

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, Hendriati. (2009). *Psikologi Perkembangan*. (Edisi Kedua). Bandung : Refika Adiatma
- Alam, S., & Hadibroto I. (2007). *Endometriosis*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Ali M., Mohammad AHG., Ali MHG., Jamshid Y., and Maryam DA.(2013) *Implementing Benson's Relaxation Training in Hemodialysis Patients: Changes in Perceived Stress, Anxiety and Depression*. *Nam J Med Sci*, 5(9):536-540. From: <http://www.ncbi.nlm.gov/pmc/articles/PMC3818826/>. Diunduh pada tanggal 23 November 2013
- Anonym. (2009). *Tentang Disminore Sekunder*. <http://debrgthaayu.yea.co.id/beanvts/4565/2/m510030402.pdf>, diunduh pada tanggal 9 November 2013
- Arifin S. (2007). *Pengaruh Disminore Terhadap Aktivitas Pada Siswa SMK Batik 1 Surakarta*. From: <http://etd.eprints.ums.ac.id/2737/1/J4101040002.pdf>. diunduh pada tanggal 5 September 2013
- Arikunto S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Asmadi. (2008). *Teknik Prosedur Keperawatan : Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika
- Banbang S. (2003). *Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Sindroma Prahaid*. (tesis) Fakultas Kedokteran UNDIP. From: <http://www.scribd.com/doc/570031766/IMT.pdf>. Diunduh pada tanggal 4 April 2014.
- Baziad A. (2005). *Sindrom Pra Menstruasi*. From: <http://situs.kasrepo.info/kia/jan.html>. diunduh pada tanggal 1 april 2014
- Benson H & Proctor W. (2000). *Keimanan yang Menyembuhkan Dasar-dasar Respon Relaksasi*. From: bdksurabaya.kemenag.go.id/file/dokumen/KTIPDarmaniz.pdf. diunduh pada tanggal 15 November 2013

- Benson H. *The Relaxation Response*. New York: Morrow, 1975. From: alifbraja.wordpress.com/tag/dr-herbert-benson/ diunduh pada tanggal 14 Oktober 2013
- Benson H. (2004). *Benson Relaxation*. From: <http://www.uua.org/ga/gaO3/2031:htm>. Diunduh pada tanggal 29 Oktober 2013
- Bobak, Lowdermilk & Jensen. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, (Edisi 4). Jakarta : EGC
- Conolly, M. (2001). Premenstrual syndrome : an update of definitions, diagnosis and management. *Jurnal of Advances in Psychiatric Treatment*, 7, 469-477
- Datak G. (2008). *Efektifitas Relaksasi Benson untuk Penurunan Nyeri Pada Pasien Pasca Bedah Tur Prostat di RSUD Fatmawati Jakarta*. From: <http://eprints.lib.ui.ac.id/4461/6/127176-TEISIS0443GadNo8e-Efektifitas-relaksasi-HA.pdf>. diunduh pada tanggal 25 Oktober 2013
- Deceng. (2008). *Teori Belajar Kognitif*. From: <http://deceng.wordpress.com/2008/06/09/teori-belajar-kognitif/>. Di unduh pada tanggal 6 April 2014.
- Dickerson L.M., Pharm D., Mazyck P.J., Hunter M.H. (2003). *Premenstrual Syndrome*. American : Family Physician
- Dorland, W.A.N. (2007). *Kamus Kedokteran Dorland (29thed)*. Jakarta : EGC
- Durand, V.M., & Barlow, D.H. (2006). *Psikologi abnormal*. Yogyakarta : Penerbit Pustaka Pelajar
- Guyton, Arthur C. (2005). *Fisiologi Manusia dan Mekanisme Penyakit*. (Edisi:3). Jakarta : EGC
- Hartono T. (2009). *Bebas Masalah Kewanitaan*. Yogyakarta : Kanisius
- Hartono. (2007). *Analisa Data Statistika dan Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Hendrik. (2006). *Problema Haid*. (Edisi:1). Solo : Tiga Serangkai
- Hidayat, A.A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Judha, Sudarti, Fauziah. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. (Edisi:1). Yogyakarta : Nuha Medika

- Kasdu. (2005). *Solusi Problem Wanita Dewasa*. Jakarta : Puspa Swara
- Kozier, B. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Klinis*. (Edisi:5). Jakarta: EGC
- Kusmira & Eny. (2013). *Kesehatan Reproduksi Remaja & Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Kurniawati. (2008). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson terhadap Pemenuhan Kebutuhan Tidur Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Griya Asih Lawang*. From: <http://digilib.umm.ac.id/filles/disk1/203/jiptumpp-gdl-s1-2008.nataliarat-14628-PENDAHUL-N.pdf>. di unduh pada tanggal 13 November 2013
- Lestari, R. (2011). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di RSUD Muhammadiyah Bantul Yogyakarta*. FKIK (Ilmu Keperawatan),7 (7).
- Lusa, (2010). *Disminore (Disminorrhea) Part 2*. From: <http://www.lusa.web.id/disminore-disminorrhea-part-2/pdf>. diunduh pada tanggal 24 Agustus 2013
- Marheni, A. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. (Edisi:1). Jakarta : CV Sagung Seto
- Martha, D.(1995). *Panduan Relaksasi dan Reduksi Stress*. Jakarta : EGC
- Mansyur. (2009). *Psikologi Ibu dan Anak Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika
- Mau, dkk. (2012). From: <http://stikesmaranathakupang.ac.id/media/file/7537449523PENGARUH-RELAKSASI-BENSON.pdf>. diunduh pada tanggal 29 Oktober 2012
- Melissa. (2004). *The Relaxation Response*. From: <http://stress.about.com/cs/relaxation.htm>. diunduh pada tanggal 10 Oktober 2013
- Neil Niven. (2002). *Psikologi Kesehatan Keperawatan : Pengantar untuk Murray, R.K., Hartono, A., Bani, A.P., & Sikumbang, T.M.N. (2003). Biokimia harper (25th ed)*. Jakarta : EGC
- Perawat dan Profesional*. Jakarta : EGC
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. (Edisi:2). Jakarta : Rineka Cipta

- Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Femur diRumahsakit* Novarizki, Arina Maliya. (2009). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam KARIMA UTANIA SURAKARTA*. From: http://www.publikasilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/123456789/3607/NOVARIZKI-ARINAMALIYA_FIX.pdf?sequence=1
- Nursalam. (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Potter & Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. (Edisi:4). Jakarta : EGC
- Potter & Perry. (2005). *Buku Saku Keterampilan & Prosedur*. Jakarta : EGC
- Proverawati & Misaroh. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Jogjakarta : Nuha Medika
- Proverawati. (2010). *Menopause dan Sindrom Premenopause*. (Edisi:8). Yogyakarta : Nuha Medika
- Price, S.A.Q & Wilson. L.M. (2005). *Patofisiologi*. (Edisi:6). Jakarta : EGC
- Rahmawati. (2008). *Relaksasi Untuk Mengurangi Premenstrual Syndrome (Sindrom Pramenstruasi)*. Other thesis, University of Muhammadiyah Malang. From: <http://www.eprints.umm.ac.id/7511/pdf>
- Ramdhani. (2009). *Pengembangan Multimedia "Relaksasi"*. From: <http://neila.staff.ugm.ac.id/wordpress/wp-content/uploads/2009/08/relaksasi-otot.pdf>. diunduh pada tanggal 12 November 2013
- Rosenfeld R., Livne D., Nevo O., Dayan L., Millour V., Shahar L., & Jacob G. (2008). *Hormonal and volume dysregulation in women with premenstrual syndrome*. American : AHA
- Sarasvati, T. (2010). *Gangguan Khas pada Kesehatan Wanita*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Saryono, & Sejati. (2009). *Sindrom Premenstruasi*. (Edisi:1). Yogyakarta : EGC
- Setyowati, H. (2004). *Buku Kecil Terapi Alternatif*. Yogyakarta : Yayasan Spiritia
- Shreeve, C. (1983). *Sindrom Pramenstruasi*, ARCAN, Jakarta.
- Simanjuntak. (2007). *Tinjauan Pustaka Siklus Menstruasi*. From: <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21594/4/Chapter%2011.pdf>. Diunduh pada tanggal 25 September 2013

- Smeltzer, S & Bare BG. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (Edisi:8). Jakarta : EGC
- Smeltzeer, CS & Brenda, GB . (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. (Edisi:8) (Volume:2). Jakarta : EGC
- Stolberg M., Greene, R., & Dalton, K. (2003). *Tackling Premenstrual Syndrome*. *MeRec Buletin*, hlm 9-12
- Sugiyono. (2011). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Suparman. (2011). *Premenstrual Syndrome*. (Edisi:1). Jakarta : EGC
- Tamsuri, A. (2007). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta : EGC
- Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta 1. (2010). *Kesehatan Remaja, Problem dan Solusinya*. Jakarta : Salemba Medika
- Waluyo. (2003). *Psikologi Kesehatan Pengantar untuk Perawat & Profesional Kesehatan lain*. (Edisi:2). Jakarta : EGC
- Wiknjosastro. (2009). *Ilmu Kandungan*. (Edisi:2). Jakarta : PBSP.
- Wyatt KP Dimmock, P. Jones, M. Obhrain and S. O. Brien. (2001) *Efficacy of Progesteron and Progesteron in Management of Premenstrual Syndrome*: Systemic review. *British Medical Journal*. Vol: 323: 776-780.
- Samadi Z., Taghian F., and Valiani M.(2013) *The effect of 8 weeks of regular aerobic exercise on the symptoms of premenstrual syndrome in non-athlete girls*. *Iran J Nurse Midwifery*.Jan-Feb;18(1):14-19. From <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3748549/>. Diunduh pada tanggal 17 November 2013