

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2017). Metodologi Penelitian Kuantitatif Metodologi Penelitian Kuantitatif. In N. Saputra (Ed.), Yayasan Penerbit Muhammad Zaini (Vol. 3, Issue 2). Pidie Provinsi Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Amborowati, W., Hidayat, R., (2022). Up Dengan Lower Abdominal Strenghtening Terhadap Intensitas Dismenorea Pada Mahasiswi S1 Pgsd Fakultas Ilmu Pendidikan *SEHAT: Jurnal* 1(1), 30–39. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/s-jkt/article/view/9079%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/s-jkt/article/download/9079/6862>
- Andriana, Elvira Junita, Sri Mandalika, & Suryani. (2021). Gambaran Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. *Maternity and Neonatal : Jurnal Kebidanan*, 9(02), 115–120. <https://doi.org/10.30606/jmn.v9i02.1079>
- Ariani, A., Yuliani, M., & Yusita, I. (2022). Edukasi Penanganan Dismenore Secara Non Farmakologi Dengan Latihan Yoga Child Pose. *SNPKM: Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 107–112.
- Arikunto, S. (2010). Prosedur Penelitian. (Rev. ed). Jakarta: Rineka Cipta.
- Desi Wildayani, D., Widya Lestari, W., & Winda Listia Ningsih, W. (2023). *Dismenore: Asupan Zat Besi, Kalsium Dan Kebiasaan Olahraga*. Pustaka Galeri Mandiri
- Dika, P. (2017). *Pengaruh Yoga Terhadap Perubahan Skala Dismenorea Pada Siswi Kelas Viii Di Smpn 1 Bendo Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan* (Doctoral Dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia).
- Dwi Puspita Sari, A. (2023). *Efektivitas Edukasi Media Audiovisual Dengan Youtube Tentang Pentingnya Kontrasepsi Pada Periode Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Wanita Usia Subur Di Dusun Salam Kecamatan Nguter Sukoharjo* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Dwiyanti, F., Cahyaningsih, N. K., & Rohandayani, S. (2022). Yoga untuk Mengurangi Nyeri Disminorhea pada Remaja Perempuan Usia Sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan*, 217–226.
- Ernawati sinaga Dkk. (2008). *Manajemen kesehatan menstruasi*. repository.unas.ac.id

- Gustina, G., & Safitri, S. (2023). Edukasi Minum Kunyit Asam dan Yoga dalam Mengatasi Dismenore pada Remaja Putri di Desa Pondok Meja. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 01. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.308>
- Hidayah, N., & Fatmawati, R. (2019). Buku Ajar Manajemen Nyeri Haid Pada Remaja. In *Surakarta* (Issue 1). Yuma Pustaka. <https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/download/1659/1508%0Ahttp://hipatiapress.com/hpjourals/index.php/qre/article/view/1348%5Cnhttp://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseysociety.com/downloads/reports/Educa>
- Ina Sugiharti, Cici Valiani, Supriyatni Kartadarma, Intan Davina Putri. 2024. “Pengaruh Gerakan Yoga Gaya Balasana (Child Pose) Dalam Pengurangan Dismenorhoe Pada Remaja Putri Di Smk Pasundan Jatinangor.” *Jurnal Malahayati* 11(3):544–49.
- Irnawati. (2016). *Faktor yang berhubungan dengan pengetahuan remaja putri kelas iv,v,vi tentang menarche*. (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Julaecha. (2019). Yoga Atasi Nyeri Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(3), 217. <https://doi.org/10.36565/jak.v1i3.59>
- Julianti, M., Wahyuni, E., & Hartini, L. (2023). Pengaruh Yoga Terhadap Penurunan Dysmenorea. *Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 19–28. <http://www.husadamahakam.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/Home/article/view/366>
- Karima, dzatin dzihna, & Karjatin, A. (2021). Pengaruh Media Kalender Terhadap Pengetahuan Pencegahan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), 284–289. <http://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jks/article/view/670>
- Khusnul, D. (2019). *Pengaruh Pemberian Yoga Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Mtsn Sidorejo Kab . Madiun..* (Doctoral dissertation, Stikes Bhakti Mulia Madiun)
- Lestari. (2023). *Efektifitas yoga terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi pada remaja putri di desa ketitang nogosari boyolali*. (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).<http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/3942>
- Murjani, M. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Cross-border*, 5(1), 687-713.
- Nasution, A. S., Jayanti, R., Munir, R., & Ariandini, S. (2022). Determinan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(2),

79. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.72218>

Nesi Novita, H. S. (2023). 1646-Article Text-5927-1-10-20230710 hal 46 untuk childpose. *Jurnal Abdikemas*, 5, 45–48.
<https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v5i1>

Novia, I. dan Puspitasari, N. (2012). *Faktor Resiko Yang Mempengaruhi Dismenorea Primer*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Rahmawati, E. (2023). Penyuluhan Dismenore serta Upaya Penanganan kepada Remaja Putri Dukuh Dukuh Desa Sambirejo. *Journal of Midwifery in Community (JMC)*, 1(1), 17–21.
<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=f22c483ba20a51fdJmltdHM9MTcwMjUxMjAwMCZpZ3VpZD0xYWMyZWZlYS03MGY2LTZyOTYtMTZhYy1mY2E3NzFmNzYyNjcmaW5zaWQ9NTE4Mw&pptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=1ac2efea-70f6-6396-16ac-fca771f76267&psq=Penyuluhan+Dismenore+serta+Upaya+Penanganan+k>
 epa

Ristica, O.D dan Andriyani, R. (2015). *Gambaran Perbedaan Intensitas Dismenorea Setelah Melakukan Senam Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas VIII Di SMPN 21 Pekanbaru Tahun 2014*. Jurnal Maternity and Neonatal Volume 1 No 6.

Rossarila, Y. (2021). *Perbandingan Efektifitas Pelvic Floor Exercise Dengan Child Pose Terhadap Tingkat Nyeri Saat Menstruasi Pada Remaja* (Doctoral dissertation).

Siahaan, K. (2012). *Penurunan Tingkat Dismenore pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan UNPAD dengan Menggunakan Yoga*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran Bandung. Jawa Barat.

Solehati, T. dan Kosasih, C.E. (2015). Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas. PT Refika Aditama. Bandung.

Tania, B., Luthfi, A., & Apriza, A. (2024). Perbandingan Efektivitas Pemberian Air Rebusan Asam Jawa dan Jahe Merah terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Siswi di SMAN 2 Bangkinang Kota Tahun 2023. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 2523-2534.

Tresiana, D., Keb, A., Ningrum, N. P., Hubaedah, A., & Kes, M. (2023). *Pengaruh Teknik “ Acuyoga (Akupresur Dan Yoga)” Terhadap Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri*. 1495–1501.

Triyani, I., Andayani, A., Apriani, T. A., Sari, ayu nur I., Komala, D., & Bolo, M. D. (2021). Penyuluhan Tentang Cara Mengurangi Dismenore Pada Remaja Dengan Teknik Yoga. *Call for Paper Seminar Nasional Kebidanan*, 0(0), 132–136. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1103>

- Tsamara, G., Raharjo, W., & Ardiani Putri, E. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi The Relationship Between Lifestyle With The Incident Of Primary Dysmenorrhea in Medical Faculty Female Students of Tanjungpura University. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140.
- Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi*. In Strada Press. <https://stradapress.org/index.php/ebook/catalog/download/22/19/74-1?inline=1>
- Wahyuni, R. S., & Oktaviani, W. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Dismenore pada Remaja Putri SMP PGRI Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, 3(3), 618. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.2723>
- Wardhani, I. N., & Suryanti, P. E. (2020). Yoga Sebagai Upaya Meringankan Nyeri Haid Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Yoga Dan Kesehatan*, 3(2), 195. <https://doi.org/10.25078/jyk.v3i2.1747>
- Widiastuti, U. T. O., & Setiyabudi, R. (2020). Pengaruh Gerakan Yoga Child's And Animals Poses Terhadap Perubahan Skala Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 21–28. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i2.5065>