

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, R., Puspitasari, E., & Listyaningrum, T. H. 2019. Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Kelas Viii Smpn 3 Gamping Yogyakarta tahun 2019.
- Anurogo, D. &Wulandar. 2011. Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid. Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid.
- American College of Obstetricians and Gynecologists. 2019. ACOG Practice Bulletin No. 194: Polycystic Ovary Syndrome. *Obstetrics & Gynecology*, 133(5), e326-e336.
- American Family Physician. 2019. Dysmenorrhea. <https://www.aafp.org/afp/2019/0215/p249>. Diakses Pada 1 Januari 2024
- Aryani. 2017. Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta : Salemba Medika
- Beddu, S., Mukarramah, S., Lestahulu, V. 2015. Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *The Southeast Asian Journal Of Midwifery*, 1 (1); 16-21.
- Chauhan, A., Semwal, D. K., Mishra, S. P., Semwal, R. B., & Dangwal, R. 2015. Yoga practices and their impact on health. *Journal of Clinical Nursing*, 24(11-12), 1536-1547
- Dewi, A. M., Wagiyo, & Astuti, R. 2015. Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Disemenorea Pada Siswi Smp Al-Fatattah Semarang. *Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 1–7.
- Elvira Aditjara, B., & Wahyuni, S. 2018. Hubungan Antara Usia Menarche Dengan Dysmenorrhea Primer (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Fauziah, Y. 2016. Infertilitas Dan Gangguan Alat Reproduksi Wanita. Nuha Medika : Yogyakarta
- French, L., & Wardle, S. 2021. Menstrual Pain (Dysmenorrhea). In *Stat Pearls* [Internet]. Stat Pearls Publishing. Diakses pada 28 Desember 2023.
- Goyeche, J. R. 2011. The Basics of Yoga. *Journal of the American Osteopathic Association*, 111(5), 255-259.
- Hanum SMF, dan Nuriyanah T. E., 2016, Dismenore dan Olahraga pada Remaja di SMK Muhammadiyah 1 Taman. *Jurnal Unimus*. 1: 337- 343

- Harahap, Y. W., & Tanjung, W. W. 2021. Pengaruh Rutinitas Yoga (Cobra Pose) Terhadap Penurunan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di Kota Padangsidempuan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(2), 226–230. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V4i2.1499>. Diakses pada 1 Desember 2024.
- Herawati, R. 2017. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian. *Maternity And Neonatal Jurnal Kebidanan*, 2(3), 161–172.
- Ju, H., Jones, M., & Mishra, G. 2019. The prevalence and risk factors of dysmenorrhea. *Epidemiologic Reviews*, 41(1), 185-193.
- Kanakamedala, B. et al. 2018. "Impact of Yoga Nidra on Menstrual Discomfort: A Prospective Cohort Study." *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 33, 123-127.
- Kashefi, F., Khajehei, M., & Tabatabaeichehr, M. 2011. Effect of yoga on menstrual disorders in young females. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 24(1), 30-35.
- Khateri, N., Shahi, A., & Astaraki, P. 2018. The Effect of Yoga on Primary Dysmenorrhea. *Pain Management Nursing*, 19(6), 635-641.
- Kinasih, A. S. 2010. Pengaruh Latihan Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Buletin Psikologi, 18(1), 1–12.
- Lailatul, M. (2018). Yoga Untuk Pengurangan Intensitas Nyeri Disemenorea. 0–3.
- Manurung, M. F., Utami, S., & Hd, S. R. 2015. Efektifitas Yoga Terhadap Neri Dismenore Pada Remaja. 2(2), 1258–1261.
- Mayo Clinic. 2021. Menstrual cramps (dysmenorrhea). <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/menstrual-cramps/symptoms-causes/syc-20374938>. Diakses pada 27 Desember 2023.
- Nedungadi, D. et al. 2020. "Efficacy of Yoga as an Adjunct to Pharmacotherapy in Primary Dysmenorrhea: A Randomized Controlled Trial." *International Journal of Yoga*, 13(3), 225-230.
- Nur, A. 2020. Prevalence and management of dysmenorrhea among female adolescent students in Yogyakarta and Yogyakarta City. *Public Health of Indonesia*, 6(3), 97-103.

- Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pendekatan Praktis. Salemba Medika.
- Potter, & Perry, A. G. 2015. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik, edisi 4, Volume.2. Jakarta: EGC..
- Prabhu S, Nagrale S, Shyam A, Sancheti P. Effect of Yogasanas on Menstrual Cramps in Young Adult Females With Primary Dysmenorrhea. *Int J Physiother Res*. 2019;7(4):3129- 3134. doi:10.16965/ijpr.2019.140
- Proctor, E. 2018. Understanding Dysmenorrhea. *Nursing for Women's Health*, 22(2), 173-178.
- Pudjiastuti. 2012. Fase Penting Pada Wanita. Kompas Gramedia
- Putri, P., Mediarti, D., Noprika, D., Kemenkes, P. K., Sumatera, P., & Indonesia, S. (2021). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 1, Issue 1).
- Rakhshae, A. 2010. The effect of three yoga poses (cobra, cat and fish poses) in women with primary dysmenorrhea. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 23(6), 369-373.
- Ristica dan Andriyani. 2015. Buku Ajar Biologi Reproduksi dan Perkembangan. Edisi 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Rosyida, Desta. 2019. Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Yogyakarta: Tim Pustaka Baru.
- Smith, A. et al. 2019. "The Effects of Yoga on Menstrual Pain and Discomfort: A Meta-analysis." *Journal of Women's Health*, 28(6), 865-875.
- Unsal, A., Ayranci, U., Tozun, M., Arslan, G., & Calik, E. 2010. Prevalen. *Upsala Journal of Medical Sciences*, 115(2), 138-145.
- WHO. 2013. WHO guidelines for the pharmacological and radiotherapeutic management of cancer pain in adults and adolescents. World Health Organization.
- WHO, 2020. Infertility. Dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infertility>. Diakses pada 1 Januari 2024
- Zainab, J. et al. 2021. "Effect of Yoga on Menstrual Pain, Quality of Life, and Body Mass Index in College Students with Primary Dysmenorrhea: A Quasi-experimental Study." *Complementary Therapies in Medicine*, 57, 102666.