

DAFTAR PUSTAKA

- Aboushady, N.M.R dan Elsaidy, K.M.T. 2016. *Effect of Home Based Streching Exercises and Menstrual Care and Primary Dysmenorrhea and Premenstrual Symptoms Among Adolescent Girls*. IOSR Journal of Nursing and Health Science. Vol.5,No.4:10-14.
- Anurogo,D. & Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta.
- Andira, Dita. 2013. *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jogjakarta: A Plus Books.
- Aprilia, Yesie. 2018. *Bebas Takut Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ardinata, Dedi. 2007. *Multidimensional Nyeri*. Jurnal Keperawatan Rufaidah Sumatera Utara, Vol. 2, No. 2, Hal. 77-81.
- Atha, Pahlevi. 2013. *Fase-Fase Siklus Menstruasi dan Hormon yang Mempengaruhinya*. <http://levii-medical.blogspot.co.id/2013/11/fase-fasesiklus-menstruasi-dan-hormone.html>. Diakses pada Tanggal 26 Oktober 2019.
- Badan Pusat Statistik. *Badan Pusat Statistik Jawa Timur*. 2010.
- Benson.C.Ralph,2009. *Buku Saku obstetric & Ginekologi. Edisi 9*. Jakarta : EGC
- Dr.Nanis Hairunnisya,MM.2015.*Metodologi Penelitian*.
- Guyton A.C. and J.E. Hall. 2007. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 9*. Jakarta: EGC.
- Nugroho. Setiawan,ari. 2010. *Kesehatan Wanita Gender & permasalahannya*. Jakarta: Medical Book.
- Hasmi. 2016. *Metode Penelitian Kesehatan*. Bogor: In Media.
- Hastono, Sutanto Priyo. 2018. *Statistik Kesehatan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Harry. (2007). *Mekanisme endorphin dalam tubuh*. Diperoleh dari <http://klikharry.files.com>. Diakses tanggal 16 Oktober 2019.

- Healthwise. (2016). *Pelvic Rock, Sitting*. <https://www.healthlinkbc.ca/health-topics/>. Di akses tanggal 16 Oktober 2019.
- Hestianingsih. 2017. *Amankah Wanita Berolahraga Saat Menstruasi?*. <https://wolipop.detik.com/amankah-wanita-berolahraga-saat-menstruasi>. Diakses tanggal 20 Oktober 2019.
- Hillard P.A.J. 2006. *Dysmenorrhea*. American Academy Of Pediatrics. 27, 64-71.
- Howlett, Lucy. 2013. *Pelvic Rock*. <https://www.youtube.com/watch?v=3U0NBM9hUhM>. Diakses pada tanggal 16 oktober 2019.
- Irianto, Koes. 2015. *Kesehatan Reproduksi (Reproduktif Health) Teori dan Praktikum*. Bandung: Alfabeta.
- Isbagio dan Setyohadi b, 1995. *Masalah dan penanganan osteoarthritis sendi lutut* <http://www.kalbe.co.id> diakses tanggal 26 Oktober 2019.
- Jiji, M. S. C. dan Ramachandran, S. K. (2012) *Effectiveness Of Pelvic Rocking Exercise On Dysmenorrhea Among Adolescent Girls Aged 15-20 Years Residing In Selected Villages At Kanyakumari District*. By Certificate.
- Judha, Muhammad. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kapoor, Jyoti; Kaur, Navpreet; Sharma, Meenu; Kaur, Sarbjot. (2017). *A Study To Assess The Effectiveness Of Pelvic Rocking Exercises On Dysmenorrhea Among Adolescent Girls*. International Journal Of Applied Research. ISSN (Online) : 2394-5869, 3(3): 431-434.
- Lestari, N.M.S.D. 2013. *Pengaruh Dismenore pada Remaja*. Dalam Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III Tahun 2013. Singaraja.
- Manuaba. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Mitayani. 2012. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mubarok, Wahit Iqbal. 2008. *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: EGC.
- Morgan, Geri dan Hamilton Carole. 2009. *Obstetri & Ginekologi*. Jakarta : EGC

- Narantika, Marisa (2017). *Pengaruh Pelvic Rocking Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Primer Pada Siswi Di Man 1 Malang*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Novia, Ika & Nunik Puspitasari. 2008. *Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kejadian Dysmenorrhea*. The Indonesian Journal of Public Health, hlm.96-104.
- Novitasari. 2012. *Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenorea Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan di Madrasah Tsanawiyah Islamiyah Ciputat*. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Uinsyah Hidayatullah Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugroho, T, dkk. (2014). *Buku Ajar Askeb1 Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta : SalembaMedika.
- Pinandita, Iin; Purwanti,Ery; Utoyo, Bambang. 2012. *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparotomi*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Vol. 8, No. 1.
- Puji, I. 2009. Keefektifan Senam Dismenore dalam Mengurangi Dismenore pada Remaja Putri di SMU N 5 Semarang. Diakses 26 oktober 2019 dari <http://keperawatan.undip.ac.id>.
- Potter & Perry. 2009. *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika.
- Prawirohardjo. Sarwono, 2011. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka.
- Primadina, M. A. 2015. *The Effect of Menstrual Cycle to Blood Glucose Levels*. J Majority volume 4 no. 3, Oktober 2019 65-70.
- Reeder, Martin, & Koniak, Griffin. 2013. *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga Edisi 8 Vol 1*. Jakarta: EGC.
- Agus, Riyanto. 2013. *Statistik Deskriptif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saepudin, Malik. 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : CV Trans Info Media.

- Santoso, Rachmat Budi. 2014. *Stop Nyeri Sekarang Teknik dan Metode Psikologis Untuk Menangani Berbagai Nyeri Fisik*. Yogyakarta: PT Niaga Swadaya.
- Santoso. 2008. *Angka kejadian nyeri haid pada remaja Indonesia*. Diperoleh dari <http://www.info-sehat.com/insi>.
- Sari, W., Indrawati, L. & Harjanto, B. D. 2012. *Panduan lengkap kesehatan wanita*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup.
- Simanjuntak, P. 2008. *Gangguan haid dan siklusnya Ilmu kandungan Edisi 2*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sinaga, Ernawati, dkk. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional.
- Sitepu, B.P., 2014. *Pengembangan Sumber Belajar*. Jakarta : Rajawali Press.
- Suhartono, Artikasari. 2011. *Hubungan Antara Olahraga Aerobik dengan Penurunan Derajat Dismenore Pada Siswi SMA Negeri 5 Malang*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Smeltzer, & Bare. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Brunner & Suddart*. Edisi 8, Vol 1, alih bahasa: Kuncara Monica Ester. Jakarta: EGC.
- Solikha, Siti, Fajar. 2014. *Pemberian Masase Kaki Terhadap Penurunan Nyeri pada Asuhan Keperawatan Ny. S dengan Diabetes Mellitus Tipe II di Ruang Melati I RSUD DR. Moewardi Surakarta*. Program Studi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada Surakarta.
- Suparto, Achmad. 2011. *Efektifitas Senam Dismenore dalam Mengurangi Nyeri Dismenore pada Remaja Putri*. Jurnal Phederal Vol. IV No.1.
- Suraya, Citra. (2014). *Hubungan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Sma Mandiri Palembang Terhadap Penanganan Dismenore*. STIK Bina Husada Palembang.
- Suhartono, Artikasari. 2011. *Hubungan Antara Olahraga Aerobik dengan Penurunan Derajat Dismenore Pada Siswi SMA Negeri 5 Malang*.

- Solehati, Tetti dan Cecep Eli Kosasih., 2015. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Thabet, A., Ali; Hanfy, M., Hala; Ali, Rahman, Abdel, Tarek; Shahin, M., Mohamed. (2008). *Effect Of Low Level Laser Therapy And Pelvic Rocking Exercise In The Relief Of Primary Dysmenorrhoea*. Bull. Fac. Ph. Th. Cairo Univ.: Vol. 13, No. 1.
- Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2009). *Principles of Anatomy & Physiology*. USA: John Wiley & Sons.
- Toduhu, Serly; Kundre, Rina; Malara, Reginus. (2014). *Hubungan Stres Psikologis dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas 1 di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Wahyuningtyas, Juwita, Sandra. 2015. *Pengaruh Derajat Depresi Dengan Intensitas Nyeri Kronik*. Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Wariantio, Melya. 2008. *Akupuntur Untuk Disminore*. Indonesia: Wordpress. Diambil dari: <http://doktermelya.dagdigdug.com/2008/12/16/akupuntur-untuk-disminore/>, diakses tanggal 16 oktober 2019.
- Yatim, Faisal. 2001. *Haid Tidak Wajar dan Menopause*. Jakarta : Pustaka Populer Obor.
- Zaky, Hassan, Nevertity. (2016). *Effect Of Pelvic Rocking Exercise Using Sitting Position On Birth Ball During The First Stage Of Labor On Its Progress*. IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS). e-ISSN: 2320–1959.p- ISSN: 2320–1940 Volume 5, Issue 4, PP 19-27.