



JNPH

Volume 9 No. 2 (Oktober 2021)

© The Author(s) 2021

USIA MENARCHE DAN LAMANYA MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA SISWI KELAS X DI SMK KESEHATAN BHAKTI KENCANA SUBANG

AGE MENARCHE AND THE TIME OF MENSTRUATION WITH THE PRIMARY DISMENORE EVENTS IN CLASS X STUDENTS SMK KESEHATAN BHAKTI KENCANA SUBANG

ASEP AEP INDARNA, LISNA LEDIAWATI
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA, BANDUNG, JAWA BARAT, INDONESIA
Email: asep.aep@bku.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Dismenore dapat menimbulkan dampak bagi kegiatan atau aktivitas para wanita khususnya remaja. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada 15 orang remaja putri kelas X di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang yang telah mengalami menstruasi mengenai dismenore didapatkan hasil, 10 orang selalu mengalami nyeri saat menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan usia menarche dan lamanya menstruasi dengan kejadian dismenore primer pada siswi kelas X di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang. Metode: Metode Penelitian ini merupakan penelitian cross sectional yakni menghubungkan antara usia menarche dan lamanya menstruasi dengan kejadian dismenore primer. Populasi sebanyak 278 orang. Teknik pengambilan sampel adalah stratified random sampling sehingga didapatkan sampel sebanyak 74 orang dengan pengolahan data menggunakan distribusi frekuensi dengan analisa univariat dan bivariat. Hasil dan Pembahasan: Hasil penelitian didapatkan bahwa Kejadian dismenore lebih dari setengahnya mengalami dismenore sebanyak 40 orang (54,1%), usia menarche lebih dari setengahnya ≥ 12 tahun sebanyak 43 orang (58,1%) dan lamanya menstruasi responden sebagian besar ≤ 7 hari sebanyak 59 orang (79,7%). Kesimpulan: Terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore. Terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenore. Saran bagi pihak sekolah perlu adanya pemberian informasi kepada siswi mengenai dismenore supaya siswi dapat memahami mengenai penanganan dismenore.

Kata Kunci: Usia Menarche, Lama Menstruasi, Dismenore

ABSTRACT

Intoduction: Dysmenorrhea can have an impact on the activities or activities of women, especially teenagers. Based on the results of a preliminary study conducted on 15 class X teenage girls at the Health Vocational School Bhakti Kencana Subang who had experienced

menstruation regarding dysmenorrhea, the results were that 10 people always experienced pain during menstruation. The purpose of this study was to determine the relationship between the age of menarche and the length of menstruation with the incidence of primary dysmenorrhea in class X students at the Vocational School of Health Bhakti Kencana Subang. Method: This research method is a cross sectional study that connects the age of menarche and the length of menstruation with the incidence of primary dysmenorrhea. The population of 278 people. The sampling technique is stratified random sampling so that a sample of 74 people is obtained by processing data using frequency distribution with univariate and bivariate analysis. Result and Discussion: The results showed that the incidence of dysmenorrhea more than half experienced dysmenorrhea as many as 40 people (54.1%), the age of menarche more than half ≥ 12 years as many as 43 people (58.1%) and the duration of menstruation most of the respondents ≤ 7 days were 59 people (79.7%). There is a relationship between the age of menarche and the incidence of dysmenorrhea. Conclusion: There is a relationship between the duration of menstruation and the incidence of dysmenorrhea. Suggestions for schools need to provide information to students about dysmenorrhea so that students can understand about handling dysmenorrhea.

Keywords: Menarche Age, Menstruation Period, Dysmenorrhea

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari pubertas ke dewasa, pada masa ini terjadi proses pematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Masa remaja di tandai dengan munculnya karakteristik seks primer, hal tersebut dipengaruhi oleh mulai bekerjanya kelenjar reproduksi. Kejadian yang muncul saat pubertas dalam pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, menarche, dan perubahan psikis. Pada wanita, pubertas ditandai dengan terjadinya haid atau menstruasi. Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari rahim melalui vagina setiap bulan selama masa usia subur (Noerpramana, 2015).

Menstruasi pertama kali yang dialami oleh seorang wanita disebut menarche, yang pada umumnya terjadi pada usia 12 tahun. Menarche merupakan pertanda berakhirnya masa pubertas, masa peralihan dari masa anak menuju dewasa. (Hadi, 2015). Menstruasi yang di alami remaja dapat menimbulkan masalah, salah satunya adalah dismenore atau nyeri haid. Dismenore merupakan masalah ginekologis yang paling umum dialami wanita baik remaja maupun dewasa (Ningsih, 2015). Tidak sedikit wanita yang mengalami nyeri yang berkepanjangan dan terus menerus

hingga mengalami rasa sakit bahkan tidak bisa melakukan aktivitas apapun selama menstruasi karena rasa nyeri yang tidak tertahankan (Anurogo, 2015).

Dismenore dapat menimbulkan dampak bagi kegiatan atau aktivitas para wanita khususnya remaja. Menurut Prawiharjo (2014) Dismenore membuat wanita tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan resep obat. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita, sebagai contoh siswi yang mengalami dismenore primer tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan.

Prevalensi wanita yang mengalami dismenore di Indonesia diperkirakan 55% wanita usia produktif tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian dismenore tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89% yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing (Proverawati, 2014). Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling sering terjadi dan dapat mempengaruhi lebih dari 50% wanita yang menyebabkan ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas harian selama 1 sampai 3 hari setiap bulannya. Ketidakhadiran remaja disekolah adalah salah satu akibat dari

dismenore primer mencapai kurang lebih 25% (Reeder, 2015)

Berdasarkan penelitian sebelumnya pada siswi SMK Batik 1 Surakarta didapatkan bahwa siswi di sekolah tersebut terkadang ada yang sampai meminta izin untuk pulang bahkan ada yang pingsan. Dari daftar kehadiran siswa di sekolah, didapatkan data bahwa hampir di setiap bulannya sekitar 10% selalu ada siswa perempuan yang absen sehingga berpengaruh terhadap prestasinya (Permatasari and Dayaningsih, 2013).

Penelitian lain di Gorontalo didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara usia menarche dengan dismenore, responden yang mengalami menarche dalam kategori cepat (dini) sebanyak 62,2% mengalami dismenore sedangkan pada menarche normal hanya 37,8% (Sadiman, 2017). Tidak hanya usia menarche yang menyebabkan dismenore, hal yang beresiko mengalami dismenore adalah terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenore. Rasio prevalensi kejadian dismenore pada siswi yang memiliki riwayat dismenore pada keluarga dan yang tidak memiliki riwayat dismenore pada keluarga adalah 1,1, artinya siswi yang memiliki riwayat dismenore pada keluarga memiliki kemungkinan beresiko 1,2 kali lebih besar mengalami dismenore dari pada siswi yang tidak memiliki riwayat dismenore pada keluarga (Kristianingsih, Utami and Yanti, 2015).

Beberapa faktor yang memegang peranan penting sebagai penyebab dismenore primer anatara lain faktor kejiwaan, faktor konstitusi, faktor obstruksi kanalis, servikalis, faktor endokrin, dan faktor alergi. Faktor risiko pada dismenore primer yaitu sebagai berikut: usia menstruasi pertama, nulipara, lama menstruasi, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, dan stress (Anurogo, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 04 Maret 2019, dengan teknik wawancara kepada 15 orang remaja putri kelas X di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang yang telah

mengalami menstruasi mengenai dismenore didapatkan hasil, 10 orang selalu mengalami nyeri saat menstruasi dengan intensitas nyeri dari ringan hingga sedang, tetapi belum tahu penyebab timbulnya nyeri saat haid, tiga orang tidak pernah merasakan sakit saat haid, dua orang jarang mengalami nyeri haid. Dari 15 orang tersebut, 9 orang mengatakan menarche pada usia < 12 tahun, dan 5 orang mengatakan menstruasi > 7 hari. Penelitian dilakukan di kelas X berdasarkan pertimbangan perizinan yang diperbolehkan oleh pihak sekolah. Sampai saat ini sekolah belum memiliki program ataupun kegiatan dalam upaya mengatasi permasalahan kesehatan reproduksi pada siswinya.

Data perbandingan di sekolah SMKN Cipeundeuy Kabupaten Subang didapatkan bahwa sekolah tersebut setiap 1 tahun sekali selalu mengadakan kegiatan penyuluhan kesehatan terhadap siswanya mengenai kesehatan reproduksi. Apabila dibandingkan dengan SMKN Cipeundeuy, maka SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang belum pernah melakukan hal tersebut.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional dimana data yang berkaitan dengan variabel bebas dan variabel terikat dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Sutriyawan, 2021). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan yaitu seluruh siswi kelas X yang sudah menstruasi di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang berjumlah 278 orang.

Teknik dalam pengambilan sampel penelitian ini, peneliti menggunakan stratified random sampling yaitu teknik penentuan sampel secara acak sederhana berdasarkan strata. Sampel yang digunakan sebanyak 74 responden.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia, Lamanya Menstruasi, dan Kejadian Dismenore

| Variabel | Jumlah | Persentase (%) |
|---------------------------|-----------|----------------|
| Usia Menarche | | |
| < 12 tahun | 31 | 41,9 |
| ≥12 tahun | 43 | 58,1 |
| Lamanya Menstruasi | | |
| ≤ 7 hari | 59 | 79,7 |
| > 7 hari | 15 | 20,3 |
| Kejadian Dismenore | | |
| Tidak | 34 | 45,9 |
| Ya | 40 | 54,1 |
| Total | 74 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa usia menarche responden lebih dari setengahnya ≥ 12 tahun sebanyak 43 orang (58,1%). Lamanya menstruasi responden sebagian besar ≤ 7 hari sebanyak 59 orang (79,7%). Kejadian dismenore lebih dari setengahnya mengalami dismenore sebanyak 40 orang (54,1%). Usia menarche <12 tahun sebagian besar mengalami dismenore sebanyak 26 orang (83,9%) dan lama menstruasi tidak normal sebagian besar dismenore (86,7%).

Tabel 2. Hubungan Usia Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenore

| Faktor | Dismenore | | | | | | p-value |
|------------------------|-----------|------|-------|------|-------|-----|---------|
| | Ya | | Tidak | | Total | | |
| | n | % | n | % | n | % | |
| Usia Menarche | | | | | | | |
| <12 tahun | 26 | 83,9 | 5 | 16,1 | 31 | 100 | 0,000 |
| ≥ 12 tahun | 14 | 32,6 | 29 | 67,4 | 43 | 100 | |
| Lama Menstruasi | | | | | | | |
| Normal | 27 | 45,8 | 32 | 54,2 | 59 | 100 | 0,011 |
| Tidak Normal | 13 | 86,7 | 2 | 13,3 | 15 | 100 | |

Tabel diatas terlihat bahwa dari hasil perhitungan Chi Square, diketahui bahwa usia menarche dan kejadian dismenore p-value

(0,000), dan lama menstruasi dengan kejadian dismenore p-value (0,011) kedua nilai tersebut lebih kecil dari nilai α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenore.

PEMBAHASAN

Gambaran Faktor Usia Menarche dan Lamanya Menstruasi

Menarche didefinisikan sebagai pertama kali menstruasi, yaitu keluarnya cairan darah dari alat kelamin wanita berupa luruhnya lapisan dinding dalam rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Secara normal menstruasi awal terjadi pada usia 12 tahun (Nurlaily and Nindya, 2016).

Menurut Proverawati (2014), usia saat seorang anak perempuan mulai mendapat menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia yang lebih muda. Yang di sebut hipermenorea atau menorhagia adalah pendarahan berkepanjangan atau berlebihan pada waktu menstruasi teratur (Smeltzer dan Bare, 2013).

Hipermenorea adalah pendarahan menstruasi yang banyak dan lebih lama dari normal, yaitu lebih dari 7 hari. Menstruasi normal biasanya 3-7 hari (Wiknjosastro 2015).

Berdasarkan teori di atas maka usia normal terjadinya menarche yaitu usia ≥ 12 tahun dan lama menstruasi kurang dari 7 hari. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya responden ≥ 12 tahun dan lamanya menstruasi responden sebagian besar ≤ 7 hari.

Gambaran Kejadian Dismenore

Menurut Prawirohardjo (2013) dismenore adalah nyeri selama haid yang dirasakan di perut bawah atau di pinggang, bersifat seperti mulas - mulas, seperti ngilu,

dan seperti ditusuk-tusuk. Dismenore primer merupakan permasalahan di bidang ginekologi yang banyak menyerang remaja putri. Dampak dari dismenore dapat mengganggu aktivitas remaja dan menyebabkan ketidakhadiran siswi di sekolah (Beddu, Mukarramah and Lestahulu, 2015).

Berbagai faktor yang bisa menyebabkan terjadinya kejadian dismenore diantaranya adalah usia menarche, nullipara, lama menstruasi lebih dari normal, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga dan stres (Wardani, Fitriana and Casmi, 2021). Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kejadian dismenore tersebut kejadian dismenore pada remaja putri bisa dikarenakan adanya usia menarche dan lama menstruasi lebih dari normal.

Hubungan Usia Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenore Primer

Dari hasil perhitungan Chi Square, diketahui bahwa usia menarche dan kejadian dismenore p -value (0,000), dan lama menstruasi dengan kejadian dismenore p -value (0,011) kedua nilai tersebut lebih kecil dari nilai α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenore.

Normalnya menarche terjadi pada usia 12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia menarche sebagian besar >12 tahun. Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi. Menurut Widjanarko (2013), menyatakan bahwa alat reproduksi wanita harus berfungsi sebagaimana mestinya, namun bila menarche terjadi pada usia yang lebih awal dari normal dimana alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim maka akan timbul rasa sakit ketika menstruasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian

sebelumnya yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara usia menarche dengan kejadian dismenore (Savitri, Citrawathi and Dewi, 2019). Sejalan juga dengan penelitian lainnya yang menyatakan bahwa usia menarche merupakan faktor risiko kejadian dismenore (Rahmadhayanti and Rohmin, 2016).

Berdasarkan teori di atas dikaitkan dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore. Usia menarche yang lebih awal (<12 tahun) menyebabkan terjadinya dismenore karena alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadinya penyempitan pada leher rahim (Kristianingsih, 2016).

Selanjutnya hubungan lama menstruasi dan kejadian dismenore bahwa penyebab hipermenorea bisa berasal dari rahim berupa mioma uteri, tumor jinak dari otot rahim, infeksi pada rahim atau hiperplasia endometrium (penebalan lapisan dalam rahim) dan dapat juga disebabkan oleh kelainan diluar rahim seperti kelainan darah misalnya anemia, gangguan pembekuan darah, serta juga bisa disebabkan oleh kelainan hormon atau gangguan endokrin. Smeltzer dan Bare (2011) menyatakan penyebab hipermenorea biasanya berhubungan dengan gangguan endokrin dan juga disebabkan karena adanya gangguan inflamasi, tumor uterus, dan gangguan emosional juga dapat mempengaruhi pendarahan. Penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dismenore dengan lamanya menstruasi. Lama menstruasi lebih dari normal, menstruasi menimbulkan adanya kontraksi uterus, bila menstruasi terjadi lebih lama mengakibatkan uterus lebih sering berkontraksi dan semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan. Produksi prostaglandin yang berlebihan menimbulkan rasa nyeri, sedangkan kontraksi uterus yang terus menerus menyebabkan suplai darah ke uterus terhenti dan terjadi dismenore (Shanon, 2013).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan ada hubungan

yang signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenore (Pundati, Sistiarani and Hariyadi, 2016). Sejalan juga dengan penelitian lainnya yang menyatakan bahwa lama menstruasi merupakan faktor risiko kejadian dismenore (Angelia, Sitorus and Etrawati, 2017). Berbeda dengan penelitian lainnya yang menyatakan lama menstruasi tidak mempunyai peran untuk terjadinya dismenore (Ammar, 2016).

Berdasarkan teori dikaitkan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenore dapat dikatakan Semakin lama menstruasi terjadi, maka semakin sering pula uterus berkontraksi sehingga timbul rasa nyeri (Indahwati, Muftiana and Purwaningroom, 2017). Oleh karena itu dengan adanya kejadian dismenore yang diakibatkan oleh faktor risiko usia menarche dan lama menstruasi yang tidak bisa di ubah maka perlu adanya peningkatan pengetahuan (Sutriyawan and Sari, 2020), serta perlu dilakukan pemberian informasi mengenai hal tersebut kepada siswa dan cara pencegahan mengurangi terjadinya dismenore seperti menjaga pola maka secara teratur.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian mengenai hubungan usia menarche dan lamanya menstruasi dengan kejadian dismenore primer pada siswi kelas X di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Usia menarche lebih dari setengahnya ≥ 12 tahun, lamanya menstruasi responden sebagian besar ≤ 7 hari. 2) Kejadian dismenore lebih dari setengahnya mengalami dismenore. 3) Terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore dan terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenore.

SARAN

Diharapkan agar penelitian selanjutnya lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ammar, U. R. (2016) 'Faktor risiko Dismenore primer pada wanita usia subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya', *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), pp. 37–49.
- Angelia, L. M., Sitorus, R. J. and Etrawati, F. (2017) 'Model Prediksi Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Sma Negeri Di Palembang', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(1).
- Anurogo. (2015). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Beddu, S., Mukarramah, S. and Lestahulu, V. (2015) 'Hubungan status gizi dan usia menarche dengan dismenore primer pada remaja putri', *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 1(1), pp. 16–21.
- Hadi. (2015). *Life-Span Developmnet, Perkembangan Masa– Hidup*. Surabaya: Erlangga
- Indahwati, A. N., Muftiana, E. and Purwaningroom, D. L. (2017) 'Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMP N 1 Ponorogo', *Indonesian Journal for Health Sciences*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo, 1(2), pp. 7–13.
- Kristianingsih, A. (2016) 'Faktor Risiko Dismenore Primer pada Siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP X) Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan', *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), pp. 19–27.
- Kristianingsih, A., Utami, V. W. and Yanti, D. E. (2015) 'Risiko Dismenore Primer Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP) Yayasan Badrul Latif (YBL) Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan', *Jurnal Dunia Kesmas*, 4(3).
- Ningsih. (2015). *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto.
- Noerpramana. (2015). *Perempuan dalam*

- Berbagai Masa Kehidupan*. In : Saifuddin AB, editor. Ilmu Kandungan. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Nurlaily, E. Z. and Nindya, T. S. (2016) 'Hubungan Antara Status Gizi Dan Kerutinan Olahraga Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri: Relation between Nutritional Status and the Regularity of Exercise with the Incidence of Dysmenorrhea in Adolescent Girls', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 2(2), pp. 21–31.
- Permatasari, I. and Dayaningsih, S. (2013) 'Hubungan Antara Frekuensi Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Dengan Tingkat Motivasi Belajar Siswi Di Sma Al Islam 1 Surakarta', *IJMS-Indonesian Journal on Medical Science*, 1(1).
- Pundati, T. M., Sistiarani, C. and Hariyadi, B. (2016) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa semester VIII Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto', *Kesmas Indonesia*, 8(1), pp. 40–48.
- Prawirohardjo. (2013). *Ilmu Kebidanan Edisi 4*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Proverawati dan Misaroh. (2014). *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rahmadhayanti, E. and Rohmin, A. (2016) 'Hubungan status gizi dan usia menarche dengan dismenorhea primer pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 15 Palembang', *Jurnal Kesehatan*, 7(2), pp. 255–259.
- Reeder. (2015). *Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Jakarta: EGC
- Sadiman, S. (2017) 'Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorhea', *Jurnal Kesehatan*, 8(1), pp. 41–49.
- Shanon. (2013). *A Medical Model of Communication*. Urbana, IL : University of Illinois Press
- Smeltzer dan Bare. (2013). *Brunner & Suddarths Textbook of Medical Surgical Nursing*. Philadelphia : Lippin cott
- Savitri, N. P. W., Citrawathi, D. M. and Dewi, N. (2019) 'Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Siswi Smp Negeri 2 Sawan', *Jurnal Pendidikan Biologi undiksha*, 6(2), pp. 93–102.
- Sutriyawan, A. (2021) *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan: Dilengkapi Tuntunan Membuat Proposal Penelitian*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Sutriyawan, A. and Sari, I. P. (2020) 'Perbedaan Focus Group Discussion Dan Brainstorming Terhadap Pencegahan Bullying Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Karangtengah', *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, pp. 38–48. doi: 10.33368/woh.v0i0.245.
- Wardani, P. K., Fitriana, F. and Casmi, S. C. (2021) 'Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X', *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1).
- Widjanarko. (2013). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Wiknjosastro. (2015). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo