

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, I., Putri, D. E., & Afriyanti, E. (2017). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan *Dismenore* pada Mahasiswi A Fakultas Keperawatan Unand. *NERS Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.25077/njk.10.1.1-13.2014>
- Anurogo, D., & Wulandari, A. (2017). *Cara jitu mengatasi nyeri haid*. Yogyakarta: Andi.
- Ernawati, Tri Hartiti, dan Idris Hadi. (2010). Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri *Dismenore* Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang. <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/54/28>
- Fira, H., Apriza, A., & Wati, N. K. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala Nyeri Menstruasi (*Dismenore*) Pada Remaja Putri Di Desa Pulau Jambu. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 400–407. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1550>
- Fitriani, H. dan Achmad. 2017. Pengaruh Intervensi Relaksasi Otot Progresif terhadap *Dismenorea* Primer pada Remaja. *Faletahan Health Journal* 4(3):2-151
- Giletew, A., & Bekele, W. (2019). Prevalence and Associated Factors of Primary Dysmenorrhea Among Debre Tabor University Students, North Central Ethiopia. *International Journal of Biomedical Engineering and Clinical Science*, 4(4), 70.
- Haryono, R. 2016. *Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause*. Cetakan Pertama. Goysen Publisghing. Yogyakarta.
- Joseph, HK. dan Nugroho, S.M. 2020. *Catatan Kuliah Ginekologi dan Obstetric (OBSGYN)*. Cetakan Kesatu. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Judha, M., Sudiarti, dan Fauziah, A. 2019. *Teori Pengukuran Nyeri*. Cetakan Pertama. Nuha Medika Yogyakarta.
- Laila, N.N. 2017. *Buku Pintar Menstruasi*. Cetakan Pertama. Buk Biru. Jogjakarta  
Mitayani. 2018 *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Salemba Medika: Jakarta.
- Mumpuni, A., dan Andang, T. 2017. *45 Penyakit Musuh Kaum Perempuan*. Edisi Pertama. Rapha Publishing Yogyakarta.

- Ningsih, N. E. R. (2019). *Universitas Muhammadiyah Magelang Tahun 2019*. 64.
- Notoatmodjo, S. (2019). *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2017). *Patofisiologi konsep klinis proses-proses penyakit* (Alih bahasa: A. Dharma) (Edisi 6). Jakarta: EGC
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2015). "Menarche: Menstruasi pertama penuh makna. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri, S.A. 2017. Hubungan Antar Nyeri Hai (*Dismenorea*) terhadap Aktivitas Belajar pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Malang.
- Purnaningsih E dkk. 2017. *Pengaruh Senam Yoga Terhadap Tingkat Nyeri Dismenorea*, *Jurnal Kebidanan dan IlmuKesehatan*, vol. 3(3), November, p. 2407-2656.
- Rerenrahmawati. (2016). *Latihan Otot Progresif*, [Scrib].
- Savitri, R. 2015. Gambaran Skala Nyeri Haid pada Usia Remaja. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah Yogyakarta*.
- Setyoadi dan Kushariyadi. 2017. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatik*. Salemba Medika. Jakarta
- Snyder, M & Lindquist, R. (2018). *Complementary Alternative Therapies Nursing 4th ed*. New York: Springer Publishing Company.
- Solehati, T. dan Kosasih, E.C. 2015. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Cetakan Kesatu. Refika Aditama. Bandung.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta..
- Wulandari, A., Hasanah, O., dan Woferst, R. 2018. Gambaran Kejadian dan Manajemen *Dismenorea* pada Remaja Putri di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru. *JOM FKp* 5(2): 468-479.
- Wianti, A., & Karimah, M. M. (2018). Perbedaan Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Kompres Hangat Dalam Penurunan Nyeri Dysmenorhea. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 315–329.  
<https://doi.org/10.31539/jks.v2i1.342>