



**PENYEBAB DAN PENANGGULANGAN NYERI MENSTRUASI PADA MAHASISWI BARU
DI KEGIATAN PKKMB FAKULTAS HUKUM UNIVERSITAS SULTAN AGENG
TIRTAYASA TAHUN 2025**

Hesti Ratna Sari¹, Jajang Ganjar Waluya², Epi Rustiawati³, Ike Puspasari Ayu⁴
^{1,2,3,4}Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Article Info	ABSTRAK
<p>Article History: <i>Received : Jan 09, 2026</i> <i>Revised : Jan 23, 2026</i> <i>Accepted : Feb 06, 2026</i></p>	<p>Nyeri menstruasi merupakan salah satu keluhan yang paling sering dialami oleh remaja putri selama masa menstruasi. Hal ini berdampak secara signifikan terhadap kualitas hidup, tingkat produktivitas, kehadiran, serta hubungan sosial seseorang. Kondisi ini juga dapat menimbulkan kerugian ekonomi yang cukup besar akibat biaya pengobatan dan perawatan medis. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) telah dilakukan di Fakultas Hukum Universitas Sultan Ageng Tirtayasa berupa pelayanan Kesehatan pada Mahasiswa Baru atau dikenal dengan PKKMB khususnya mahasiswi. Pada kegiatan ini ditemukan banyaknya mahasiswa yang mengalami nyeri menstruasi mulai dari sedang sampai berat. Akibat nyeri menstruasi yang dialami remaja putri ini sering kali menimbulkan berbagai keluhan seperti rasa lelah, nyeri pada bagian bawah punggung, perasaan cemas dan tegang, sakit kepala, kebingungan, mual hingga muntah, diare, kram, serta nyeri perut yang dapat menghambat aktivitas sehari-hari. Metode pelayanan yang digunakan pada kegiatan PkM ini meliputi tahapan persiapan, pelaksanaan pelayanan kesehatan, edukasi dan konsultasi kesehatan. Tahapan selanjutnya adalah monitoring, pelaporan hasil dari layanan kesehatan. Hasil dari kegiatan ini, yaitu ditemukannya penyebab nyeri yang paling banyak dialami oleh remaja putri yaitu karena kurangnya aktivitas. Penanggulangan dari nyeri yang dialami ini berupa pemberian terapi nofarmakologi dengan kompres hangat, memberikan makanan dan olah raga.</p>
<p>Keywords: <i>Causes of Pain</i> <i>Pain Management</i></p>	<p>ABSTRACT <i>Menstrual pain is one of the most common complaints experienced by adolescent girls during menstruation. This condition has a significant impact on quality of life, productivity levels, attendance, and social interactions, and may also result in considerable economic losses due to medical treatment and healthcare costs.</i> <i>A community service activity was conducted at the Faculty of Law, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, in the form of health services for first-year students during the Student Orientation Program (PKKMB), with a particular focus on female students. The activity revealed that a considerable number of students experienced moderate to severe menstrual pain. Menstrual pain among adolescent girls is often accompanied by various symptoms, including fatigue, lower back pain, anxiety and tension, headaches, confusion, nausea and vomiting, diarrhea, cramps, and abdominal pain, which can interfere with daily activities.</i></p>

The service methods applied in this community service activity included preparation, implementation of health services, health education and consultation, followed by monitoring and reporting of health service outcomes. The results indicated that the most common contributing factor to menstrual pain among adolescent girls was a lack of physical activity. Management of menstrual pain in this activity emphasized non-pharmacological interventions, including warm compress therapy, dietary recommendations, and physical exercise.

**Corresponding Author: hesti_321@untirta.ac.id*

PENDAHULUAN

Nyeri Menstruasi merupakan salah satu keluhan yang paling besar dialami oleh remaja putri selama masa menstruasi. Kondisi ini ditandai dengan munculnya rasa nyeri atau ketidaknyamanan di bagian perut bawah yang dapat terjadi sebelum, saat, maupun setelah periode menstruasi. Meskipun demikian, tidak semua perempuan mengalami nyeri menstruasi, karena kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berbeda pada setiap individu. Sehingga tingkat keparahan nyeri yang dirasakan pun dapat berbeda setiap individu. Nyeri menstruasi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja, kondisi ini kerap menyebabkan ketidaknyamanan atau nyeri yang dapat mengganggu aktivitas harian, termasuk kegiatan belajar di sekolah. Sebagian perempuan mengalami nyeri sebelum maupun selama masa menstruasi, yang biasanya disertai dengan berbagai gejala tambahan seperti sakit kepala, pusing, diare, perut kembung, mual, muntah, nyeri punggung, hingga rasa tidak nyaman pada bagian kaki. Nyeri menstruasi diklasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu nyeri menstruasi primer yang tidak berhubungan dengan kelainan patologis pada organ panggul atau gangguan hormonal. Kedua adalah nyeri menstruasi sekunder yang muncul akibat adanya kondisi medis tertentu, seperti endometriosis, kista ovarium, infeksi radang panggul, mioma uteri, atau penggunaan alat kontrasepsi intrauterine (Chadaryanti et al. 2025).

Hal ini senada dengan Saerang et al. 2026 yang menyatakan bahwa nyeri menstruasi memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup, tingkat produktivitas, kehadiran, serta hubungan sosial seseorang. Kondisi ini juga dapat menimbulkan kerugian ekonomi yang cukup besar akibat biaya pengobatan dan perawatan medis. Bagi remaja putri, nyeri menstruasi sering kali menimbulkan berbagai keluhan seperti rasa lelah, nyeri pada bagian bawah punggung, perasaan cemas dan tegang, sakit kepala, kebingungan, mual hingga muntah, diare, kram, serta nyeri perut yang dapat menghambat aktivitas sehari-hari. Selain itu, nyeri menstruasi pada remaja putri dapat mengganggu proses belajar, menurunkan konsentrasi, serta menyebabkan kecenderungan untuk tertidur di kelas saat kegiatan pembelajaran berlangsung, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan prestasi baik dibidang akademik maupun nonakademik (Saerang et al. 2026).

Berdasarkan data yang dilaporkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Banten tahun 2021, yang disusun bersama Badan Pusat Statistik, prevalensi nyeri menstruasi di Provinsi Banten mencapai 60,19% dari total 10.000 remaja yang menjadi responden survei. Kasus nyeri menstruasi paling banyak ditemukan pada kelompok usia 14 hingga 24 tahun. Dari jumlah tersebut, nyeri menstruasi primer menyumbang 52,61% kasus, sementara nyeri menstruasi sekunder tercatat sebesar 7,58%. Jika dilihat dari tingkat keparahan gejala, sebanyak 47% responden mengalami nyeri ringan, 38% tergolong dalam kategori sedang, dan 15% menderita nyeri berat (Hastuti 2021). Adapun fenomena nyeri menstruasi di Pulo Ampel Kabupaten Serang menunjukkan bahwa nyeri menstruasi masih menjadi keluhan dominan remaja putri dan berdampak pada aktivitas mereka. Data Puskesmas mencatat 321 kasus nyeri menstruasi pada tahun 2021, kondisi ini menurun pada tahun 2022 menjadi 278 kasus. Pada Januari–September 2023 mengalami peningkatan lagi sebanyak 370 kasus. Menstruasi tetap menjadi masalah yang berulang. Sebagian besar remaja mengalami nyeri kategori berat yang sesuai dengan karakteristik nyeri menstruasi primer, karena tidak disertai riwayat penyakit lain. Kondisi ini sejalan dengan tingginya prevalensi nyeri menstruasi di Banten, khususnya Kota Serang. Hal ini menunjukkan perlunya penanganan dan edukasi yang tepat agar remaja mampu mengatasi keluhan nyeri Menstruasi secara efektif (Rahayu 2019).

Pengenalan Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Baru (PKKMB), adalah sebuah program wajib di perguruan tinggi untuk membantu mahasiswa baru beradaptasi, mengenal lingkungan kampus, sistem akademik, budaya perkuliahan, serta mempersiapkan diri menjadi mahasiswa yang dewasa dan mandiri, menggantikan orientasi mahasiswa lama yang sering identik dengan perpeloncoan. Dalam PKKMB ada dua tim yang terdiri dari tim inti dan tim penunjang yang salah satunya tim medis. Tim medis ini terdiri dari seorang dokter dan perawat yang di bantu beberapa mahasiswa yang berjaga, pada saat berjaga posko kesehatan di fakultas hukum banyak sekali mahasiswa baru yang jatuh sakit. Dari hasil pengamatan di lokus, kebanyakan mahasiswi remaja putri mengeluh nyeri menstruasi sebanyak 90% dari mahasiswa yang datang ke posko kesehatan,

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan PkM ini yaitu memberikan pelayanan kepada mahasiswa yang datang untuk berobat atau istirahat di posko kesehatan yang berada di salah satu ruangan yang di sediakan. Tahapan pelaksanaan pengabdian ini meliputi beberapa langkah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan pihak penyelenggara kegiatan untuk penentuan lokasi posko kesehatan, jadwal pelayanan, serta kebutuhan sarana dan prasarana. Selain itu, dilakukan penyiapan peralatan kesehatan, obat-obatan, serta pembagian tugas kepada tim pelaksana pengabdian.

2. Tahap Pelaksanaan Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan diberikan kepada mahasiswa yang datang ke posko kesehatan untuk berobat atau beristirahat. Kegiatan yang dilakukan meliputi pemeriksaan kondisi kesehatan ringan, penanganan keluhan umum, pemberian obat sesuai indikasi, serta penyediaan tempat istirahat bagi mahasiswa yang membutuhkan.

3. Tahap Edukasi dan Konsultasi Kesehatan

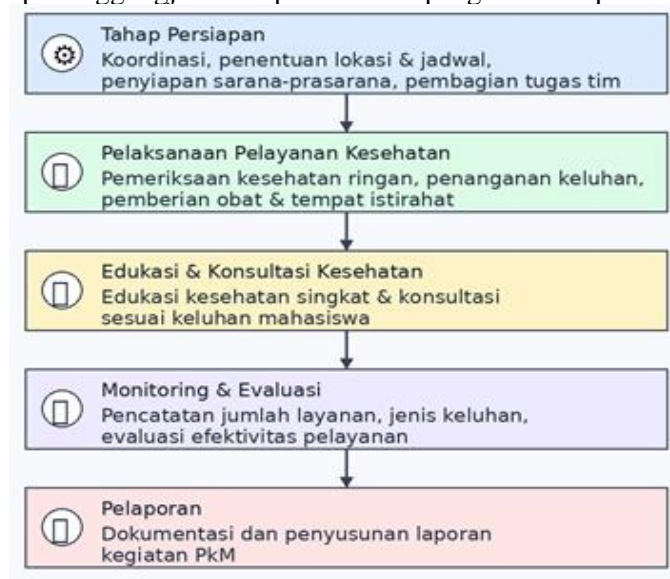
Selain pelayanan langsung, mahasiswa juga diberikan edukasi singkat terkait kesehatan, seperti pentingnya menjaga kebugaran, pola istirahat yang cukup, dan pencegahan gangguan kesehatan selama mengikuti kegiatan. Konsultasi kesehatan diberikan sesuai dengan keluhan yang disampaikan.

4. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Tahap ini dilakukan dengan mencatat jumlah mahasiswa yang dilayani, jenis keluhan kesehatan yang paling sering muncul, serta efektivitas pelayanan yang diberikan. Hasil monitoring dan evaluasi digunakan sebagai bahan perbaikan untuk kegiatan pengabdian selanjutnya.

5. Tahap Pelaporan

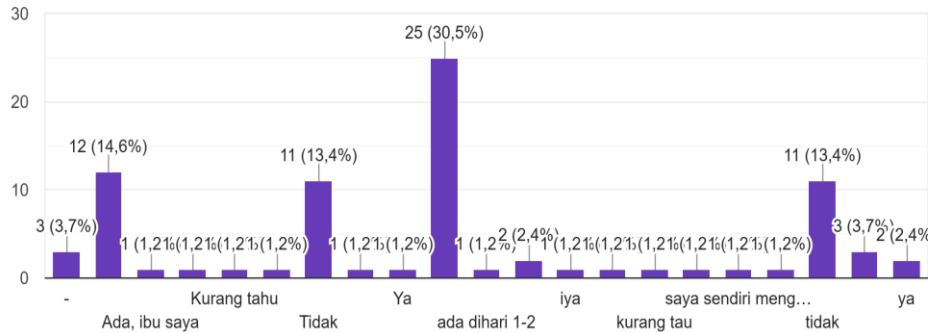
Seluruh rangkaian kegiatan pengabdian didokumentasikan dan disusun dalam bentuk laporan sebagai pertanggungjawaban pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 1 Tahapan pelaksanaan PkM

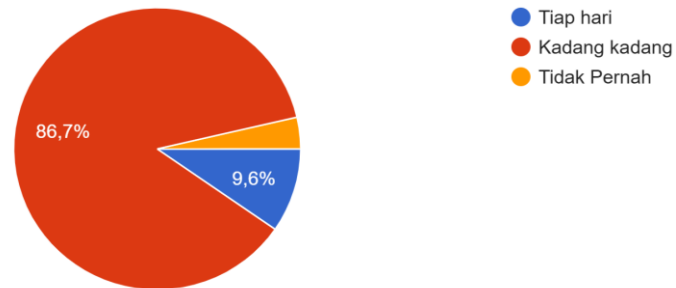
HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat



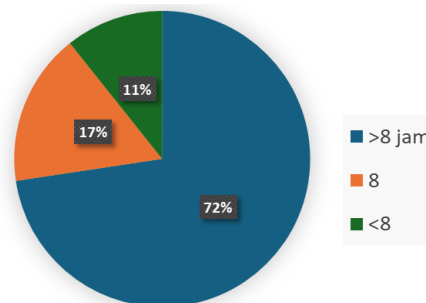
Gambar 2 Penyebab nyeri menstruasi hari ke berapa

Berdasarkan data pada Gambar 2 diatas mayoritas mahasiswa baru merasakan nyeri mentruasi pada hari ke-1 atau hari ke-2 menstruasi sebanyak 25 orang (30%) dari 83 mahasiswa baru yang diperiksa. dan



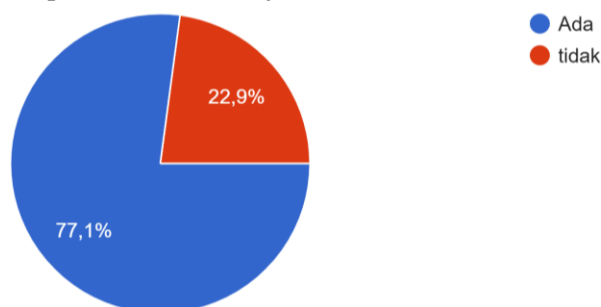
Gambar 3 Penyebab nyeri mentruasi disebabkan makanan gorengan

Berdasarkan data pada Gambar 3 diatas, nyeri mentruasi terindikasi karena mahasiswa baru mengkonsumsi makanan gorengan, yaitu sebanyak 86,7% dengan frekuensi sedang (terkadang makan gorengan).



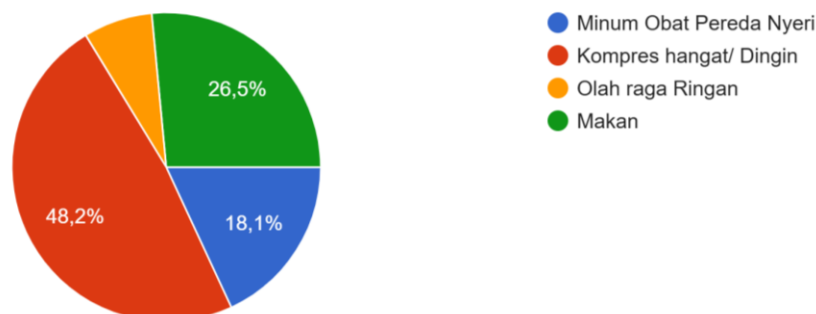
Gambar 4 Mahasiswa baru mengalami nyeri disebabkan frekuensi penggunaan laptop dan hand phone dalam sehari

Berdasarkan data Gambar 4, mayoritas mahasiswa baru remaja putri sebesar 72% melakukan aktifitas penggunaan laptop dan hand phone lebih dari 8 jam.



Gambar 5 Mahasiswa baru mengalami nyeri menstruasi

Berdasarkan data Gambar 5 diatas mayoritas mahasiswa baru mengalami nyeri menstruasi sebanyak 77.1%



Gambar 6 Penanggulangan Nyeri

Berdasarkan data Gambar 6 diatas mayoritas mahasiswa baru mengatasi nyeri menstruasi sebanyak 48.2% dengan cara kompres hangat. Kedua adalah dengan makan untuk menurunkan nyeri sebanyak 26,5%. Dan ketiga adalah minum obat Pereda nyeri sebesar 18,2%.

2. Pembahasan dari Kegiatan

Kegiatan pelayanan kesehatan mengenai nyeri menstruasi dilaksanakan dalam rangka Posko Pengenalan Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Baru (PKKMB). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan memberikan pelayanan mahasiswi baru mengenai penyebab, faktor risiko, serta penanggulangan nyeri menstruasi agar tidak mengganggu aktivitas akademik dan non-akademik selama masa transisi kehidupan kampus

a. Penyebab Nyeri

Dari data yang dikumpulkan, penyebab mahasiswi yang datang ke posko PKKMB mengalami nyeri menstruasi yang berasal dari tubuhnya sendiri yaitu kurangnya aktivitas, Nyeri menstruasi dirasakan rata-rata pada hari ke 1 dan 2, di sebabkan oleh adanya Peningkatan produksi dan pelepasan prostaglandin, terutama PGF2 α . Endometrium selama menstruasi berperan dalam munculnya kontraksi uterus yang tidak teratur dan tidak sinkron, sehingga menimbulkan rasa nyeri. Pada wanita yang memiliki riwayat nyeri menstruasi, tekanan intrauterin selama menstruasi cenderung lebih tinggi dan kadar prostaglandin dalam darah menstruasi dapat mencapai dua kali lipat dibandingkan wanita tanpa keluhan nyeri (Wiyatagati et al. 2025). Kondisi ini menyebabkan kontraksi uterus terjadi lebih sering, namun tidak terkoordinasi dengan baik. Akibatnya, aliran darah ke jaringan uterus menurun,

menimbulkan keadaan iskemia atau hipoksia yang menjadi pemicu rasa nyeri. Selain itu, prostaglandin bersama hormon lain juga dapat meningkatkan sensitivitas saraf sensorik nyeri di uterus terhadap rangsangan dari bradikinin maupun stimulus nyeri lainnya, baik fisik maupun kimiawi.

Selain prostaglandin, kadar vasopresin juga diketahui meningkat selama menstruasi pada penderita dismenore primer. Bila peningkatan ini disertai dengan naiknya kadar oksitosin, maka keduanya dapat menyebabkan kontraksi uterus menjadi tidak teratur, sehingga memicu hipoksia dan iskemia pada jaringan uterus. Pada kasus nyeri menstruasi primer yang tidak disertai peningkatan prostaglandin, aktivitas jalur 5-lipoksigenase justru meningkat. Aktivasi jalur ini mendorong pembentukan leukotrien, yaitu zat vasokonstriktor kuat yang turut menimbulkan kontraksi otot uterus (Kılıç et al. 2008) .

b. Penanggulangan Nyeri

Penanggulangan nyeri menstruasi dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis (Watini 2024). Pendekatan farmakologis meliputi penggunaan obat pereda nyeri seperti analgesik atau antiinflamasi nonsteroid sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Sementara itu, pendekatan nonfarmakologis yang disosialisasikan dalam kegiatan PKKMB mayoritas menggunakan kompres hangat pada area perut bagian bawah untuk membantu meredakan nyeri. Kompres hangat dapat mengatasi nyeri haid karena kompres hangat berfungsi untuk memperlancar sirkulasi darah (Amalia et al. 2020). Melalui pemberian panas, pembuluh-pembuluh darah akan melebar, sehingga akan memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Melalui cara ini penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri yang disebabkan suplai darah ke endometrium berkurang (Rahayu et al. 2019). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayuk Indriastuti, et al, 2024, pada kelompok eksperimen, rata-rata skala nyeri menurun dari 4,56 sebelum perlakuan menjadi 1,89 setelah perlakuan. Pada kelompok kontrol, penurunan skala nyeri tidak signifikan, yaitu dari 4,61 menjadi 4,0. Hasil uji Mann–Whitney menunjukkan nilai p-value 0,008 ($<0,05$), yang menandakan adanya perbedaan signifikan penurunan skala nyeri antara kelompok eksperimen dan kontrol. Rata-rata penurunan skala nyeri pada kelompok eksperimen sebesar 2,67, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 0,61 (Indriastuti et al. 2024). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kompres air hangat mampu menurunkan nyeri dismenore pada remaja putri. Temuan ini diharapkan dapat menjadi salah satu intervensi non farmakologis.

c. Relevansi dengan Kegiatan PKKMB



Gambar 5 Pelaksanaan layanan kegiatan khususnya nyeri menstruasi dalam kegiatan Posko PKKMB

Pelaksanaan layanan kegiatan khususnya nyeri menstruasi dalam kegiatan Posko PKKMB memiliki relevansi yang tinggi, mengingat masa PKKMB merupakan periode adaptasi awal mahasiswa terhadap kehidupan kampus. Dengan adanya pemahaman yang baik mengenai kesehatan reproduksi, khususnya nyeri menstruasi, mahasiswi diharapkan mampu mengelola kondisi kesehatannya secara mandiri sehingga tidak mengganggu partisipasi dalam kegiatan kampus. Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi/layanan kesehatan mengenai penyebab dan penanggulangan nyeri menstruasi dalam Posko PKKMB memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan sikap mahasiswi baru. Kegiatan ini dapat menjadi salah satu upaya preventif dan promotif dalam mendukung kesehatan dan kesejahteraan mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Nyeri menstruasi merupakan keluhan yang umum dialami oleh mahasiswi dan dapat mengganggu kenyamanan serta aktivitas belajar, termasuk selama pelaksanaan kegiatan PKKMB. Nyeri ini umumnya disebabkan oleh peningkatan hormon prostaglandin yang memicu kontraksi rahim, serta dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti stres, kelelahan fisik, pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, dan kondisi psikologis.
2. Melalui kegiatan posko PKKMB, nyeri menstruasi dapat ditangani secara awal dengan memberikan edukasi kesehatan, pertolongan pertama, serta dukungan fisik dan emosional. Penanganan yang tepat dan cepat dapat membantu mahasiswi tetap mengikuti kegiatan kampus dengan aman dan nyaman.

Saran

1. **Bagi Panitia dan Petugas Posko PKKMB**
 - o Menyediakan informasi dan edukasi singkat mengenai nyeri menstruasi serta cara penanggulangannya.
 - o Menyediakan fasilitas dasar seperti tempat istirahat, air hangat, dan kompres hangat.
 - o Mengarahkan mahasiswi yang mengalami nyeri berat ke layanan kesehatan kampus atau tenaga medis.
2. **Bagi Mahasiswi Baru**
 - o Menjaga pola hidup sehat dengan istirahat cukup, konsumsi makanan bergizi, dan minum air putih yang cukup.
 - o Mengelola stres dengan baik, terutama selama masa adaptasi di lingkungan kampus.
 - o Tidak ragu melapor atau meminta bantuan ke posko PKKMB apabila mengalami nyeri menstruasi.
3. **Bagi Pihak Kampus**
 - o Mendukung penyediaan layanan kesehatan dan edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan.
 - o Menciptakan lingkungan kampus yang peduli dan responsif terhadap kesehatan mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berpartisipasi dan berkontribusi dalam penyelenggaraan Posko Kesehatan pada kegiatan Pengenalan Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Baru. Terima kasih kami sampaikan kepada panitia pelaksana, tenaga kesehatan, relawan, serta seluruh pihak pendukung yang telah bekerja dengan penuh dedikasi, tanggung jawab, dan profesionalisme. Keberadaan Posko Kesehatan ini sangat membantu dalam memastikan kondisi kesehatan mahasiswa baru selama rangkaian kegiatan PKKMB berlangsung, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan aman, tertib, dan lancar. Semoga segala upaya dan pengabdian yang telah diberikan menjadi amal kebajikan dan memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi civitas akademika. Akhir kata, kami berharap kerja sama yang telah terjalin dengan baik ini dapat terus berlanjut pada kegiatan-kegiatan selanjutnya. Terima kasih atas perhatian dan kerja keras seluruh pihak dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Amrina Rosyada et al. 2020. "Efektivitas Kompres Air Hangat Dan Air Dingin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Remaja Putri Dengan Dismenore." *Jurnal Kebidanan Malakbi 1* (1): 7–15.
[https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/download/207/92/#:~:text=13-,Jurnal Kebidanan Malakbi,sesudah kompres hangat pada remaja.](https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/download/207/92/#:~:text=13-,Jurnal%20Kebidanan%20Malakbi,sesudah%20kompres%20hangat%20pada%20remaja.)
- Chadaryanti, Diyah et al. 2025. "Determinants of Intrauterine Device (IUD) Contraceptive Use Decision Among Acceptors at Pauh Public Health Center , Padang City , 2023." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan 5* (1): 96–108.
- Hastuti, Ati Pramudji. 2021. "Profil Kesehatan Banten Tahun 2021." Dinas Kesehatan Propinsi Banten.
[https://dinkes.bantenprov.go.id/storage/dinkes/files/1109/Profil Kesehatan/Profil Kesehatan Banten Tahun 2021.pdf.](https://dinkes.bantenprov.go.id/storage/dinkes/files/1109/Profil%20Kesehatan/Profil%20Kesehatan%20Banten%20Tahun%202021.pdf)
- Indriastuti, Ayuk et al. 2024. "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Dismenore Primer Pada Siswi Smk Citra Medika Sragen." *Jurnal Kesehatan Tambusai 5* (September): 9497–9506.
[https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/30778/23154/116339.](https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/30778/23154/116339)

- Kılıç, İlke et al. 2008. "Role of Leukotrienes in the Pathogenesis of Dysmenorrhea in Adolescent Girls." *The Turkish Journal of Pediatrics* 2008;, 521–25.
- Rahayu, Trio Gustin "Rebusan Buah Asam Dan Jahe Sebagai Upaya Mengurangi Dismenore." *Faletehan Health Journal* 6 (11–15). <https://journal.lppm-stikesfa.ac.id/index.php/FHJ/issue/download/4/2>.
- Saerang, Rainier et al. 2026. "Hubungan Kualitas Tidur Dan Performa Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Perguruan Advent Bandung." *Jurnal Ners* 10:289–95.
- Watini. 2024. "Efektivitas Konsumsi Coklat Terhadap Perubahan Nyeri Menstruasi Pada Wanita Usia Subur." *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan* 3 (1): 29–39.
- Wiyatagati, Faisyah Agniya et al. 2025. "Variabilitas Derajat Dismenore Pada Wanita : Peran Prostaglandin." *Jurnal Kesehatan* 12 (2): 278–86. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/jurnalkesehatan/article/download/593/434/3422>.