Medicine, Firat University, Medical School, Elazig, Turkey, 280: 589-592.
- Cicila, F. dkk. (2013). *Hubungan dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen 1 Tomohon*. Program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas San Ratulangi Manado. Jurnal Keperawatan.
- Daley, A. J. (2008). *Exercise and primary dysmenorrhea: A comprehensive and critical riview of the literature*. Sport Medicine: Adis Data International 38(8), 659-670.
- Fauziah, M. N. (2015). *Pengaruh latihan abdominal stretching terhadap intensitas nyeri (disemnore) pada remaja putri di SMK Al Furqon Bantarkawung Kabupaten Brebes*. Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Harry. (2007). *Mekanisme endorpin dalam tubuh*. Diperoleh 11 Agustus 2017 dari <http://Klikharry.files.wordpress.com/2007/02/1.doc+endorphin+dalam+tubuh>
- Hastono, S. P. (2007). *Analisis data kesehatan*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Hendrawan. (2008). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Hendrik. (2006). *Problema haid: Tinjauan syariat islam dan medis*. Cetakan 1. Solo: PTTiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Hockenberry, M. J., Wilson, D., Winkelstein, M. L., & Kline, N. E. (2009). *Wong's Nursing Care of Infant and Children*. (7th ed). St.Louis, Misoury: Mosby.

- Kundarti, F. I., Wijayanti, L. A., & Astuti, W. D. (2012). *Perbedaan tingkat disemenore primer pada siswi yang rutin melakukan olahraga dan yang jarang melakukan olahraga di SMAN 8 Kota Kediri*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes.
- Lazlo, Krisztina, D. dkk. (2015). *Work related stress factors and menstrual pain: a nation wide representative survey*. Journal of psychosomatic obstetrics & gynecology.
- Li, L., Liu, X., Herr, K. (2007). *Post operative pain intensity assesment a comparison of four scale in Chinese adult*.
- Lusa. (2010). *Dismenor (Dysmenorrhea) Part 2*. Diperoleh 10 Agustus 2017 dari <http://www.lusa.web.id/>
- Manuaba, I. B. G. (2010). *Pengantar kuliah obstetri*. Jakarta:EGC.
- Marlinda, R., Rosalina., & Purwaningsih, P. (2012). *Pengaruh senam dismenore terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di Desa Sidoharjo Kecamatan Pati*. Jurnal Keperawatan Maternitas. Vol 1, No. 2.
- Morgan dan Hamilton. (2009). *Obstetri dan ginekologi panduan praktik*. Jakarta: EGC.
- Ningsih. (2011). *Efektifitas paket pereda nyeri terhadap intensitas nyeri pada remaja dengan dismenore di SMAN Kecamatan Curup*. Tesis Universitas Indonesia.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurhayati, E. E., Herniyatun., & Safrudin. (2011). *Pengaruh teknik distraksi relaksasi terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi di PKU Muhammadiyah Gombong*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 7, No.1.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perry, S. E., Hockenberry, M. J., Lowdermilk, D. L., Wilson, D. (2010). *Maternal child nursing care*. Fourth Edition. Mosby: Elsevier Inc.
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2006). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2009). *Ilmu kandungan*. Edisi 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.

- Progestian, P. (2010). *Cara menentukan masa subur*. Jakarta: Swara Bumi.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *Menarche: Menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riskesdas. (2013). *Kesehatan reproduksi*. Badan Penelitian Pengembangan kesehatan Kementrian Republik Indonesia.
- Salbilah. (2016). *Penurunan tingkat nyeri saat menstruasi melalui abdominal stretching*. Jurnal Ilmu Keperawatan.
- Santoso. (2008). *Angka kejadian nyeri haid pada remaja Indonesia*. Journal of Obstetrics Gynecology.
- Sarwono. (2006). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiadi. (2007). *Konsep dan penulisan riset keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Shirvani, Marjan, A., Tabari, Narges, M., & Allipour, A. (2017). *Use ginger versus stretching exercise for treatment of primary dysmenorrhea: a randomized controlled trial*. Journal of Integratif Medicine.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2012). *Buku ajar keperawatan medikal bedah Brunner dan Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Soetjningsih. (2010). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Sagung Seto: Jakarta.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Thermacare. (2010). *Abdominal stretching exercise for menstrual pain*. Diperoleh 19 Agustus 2017 dari <http://www.chiromax.com/media/abstretch.pdf>
- Wilson, L. M. A. & Price, S. A. (2006). *Patofisiologi: Konsep klinis proses-prose penyakit*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran ECG.
- Wong, D. L., Perry, S. E., Hockenberry, M. J., Wilson, D., Winkelstein, M. L., Schwartz, P. (2009). *Wong's essential of pedriatic nursing*. 6th ed. St.Lous, Missouri: Mosby.
- Woo, D. & Mc Eneaney, M. J. (2010). *New strategies to treat primary dysmenorrhea*. The Critical Advisor.