

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurakhman, R. N., Indragiri, S., & Setiyowati, L. N. (2020). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan WWZ (Warm Water Zack) Terhadap Nyeri pada Pasien Dyspepsia. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 77–82.
- Agustina, D. (2019). Perbedaan Pengaruh Abdominal Streching Exercise dengan Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenorhea) pada Mahasiswi Fisioterapi Stikes Siti Hajar Medan Tahun 2018. *Jurnal Gentle Birth*, 2(1), 42–47.
- Agustriyana, N. A., & Suwanto, I. (2017). Fully Human Being pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 2(1), 9–11.
- Amalia, R. (2020). *Peran Kurkumin pada Pgf2\$A\$ dan Intensitas Nyeri Dismenore Primer*. Universitas Hasanuddin.
- 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.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzzmedia.
- Anisa, M. V. (2015). The Effect of Exercises on Primary Dysmenorrhea. *Jurnal Majority*, 4(2).
- Apriani, D. (2022). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Dismenore pada Remaja Putri di Akper Kesdam II/Sriwijaya. *Jurnal Kesehatan*, 11(2).
- Arovah, N. I. (2016). *Fisioterapi Olahraga*.
- Aulia, D. (2019). *Pengaruh Termoterapi Hot-Pack terhadap Tingkat Kenyamanan (Nyeri) Remaja pada Saat Mengalami Dysmenorrhea di SMKS Plus Al-Maarif Singosari*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Keperawatan.
- Bachtiar, F., Mursyid, A. R. M., & Sadmita, S. (2019). A Comparison of Hot Pack and Stretching Exercises on Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*, 38–43.
- Bahrudin, M. (2017). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7–13.
- Batubara, J. R. L. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Caroline Bunker, R. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Dasar Edisi 10* (10th ed.). EGC.
- Chayati, U. N., & Na'mah, L. U. (2019). Penerapan Kombinasi Pijat Effleurage dan Pemberian Air Kelapa Hijau terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Usia 13-15 Tahun. *Proceeding of The URECOL*, 14–21.
- Daniar Azzahra, P., & Eti, S. (2022). *Penerapan Terapi Kompres Hangat untuk*

*Menurunkan Nyeri Haid pada Remaja Putri di Prodi Keperawatan Bogor. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.*

- Dewi, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Penanganan Dismenore Di Sma Assanadiyah Palembang Tahun 2016: Relationship between Knowledge and Attitudes of Young Women in Handling Dysmenorrhea in Palembang Senior High School in 2016. *Journal Of Midwifery and Nursing*, 1(1), 19–23.
- Dhell. (2016). *WWZ Kompres Onemed/ Warm Water Zack*. Surabaya. <https://shopee.co.id/product/2866183/16820204961?smtt=0.32962878-1670646792.9>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *Istighna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116–133.
- Dieny, F. F., Rahadiyanti, A., & others. (2019). *Gizi Prakonsepsi*. Bumi Medika (Bumi Aksara).
- Dila, Nova, P. (2018). *Pengaruh Senam Yoga terhadap Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA Plus Bina Bangsa di Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru*. Poltekkes Kemenkes Riau.
- Efektif99. (2016). *Bantal Panas/Terapi Kesehatan /Medica Global Bantal*. Jakarta Utara. <https://shopee.co.id/product/9316126/60121045?smtt=0.32962878-1670647249.9>
- EFRIANTI, R. (2019). *Gambaran Tingkat Dismenore Berdasarkan Wallid Score di SMA 22 Bandung*.
- EKO, S. (2019). *Pengaruh Workplace Stretching Exercise (WSE) dan Heat therapy (hot pack) Pada Perawat di Ruang Rawat Inap Bedah RSUP Dr. M. Djamil Padang*.
- Gustina, T., Wijayanti, A. C., Bejo Raharjo, S. K. M., & others. (2015). *Hubungan Antara Usia Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMK Negeri 4 Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hakiki, Q. S., & Kushartanti, B. M. W. (2018). Pengaruh Kompres Es dan Kompres Hangat terhadap Penyembuhan Cedera Ankle Pasca Manipulasi Topurak pada Pemain Futsal. *Medikora*, 17(2), 136–144.
- Herlinadiyaningsih, H. (2016). Efektivitas Wedang Jahe (Zingibers Officinale) terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 7(1).
- Irianti, B. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Remaja. *Menara Ilmu*, 12(10).
- Irianti, B. (2019). Hubungan Volume Darah pada Saat Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Internasional Pekanbaru tahun 2014. *Ensiklopedia of Journal*, 1(2).

- Izzah, N. (2020). *Pengaruh Pelvic Rocking Exercise Menggunakan Birth Ball terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Primer di Pondok Pesantren Sabilurrosyad Kelurahan Gasek Kecamatan Sukun Kota Malang*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Kebidanan.
- Juliani, S., & Arma, N. (2018). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Keberhasilan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Darussalam Kecamatan Medan Petisah. *Jurnal Bidan Komunitas*, 1(3), 115–124.
- Kaparang, O. M. (2013). Analisa Gaya Hidup Remaja dalam Mengimitasi Budaya POP Korea Melalui Televisi. *Acta Diurna Komunikasi*, 2(2).
- Kurniawan, I., & others. (2018). *Pengaruh Terapi Bermain Game (Puzzle) terhadap Tingkat Nyeri pada Anak Usia Pra Sekolah Pasca Tindakan Operasi Tutup Stoma Hari Ketiga di Ruang Anak Lantai Dasar RSUP Dr. Kariadi Kota Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Kurniawati, B. M. I., & others. (2018). *Perbedaan Efektivitas Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi pada Remajadi Madrasah Aliyah Darut Taqwa Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Kurniawati, D., & Kusumawati, Y. (2011). Pengaruh Dismenore terhadap Aktivitas pada Siswi SMK. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2).
- Larasati, T. A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Jurnal Majority*, 5(3), 79–84.
- Lestari, N. M. S. D. (2013). Pengaruh Dismenorea pada Remaja. *Prosiding Seminar Nasional MIPA*.
- Lestarina, E., Karimah, H., Febrianti, N., Ranny, R., & Herlina, D. (2017). Perilaku Konsumtif di Kalangan Remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2).
- Lubis, P. Y. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Siswi SMA Dharma Sakti Medan tahun 2018*.
- Luthfa, A. (2017). *Gambaran Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Dilihat Berdasarkan Tingkat Stress di Pondok Pesantren Kuno Putri Gamping Sleman*.
- Mardana, I. K. R. P., & Aryasa EM, T. (2017). *Penilaian Nyeri*. Universitas Udayana Fakultas Kedokteran.
- Martina, N. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dismenore dengan Penanganan Dismenore pada Siswi di SMA Negeri 15 Medan Tahun 2019*.
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar: Buku 1*. Salemba Medika.
- Mukarromah, N., KM, S., Wulandari, Y., Muhammad Kholiq Iswahyudi, M.,

- Lusinta Dwi Kurniawati, M., & others. (2019). *Pengaruh Pemberian Hot-Pack terhadap Grade Shivering pada Pasien Post Operasi Seksio Sesaria di Recovery Room Rumah Sakit Siti Khodijah Muhammadiyah Cabang Sepanjang*.
- Murtiningsih, M., & Karlina, L. (2015). Penurunan Nyeri Dismenorea Primer Melalui Kompres Hangat pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 3(2).
- Nurfadilah, A. (2020). *Literature Review: Penatalaksanaan Non Farmakologi untuk Mengurangi Nyeri Dismenore pada Remaja Putri*.
- Nurindasari, S., Russeng, S. S., & Kurnaesih, E. (2020). Perbedaan Workplace Stretching Exercise (WSE) Dengan Kompres Air Hangat Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Disorders (MSDs) Pada Pegawai Di Balai Besar Laboratorium Kesehatan Makassar Tahun 2020. *Journal of Muslim Community Health*, 1(2), 50–61.
- Nursalam, N. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan ed. 2*. Salemba Medika.
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*. Deepublish.
- Parawita, N. I., Hamid, M. A., & Permatasari, E. (2014). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Jember*. Skripsi tidak.
- Prasasti, D., & Adyani, K. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri pada Dismenore: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 11(03), 156–162.
- Prihatin, S. (2019). Pengaruh Massage Effleurage terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Primer pada Remaja Putri di SMAN 2 Kota Ternate tahun 2018. *Medica Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit)*, 11(2), 1–8.
- Putri, D. R. S., Purwaningsih, W., & Hartutik, S. (2019). *Penerapan Massage Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar untuk Menurunkan Skala Dismenore pada Remaja Putri di Desa Mlandang, Manjungan, Ngawen, Klaten*.
- Rahmadhayanti, E., Afriyani, R., & Wulandari, A. (2017). Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA Karya Ibu Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 369–374.
- Rahmawati, L. R. (2019). *Penatalaksanaan Pelvic Rocking untuk Mengurangi Dismoenorea Pramery-(LTA. 0027)*. Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.
- Ryantama, A. A. W. (2017). Respon Tubuh terhadap Nyeri. *Universitas Udayana Denpasar*.
- Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan

- terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 177–182.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Setiadi, N. (2013). Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan. *Yogyakarta Graha Ilmu*.
- Sisilawati, M., & Riniasih, W. (2022). Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. M Khususnya Nn. A dengan Fokus Intervensi Massage Effleurage pada Dismenore Desa Banaran Kecamatan Purwodadi Kabupaten Grobogan. *The Shine Cahaya Dunia D-Iii Keperawatan*, 7(01).
- Soesilowati, R., & Annisa, Y. (2017). Pengaruh Usia Menarche terhadap Terjadinya Disminore Primer pada Siswi MTS Maarif NU Al Hidayah Banyumas. *Medisains*, 14(3).
- Syafriani, S., Aprilla, N. I. A., & Zurrahmi, Z. R. (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.
- Syaiful, Y., & Naftalin, S. V. (2018). Abdominal Stretching Exercise Menurunkan Intensitas Dismenorea pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol*, 7(1).
- Utami, C. D. (2018). *Hubungan Antara Penggunaan Sosial Media dengan Kestabilan Emosi pada Remaja*. Universitas 17 Agustus 1945.
- Vasra, E., & Putri, O. S. (2021). Effectiveness of Using Hot and Cold Packs Against Pain In First Stage of Labor. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JMCHS)*, 1(2), 132–138.
- Verawaty, S. N., & Rahayu, L. (2012). Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita. *Bandung: Gravindo*, 46–55.
- Wijayanti, D. U., Kusmiwiyati, A., & others. (2019). Perbedaan Penurunan Nyeri Dismenorea pada Remaja dengan Tatalaksana Guided Imagery dan Kompres Hangat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 11–22.
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39–43.
- Wulandari, A., Rodiani, R., & Sari, R. D. P. (2018). Pengaruh Pemberian Ekstrak Kunyit (*Curcuma longa linn*) dalam Mengatasi Dismenorea. *Jurnal Majority*, 7(2), 193–197.
- Yudiyanta, N. K., & Novitasari, R. W. (2015). Assessment Nyeri. *Jurnal Cdk*, 226.
- Zuniawati, D. (2019). Lemak Tubuh Memicu Menstruasi Dini. *Dewi Zuniawati*.