

# GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA MADYA (13 -15 TAHUN) TENTANG *DYSMENORRHEA* DI SMPN 29 KOTA BANDUNG

<sup>1</sup>Septian Andriyani, <sup>2</sup>Sri Sumartini, <sup>3</sup>Vevi Nur Afifah  
<sup>1,2,3</sup>Prodi D3 Keperawatan FPOK Universitas Pendidikan Indonesia  
Email: srisumartini@upi.edu

## ABSTRAK

*Dysmenorrhea* umum dirasakan oleh perempuan pada hari – hari pertama menstruasi. Tidak banyak yang menyadari bahwa *dysmenorrhea* yang tidak biasa bisa menjadi salah satu awal dari suatu penyakit misalnya *endometriosis*, sehingga perlu diberikan edukasi tentang *dysmenorrhea* sebagai upaya deteksi dini terjadinya kasus *endometriosis*. Angka Kejadian *dysmenorrhea* di Indonesia sendiri cukup tinggi mencapai 64,25 % yang terdiri dari 54,89% *dysmenorrhea* primer dan 9,36 % *dysmenorrhea* sekunder tidak jauh berbeda dengan angka kejadian *dysmenorrhea* di Jawa Barat yaitu sebanyak 54,9 % wanita mengalami *dysmenorrhea*, terdiri dari 24,5% mengalami *dysmenorrhea* ringan, 21,28% mengalami *dysmenorrhea* sedang dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja madya usia 13 - 15 tahun tentang *dysmenorrhea*. Jumlah keseluruhan populasi dalam penelitian ini sebanyak 423 siswi yang terdiri atas siswi kelas VII sebanyak 256 orang dan siswi kelas VIII sebanyak 167orang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan melibatkan 206 sampel siswi yang diambil menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori berpengetahuan baik, dengan hasil sebanyak 115 siswi (55,8%). Namun, masih ditemukan sebagian kecil siswi dalam kategori berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 22 siswi (10,7%) dan hampir setengahnya berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 69 siswi (33,5%). Dari hasil tersebut kategori berpengetahuan kurang masih hampir setengah jumlah responden. Oleh karena itu, diharapkan pihak sekolah dapat bekerja sama dengan Puskesmas ataupun petugas kesehatan terkait dalam pemberian pendidikan kesehatan khususnya tentang *dysmenorrhea* secara berkala kepada siswi SMPN 29 Kota Bandung.

**Kata kunci:** *Dysmenorrhea*, Pengetahuan, Remaja Madya,

## ABSTRACT

*Dysmenorrhea* is commonly experienced by women at the beginning of the menstruation period. There are only few who realize that unusual *dysmenorrhea* can be an initial symptom of certain diseases, such as *endometriosis*, so that they should be educated about *dysmenorrhea* as an early warning effort to detect *endometriosis* cases. The number of *dysmenorrhea* in Indonesia is relatively high, in which it achieved 64.25 %. It consisted of 54.89% primary *dysmenorrhea* and 9.36 % secondary *dysmenorrhea*. Similar case was also found in West Java in which around 54.9 % women experienced *dysmenorrhea*. The figure consisted of 24.5% women experienced light *dysmenorrhea*, 21.28% women experienced moderate *dysmenorrhea*, and 9.36% of them experienced severe *dysmenorrhea*. The current research aims to discover the understanding of 13-15 years old adolescents on *dysmenorrhea*. There were total 423 female students involved in this research, which consisted of 256 seventh grade female students and 167 eighth grade female students. This research was categorized as descriptive quantitative research, which involved 206 female students as the research sample that were selected by employing *Proportionate Stratified Random Sampling*. The research result revealed that most of the students (115 students or 55.8%) were categorized to have good understanding on *dysmenorrhea*. However, it was also discovered that there were minority of the students (22 students or 10.7%) who were considered to have adequate understanding, while almost the half of the students (69 students or 33.5%) had limited understanding on *dysmenorrhea*. Based on the aforementioned result, it is found that almost half of the population still had limited understanding on the matter. Therefore, it is expected that the school administrators can cooperate with community health centers or medical practitioners in order to regularly educate the female students at SMPN 29 in Bandung mainly about *dysmenorrhea*.

**Keywords:** Adolescents, *Dysmenorrhea*, Knowledge

## PENDAHULUAN

Setiap manusia pasti akan mengalami masa remaja. Pada remaja putri terjadi suatu perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012). Menstruasi adalah perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Usia normal bagi seorang wanita mendapat menstruasi untuk pertama kalinya pada usia 12 atau 13 tahun dan ada pula yang mengalaminya lebih awal, yaitu pada usia 8 tahun atau lebih lambat yaitu usia 18 tahun. Menstruasi akan berhenti dengan sendirinya pada saat wanita sudah berusia 40-50 tahun, yang dikenal dengan istilah menopause (Sukarni dan Margareth, 2013).

Pada sebagian remaja yang mengalami menstruasi akan timbul nyeri saat menstruasi yang biasanya disebut *dysmenorrhea*. *Dysmenorrhea* berasal dari bahasa Yunani: *dys* yang berarti sulit, nyeri, abnormal, *meno* berarti bulan, dan *rrhea* berarti aliran. *Dysmenorrhea* atau dismenorea dalam bahasa Indonesia berarti nyeri pada saat menstruasi. *Dysmenorrhea* merupakan permasalahan ginekologikal utama yang paling sering dikeluhkan remaja (French, 2008), dan yang paling umum terjadi ialah *dysmenorrhea* primer (Zukri, 2009).

Dampak yang diakibatkan oleh *dysmenorrhea* berupa gangguan aktivitas seperti tingginya tingkat absen dari sekolah maupun kerja, keterbatasan kehidupan sosial, performa akademik, serta aktivitas olahraganya (Patel, 2006 ; Loto, 2008; Cakir, 2009; Zukri, 2009). Selain mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunnya kinerja yaitu biasanya mengalami mual, kadang disertai muntah dan diare. Masih banyak wanita yang menganggap nyeri haid sebagai hal yang biasa, mereka beranggapan 1-2 hari sakitnya akan hilang. Padahal nyeri haid hebat bisa menjadi tanda dan gejala suatu penyakit misalnya *endometriosis* yang bisa mengakibatkan sulitnya keturunan (Sarwono,

2008). Pada anak remaja penyebab nyeri haid dipikirkan karena hanya kadar prostaglandin yang tinggi bukan karena endometriosis, maka biasanya pengobatan yang diberikan adalah obat penghilang rasa nyeri saja (Departemen Obstetri dan Ginekologi FK UNPAD, 2011).

Klein dan Litt melaporkan prevalensi *dysmenorrhea* di Amerika Serikat mencapai 59,7%. Beberapa dari mereka yang mengeluh nyeri, 12% berat, 37% sedang, dan 49% ringan (Bonde 2014, dalam jurnal Keperawatan Aisyiyah, 2015). Studi yang dilakukan oleh (Cakir, 2007) pada mahasiswi di Turki menunjukkan hasil yang sangat mencengangkan yaitu prevalensi kejadian *dysmenorrhea* sebesar 89,5% dan 10% nya mengalami tingkat berat. Penelitian yang sama pada mahasiswi di Turki mengenai *dysmenorrhea* primer dengan hasil yang tidak jauh berbeda yaitu sebesar 88% dan sebanyak 45,3% mengalami *dysmenorrhea* disetiap periode menstruasi (Polat, 2009). Studi di Yordania pada remaja putri juga menunjukkan hal serupa yaitu sebanyak 87,4% mengalami *dysmenorrhea* primer dan sebanyak 46% mengalami *dysmenorrhea* tingkat berat (Razzak, 2010). Daerah Asia sendiri, prevalensi *dysmenorrhea* primer juga cukup tinggi yaitu di taiwan menunjukkan prevalensi sebesar 75,2% (Yu dan Yueh, 2009), yang tak jauh dengan prevalensi pada mahasiswi di Malaysia yaitu sebesar 50,9%,. Angka Kejadian *dysmenorrhea* di Indonesia sendiri mencapai 64,25 % yang terdiri dari 54,89% *dysmenorrhea* primer dan 9,36 % *dysmenorrhea* sekunder. Wilayah Surabaya di dapatkan 1,07 % menderita *dysmenorrhea* dan 1,31 % dari jumlah penderita *dysmenorrhea* datang kebagian kebidanan (Ernawati, 2010).

Hasil penelitian Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK-KRR) di Indonesia tahun 2009 angka kejadian *dysmenorrhea* berkisar 45 - 95% dikalangan usia produktif, terdiri dari 72,84% *dysmenorrhea* primer dan 27,11%

*dysmenorrhea* sekunder (Proverawati & Maisaroh, 2009). Berdasarkan data hasil penelitian angka kejadian *dysmenorrhea* di Jawa Barat cukup tinggi, yaitu sebanyak 54,9 % wanita mengalami *dysmenorrhea*, terdiri dari 24,5% mengalami *dysmenorrhea* ringan, 21,28% mengalami *dysmenorrhea* sedang dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* berat (Arnis 2012, dalam jurnal keperawatan Aisyiyah, 2015). Data dari PKPR dan Puskesmas menunjukkan bahwa gangguan haid di Bandung menduduki peringkat tertinggi, yaitu 73 % data dari puskesmas dan 82% data dari PKPR disusul oleh masalah Penyakit Menular Seksual sebanyak 8 % dan konsultasi KB 4 %. (LPPM UPI, 2011). Selain itu, berdasarkan data hasil dari Puskesmas Ledeng sepanjang tahun 2015 Puskesmas tersebut menerima 95 pasien remaja putri dengan keluhan *dysmenorrhea*.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Releghea A.Y. (2012) tentang hubungan antara pengetahuan *dysmenorrhea* dengan perilaku penanganan mengatasinya di SMAN Mojoangung, didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa dari 133 responden sebanyak 44% memiliki pengetahuan cukup. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Sri Mulyani (2012) yang meneliti tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dysmenorrhea* di SMPN 1 Kedawung Sragen terhadap 30 responden didapatkan hasil 5 siswi (16,67%) berpengetahuan baik, 21 siswi (70%) cukup dan berpengetahuan buruk 4 siswi (13,33%).

SMPN 29 Kota Bandung terpilih sebagai lokasi penelitian, karena sekolah ini merupakan salah satu sekolah dengan jumlah siswi terbilang banyak. Dari total 67.288 jumlah siswi SMP di Kota Bandung (LPPM UPI, 2011), sebanyak 647 siswi bersekolah di SMPN 29 Bandung, akan tetapi pada penelitian ini peneliti mengambil siswi kelas VII dan VIII sejumlah 423 siswi sebagai partisipan penelitian, Karena rata – rata mereka sudah berusia 13 - 15 tahun dimana usia tersebut merupakan usia yang memasuki

tahap Remaja Madya (*Middle Adolescence*) dan merupakan usia dimana rata – rata remaja putri sudah mengalami menstruasi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 9 Maret 2016, dengan teknik wawancara kepada 15 orang remaja putri di SMPN 29 Kota Bandung yang telah mengalami menstruasi mengenai Pengetahuan mereka tentang *dysmenorrhea* didapatkan hasil, 10 orang mengatakan selalu mengalami nyeri saat menstruasi dengan intensitas nyeri dari ringan hingga sedang, tetapi masih belum tahu penyebab timbulnya nyeri saat haid dan belum tahu penanganan yang tepat saat sakit haid, tiga orang tidak pernah merasakan sakit saat haid, dua orang jarang mengalami nyeri haid dan hanya cukup dengan beristirahat saat nyeri timbul.

Ini menunjukkan bahwa pengetahuan mereka tentang *dysmenorrhea* masih belum optimal, oleh karena itu diperlukan komunikasi dan informasi bagi masyarakat khususnya remaja putri tentang *dysmenorrhea*

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Gambaran Pengetahuan Remaja Madya (13 – 15 Tahun) Tentang *Dysmenorrhea* di SMPN 29 Kota Bandung”.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif . Rancangan penelitian menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 Mei 2016 dengan jumlah responden 206 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dibuat dalam bentuk butir soal sebanyak 23 item.

## **HASIL**

### **Karakteristik Responden**

Pada penelitian ini data demografi responden hanya mencakup usia saja. Secara rinci dapat dilihat sebagai berikut :

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Data Demografi Responden

Kategori	F	(%)
13 Tahun	120	58,3
14 Tahun	84	40,8
15 Tahun	2	0,97
<b>Total</b>	<b>206</b>	<b>100</b>

**Gambaran Pengetahuan Remaja Madya (13 – 15 tahun) tentang *Dysmenorrhea* di SMPN 29 Kota Bandung**

Hasil yang didapat setelah setelah melakukan pengisian butir soal mengenai pengetahuan remaja madya (13-15 tahun) tentang *dysmenorrhea* di SMPN 29 Kota Bandung adalah sebagai berikut :

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Madya (13–15 tahun) Tentang *Dysmenorrhea* di SMPN 29 Kota Bandung

Kategori	F	(%)
Baik	115	55,8
Cukup	22	10,7
Kurang	69	33,5
<b>Total</b>	<b>206</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa siswa kelas VII dan VIII SMPN 29 Kota Bandung berada pada kategori berpengetahuan baik sebanyak 115 orang (55,8%), berpengetahuan cukup sebanyak 22 orang (10,7%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 69 orang (33,5%). Adapun rincian gambaran pengetahuan berdasarkan distribusi frekuensi indikator pengetahuan remaja tentang *dysmenorrhea* disajikan dalam tabel 3 berikut :

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indikator

Kategori	F	(%)
<b>1. Pengertian</b>		
Baik	50	103
Cukup	61	31,1
Kurang	39	18,9
<b>2. Jenis</b>	<b>F</b>	<b>(%)</b>
Baik	123	59,7
Cukup	32	15,5
Kurang	51	24,8
<b>3. Penyebab</b>	<b>F</b>	<b>(%)</b>

Baik	<b>30</b>	<b>14,6</b>
Cukup	<b>60</b>	<b>29,1</b>
Kurang	<b>116</b>	<b>56,3</b>
<b>4. Faktor Resiko</b>	<b>F</b>	<b>(%)</b>
Baik	143	69,4
Cukup	32	15,5
Kurang	31	15
<b>5. Derajat Nyeri</b>	<b>F</b>	<b>(%)</b>
Baik	104	50,5
Cukup	40	19,4
Kurang	62	30,1
<b>6. Tata Laksana</b>	<b>F</b>	<b>(%)</b>
Baik	134	65
Cukup	31	15
Kurang	41	19,9

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa pengetahuan siswi tentang pengertian dismenorea menunjukkan pengetahuan baik, yaitu sebanyak 103 orang (50%), berpengetahuan cukup sebanyak 64 orang (31,1%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 39 orang (18,9%). Pada kategori pengetahuan tentang jenis dismenorea, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 123 orang (59,7%), berpengetahuan cukup 32 orang (15,5%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 51 orang (24,8%).

Berbeda dengan kategori sebelumnya, pada kategori penyebab dismenorea siswi berpengetahuan baik cenderung sedikit yaitu hanya 30 orang (14,6%), berpengetahuan cukup sebanyak 60 orang (29,1%) dan berpengetahuan kurang memiliki prosentase tertinggi yaitu 116 orang (56,3%). Pada kategori pengetahuan tentang faktor resiko dismenorea, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 143 orang (69,4%), berpengetahuan cukup 32 orang (15,5%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 31 orang (15%).

Pada kategori pengetahuan tentang derajat nyeri haid, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 104 orang (50,5%), berpengetahuan cukup 40 orang (19,4%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 62 orang (30,1%). Pada kategori pengetahuan tentang tata laksana dismenorea, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 134 orang (65%),

berpengetahuan cukup 31 orang (15%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 41 orang (19,9%).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa pengetahuan siswi tentang pengertian dismenorea menunjukkan pengetahuan baik, yaitu sebanyak 103 orang (50%), berpengetahuan cukup sebanyak 64 orang (31,1%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 39 orang (18,9%). Pada kategori pengetahuan tentang jenis dismenorea, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 123 orang (59,7%), berpengetahuan cukup 32 orang (15,5%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 51 orang (24,8%).

Berbeda dengan kategori sebelumnya, pada kategori penyebab dismenorea siswi berpengetahuan baik cenderung sedikit yaitu hanya 30 orang (14,6%), berpengetahuan cukup sebanyak 60 orang (29,1%) dan berpengetahuan kurang memiliki prosentase tertinggi yaitu 116 orang (56,3%). Pada kategori pengetahuan tentang faktor resiko dismenorea, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 143 orang (69,4%), berpengetahuan cukup 32 orang (15,5%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 31 orang (15%).

Pada kategori pengetahuan tentang derajat nyeri haid, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 104 orang (50,5%), berpengetahuan cukup 40 orang (19,4%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 62 orang (30,1%). Pada kategori pengetahuan tentang tata laksana dismenorea, dapat dilihat bahwa siswi berpengetahuan baik sebanyak 134 orang (65%), berpengetahuan cukup 31 orang (15%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 41 orang (19,9%).

Pada tabel 1 didapatkan hasil karakteristik usia responden berada pada rentang 13 – 15 tahun dimana rentang usia ini di klasifikasikan sebagai usia remaja madya. Pada rentang usia ini remaja putri sudah

mengalami *menarche*. *Menarche* adalah haid pertama yang terjadi akibat proses sistem hormonal yang kompleks. *Menarche* terjadi pada usia 10 - 11 tahun (Manuaba, 2007 dalam Khamzah, 2015), dan *dysmenorrhea* Primer atau nyeri haid biasanya terjadi 1 – 2 tahun setelah *Menarche* (Progestian, 2010).

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori berpengetahuan baik yaitu sebanyak 115 orang dengan prosentase 55,8%, sebagian kecil berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 22 orang dengan prosentase 10,7% dan hampir setengahnya berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 69 orang (33,5%). Berdasarkan tabel 3, didapatkan hasil pada indikator pengertian setengahnya dikategorikan berpengetahuan baik yaitu sebanyak 103 siswi dengan persentase 50% dan hampir setengahnya berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 64 siswi dengan prosentase 31,1 %. Pada indikator jenis sebagian besar termasuk dalam kategori berpengetahuan baik yaitu sebanyak 123 siswi dengan persentase 59,7%, akan tetapi hampir setengahnya berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 51 siswi dengan prosentase 24,8%. Pada indikator Faktor resiko sebagian besar dikategorikan berpengetahuan baik yaitu sebanyak 143 siswi dengan persentase 69,4 dan sebagian kecil berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 32 siswi dengan prosentase 15,5%. Pada indikator derajat nyeri juga sebagian besar berada pada kategori berpengetahuan baik yaitu sebanyak 104 siswi dengan persentase 50,5%, tetapi berpengetahuan kurang tak kalah banyak dengan hasil hampir setengahnya berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 62 siswi dengan prosentase 30,1 % . Pada indikator tata laksana dismenorea pun sebagian besar dikategorikan berpengetahuan baik yaitu sebanyak 134 siswi dengan persentase 65%.

Baiknya hasil pada setiap indikator bisa saja dikarenakan siswa dan siswi dipermudah dengan adanya media informasi berteknologi

tinggi, sehingga jika keluhan nyeri haid timbul bisa mencari cara penanganannya di internet. Hal ini sejalan dengan Erfandi (2009), semakin majunya teknologi akan tersedia bermacam –macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Berbagai bentuk media komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain – lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu Ulayah (2012) dengan judul “ Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VIII Tentang Penanganan Dismenorea di MTS Pondok Pesantren Al –Amien Preduan Sumenep Madura” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa yang diperoleh sebagian besar (58,1%) remaja putri berpengetahuan baik dan (41,9%) berpengetahuan cukup. Hasil ini terjadi karena media informasi di tempat tersebut memadai dan ditempat tersebut setiap seminggu sekali selalu diadakan acara pendidikan kesehatan dalam jadwal keputrian yang salah satunya membahas tentang kesehatan reproduksi.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Inda Irmawati (2012) dengan judul “ Gambaran Tingkat Pengetahuan remaja Putri Tentang Penanganan dismenorea di Wonosari Wetan RT 1 RW 7 Kelurahan Wonokusumo Surabaya” dengan hasil penelitian yang diperoleh sebagian besar responden berpengetahuan kurang (73,3%) dan (26,67%) berpengetahuan cukup. Perbedaan hasil dari kedua penelitian tersebut dipengaruhi oleh lokasi penelitian, dimana pada penelitian pada lokasi ini media informasi kurang terakses dan media belajar kurang memadai dan jumlah sampel yang diteliti hanya 1 RT.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa gambaran pengetahuan remaja madya (13 – 15 tahun) tentang

*Dysmenorrhea* di SMPN 29 Kota Bandung didapatkan hasil sebagian besar pengetahuan siswi berada pada kategori berpengetahuan baik dengan hasil sebanyak 115 siswi dengan persentase 55,8%. Namun, masih ditemukan sebagian kecil siswi dalam kategori berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 22 siswi dengan persentase 10,7% dan hampir setengahnya berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 69 siswi dengan persentase 33,5%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, Hasan. (2011). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astarto. (2011). *Kupas Tuntas Kelainan Haid*. Bandung : Departemen Obstetri dan Ginekologi UNPAD..
- Cakir, Murat. (2007). Menstrual Pattern and Common Menstrual Disorder among University Student in Turkey. *Pediatrics Internasional*, 49, 938 -942.
- Erfandi. (2009). *Pengetahuan dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. [Internet] <http://forbetterhealth.wordpress>.
- Hudson, Tori. (2007). Using Nutrition to Relieve Primary Dysmenorrhea. *Alternative & Complementary Therapies*. *Marry Ann Liebert, Inc*, 125 – 128.
- Irmawati, I. (2012). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Dismenorea di Wonosari Kelurahan Wonokusumo Surabaya*. STIKES YARSIS Surabaya.
- Kusmiran, Eny. (2011). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Masunah, Juju . (2011). *Profil Pendidikan Kesehatan dan Sosial Remaja Kota Bandung*. Lppm.upi.edu di akses tgl 06 maret 2016.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Progestian, P. (2010). *Cara Menentukan Masa Subur*. Jakarta : Swarna Bumi.
- Proverawati, M. (2009). *Menarche, Menstruasi Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Releghea, A.Y. (2012). *Hubungan Antara Pengetahuan tentang Dismenore dengan Perilaku Penanganan Dalam Mengatasinya Pada Remaja Putri di RSBI SMAN Mojoagung*. Diakses tanggal 10 maret 2016.
- Ulayah. (2012). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VIII Tentang Penanganan Dismenorea di MTS Pondok Pesantren Al – Amien Prenduep Sumenep Madura*. STIKES YARSIS Surabaya.
- Yu Ting Chang & Yueh Chih Chen. (2009). Study of Menstrual Attitudes and Distress Among Postmenarcheal Female Students in Hualien Country. *Journal of Nursing Research*, 17(1), 20 – 28.
- Zukri, Shamsunawie Mohd, *et al.*, (2009). *Primary Dysmenorrhea among medical and Dental University Students in Kelantan: Prevalence and Associated Factors*. *International Medical Journal*, 16 (2), 93-99.