



**Hubungan Mutu Pelayanan Kesehatan dengan Tingkat Kepuasan Pasien Rawat Inap di Puskesmas Halmahera Kota Semarang**

Intan Zainafree, Shinta Ayu Respati

**Perbedaan Variasi Suhu dan Lama Pemanasan Terhadap Angka Total Kuman Susu Murni Pada Pedagang Susu Hangat Di Wilayah Kecamatan Cimahi Utara**

Yosephina Ardiani S, Ad Hadi

**Musculoskeletal Disorders pada Pekerja Cleaning Service RSUD Kota Semarang**

Erik Pratama, MG. Catur Yuantari

**Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang**

Ika Setiani, Vilda Ana Veria S, S.Gz, M.Gizi

**Efektivitas Promosi Kesehatan 5S terhadap Pengetahuan, Sikap dan Praktik 5S Pekerja di PT Charoen Pokhand Semarang**

Donardo Yudha, Eko Hartini

**Perbedaan Persepsi pada Pengguna Kondom dan MOP (Metode Operasi Pria) di Wilayah Puskesmas Kedungmundu Semarang**

Elia Rakhmawati, Kismi Mubarakah

**Pengaruh Senam Zumba terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu pada Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang**

Laurensia Juliani, Suharyo

**Pengembangan Sistem informasi Pemantauan Ibu Hamil Berisiko di Puskesmas Ngemplak Simongan Semarang**

Ulfah Fachrun Nisa, Arif Kurniadi

**Analisis Prosedur Penyusutan Dokumen Rekam Medis di Puskesmas Rawat Inap di Kota**

Retno Astuti Setijaningsih, Jaka Prasetya

**Kesesuaian Lama Perawatan dengan Standar *Clinical Pathway* pada Kasus Hematologi dengan Tindakan Kemoterapi Pasien BPJS Non PBI di RSUP Dr. Kariadi Kota Semarang**

Dwi Ratna Yuliyanti, Kriswiharsi Kun Saptorini

VisiKes	Vol. 15	No. 1	Halaman 1-68	Semarang April 2016	ISSN 1412-3746
---------	---------	-------	-----------------	------------------------	-------------------

Volume 15, Nomor 1, April 2016

**Ketua Penyunting**

M.G. Catur Yuantari, SKM, M.Kes

**Penyunting Pelaksana**

Nurjanah, SKM, M.Kes

Ratih Pramitasari, SKM, MPH

Fitria Wulandari, SKM, M.Kes

Tiara Fani, SKM, M.Kes

**Penelaah**

Prof. Drs. Achmad Binadja, Apt., MS, Ph.D.

Dr. dr. Sri Andarini Indreswari, M.Kes

Dr. M.G. Catur Yuantari, SKM, M.Kes

Dr. Drs. Slamet Isworo M.Kes

Enny Rachmani SKM, M.Kom

Eti Rimawati, SKM, M.Kes

Suharyo, SKM, M.Kes

**Pelaksana TU**

Sylvia Anjani, SKM, M.Kes

**Alamat Penyunting dan Tata Usaha**

Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro

Jl. Nakula I No. 5-11 Semarang

Telp/fax. (024) 3549948

email : [visikes@fkes.dinus.ac.id](mailto:visikes@fkes.dinus.ac.id)

website : <http://publikasi.dinus.ac.id/index.php/visikes/index>

VisiKes diterbitkan mulai Maret 2002 Oleh Fakultas Kesehatan  
Universitas Dian Nuswantoro

## DAFTAR ISI

- 1. Hubungan Mutu Pelayanan Kesehatan dengan Tingkat Kepuasan Pasien Rawat Inap di Puskesmas Halmahera Kota Semarang**  
Intan Zainafree, Shinta Ayu Respati..... 1 - 6
- 2. Perbedaan Variasi Suhu dan Lama Pemanasan Terhadap Angka Total Kuman Susu Murni Pada Pedagang Susu Hangat Di Wilayah Kecamatan Cimahi Utara**  
Yosephina Ardiani S, Ad Hadi..... 7 - 16
- 3. Musculoskeletal Disorders pada Pekerja Cleaning Service RSUD Kota Semarang**  
Erik Pratama, MG. Catur Yuantari..... 17 - 25
- 4. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang**  
Ika Setiani, Vilda Ana Veria S, S.Gz, M. Gizi..... 26 - 31
- 5. Efektivitas Promosi Kesehatan 5S terhadap Pengetahuan, Sikap dan Praktik 5S Pekerja di PT Charoen Pokhand Semarang**  
Donardo Yudha, Eko Hartini..... 32 - 37
- 6. Perbedaan Persepsi pada Pengguna Kondom dan MOP (Metode Operasi Pria) di Wilayah Puskesmas Kedungmudu Semarang**  
Elia Rakhmawati, Kismi Mubarakah..... 38 - 43
- 7. Pengaruh Senam Zumba terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu pada Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Kedungmudu Kota Semarang**  
Laurensia Juliani, Suharyo..... 44 - 49
- 8. Pengembangan Sistem informasi Pemantauan Ibu Hamil Berisiko di Puskesmas Ngemplak Simongan Semarang**  
Ulfah Fachrun Nisa, Arif Kurniadi..... 50 - 55
- 9. Analisis Prosedur Penyusutan Dokumen Rekam Medis di Puskesmas Rawat Inap di Kota**  
Retno Astuti Setijaningsih, Jaka Prasetya..... 56 - 63
- 10. Kesesuaian Lama Perawatan dengan Standar *Clinical Pathway* pada Kasus Hematologi dengan Tindakan Kemoterapi Pasien BPJS Non PBI di RSUP Dr. Kariadi Kota Semarang**  
Dwi Ratna Yuliyanti, Kriswiharsi Kun Saptorini..... 64 - 68

## FAKTOR YANG BERHUBUNGN DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO SEMARANG

Ika Setiani, Vilda Ana Veria S.  
Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro  
e-mail : vera.herlambang@gmail.com

### ABSTRACT

*Dysmenorrheal or menstrual disorders are problems experienced by women and may interfere their activities. The study that was done on students of Faculty of Nursery Science of Padjajaran University class of 2011 shows that 94 of 104 students encounter primary dysmenorrheal which the age range of the student about 19-21 years old which are continuing study in university. Dian Nuswantoro University has female population more than male, so dysmenorrheal can be happened on them. The purpose of this study was to analyze factors associated with the incidence of primary dysmenorrheal on students of Dian Nuswantoro University.*

*This was observational analytic study with a quantitative method and cross sectional approach. The chi square test and prevalence ratio was used for data analysis*

*The results showed that there was no relationship between smoking behavior with the incidence of primary dysmenorrheal ( $p$ -value = 0.798). There was no relationship between the behavior of consuming alcohol with the incidence of primary dysmenorrheal ( $p$ -value = 0.448). There was no relationship between consumption of junk food with the incidence of primary dysmenorrheal ( $p$ -value = 0.334).*

*Students could minimize primary dysmenorrheal when they have menstruation by decreasing the habitual activity that is causing primary dysmenorrhea such as smoking behavior, onsuming alcohol, and junk food.*

**Keyword: primary dysmenorrheal, smoking habit, alcohol consumption, junk food**

### PENDAHULUAN

Dismenore atau gangguan menstruasi adalah masalah yang dialami oleh wanita dan dapat mengganggu aktivitas yang mengakibatkan mereka hanya berbaring di atas tempat tidur (1). Studi yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjajaran angkatan 2011 bahwa 94 dari 103 mahasiswa mengalami dismenore primer yang kisaran usianya 19-21 tahun yang sedang melanjutkan pendidikan di Universitas (2). Universitas Dian Nuswantoro termasuk dalam Universitas yang memiliki populasi wanita yang lebih banyak dibanding-

kan dengan populasi laki-laki sehingga dapat dijadikan sebagai tempat penelitian.

Kondisi medis dismenore ditandai dengan nyeri yang terjadi sebelum atau selama menstruasi. Hal ini adalah satu dari beberapa banyak masalah ginekologi yang mempengaruhi 50% wanita sehingga berakibat ketidakmampuan beraktifitas selama 1-3 hari tiap bulan pada wanita tersebut(3). Dismenore atau nyeri haid dibagi menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer, yaitu menstruasi yang disertai rasa sakit yang dialami dalam masa tiga tahun sejak awal menstruasi

dan tidak ada penyakit tertentu yang menjadi penyebabnya, sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri yang disebabkan oleh simptom penyakit ginekologi seperti endometriosis atau fibroid (4).

Dismenore adalah nyeri haid yang sering dirasakan oleh wanita. Pada umumnya dismenore primer menyerang pada wanita dimulai pada 6-12 bulan pertama menstruasi pertama. Dismenore banyak dialami oleh para wanita. Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Di Surabaya didapatkan 1,07-1,31% dari jumlah penderita dismenore datang ke bagian kebidanan. Penelitian yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Semarang terdapat 50 orang yang mengalami dismenore. Sebanyak 18% orang mengalami nyeri ringan, 62% orang mengalami nyeri sedang, dan 20% nyeri berat (5).

Faktor yang dapat meningkatkan terjadinya dismenore primer adalah menarche pada usia lebih awal, belum pernah hamil atau melahirkan, lama menstruasi, dan usia. Sedangkan faktor lain yang juga dapat menimbulkan dismenore primer adalah konsumsi alkohol, perokok, tidak pernah olah raga, dan stress (6). Dari faktor-faktor tersebut Indonesia mengalami peningkatan prevalensi perokok pada perempuan di atas 15 tahun sebesar 4,2% jika dibandingkan dengan Survei Sosial Nasional tahun 2001 yang hanya 1,3% jumlah perokok perempuan. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan mahasiswa juga senang mengonsumsi alkohol sebagai hiburan agar tidak stres dan untuk mencari teman. Selain itu mahasiswa memiliki pola makan yang cenderung lebih senang membeli makanan *junk food* yang lebih murah, enak, dan mudah mendapatkannya tanpa memikirkan zat gizi yang terkandung dalam asupan makanannya (7).

Perilaku merokok, mengonsumsi alkohol, dan mengonsumsi *junk food* secara berlebihan serta makanan dan minuman panas, mengandung garam, makanan

asam, pahit, tajam, dan pedas dapat menyebabkan gangguan menstruasi. Merokok dapat meningkatkan lamanya menstruasi dan meningkatkan lamanya dismenore sedangkan alkohol merupakan racun bagi tubuh kita, dan hati bertanggung jawab terhadap penghancur estrogen untuk disekresi oleh tubuh. Fungsi hati terganggu karena adanya konsumsi alkohol yang terus menerus, maka estrogen tidak bisa disekresi dari tubuh, akibatnya estrogen dalam tubuh meningkat dan dapat menimbulkan gangguan pada pelvis. Dari 60 responden perokok perempuan 33,3 % responden dari mereka memiliki dismenore primer dan 66,7 % responden lain, tidak memiliki dismenore primer. Sementara dalam 60 responden perokok pasif perempuan, 91,7 % dari mereka memiliki dismenore primer, dan 8,3 % orang lain responden tidak memiliki dasar dismenore (8).

Survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 20 mahasiswi di Universitas Dian Nuswantoro terdapat 75% responden mengalami dismenore primer sedangkan 25% lainnya tidak mengalami dismenore primer. Responden yang mengalami dismenore primer sebanyak 15 orang dengan 80% diantaranya adalah perokok aktif dan 20% sisanya adalah perokok pasif (tidak merokok). Responden yang mengalami dismenore primer 46,67% diantaranya mengonsumsi alkohol dan 53,33% lainnya tidak mengonsumsi alkohol, 93,33% dari 15 responden yang mengalami dismenore primer diantaranya suka mengonsumsi junk food sebagai asupan makanannya.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik observasional dengan metode survei dan pendekatan cross sectional. Pendekatan cross sectional yaitu suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk faktor risiko dan variabel-variabel yang termasuk efek diobservasi sekaligus pada waktu yang sama.

Besar sampel yang dibutuhkan adalah 76

dari total populasi 2867 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel tidak acak berdasarkan pertimbangan peneliti dan ciri atau sifat-sifat populasi yang diketahui sebelumnya dan uji yang digunakan adalah uji chi square.

Berdasar hasil penelitian pada 76 responden, dapat diketahui bahwa usia mahasiswi terbanyak adalah usia 21 tahun sebesar 34,2%, usia awal menstruasi mahasiswi terbanyak adalah usia 11-13 tahun sebesar 78,9%, Mengenai pengetahuan tentang dismenore, 93,4% responden mengetahui arti dismenore, sebesar 90,8% mengalami dismenore primer, responden mengalami dismenore primer selama satu hari di awal

menstruasi sebesar 47,4%, sebagian besar responden merokok (67,1%), responden merokok sebanyak 1-4 batang per hari (48,7%), responden tidak mengkonsumsi alkohol (73,7%), responden tidak mengkonsumsi alkohol setiap harinya (77,6%), dan semua responden mengkonsumsi *junk food* sebesar 100%.

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa persentase mahasiswi yang dismenore primer tetapi merokok (90,2%) lebih besar daripada mahasiswi yang tidak merokok dan tidak mengalami dismenore primer (8%).

Berdasar hasil uji statistik, antara perilaku merokok dengan kejadian dismenore primer diperoleh p-value = 0,798 (>0,05) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian dis-

**Tabel 1. Karakteristik responden, dismenore dan perilaku responden**

Variabel	Kategori	f	%
Usia Responden	18 tahun	8	10,5
	19 tahun	19	25,0
	20 tahun	23	30,3
	21 tahun	26	34,2
Usia Awal Menstruasi	11-13 tahun	60	78,9
	>13 tahun	16	21,1
Arti Dismenore	Ya	71	93,4
	Tidak	5	6,6
Mengalami Dismenore Primer	Ya	69	90,8
	Tidak	7	9,2
Durasi dismenore Primer	Satu hari	36	47,4
	Dua hari	26	34,2
	Tiga hari	14	18,4
Merokok	Ya	51	67,1
	Tidak	25	32,9
Kategori Rokok	Bukan Perokok	25	32,9
	1-4 batang per hari	37	48,7
	5-14 batang per hari	14	18,4
Konsumsi Alkohol	Ya	20	26,3
	Tidak	56	73,7
Kategori Konsumsi Alkohol	Bukan Peminum	59	77,6
	1 botol bir atau kurang per hari	17	22,4
Konsumsi Junk Food	Ya	76	100,0
	Tidak	0	0,0

menore primer pada mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa persentase mahasiswi yang dismenore primer tetapi mengkonsumsi alkohol (95%) lebih besar daripada mahasiswi yang tidak mengkonsumsi alkohol dan tidak mengalami dismenore primer (10,7%).

Berdasar hasil uji statistik, antara konsumsi alkohol dengan kejadian dismenore primer diperoleh  $p\text{-value}=0,448 (>0,05)$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku mengkonsumsi alkohol dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang.

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa persentase mahasiswi yang dismenore primer tetapi sering mengkonsumsi *junk food* (88,7%) lebih besar daripada mahasis-

primer, masih mempunyai perilaku merokok sebesar 90,2% dan mahasiswi yang tidak merokok sebesar 92%. Sedangkan mahasiswi yang tidak mengalami dismenore primer tidak memiliki perilaku merokok sebesar 8% dan yang memiliki perilaku merokok sebesar 9,8%.

Berdasar hasil uji statistik, antara perilaku merokok dengan kejadian dismenore primer diperoleh  $p\text{-value} = 0,798 (>0,05)$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang.

Hasil ini menunjukkan bahwa semakin banyak mahasiswi yang merokok tidak dapat mempengaruhi jumlah kejadian dismenore primer yang terjadi pada mahasiswi. Banyak faktor yang dapat menjadi penye-

**Tabel Hubungan dismenore primer dengan perilaku merokok, konsumsi alkohol dan *junk food***

Variabel bebas	Kategori	Dismenore Primer			
		f	%	f	%
Perilaku Merokok	Ya	46	90,2	5	9,8
	Tidak	23	92,0	2	8,0
Perilaku Konsumsi Alkohol	Ya	19	95,0	1	5,0
	Tidak	50	89,3	6	10,7
Perilaku Konsumsi Junk Food	Sering	47	88,7	6	11,3
	Jarang	22	95,7	1	4,3

wi yang jarang mengkonsumsi *junk food* dan tidak mengalami dismenore primer (4,3%).

Berdasar hasil uji statistik, antara konsumsi *junk food* dengan kejadian dismenore primer diperoleh  $p\text{-value} = 0,334 (>0,05)$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku mengkonsumsi *junk food* dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Dismenore Primer dengan Perilaku Merokok

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa mahasiswi yang mengalami dismenore

primer, misalnya mahasiswi tersebut tinggal di kota Semarang belum sampai 5 tahun dan dia mulai merokok pada saat di Semarang sebelumnya tidak. Dampak rokok itu sendiri tidak dapat dilihat dalam hitungan hari melainkan tahun.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ika Novia dan Nunik Puspitasari pada tahun 2006 yang menyimpulkan bahwa perilaku merokok tidak berpengaruh terhadap kejadian dismenore primer (9).

### Hubungan Dismenore Primer dengan Konsumsi Alkohol

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa persentase mahasiswi yang dismenore

primer masih mengonsumsi alkohol sebesar 95% dan tidak mengonsumsi alkohol sebesar 89,3%. Sedangkan mahasiswi yang tidak mengalami dismenore primer tetapi mengonsumsi alkohol sebesar 5% dan tidak mengonsumsi alkohol sebesar 10,7%.

Berdasar hasil uji statistik, antara konsumsi alkohol dengan kejadian dismenore primer diperoleh  $p\text{-value}=0,448 (>0,05)$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku mengonsumsi alkohol dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang.

Hasil ini menunjukkan bahwa semakin banyak mahasiswi yang mengonsumsi alkohol tidak dapat mempengaruhi jumlah kejadian dismenore primer yang terjadi pada mahasiswi. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlida yang mengatakan jika mengonsumsi alkohol secara terus menerus dapat menyebabkan sirosis hati karena alkohol merupakan salah satu penyebab dari sirosis hati(10). Ditambah dengan lamanya dia menetap di Semarang dan mulai mengonsumsi alkohol itu sendiri.

### **Hubungan Dismenore primer dengan Konsumsi Junk Food**

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa persentase mahasiswi yang dismenore primer tetapi sering mengonsumsi *junk food* sebesar 68,12% dan jarang mengonsumsi *junk food* sebesar 31,88%. Sedangkan mahasiswi yang tidak mengalami dismenore primer tetapi sering mengonsumsi *junk food* sebesar 85,71% dan jarang mengonsumsi *junk food* sebesar 14,29%.

Berdasar hasil uji statistik, antara konsumsi *junk food* dengan kejadian dismenore primer diperoleh  $p\text{-value} = 0,334 (>0,05)$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku mengonsumsi *junk food* dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro Semarang.

Hasil ini menunjukkan bahwa semakin banyak mahasiswi yang mengonsumsi *junk*

*food* tidak dapat mempengaruhi jumlah kejadian dismenore primer yang terjadi pada mahasiswi. *Junk food* justru dapat berpengaruh terhadap sistem pencernaan karena *junk food* memiliki banyak kandungan yang tidak baik bagi tubuh jika dikonsumsi secara terus menerus. Selain itu dapat memicu kanker bagi yang mengonsumsi secara berlebihan. Dampak *junk food* itu sendiri dapat dilihat dalam waktu yang lama yang artinya tidak dapat dilihat secara langsung.

Penelitian yang dilakukan oleh Niken Aryani Wulansari menyimpulkan adanya hubungan konsumsi *junk food* dengan usia menarche dini pada siswi Sekolah Dasar di Surakarta, dimana semakin tinggi konsumsi *junk food* siswi maka semakin rendah usia menarche dengan  $p\text{-value} 0,005$ .

### **KESIMPULAN**

Mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro berkisar antara 18-21 tahun. Mahasiswi Universitas Dian Nuswantoro terbagi menjadi 4 semester yaitu semester 1 sebesar 10,5 %, semester 3 sebesar 25%, semester 5 sebesar 30,3%, dan semester 7 sebesar 34,2%.

Frekuensi mahasiswi perokok sebesar 67,1% dengan frekuensi jumlah rokok yang dihisap adalah 1-4 batang per hari sebesar 48,7%. Frekuensi mahasiswi yang mengonsumsi alkohol sebesar 26,3% dengan frekuensi mahasiswi yang mengonsumsi alkohol 1 bir atau kurang per hari sebesar 22,4%. Frekuensi mahasiswi yang mengonsumsi *junk food* sebesar 100% dengan mahasiswi yang sering mengonsumsi *junk food* sebesar 69,7%.

Tidak ada hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan perilaku merokok di wilayah Universitas Dian Nuswantoro Semarang ( $p\text{-value}=0,798$ ). Tidak ada hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan perilaku konsumsi alkohol di wilayah Universitas Dian Nuswantoro Semarang ( $p\text{-value}=0,448$ ). Tidak ada hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan perilaku

konsumsi *junk food* di Universitas Dian Nuswantoro Semarang (p-value=0,334).

### SARAN

Petugas poliklinik dapat memberikan pengetahuan kepada para mahasiswa yang mengalami dismenore primer agar mahasiswa mengurangi atau bahkan meninggalkan perilaku yang dapat mempengaruhi kesehatan terutama kesehatan reproduksi pada wanita dan mencegah untuk terjadinya keadaan yang lebih parah.

Mahasiswa dapat mengetahui perilaku yang dapat mempengaruhi dismenore primer dan mempengaruhi kesehatan sehingga dapat mengontrol perilaku dan asupan makanannya. Selain itu mahasiswa dapat mengurangi atau menghindari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dismenore primer sehingga tidak mengalami kejadian dismenore primer dan memberikan info kepada teman-temannya.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Manuaba, I.B.G. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Edisi 2. Jakarta: EGC;2009
2. Kartika Siahaan, Ermiami, Ida Maryati. Penurunan Tingkat Dismenore pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan UNPAD dengan Menggunakan Yoga. <http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view-File/709/755>; 2012: 1-12
3. Suhartatik. Hubungan Gejala Saat Menstruasi Dengan Produktivitas Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. Yogyakarta: Skripsi UGM; 2003
4. Owen, E. Panduan kesehatan bagi wanita. Jakarta : PT. Pustakaraya; 2005
5. Proverawati A dan Siti M. Menarche. Yogyakarta : Nuha Medika; 2009
6. Santoso. Angka Kejadian Nyeri Haid pada Remaja Indonesia. *Journal of Obstetrics & Gynecology*; 2008
7. Harunriyanto. Dismenore Masih Sering Membayangi Wanita. <http://www.mediainfopintar.com>; 2008
8. Ernawati, Tri Hartiti, Idrishadi. Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri Dismenore pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Semarang. <http://jurnal.unimus.ac.id>; 2010: 1-8
9. Ika Novia dan Nunik Puspitasari. Faktor Resiko yang Mempengaruhi Dismenore Primer. *The Indonesian Journal of Public Health*; 2008: 96-104
10. Herlida. Hubungan Skor APRI dengan Derajat Keparahan Sirosis Hati di RSUD Dokter Soedarso Pontianak. Skripsi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Tanjungpura Pontianak; 2015
11. Niken Aryani Wulansari. Hubungan Konsumsi Junk Food dan Media Informasi terhadap Menarche Dini pada Siswi Sekolah Dasar di Surakarta. Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2012