

DAFTAR PUSTAKA

- Alex SM, Hadi SS dan Sutardji. 2012. Pengaruh Latihan Senam Aerobik Low Impact dan High Impact terhadap Kesegaran Jasmani. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Vol 1 No 1. 2012. Hal 44
- Andreanto, Anas. 2013. Aplikasi Teori Perilaku Terencana Niat Melakukan Physical Exercise (Latihan Fisik) pada Remaja di Surabaya. *Calyptra Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. Vol 2 No . 2013. Hal 5
- Anwar M, Baziad A dan Prabowo P. 2011. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Baziad, Ali. 2008. *Endokrinologi Ginekologi* (Edisi 3). Jakarta: Media Aesculapius
- Brick, Lynne. 2001. *Bugar dengan Senam Aerobik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- CK Giam & KC Teh. 1993. *Ilmu Kedokteran Olahraga*. Jakarta: Binarupa Aksara
- Giriwijoyo S dan Sidik DZ, 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya
- Gold farb HA and Jamurtas ZA. 1997. *B-endorphin respons to exercise*. <http://link.springer.com/article/10.2165/00007256-199724010-00002>. (Diakses pada tanggal 20 Januari 2014).
- Jubaedi A., dkk, 2008. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Kusmiran, Eny. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika. Hal 19-20
- Laili, Nurul. 2012. *Perbedaan Tingkat Nyeri Haid (Dismenore) Sebelum dan Sesudah Senam Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 2 Jember*. Skripsi. Jember: Universitas Jember
- Nugroho, Taufan. 2012. *Obsgyn Obstetri dan Ginekologi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Nuha Medika
- Pollock, M.L. & Wilmore, J.H. 1990 *Exercise in Health and Disease : Evaluation and Prescription for Prevention and Rehabilitation*. 2nd. Ed. Saunders, Philadelphia

- Potter & Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (Edisi 4). Jakarta: EGC
- Sianipar, Olaf. 2009. Pravelensi Gangguan Menstruasi dan Faktor-faktor yang Berhubungan pada Siswi SMU di Kecamatan Pulo Gadung Jaktim. *Maj Kedokt Indon*. Vol 59 No7. Juli 2009. Hal 312
- Sharkey, Brian J. 2003. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada
- Sudibyo P, Prakosa dan Soebijanto. 2001. *Pengaruh Senam Aerobic Intensitas Tinggi dan Intensitas Tinggi terhadap Presentase Lemak Badan dan Lean Body Weight*. Sains Kesehatan
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung. ALFABETA
- Suparto, Achmad. 2011. Efektifitas Senam Dismenore dalam Mengurangi Dismenore pada Remaja Putri. *Phederal*. Vol 4 No.1. Mei 2011. Hal. 7
- Syatria, Arsdiani. 2006. *Pengaruh Olahraga Terprogram terhadap Tekanan Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang Mengikuti Ekstrakurikuler Basket*. Karya Tulis Ilmiah. Semarang: Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro
- Tarwoto, Aryani R, Nuraeni A, Miradwiyana B, Tauchid NS, Aminah S, Sumiati, Dinarti, Nuraeni H, Saprudin EA, Chairani R. 2010. *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika
- Warden V, Hurley AC, dan Volicer L. 2003. Development And Psychometric Evaluation Of The Pain Assessment in Advanced Dementia (PAINAD) Scale. *Journal Of The American Medical Directors Association*. 2003;4:9-15
- Widianti AT dan Proverawati A. 2010. *Senam Kesehatan*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Yahya, Nadjibah. 2011. *Kesehatan Reproduksi Pranikah*. Solo. PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri