

DAFTAR PUSTAKA

- Aboushady, N.M. RdanElsaidy, 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. Volume 5 Issue 2 Ver. IV: 10-14
- Ahriku. 2010. Dismenore. <http://ahriku.wordpress.com/2010/02/08/dismenore/>
- Aji, Bayu. 2016. *Pengembangan Model Body Weight Training Untuk Latihan Otot Perut*. FIK UNY Yogyakarta.
- Akhmad Fatoni Yanuar. (2015). *Survei Kepuasan Manajemen Fitness Centre Terhadap Kompetensi Mahasiswa Prodi Ikor Konsentrasi Kebugaran Dalam Melaksanakan Praktik Kerja Lapangan Tahun 2014*. **Skripsi**. Yogyakarta: FIK UNY.
- Archer, Shirley J. 2006. *Weight Training For Dummies*. Canada: Wiley Publishing
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta : Jakarta
- Atikah Proverawati dan Siti Misaroh. 2012. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Astarto W. Nanang. 2011. *Kupas Tuntas Kelainan Haid*. Jakarta: Sagung Seto.
- Badan Pusat Statistik. *Sensus Penduduk 2015*. Available from: <http://www.bps.go.id>.
- Berry, Ramdani. 2018. *Perbandingan Efektifitas Antara Sit up dan Latihan Plank Terhadap Kekuatan Daya Tahan Otot Perut dan Penurunan Lingkar Perut*. FIK UNY Yogyakarta.
- Brown, Tony N. (2010). *A Handbook for Study of Mental Health: Social Contexts, Theories, and Systems 2nd Edition*. New York: Cambridge University Press.
- Cakir M, Mungan I, Karakas T, Giriskan I, Okten A. 2007. *Menstrual pattern and common menstrual disorder among university student in Turkey*. Pediatrics International.
- Giriwijoyo, S., Zafar. 2012. *Ilmu Faal Olahraga*. PT Remaja Rosdakarya Offset : Bandung
- Hall, E. 2011. *Guyton and Hall Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Elsevier : Singapore
- Hendrik (2006). *Problemahaid: tinjauan syariat islam dan medis*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri
- Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung : Alfabeta.

- Karim, F. 2012. *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*. Sagung Seto : Jakarta
- Kee, J.L. dan Hayes, E.R.,1996, Farmakologi Pendekatan Proses Keperawatan, hal 140-145, 435-443, Penerbit Buku Kedokteran, Jakarta.
- Kozier,B. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 7. Volume 1. EGC: Jakarta
- Kumalasari S dan Andhyantoro I. 2012. *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kurniawati, D. Yuli Kusumawati. 2015. *Pengaruh Dismenore Terhadap Aktivitas Siswi SMK Surakarta*. 2011
- Kusmiran, E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika : Jakarta
- Laksono, B. A. and Widiyanto (2016) ‘Pengembangan Model Body Weight Training Untuk Latihan Otot Perut’, *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(2), pp. 39–58.
- Lusa. 2010. *Dismenore Primer*. <http://www.lusa.web.id/tag/dismenore-primer/>. Diakses pada tanggal 18-12-2019 pukul 11:38
- Manuaba,I,G,B. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. EGC : Jakarta
- Martono, Nanang. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Raya Grafindo Persada.
- Morgan,G., H,Carole. 2009. *Penatalaksanaan Masalah dan Prosedur pada Wanita Hamil dan Tidak Hamil*. Dalam : Obstetri dan Ginekologi. EGC : Jakarta
- Mulyana, boyke. 2012. *Kepelatihan Olahraga*. jurnal.upi.edu/pko/author/r.-boyke-mulyana
- Ningsih, et al. 2011. *Hubungan aktivitas fisik (olahraga) dengan tingkat nyeri dismenore*. Tidak diterbitkan.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan*. Salemba Medika : Jakarta
- Pedoman Penulisan SKRIPSI Program Studi Pendidikan Bidan berbasis kompetensi FK UNAIR 2013
- Potter., Perry. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika : Jakarta
- Prawirohardjo, S. 2008. Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka : Jakarta. *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka : Jakarta

- Proverawati., Misaroh. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika : Yogyakarta
- Purwoastuti, EDanE.S,Walyani.2015. *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*.Yogyakarta:Pustaka Baru Press.
- Rigi et al. (2012). *Comparing the Analgesic Effect of Heat Patch Containing Iron Chip and Ibuprofen for Primary Dysmenorrhea: A Randomized Controlled Trial*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3492023/> diakses pada tanggal 18-12-2019 pukul 11:17
- Riwidikdo,H. 2009. *Statistik Kesehatan*. Mitra Cendika Press : Yogyakarta
- Riyanto.A. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika: Yogyakarta
- Rudolph,A,M. 2006. *Buku Ajar Pediatri*. Volume 2. EGC: Jakarta
- Shinta, Deby, Dkk. 2014. *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi SMA Negeri 2 Medan Tahun 2014*.
- Sugiyono. 2011. *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta : Bandung. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Alfabeta : Bandung
- Suparyanto. (2011). *Wanita Usia Subur*. Diakses pada tanggal 28-04-2020 pukul 10:42. <http://id.wikipedia.org/wiki/promosikesehatan>.
- Thermacare. 2010. *Abdominal Stretching Exercise for Menstrual Pain*. <http://www.chiromax.com/media/abstretch.pdf>. diakses pada tanggal 28-04-2020 pukul 11:36.
- Tjokronegoro., Arjatmo., H, Utama. 2005. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. FKUI : Jakarta Varney, H. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. EGC : Jakarta
- Utami, A. N. R., Ansar. J., Sidik. D. 2014. *Faktor yang Berhubungan denganKejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 1 Kahu KabupatenBone*. [Karya Tulis Ilmiah]. Makasar: Fakultas Kesehatan Masyarakat UNHAS.
- Varney, Helen, 2006. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Edisi 4 Volume 1. Jakarta: EGC