

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Halain, A., Tang, L. Y., Chong, M. C., Ibrahim, N. A., & Abdullah, K. L. (2022). Psychological distress among the family members of Intensive Care Unit (ICU) patients: A scoping review. *Journal of Clinical Nursing*, 31(5–6), 497–507. <https://doi.org/10.1111/jocn.15962>
- Adib-Rad, H., Kheirkha, F., Faramarzi, M., Omidvar, S., Basirat, Z., & Ahmadi, M. H. (2022). Primary Dysmenorrhea Associated with Psychological Distress in Medical Sciences Students in The North of Iran: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Fertility and Sterility*, 16(3), 224–229. <https://doi.org/10.22074/ijfs.2022.542056.1216>
- Agustiani, M. D., Hakim, R. I., Sunartono, S., & Hadijono, S. (2022). Stress Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*, 1(1), 143–149. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/ojs3>
- Agustin, M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswi Akper As-Syafi'iyah Jakarta. *Afiat*, 4(02), 603–612. <https://doi.org/10.34005/afiat.v4i02.710>
- Almanasef, M., & Alqarni, H. (2023). Self-care strategies for the management of primary dysmenorrhea among young women in Asir region, Saudi Arabia: a cross-sectional study. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 27(1), 172–178. https://doi.org/10.26355/eurrev_202301_30869
- Ammar, U. R. (2016). Faktor Risiko Dismenore Primer pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), 37–49. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i1.37-49>
- Allo, S. T., Rumampuk, J., Bidjuni, H. (2017). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Regulasi Emosi Pada Mahasiswi Semester V Yang Mengalami Dismenore Di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *e-Journal Keperawatan (e-Kp)*. 5 (1).
- Astuti, D., Wasidi, W., & Sinthia, R. (2019). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Memaafkan Pada Siswa. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 1–10.
- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar..
- Azwar, S. (2020). *Reliabilitas dan Validitas (Edisi 5)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 3)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Bajalan, Z., Alimoradi, Z., & Moafi, F. (2019). Nutrition as a potential factor of primary dysmenorrhea: A systematic review of observational studies. *Gynecologic and Obstetric Investigation*, 84(3), 209–224. <https://doi.org/10.1159/000495408>
- Bukhori, A., Yanti, A. R., & Rahmawati, A. (2023). Penerapan Mindfulness Training sebagai Upaya dalam Mengurangi Psychological Distress pada Generasi Z. *Proceedings of Annual Guidance and Counseling Academic Forum*, 1–9. <https://proceeding.unnes.ac.id/index.php/agcaf/article/view/2373>
- Burr, D. A., Castrellon, J. J., Zald, D. H., & Samanez-larkin, G. R. (2020). *Emotionally Stable and Better at Regulating Desires*. 2-41. <https://dx.doi.org/10.1037/emo0000734>
- Candi, E. P. M., Ratnasari, F., & Wibisono, A. Y. G. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Smk Kesehatan Kota Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 3(4), 57- 64.
- Chen, H. (2016). A Theoretic Review of Emotion Regulation. *Open Journal of Social Sciences*, 04(02), 147–153. <https://doi.org/10.4236/jss.2016.42020>
- Critchley, H. O. D., Babayev, E., Bulun, S. E., Clark, S., Garcia-grau, I., Gregersen, P. K., & Griffith, L. G. (2020). Menstruation: science and society. *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 223 (5), 624-644. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.06.004>
- Citraningrum, D. A. (2023). Distres Psikologis pada Remaja yang Mengalami Kedukaan Akibat COVID-19 (Sebuah Telaah Literatur Sistematis). *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 13(1), 119–126.
- Dharma, G. M. I., Yuliadi, I., & Setyowati, R. (2020). Hubungan antara adversity quotient dengan distres psikologis pada mahasiswa program studi kedokteran universitas sebelas maret surakarta. *Philanthropy Journal of Psychology*, 4, 172–191. <http://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy>
- Desoky, M., Abdo Hussien, A., Ibrahim, A., & Metwally, H. (2023). Emotional Freedom Technique for Reducing Primary Dysmenorrhea Intensity among Female Students. *Assiut Scientific Nursing Journal*, 11(37), 33–42. <https://doi.org/10.21608/asnj.2023.203538.1558>
- Drapeau, A., Marchand, A., & Prévost, D. B. (2016). Epidemiology of Psychological Distress Aline. *InTech Open Access Publisher*, 106-134.
- Febrina, R. (2021). Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Mengatasinya di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 187. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.316>

- Gadzella, B. M., Baloglu, M., Masten, W. G., & Wang, Q. (2012). Evaluation of the student life-stress inventory-revised. *Journal of Instructional Psychology*, 39(2), 82-91.
- Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2010). Emotion regulation as a mechanism of change in acceptance- and mindfulness-based treatments. In *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change*. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psych&AN=2010-08791-004&site=ehost-live>
- Gilomen, S. A., & Lee, C. W. (2015). The efficacy of acupoint stimulation in the treatment of psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 48, 140–148. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2015.03.012>
- Greenberg, J. S. (2006). *Comprehensive Stress Management 10th Edition*. New York, USA: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Gross, J.J. & Thompson, R. A. 2006. *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- Gross, J. J. 2014. *Handbook Of Emotion Regulation*. New York, London: The Guilford Press.
- Gunawan, A., & Bintari, D. R. (2021). Kesejahteraan Psikologis, Stres, Dan Regulasi Emosi. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(1), 51–64. <http://doi.org/10.21009/JPPP>
- Hardiyanti, S., Fitriani. (2020). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Dysmenorea Pada Remaja Putri Di Smkn 6 Jenepono. *Jurnal Berita Kesehatan : Jurnal Kesehatan*. 8 (2).
- Harmalis. (2022). Regulasi emosi dalam perspektif Islam. *Journal on Education*, 4(4), 1781–1788. <https://www.jonedu.org/index.php/joe/article/view/2610%0Ahttps://www.jonedu.org/index.php/joe/article/download/2610/2213>
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148. <https://doi.org/10.24014/jp.v15i2.7740>
- Hasanah, M., & Samaria, D. (2022). Regulasi Emosi dan Intensitas Nyeri Haid Primer Remaja Putri. *Jkep*, 7(2), 166–177. <https://doi.org/10.32668/jkep.v7i2.1049>
- Hilinti, Y., & Sulastri, M. (2023). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur Dengan Kejadian Dismenore Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Harsallakum Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 11(1), 131–137. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4442>

- Horwitz, A. V. (2007). Distinguishing distress from disorder as psychological outcomes of stressful social arrangements. *Health*, 11(3), 273–289. <https://doi.org/10.1177/1363459307077541>
- Islamiyah, Z. N., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Dsengan Anak Dislesia. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 34–49.
- Jackson, R., & Watkin, C. (2004). The Resilience Inventory : Seven Essential Skills for Overcoming Life’s Obstacles and Determining Happiness. *Selection & Development Review*, 20(6), 13–17.
- Jatmika, D. (2020). Hubungan Antara Psychological Distress Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Psikologi UM*, 1(1), 268–278.
- Jayanti, A. M., & Prawita, E. (2023). Basic Counseling and Emotional Regulation Training for Guwosari Village Cadres in Bantul Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 381–387. <https://doi.org/10.32815/jpm.v4i2.1228>
- Julianawati, T., Amir, E. F., & Yanita, H. D. (2022). Perbedaan Intensitas Nyeri Dismenorea Primer Dengan Terapi Nafas Dalam dan Kompres Hangat pada Mahasiswi Universitas Awal Bros. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(2), 2560–2567.
- Karlinda, B., Hasanah, O., Erwin. (2018). Gambaran Intensitas Nyeri, Dampak Aktivitas Belajar, Dan Koping Remaja Yang Mengalami Dismenore. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*. 5(2), 128–137. 10.33369/jvk.v5i2.23310
- Kemenkes. (2022). Dismenore (Nyeri Haid). Diakses pada 2 Februari 2024 https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/545/dismenore-nyeri-haid
- Khaira, W. (2023). Faktor Penyebab Stres Akademik Siswa Remaja. *FITRAH*, 5, 31–41.
- Latifah, U., A. I. D., & Mutiarawatu. (2020). Peningkatan pengetahuan tentang akupressur untuk mengurangi nyeri haid pada remaja putri. *Jurnal Abdimas PHB*, 3(2), 52–60.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Leppert, Phyllis. (2004). *Primary Care for Woman*. Philadelphia: Lippincott-William & Wilkins
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd ed.). Sydney: Psychology Foundation of Australia.

- Matthews, G. (2016). Distress. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress*. Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00026-1>
- Manek, B. D. (2022). Pengaruh Dismenore Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Semester IV Prodi D-III Kebidanan STIKES Maranatha Kupang. *KLINIK.1*(3), 104-113. <http://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php/klinik>
- Manikandan, S., Nillni, Y. I., Zvolensky, M. J., Rohan, K. J., Carkeek, K. R., & Leyro, T. M. (2016). The role of emotion regulation in the experience of menstrual symptoms and perceived control over anxiety-related events across the menstrual cycle. *Archives of Women's Mental Health*, 19(6), 1109–1117. <https://doi.org/10.1007/s00737-016-0661-1>
- Marwang, S. (2024). Edukasi Tentang Masalah Gangguan Haid Dengan Menggunakan Media Leaflet Pada Wanita Usia Subur. *Babakti : Journal of Community Engangement*. 1 (1), 23-29.
- Medicinenet. (2022). Diakses pada 14 Juni 2024 https://www.medicinenet.com/painful_periods_related_to_stress/views.htm
- Milka. (2023). Psychological Distress Warga Binaan Pemasyarakatan (Wbp) Lapas Kelas Iia Palu. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(8), 3235–3250. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i8.5517>
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Social causes of psychological distress*. New York: Aldine.
- Mirza, Kusumasari, V., & Riyadi, M. E. (2022). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Dismenore Pada Remaja Di Era Pandemi Covid 19 The Relation Of Emotional Regulatory With Dismenore On Adolescent In Covid 19 Pandemic Era. *Medikes (Media Informasi Kesehatan)*. 9 (1), 29–38.
- Mou, L., Lei, W., Chen, J., Zhang, R., Liu, K., & Liang, X. (2019). Mediating effect of interpersonal relations on negative emotions and dysmenorrhea in female adolescents. *General Psychiatry*, 32(1), 1–7. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2018-100008>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Nayman, S., Beddig, T., Reinhard, I., & Kuehner, C. (2023). Effects of cognitive emotion regulation strategies on mood and cortisol in daily life in women with premenstrual dysphoric disorder. *Psychological Medicine*, 53(11), 5342–5352. <https://doi.org/10.1017/S0033291722002495>

- Nloh, A. M., Ngadjui, E., Vogue, N., Momo, A. C. T., Fozin, G. R. B., Yemeli, Y. M., & Watcho, P. (2020). Prevalence and factors associated with dysmenorrhea in women at child bearing age in the dschang health district, west-cameroon. *Pan African Medical Journal*, 37(178), 1–10. <https://doi.org/10.11604/pamj.2020.37.178.19693>
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>
- Nyoman, N., Purwati, M., Ardini, P. P., & Juniarti, Y. (2023). Pengaruh Plasticine Art Therapy Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun.3(2), 59–72. *Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://ejournal-fip-ung.ac.id/ojs/index.php/SJECE>
- Pakpour, A. H., Kazemi, F., Alimoradi, Z., & Griffiths, M. D. (2020). Dysmenorrhea : a Protocol for a Systematic Review. *Biomed Central*, 1–6. <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01319-4>
- Pattiiha, N., & Suciawati, A. (2021). Pengaruh Air Kelapa Muda Hijau Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja. *Indonesian Journal of Health Development*. 3(1), 231–238.
- Pennebaker, J.W., Chung, C.K., Ireland, M., Gonzales, A., & Booth, R. J. (2007). The Development and Psychometric Properties of LIWC2007. *LIWC.net*.1(2), 163–180. <https://doi.org/10.1068/d010163>
- Pujiati, E. (2024). Tingkat Stres Terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri: Studi - Cross Sectional. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 15(1), 110–118.
- Purwoastuti, E., & Walyani, elisabeth siswi. (2015). *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana* (1st ed.). PT. Pustaka Baru
- Purwati, N. N., Ardini, P. P., & Juniarti, Y. (2023). Pengaruh Plasticine Art Therapy Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun. 3(2), 59–72. <https://ejournal-fip-ung.ac.id/ojs/index.php/SJECE>
- Pusvitasari, P., Wahyuningsih, H., & Astuti, Y. D. (2016). Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Stres Kerja Pada Anggota Reskrim. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 8(1), 127–145. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol8.iss1.art8>
- Putri, N. E., Wilson, & Putri, E. A. (2020). Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Pontianak. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 3(2), 51–61.

- Pusvitasari, P., & Yuliasari, H. (2021). Strategi Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Ibu Yang Mendampingi Anak Study From Home (Sfh) Di Masa Pandemi Covid-19. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(2), 109. <https://doi.org/10.31293/mv.v4i2.5844>
- Putri, P., Mediarti, D., & Noprika, D. Della. (2021). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 102–107. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.989>
- Putri, J. S., Nugraheni, W. T., & Ningsih, W. T. (2023). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Siswi Di Mts Muhammadiyah 2 Palang Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*. 2(9), 2589–259. <https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp>
- Prado, R. C. R., Silveira, R., Kilpatrick, M. W., Pires, F. O., & Asano, R. Y. (2021). Menstrual Cycle, Psychological Responses, and Adherence to Physical Exercise: Viewpoint of a Possible Barrier. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.525943>
- Prasetya, L.K.B. (2022). Karakteristik Sosiodemografi, Perilaku Fertilitas Dan Preferensi Fertilitas Pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Keluarga Berencana*. 7(2), 85–96.
- Radde, H. A., Nurrahmah, Nurhikmah, & Nur Aulia Saudi, A. (2021). Uji validitas kontrak dari emotion regulation questionnaire versi Bahasa Indonesia dengan menggunakan confirmatory factor analysis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 152–160. <https://journal.unibos.ac.id/jpk>
- Rahman, S. (2016). Faktor-Faktor Yang Mendasari Stres Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16(1), 1–7.
- Rahma, M., Anggraini, R., Apriyani, T., Shafira Hernanda, D. (2023). Hubungan Tingkat Stres dan Dismenore Terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswa. *Lentera Perawat*, 4(2), 100–101.
- Ramadhani, R. D. P. (2023). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perubahan Suasana Hati Pada Wanita Yang Mengalami Menstruasi Di Universitas Medan Area Jurusan Psikologi. *Skripsi*, 44(2), 8–10. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/21534>
- Rejeki, S., Khayati, N., & Yunitasari, R. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dan Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore Primer. *Jurnal Kebidanan* 8(1), 50–55. DOI : 10.26714/jk.8.1.2019.50-55
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: Seven essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Books.

- Rita, N., Sari, P. G. (2018). Hubungan Usia Menarche Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 4(2), 77–82. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v4i2.161>
- Roberton, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72–82. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.09.006>
- Rusmaladewi, Indah, D. R., Kamala, I., & Anggraini, H. (2020). Regulasi Emosi pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar Harati*, 16(2), 43.
- Rusli, Y., Angelina, Y., Katolik, U., & Atma, I. (2019). Hubungan Tingkat Stres dan Intensitas Dismenore pada Mahasiswi di Sebuah Fakultas Kedokteran di Jakarta. *eJKI*. 7(2), 122–126. <https://doi.org/10.23886/ejki.7.10101.1>
- Rottenberg, J., Gross, J. (2008). Emotion and Emotion Regulation: A Map for Psychotherapy Researchers. *American Psychological Association*. 144–147.
- Schmalenberger, K. M., Tauseef, H. A., Barone, J. C., Owens, S. A., Lieberman, L., Jarczok, M. N., Girdler, S. S., Kiesner, J., Ditzen, B., & Eisenlohr-Moul, T. A. (2021). How to study the menstrual cycle: Practical tools and recommendations. *Psychoneuroendocrinology*, 123(October 2020), 104895. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2020.104895>
- Selyani, F. A., Lestari, D. R., & Rachmawati, K. (2022). Hubungan Mekanisme Koping dengan Regulasi Emosi pada Remaja Putri yang Mengalami Dismenore. *Caring Nursing Journal*, 6(1), 10–17. journal.umbjm.ac.id/index.php/caring-nursing
- Setyawan, I. (2023). Peran Regulasi Emosi Terhadap Penyesuaian Diri Peserta Seleksi Paskibraka Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 97. <https://doi.org/10.24014/jp.v19i2.19955>
- Setyowati, R., Satwika, P. A., Dharma, G. M. I., (2022). Peran Resiliensi Dalam Memediasi Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Distres Psikologi Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. 41–51. <http://ejurnal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/psikohumanika>
- Silvanus, Mudayanti, S., & Rahayu, W. H. (2017). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Intensitas Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri di Sman 7 Malang. *Nursing News*, 2(3), 21–33. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>
- Sloan, D. M., & Kring, A. M. (2007). Measuring changes in emotion during psychotherapy: Conceptual and methodological issues. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 14(4), 307–322. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2007.00092.x>

- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tabassum, A., Ahmed, S., & Noushad, S. (2015). Menstruation; A Cause Of Recurrent Emotional Stress In Young Females. *Annals of Psychophysiology*, 2(1), 16. <https://doi.org/10.29052/2412-3188.v2.i1.2015.16-19>
- Tsamara, G., Raharjo, W., & Putri, E. A. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura *JURNAL NASIONAL ILMU KESEHATAN (JNIK)*. 2 (3).
- Trianti, S. N., Purwaningsih, E., Arifandi, F., & Rs, Q. (2022). Pengaruh Dysmenorrhea Terhadap Perubahan Suasana Hati Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2020 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. *Junior Medical Jurnal*. 1(3), 351–358.
- Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin. *Emotion Review*, 3(1), 53–61. <https://doi.org/10.1177/1754073910380969>
- WHO. (2020). Women of reproductive age (15–49 years) who are married or in union who have their need for family planning satisfied with modern methods (%), UNPD. Diakses pada 5 Februari 2024 <https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imrdetails/6>
- WHO. (2023). Stress. Diakses pada 27 Maret 2024 <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Zhao, S., Wu, W., Kang, R., & Wang, X. (2021). Significant Increase in Depression in Women With Primary Dysmenorrhea: A Systematic Review and Cumulative Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 12(3), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.686514>