

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN
DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII
DI SMPN 2 GAMPING YOGYAKARTA**

Istaniah Kartika Puteri, Dewi Rokhanawati

**Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, D.I Yogyakarta,
Indonesia**

Abstrak

Latar Belakang: angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,22% yang terdiri dari 54,89% mengalami dismenore primer. Di salah satu SMP di Bantul didapatkan sebesar 64,4% pelajar mengalami dismenore yang mayoritas berumur 14 tahun. Di salah satu SMK di Moyudan Sleman terdapat 51 dari 72 responden yang mengalami dismenore atau sebesar 70,8%. Dismenore adalah rasa sakit pada saat menstruasi yang cukup parah hingga mengganggu aktivitas yang diakibatkan oleh meningkatnya hormon *prostaglandin* dalam tubuh. Dismenore primer yang paling sering terjadi lebih dari 50% wanita mengalaminya dan 10-15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat yang sampai mengganggu kegiatan dan aktivitas sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel sebesar 78 siswi kelas VIII di SMP N 2 Gamping Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dengan cara *proportional random sampling*, pengambilan data menggunakan kuesioner dan analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan *uji chi-square*. Hasil penelitian diperoleh 25 (32,1%) siswi mengalami dismenore. Berdasarkan data bivariat diperoleh hasil usia *menarche* (*p value* = 0,086), riwayat keluarga (*p value* = 0,169), lama menstruasi (*p value* = 1,000), aktivitas fisik (*p value* = 1,000), status gizi (*p value* = 0,398), dan tingkat stres (*p value* = 0,115). Dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara usia *menarche*, riwayat keluarga, lama menstruasi, aktivitas fisik, status gizi, dan tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri. Remaja diharapkan dapat meningkatkan pola hidup sehat (makan makanan bergizi, berolahraga dan istirahat yang cukup).

Kata kunci: dismenore, faktor-faktor, hubungan, nyeri haid

**FACTORS ASSOCIATED WITH THE INCIDENCE OF PRIMARY
DYSMENORRHEA IN CLASS VIII ADOLESCENT GIRLS
AT SMPN 2 GAMPING YOGYAKARTA**

Istaniah Kartika Puteri, Dewi Rokhanawati

Abstract

Background: the incidence of dysmenorrhea in Indonesia was found to be 64.22%, of which 54.89% experienced primary dysmenorrhea. In one junior high school in Bantul was found to be 64,2% experienced dysmenorrhea majority of whom were 14 years old. In one of the vocational schools in Moyudan Sleman was found to be 51 out of 72 respondents experienced dysmenorrhea or 70,8%. Dysmenorrhea is pain during menstruation that is severe enough to interfere with activities caused by increased prostaglandin hormones in the body. Primary dysmenorrhea most often occurs more than 50% of women experience it and 10-15% of them experience severe pain that interferes with daily activities and activities. The purpose of this study was to determine the factors associated with the incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls. This study was a quaititative study with a cross sectional approach. The sample size was 78 students of

class VIII at SMPN (State Junior High School) 2 Gamping Yogyakarta. The sampling technique was proportional random sampling, data collection using questionnaires and data analysis was carried out univariate, bivariate with chi-square test. The results showed that 25 (32.1%) female students experienced dysmenorrhea. Based on bivariate data obtained the results of menarche age (p value = 1.000), family history (p value = 0.169), length of menstruation (p value = 1.000), physical activity (p value = 1.000), nutritional status (p value = 0.398), and stress level (p value = 0.115). it can be concluded that there is no relationship between menarche age, family history, length of menstruation, physical activity, nutritional status, and stress level with the incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls. Adolescents are expected to improve a healthy lifestyle (eating nutritious food, exercising and getting enough rest).

Keywords: dysmenorrhea, factors, menstrual pain, relationship

Korespondensi: Istaniah Kartika Puteri, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Jl. Siliwangi (Ring Road Barat) No. 63 Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman, D.I Yogyakarta. Email istaniahputeri@gmail.com.

PENDAHULUAN

Dismenore primer biasanya timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2-3 tahun setelah haid pertama dan terjadi pada umur kurang dari 20 tahun (Yati, 2019). Dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi selama haid. Rasa nyeri timbul bersamaan dengan permulaan haid dan berlangsung beberapa jam hingga beberapa hari hingga mencapai puncak nyeri (Larasati, T. A. & Alatas, 2016).

Dismenore disebabkan oleh hormon *prostaglandin* yang meningkat, peningkatan hormon *prostaglandin* disebabkan oleh penurunan hormon-hormon *estrogen* dan *progesteron* yang menyebabkan *endometrium* yang membengkak dan mati karena tidak dibuahi. Peningkatan hormon *prostaglandin* menyebabkan otot-otot kandungan berkontraksi dan menghasilkan rasa nyeri (Sekarni, 2013). Dismenore yang paling sering terjadi adalah dismenore primer, kemungkinan lebih dari 50% wanita mengalaminya dan 10-15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat yang sampai mengganggu kegiatan dan aktivitas sehari-hari (Ilmi et al., 2017).

Dismenore terbagi menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri haid yang tidak didasari kondisi patologis berkaitan dengan kontraksi otot uterus (*miometrium*) dan sekresi *prostaglandin*, sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri haid yang didasari dengan kondisi patologis di rongga panggul seperti ditemukannya *endometriosis* atau kista ovarium (Larasati, T. A. & Alatas, 2016). Menurut Romlah and Agustin, (2020) faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore adalah usia *menarche*, riwayat keluarga, aktivitas fisik, dan status gizi.

Sebuah penelitian di Indonesia melaporkan angka kejadian dismenore sebesar 64,22% yang terdiri dari 54.89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenore primer dialami oleh 60-75% remaja, dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri ringan sampai berat dan seperempat lagi mengalami nyeri berat (Larasati, T. A. dan Alatas, 2016).

Di Yogyakarta sendiri belum ada data pasti tentang prevalensi dismenore yang tertulis di Dinkes Yogyakarta, sebuah penelitian yang

dilakukan di Bantul Yogyakarta terhadap pelajar salah satu SMP, didapatkan sebesar 64,4% mengalami dismenore yang mayoritas berumur 14 tahun (Sanday, Kusumasari dan Sari, 2019). Penelitian yang telah dilakukan di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan Sleman Yogyakarta terdapat hasil dari 72 responden menunjukkan ada sebanyak 51 responden yang mengalami dismenore atau sebesar 70,8% (Sari *et al.*, 2015).

Dampak dari dismenore yang tidak ditangani maka bisa menyebabkan kondisi yang patologis dan dapat memicu kenaikan angka kematian dan berdampak pula pada infertilitas (Horman *et al.*, 2021).

Penanganan dismenore dapat ditangani secara farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi dapat dilakukan dengan cara pemberian analgesik, terapi hormonal, terapi dengan NSAID (*nonsteroidal anti-inflammatory drug*). Non farmakologis dengan cara melakukan kompres hangat, olahraga, minum jamu *massage* atau pemijatan, istirahat yang cukup, posisi *knee chest*, teknik *imagery guided*, dan teknik relaksasi nafas dalam (Widyanthi *et al.*, 2021).

Berdasarkan peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2017 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan. Dalam pasal 18 berisi bidan memiliki kewenangan untuk memberikan pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak dan pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana. Sedangkan dalam pasal 21 berisi tentang bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana berwenang dalam memberikan penyuluhan dan konseling kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga

berencana, pelayanan kontrasepsi oral, kondom, dan suntikan (Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 Tahun 2017, 2017).

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan di atas dan dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas VIII di SMPN 2 Gamping Yogyakarta”.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas VIII di SMPN 2 Gamping Yogyakarta.

METODE/DESAIN PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*, karena penelitian dilakukan untuk mengetahui korelasi antara faktor-faktor risiko dengan cara pendekatan atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat tertentu saja. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi-Square* untuk mengetahui apakah ada hubungan antar variabel. Penelitian ini melakukan *ethical clearance* di Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta yang telah disetujui dari komisi etik dengan nomor surat 1625/KEP-UNISA/III/2023.

POPULASI, SAMPEL DAN TEHNIK SAMPLING

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang sudah mengalami menstruasi di SMPN 2 Gamping dengan sejumlah 97 siswi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 78 siswi untuk menentukan penelitian ini menggunakan teknik penarikan

sampel dengan rumus *slovin*. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Agar pembagian

sampel rata ditiap kelas menggunakan *proportional random sampling*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini adalah berikut:

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentasi
1) Usia <i>menarche</i>		
Dini <12 tahun	31	39,7
Terlambat ≥ 14 tahun	2	2,6
Normal 12-13 tahun	45	57,7
2) Riwayat keluarga		
Ada	61	78,2
Tidak ada	17	21,8
3) Lama menstruasi		
Tidak normal >7 hari	15	19,2
Normal ≤ 7 hari	63	80,8
4) Aktivitas fisik		
Tidak aktif <2,73	77	98,7
Aktif $\geq 2,73$	1	1,3
5) Status gizi		
<i>Underweight</i> $\leq 18,4$	25	32,1
<i>Overweight</i> $\geq 25,1$	15	19,2
Normal 18,5-25,0	38	48,7
6) Tingkat stres		
Risiko	27	34,6
Tidak risiko	51	65,4

Tabel 2.
Hasil Uji Statistik *Chi-Square*

Variabel	Kejadian <i>Dimsenore</i>				Total		<i>P value</i>
	Dismenore	(%)	Tidak Dismenore	(%)	N	(%)	
1) Usia <i>menarche</i>							
Dini <12 tahun	15	19,2	16	20,5	31	39,7	0,086
Terlambat ≥ 1 tahun	0	0	2	2,6	2	2,6	
Normal 12-13 tahun	12	15,4	33	42,3	45	57,7	
2) Riwayat keluarga							
Ada	24	30,8	37	47,4	61	78,2	0,169
Tidak ada	3	3,8	14	17,9	17	21,8	
3) Lama menstruasi							
Tidak normal >7 hari	5	6,4	10	12,8	15	19,2	1,000
Normal ≤ 7 hari	22	28,2	41	52,6	63	80,8	
4) Aktivitas fisik							
Tidak aktif <2,73	27	34,6	50	64,1	77	98,7	1,000
Aktif $\geq 2,73$	0	0	1	1,3	1	1,3	
5) Status gizi							
<i>Underweight</i> $\leq 18,4$	7	9	18	23,1	25	32,1	0,398
<i>Overweight</i> $\geq 25,1$	4	5,1	11	14,1	15	19,2	
Normal 18,5-25,0	16	20,5	22	28,2	38	48,7	
6) Tingkat stres							
Risiko	13	16,7	14	17,9	27	34,6	0,115
Tidak risiko	14	17,9	37	47,4	51	65,4	

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami *menarche* di usia normal sebanyak 45 responden, sebanyak 61 responden ada riwayat keluarga yang mengalami dismenore primer, sebanyak 63 responden memiliki lama menstruasi yang normal, sebanyak 77 responden dengan aktivitas fisik kategori tidak aktif, sebanyak 38 responden berstatus gizi normal, dan sebanyak 51 responden memiliki tingkat stres tidak berisiko.

Melalui Tabel 2 dapat diketahui bahwa usia *menarche* (p value 0,086 > 0.05), riwayat keluarga (p value 0,169 > 0.05), lama menstruasi (p value 1,000 > 0.05), aktivitas fisik (p value 1,000 > 0.05), status gizi (p value 0,398 > 0.05), dan tingkat stres (p value 0,115 > 0.05).

PEMBAHASAN

1. Hubungan usia *menarche* dengan dismenore primer

Hasil penelitian ini bahwa tidak terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian dismenore primer dikarenakan terdapat faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi kejadian dismenore primer salah satunya asupan nutrisi pada remaja berbeda-beda dan jenis makanan yang tersedia juga berbeda-beda. Sebagian besar remaja memiliki pola makan yang tidak sehat (sering makan junk food, tidak pernah berolah raga, dll) akan semakin memicu peningkatan rasa nyeri saat menstruasi (Sulistyorini *et al*, 2017).

2. Hubungan riwayat keluarga dengan dismenore primer

Didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenore primer. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salamah (2023) yang menyatakan bahwa tidak

terdapat hubungan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore di wilayah kerja Puskesmas Mutiara Barat Kabupaten Pidie tahun 2023. Riwayat keluarga dan risiko dismenore primer bisa dimungkinkan karena pola hidup maupun gaya hidup yang sama dalam keluarga, jadi meskipun ada riwayat keluarga dengan dismenore primer tetapi mempunyai gaya dan pola hidup yang berbeda maka bisa menurunkan risiko kejadian tersebut. Riwayat keluarga tidak sepenuhnya mempengaruhi dismenore primer tetapi juga dipengaruhi oleh pola hidup yang terdiri dari pola makan dan rutin olahraga yang dapat mengurangi rasa sakit seperti nyeri pada saat menstruasi.

3. Hubungan lama menstruasi dengan dismenore primer

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ade (2019) juga tidak terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenore primer di Pondok Pesantren Al-Imdad Yogyakarta dengan hasil p value 0,236 > 0,05. Lama menstruasi dapat disebabkan oleh faktor psikologi maupun fisiologi. Faktor psikologi berkaitan dengan tingkat emosional remaja putri yang cenderung labil, sedangkan faktor fisiologis berkaitan dengan produksi hormon prostaglandin. Hasil penelitian ini berbeda dengan teori yang telah dijelaskan sebelumnya. Perbedaan ini bisa disebabkan oleh produksi hormon *prostaglandin* yang berbeda-beda pada setiap wanita. Peningkatan hormon *prostaglandin* menyebabkan kontraksi uterus yang tidak teratur dan tidak terkoordinasi.

4. Hubungan aktivitas fisik dengan dismenore primer

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Astuti *et al.* (2022) pada siswi kelas VIII di SMPN 3 Ponorogo didapatkan *p value* $0,398 > 0,05$ yang artinya hasil tersebut menegaskan bahwa tidak dismenore primer tidak berhubungan dengan aktivitas fisik remaja. Dari hasil penelitian ini memberikan gambaran yang berbeda-beda dengan dismenore primer. Kondisi tersebut memungkinkan berbagai faktor menyertai yang bukan hanya dari aktivitas fisik saja. Beberapa faktor yang mempengaruhi dismenore primer yakni gizi, genetik, stres, dan kondisi hormon yang tidak seimbang. Kondisi hormon setiap wanita tidaklah sama, hal ini yang membedakan dampak wanita satu dengan wanita lainnya berbeda.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu bisa disebabkan karena penelitian tersebut menggunakan desain studi kasus kontrol, selain itu waktu atau masa penelitian juga turut mempengaruhi, kebanyakan orang tanpa disadari menjadi sangat berkurang aktivitas fisiknya, kesibukan belajar online di rumah karena masih merebaknya infeksi akibat virus *Corona*.

5. Hubungan status gizi dengan dismenore primer

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pande dan Purnawati (2016) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore primer ($0,202 > 0,05$) pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas Udayana. Usia *menarche* responden terbanyak pada umur 12-13 tahun

merupakan usia *menarche* normal. Hasil ini menunjukkan bahwa usia *menarche* yang normal dapat mengalami dismenore primer. Tidak adanya hubungan bisa disebabkan karena pada IMT dengan kategori *underweight* dan *overweight* sama-sama dapat mengalami dismenore primer. Subjek dengan IMT kategori *underweight* yang menunjukkan kurangnya asupan gizi mempengaruhi pertumbuhan dan fungsi organ tubuh yang akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini berdampak pada gangguan menstruasi termasuk dismenore primer. IMT dengan kategori *overweight* memiliki jaringan lemak yang berlebihan sehingga akan terjadi pendesakan pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita sehingga mengganggu proses menstruasi dan menyebabkan terjadi dismenore primer.

Penyebab dismenore primer dapat terjadi karena peningkatan kadar *prostaglandin* dan kadar *vasopressin*. Tapi banyak faktor lain yang memengaruhi kadar *prostaglandin* dan *vasopressin* misalnya tingkat stres, genetik, riwayat siklus menstruasi, gaya hidup dan lain-lain (Widiyanto *et al.*, 2020). Kemungkinan ada faktor lain seperti konsumsi *junk food* atau makanan siap saji dan konsumsi makanan sembarangan yang menjadi faktor penyebab terjadinya dismenore primer. Jadi bukan dari status gizi melainkan dari zat-zat gizi yang dikonsumsi setiap hari. Kandungan asam lemak yang terdapat didalam makanan cepat saji dapat mengganggu metabolisme *progesteron* pada fase *luteal*

menstruasi. Akibatnya akan terjadi peningkatan kadar *prostaglandin* yang akan menyebabkan rasa nyeri saat menstruasi atau dismenore primer (Romlah dan Agustin, 2020).

6. Hubungan tingkat stres dengan dismenore primer

Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada siswi kelas VIII di SMPN 2 Gamping. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Fitriani (2022) mengenai hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenore, didapatkan hasil *p value* 0,240 > 0,05 yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMAN 12 Padang. Kebanyakan penyebab terjadinya dismenore primer pada remaja adalah kurangnya istirahat, selain itu hal yang dapat menjadi penyebab tidak adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer adalah coping individu yang baik dalam menghadapi permasalahan sehingga tingkat stres tidak begitu berat dirasakan oleh individu itu sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara usia *menarche*, riwayat keluarga, lama menstruasi, aktivitas fisik, status gizi, dan tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas VIII di SMPN 2 Gamping Yogyakarta dengan nilai *p value* > 0.05.

SARAN

Remaja putri diharapkan dapat melakukan upaya preventif terhadap dismenore seperti makan-makanan

bergizi seimbang, mengurangi konsumsi *junk food*, istirahat yang cukup, serta meningkatkan aktivitas fisik harian selain mengandalkan meminum jamu, melakukan kompres hangat dan mengoleskan minyak angin.

Bagi peneliti selanjutnya Agar dapat melanjutkan penelitian lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer dengan tambahan variabel lain seperti siklus menstruasi dengan jumlah responden yang lebih banyak untuk keakuratan data yang lebih baik dalam penelitiannya, dengan menggunakan pengolahan data multivariat dan variabel pendukung lainnya.

Kepala sekolah dan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dapat berkoordinasi atau bekerjasama dengan Puskesmas di wilayah setempat untuk mengadakan kegiatan penyuluhan terkait kesehatan reproduksi pada remaja secara berkala untuk meningkatkan kesehatan reproduksi siswi dan juga meningkatkan konsentrasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, U. S. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer di Pondok Pesantren Al-Imdad Yogyakarta. *Naskah Publikasi*, 10.
<http://digilib.unisayogya.ac.id/4630>
- Astuti, Y. F., Munawaroh, S., Mashudi, S., Isro'in, L., & Nurhidayat, S. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Siswi Kelas Viii Smpn 3 Ponorogo. *Health Sciences Journal*, 6(1), 58.
<https://doi.org/10.24269/hsj.v6i1.1158>
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L.

- N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>.
- Ilmi, M. B., Fahrurazi, F., & Mahrita, M. (2017). Dismenore Sebagai Faktor Stres Pada Remaja Putri Kelas X Dan XI Di Sma Kristen Kanaan Banjarmasin. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 4(3), 226. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v4i3.864>.
- Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 Tahun 2017, 1 (2017).
- Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.
- Pande, N. N. U. W., & Purnawati, S. (2016). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Dismenorea Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 5(3), 1–9.
- Rita, N., & Sari, P. G. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja. *Lentera Kesehatan 'Aisyiyah*, 2(2), 102–110. <https://jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/38>
- Romlah, S. N., & Agustin, M. M. (2020a). FAKTOR- FAKTOR YANG BERTHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA SISWA KELAS XI JURUSAN KEPERAWATAN DI SMK SASMITA JAYA 1 PAMULANG. *Prosiding Senantias 2020*, 1(1), 383–392.
- Romlah, S. N., & Agustin, M. M. (2020b). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Siswa Kelas XI Jurusan Keperawatan Di SMK Sasmita Jaya 1 Pamulang. *Prosiding Senantias 2020*, Vol. 1(No. 1), Hal: 384–392.
- Salamah. (2023). *Hubungan IMT dan Riwayat Keluarga dengan Dismenore Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Mutiara Barat Kabupaten Pidie Tahun 2023 The Relationship between BMI and Family History with Dysmenorrhea in Young Women in the Working Area of the Health Cen.* 8(2), 1627–1632. <http://midwifery.jurnalsenior.com/index.php/ms/article/view/57>
- Sanday, S. Della, Kusumasari, V., & Sari, D. N. A. (2019). Hubungan Intensitas Nyeri Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun Di Sman 1 Banguntapan Yogyakarta. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 1(2), 48. <https://doi.org/10.12928/promkes.v1i2.1304>.
- Sari, K. S. N., Sumaryani, S., & Trisetyaningsih, Y. (2015). Pola Perilaku Remaja Untuk Menangani Keluhan Dysmenorrhoea di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan Sleman Yogyakarta. *Media Ilmu Kesehatan*, 4(1), 30–36.
- Sekarni, I. (2013). *Buku ajar Keperawatan Maternitas*. NUHA MEDIKA. http://library.poltekkespalembang.ac.id/keplinggau/index.php?p=show_detail&id=1709.
- Widiyanto, A., Lieskusumastuti, A. D., & Sab'ngatun, S. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Dismenorea. *Avicenna: Journal of Health Research*, 3(2), 131–141. <https://doi.org/10.36419/avicen>

na.v3i2.425.

- Widyanthi, N. M., Resiyanthi, N. K. A., & Prihatiningsih, D. (2021). Gambaran Penanganan Dismenorea Secara Non Farmakologi pada Remaja Kelas X di SMA Dwijendra Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(6), 1745–1755. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/download/940/763>.
- Yati, S. (2019). Pengaruh Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Siswi Kelas X Yang Mengalami Dismenore Primer Di Sma Neg. 2 Kota Sungai Penuh. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah MENARA Ilmu*, XIII(5), 122–128.