

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Aksari, W. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Program Studi Kebidanan Program*. 114.
- Amalia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3326–3337. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.11298>
- Amanullah, A. A., Dewi, N. S., & Fuad, W. (2023). Perbedaan Efektivitas Antara Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Terapi Slow Deep Breathing Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading Semarang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(6), 2163–2170. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i6.9910>
- 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>
- Anggeriani, R., Rahmadayanti, A. M., & Rahma, M. (2022). Kecemasan Akseptor Kb Suntik Selama Pandemi Covid Di Pmb Lismarini Palembang. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 11(1), 44–50. <https://doi.org/10.55045/jkab.v11i1.138>
- Arniyanti, A., & Nahwaria. (2021). Efektivitas Terapi Slow Deep Breathing Terhadap Kecemasan Anak Leukemia Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Mitrasedhat*, 10(2), 178–185. <https://doi.org/10.51171/jms.v10i2.239>
- Azwaldi, Muliyadi, Agustin, I., & Barlen, O. (2023). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Intensitas Nyeri Akut pada Asuhan Keperawatan Hipertensi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(2), 342–353. <http://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/JAM/article/view/1121/843>
- Darmawansyah, A. R., Resty, H., & Sarah, H. (2022). Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di Smk PGRI 1 Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), 97–101. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss1.1079>
- Eny, P. (2024). *Tingkat Stress Terhadap Intensitas Dismenore Primer*. 15(1), 110–118.
- 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>
- Ferina, H. D. N. (2021). Senam Yoga Menurunkan Dismenore Pada Remaja.

- Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(1), 239–245. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v13i1.1910>
- Hadi, S. S., Mukinah, & Lola, F. R. (2023). Pengaruh Teknik Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Calon Akseptor Iud Di Puskesmas Margorejo Kabupaten Pati. *Jurnal Penelitian Pendidikan Bidan*, 1(2), 118–126.
- Hafni, S. S. (2021). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati (ed.)). Penerbit Kbm Indonesia.
- Hanum, D. F. (2020). Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Akademi Kebidanan Delima Persada Gresik 2018. *Jurnal Surya*, 11(01), 5–7. <https://doi.org/10.38040/js.v11i01.76>
- Hartinah, D., Wigati, A., & Vega Maharani, L. (2023). Pengaruh Terapi Farmakologi dan Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 245–252. <https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/1676>
- Hoiri, D. A. F., Jamhariyah, & Sasmito, L. (2023). Perubahan Intensitas Dismenore Melalui Pemberian Massage Effluarge dan Massage Effluarge Aromaterapy Lavender. *Malang Journal Of Midwifery*, 5(2), 84–94.
- Indah, F., & Susilowati, T. (2022). Gambaran Dismenorea Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi Sma Muhammadiyah 1 Sragen. *Journal Locus Penelitian Dan Pengabdian*, 1(6), 459–465. <https://doi.org/10.36418/locus.v1i6.143>
- Isma, O., Purnamasari Kurniati Devi, F. S., & Ingga, H. Y. (2021). Pengetahuan Tentang Dismenorea Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(02), 199–204. <http://www.jurnalmadanimedika.ac.id/index.php/JMM/article/view/220>
- Khasanah, N. (2021). Aktifitas Fisik, Peran Orang Tua, Sumber Informasi terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(1), 23–34. <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.3>
- Nadiyah, Martin, A. I., Mayumi, N., & Decy, S. (2020). Bkkbn 2015 Usia Remaja. *Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk "X" Tangerang Raya*, 3(April), 87–95.
- Normah, Rifai, B., Vambudi, S., & Maulana, R. (2022). Analisa Sentimen Perkembangan Vtuber Dengan Metode Support Vector Machine Berbasis SMOTE. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 8(2), 174–180. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Nurfadillah, H., Maywati, S., & Aisyah, I. S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1), 247–256. <https://doi.org/10.37058/jkki.v17i1.3604>
- Nurfarianti, Y., Tursina, & Sukamto, A. S. (2016). Sistem Pakar untuk Diagnosis Dismenore Menggunakan Metode Naïve Bayes. *Program Studi Informatika*

- Universitas Tanjungpura*, 4(1), 1–6. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/justin/article/view/12326>
- Ochtami, H. (2019). *Pengaruh Terapi Relaksasi Slow Deep Breathing Terhadap Perubahan Skala Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu Tahun 2019*. 11(1), 106. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484>
- Oktamarina, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Wahyuni Oktaria, S., & Apriyani, T. (2022). *Gangguan Kecemasan (Axieta Disorder) Pada Anak Usia Dini*.
- Permata, B. C., & Hajma, L. P. A. (2023). *Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Swamedikasi Nyeri Haid (Dismenore) DI SMA Negeri 3 Kota Cilegon Provinsi Banten*. 2(3), 291–315.
- Pertiwi, R. A., & Prihati, D. R. (2020). Penerapan Slow Deep Breathing Untuk Menurunkan Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 4(1), 14–19. <https://doi.org/10.33655/mak.v4i1.77>
- Pratiwi, A. (2020a). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Masker Medika*, 8(2), 263–267. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v8i2.414>
- Pratiwi, A. (2020b). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Masker Medika*, 8(2), 263–267. <https://jmm.ikestmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/414/340>
- Ramayanti, E. D., Jayani, I., & Hohobuan, F. (2023). Pelatihan Terapi Slow Deep Breathing pada Lansia Usia 45-60 Tahun dengan Riwayat Hiperensi di Kelurahan Bujel Kota Kediri. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 7(2), 263–270. <https://doi.org/10.30595/jppm.v7i2.10735>
- Ratna, M. P., & Ida, B. (2023). Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Upaya Pencegahan Kenakalan Remaja Di Posyandu Remaja Gerbang Sehati. *Jurnal Pengemas Kesehatan*, 2(1), 14–17. <https://doi.org/10.52299/jpk.v2i1.10>
- Rini, A. S., & Karubuy, M. A. (2023). *Penanganan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri Dengan Jus Alpukat Dan Jus Wortel*. 11(2), 361–367.
- Rizka, A. A., Fajri, I., Aisyah, S., Nurhamsyah, D., & Alifatal, M. K. (2022). Terapi Non-Farmakologi dalam Mengurangi Tingkat Nyeri pada Pasien Kanker Payudara Stadium 2-4: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 5(2), 106. <https://doi.org/10.31000/jiki.v5i2.6139>
- Safriyani, R., Putrono, & Widiyanto, B. (2016). Pengaruh Slow Deep Breathing Relaxation Dan Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Dengan General Anestesi Di Rsud Telogorejo. *Karya Ilmiah*, 000, 1–12.

- Saputri, I. R. D., Yuswanto, T. J. A., & Widodo, D. (2022). Efektivitas Guided Imagery, Slow Deep Breathing dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 8(2), 51. <https://doi.org/10.30602/jvk.v8i1.1023>
- Sari, D., Nurdin, A. E., & Defrin, D. (2015). Hubungan Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2), 567–570. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i2.301>
- Sianturil, N. S. ., Nurmalasari, & Azma, N. A. (2024). Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Kalimantan Barat. *Jurnal Bidan Mandiri*, 2(1), 26–32. <http://jurnal.poltekkespadang.ac.id/ojs/index.php/jbm>
- Sulaiman, M. S. & S. (2020). *Pengantar Metodologi Penelitian* (Muzakkir (ed.)). Pustaka Amanda.
- Syamsir, T. I. N. (2023). *Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penanganan Kecemasan Pada Pasien Post Of Appendix Di Rsud Sleman The Effect Of Slow Deep Breathing On Anxiety Management In Post Of Appendectomy Patients At Sleman Hospital. XVIII(1)*.
- Tsamara, G., Raharjo, W., & Ardiani Putri, E. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi The Relationship Between Lifestyle with The Incident of Primary Dysmenorrhea in Medical Faculty Female Students of Tanjungpura University. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140.
- Viantika. (2019). Hubungan Intensitas Nyeri Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun Di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta Septi Della Sanday, Viantika Kusumasari, Dian Nur Adkhana Sari. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 1(2), 48–56.
- Vionica, S., & Wulandari, P. (2022). Penerapan Senam Dismenore Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Dan Kecemasan Pada Remaja Di Desa Merbuh Shely. *The2nd Widya HusadaNursingConference(2nd WHNC)*, 99–106.
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Ernawati, N. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Madu Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi. *Jurnal Ilmu Dan Budaya*, 41(66), 7809–7924.
- Wirawan, S. S. (2016). *psikologi remaja*. Rajawali pers.
- Yanti, E. S., Noeraini, A. R., Wulaningtyas, E. S., & Nurahmawati, D. (2021). *Pengaruh Pengetahuan Menstruasi Sehat terhadap Penanganan Dismenorea secara Mandiri*. 11–14.
- Yuli, S. N. (2023). Penyuluhan Tentang Dismenorea (Nyeri Haid Saat Menstruasi) Dan Upaya Menanggulangnya Dengan Akupresur Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiiyah Situbondo.
- Yusuf, B., Isnaniah, I., & Yuliati, Y. (2023). Penerapan Latihan Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Literature Review. *IMJ (Indonesian Midwifery Journal)*, 4(2). <https://doi.org/10.31000/imj.v4i2.4272>

- Zahroh, R., & Maslahatul, D. (2017). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ners Lentera*, 5(2), 106–115.
- Zebua, W. P. S. (2019). *Pengaruh Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Gereja St. Fransiskus Asisi Padang Bulan Medan*. 106.