

DAFTAR PUSTAKA

- Angelica, Fitri Adelya. 2021. Hubungan antara dismenore primer dengan tingkat stres pada remaja usia 12-15 tahun. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Anindita, Yoga Ahimsa. 2018. Pengaruh Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Kunyit Asam Terhadap Keluhan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Kotamadya Surakarta, Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
- Anon.2018. Manfaat Super Jahe Merah untuk Kesehatan. <https://www.republikaonline> . (diakses tanggal 16 September 2019).
- Ardiyanti, Putri. 2021. Pengaruh pemberian susu kedelai terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMAN 3 Bandar Lampung, Skripsi prodi sarjana terapan kebidanan politeknik kesehatan tanjung karang. Tanjung Karang
- Armour, M., Smith, C. A., Steel, K. A., & Macmillan, F. (2019). The Effectiveness Of Self-Care And Lifestyle Interventions In Primary Dysmenorrhea. BMC Complementary And Alternative Medicine, 19, 1.
- Chen, C. X., Draucker, C. B., & Carpenter, J. S. (2018). What Women Say About Their Dysmenorrhea. BMC Women's Health, 18, 1.
- Hafida, N. 2019. Bukan Jahe Biasa, ini 10 Khasiat Jahe Merah yang lebih Nendang Manjuranya. <https://www.hipwee.com> . (diakses tanggal 12 September 2019)
- Mariza, A., & Sunarsih.(2019). Manfaat Minuman Jahe Merah Dalam mengurangi. Jurnal Kebidanan , 40-41
- Mayasari, Lidya (Ed). 2020. *Khasiat Tersembunyi Jahe*. Yogyakarta: Rapha Publishing

- Munthe, L., Harahap, R. N., Haji, U., Utara, S., Kunci, K., & Haid, N. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Nyeri Dismenorea Padarema Di Wilayah Puskesmas Simalangalam, 1, 36–45.
- Natasya Putri R, 2021. *Minum air hangat banyak khasiat*, website universitas airangga fakultas keperawatan. <http://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/970-minum-air-hangat-banyak-khasiat>
- Pramardika, Fitriana (2019). Panduan Penanganan Disminore. Yogyakarta: DEEPUBLISH
- Pratiwi LA, M. H. (2017). Pengaruh Jahe Terhadap Nyeri Saat Menstruasi. Majority, 6,
- Raras, N. A. (2021). Pemberian dark chocolate guna meredakan tingkat nyeri haid (Dismenore Primer) pada remaja (Doctoral dissertation, Karya Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Ratnawati, Ana. 2018. Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Baru Pres
- Septiani, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi, Sikap Terhadap Masalah Kesehatan Reproduksi dan Akses Media Seksual Remaja Terhadap Perilaku Seksual Remaja. Jurnal Menara Medika
- Sinaga, E., Nonon, S., Supriatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., Lorita, S., 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional.
- Silviani, Y. E., Karaman, B., & S., & P. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Dismenorea. Hasanuddin Journal Of Midwifery. Midwifery, 1, 30.
- Suhatini, S. N. (2020). Pengaruh pemberian air kelapa terhadap penurunan nyeri haid (dismenorea) pada siswi kelas XI di SMA Negeri 12 Bandar Lampung tahun 2020. (Doctoral dissertation, Poltekkes, A., Mahdalena, & Syamsul, F. (2019). Penanganan Disminore Cara Farmakologi dan Nonfarmakologi. Jurnal Citra Keperawatan, 7(1), 23–32

Suparmi, Musriyati N. (2017). Effects Of Ginger Extract (*Zingiber Officinale* Var *Rubrum Rhizoma Zingi*) On Dismenore Decrease In Adolescentin Panti Asuhan In Surakarta. *Jurnal Keperawatan*, 4, 65–72.

Syamsuryanita, ,N I, 2022 perbedaan pemberian air jahe dan air kelapa terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMAN 3 Makassar.

Utari, M. D. (2017). Pengaruh Pemberian Ramuan Jahe Merah Terhadap Nyeri Haid Mahasiswi STIKES pmc 2015. *Jurnal Ipteks Terapan* , 257-264.

Villasari, Asasih, 2021. *Fisiologi Menstruasi*. Jawa Timur: Strada Press.

Wahtini, S., Hidayah, F., & Wahyuntari, E. (2021).Coklat hitam menurunkan nyeri dismenore. *Biomedika*, 13(1), 28-35.

Wagiyo & Rahmawati.(2018). Pengaruh Pemberian Abdominal Stretching Exercise Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Siswa Di Smp N 30 Semarang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.

Yatim, Faisal. 2017. Haid Tidak Wajar Dan Menopasue. Jakarta: Pustaka Populer.

Yuliyasti, Ni Komang, 2020. *Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri*, Skripsi Sarjana, Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes, Denpasar.