

**PENGARUH ALUNAN MUROTTAL TERHADAP
INTENSITAS NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA
SISWI ALIYAH DI PONDOK PESANTREN
AS SALAFIYAH MLANGI
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
Westri Prastiwi
1610104277**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2017**

**PENGARUH ALUNAN MUROTTAL TERHADAP
INTENSITAS NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA
SISWI ALIYAH DI PONDOK PESANTREN
AS SALAFIYAH MLANGI
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Sains Terapan
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA**

2017

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH ALUNAN MUROTTAL TERHADAP
INTENSITAS NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA
SISWI ALIYYAH DI PONDOK PESANTREN
AS SALAFIYYAH MLANGI
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
WESTRI PRASTIWI
1610104277**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Dipublikasikan
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta

Telah disetujui oleh pembimbing

pada Tanggal

24 Juli 2017
.....

Pembimbing



Tri Hapsari Listyaningrum, S.ST., M.H



PENGARUH ALUNAN MUROTTAL TERHADAP INTENSITAS NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA SISWI ALIYYAH DI PONDOK PESANTREN AS SALAFIYYAH MLANGI YOGYAKARTA

Westri Prastiwi, Tri Hapsari Listyaningrum

INTISARI

Abstrack : Bagi sebagian remaja perempuan saat menstruasi mengalami berbagai gangguan dari yang mengalami kram karena kontraksi otot-otot halus pada rahim, sakit kepala, sakit perut, merasa lemas hingga nyeri pada bagian bawah perut bawah yang disebut *dismenore*. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh alunan murottal terhadap intensitas nyeri haid *dismenore* primer pada siswi Aliyyah di Pondok Pesantren As Salafiyyah Mlangi Yogyakarta tahun 2017. Menggunakan metode *Pre-Eksperimental Design* dengan menggunakan desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Designs*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 remaja yang dikumpulkan dengan teknik *Purposive Sampling* yang memenuhi kriteria inklusi. Uji normalitas data dilakukan dengan *Kolmogorov Smirnov* dan didapatkan hasil bahwa data terdistribusi normal. Analisis data menggunakan *Parametric Test* dengan uji *Paired Sample T-Test* dengan nilai signifikan $> 5\%$. Hasil dari penelitian yang dilakukan menunjukkan sebanyak 16 responden yang berumur 16 tahun (53,3%), nyeri yang dirasakan responden saat *pretest* berada pada intensitas nyeri ringan sampai sedang (3-6), 9 responden yang berumur 15 (30%) merasakan nyeri *dismenore* pada intensitas ringan sampai sedang (2-5), 5 responden yang berumur 17 tahun (16,7%) merasakan nyeri *dismenore* pada intensitas nyeri sedang yaitu pada (4-6). Setelah *posttest* dilakukan, nyeri seluruh responden menurun, intensitas yang dirasakan seluruh responden berada pada intensitas ringan sampai sedang dengan rentang 1-4. Dapat disimpulkan bahwa nilai $p\ value \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Simpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh alunan murottal terhadap intensitas nyeri haid *dismenor primer* pada siswi aliyah di Pondok Pesantren As Salafiyyah Mlangi Yogyakarta. Saran dari hasil penelitian ini adalah diharapkan dapat diimplementasikan sebagai salah satu penanganan nyeri *dismenore primer*.

Kata kunci : remaja, *dismenore*, alunan murottal

Abstrak : Some female adolescents might experience various disturbances during menstruation ranging from cramp due to contraction of the smooth uterus muscles, headache, abdominal pain, feeling weak to the pain in the lower abdomen which is called dysmenorrhea. The study is to investigate the effect of murottal (qur'anic audio recitation) to the intensity of primary dysmenorrhea on female students of as salafiyah Islamic boarding school of Mlangi Yogyakarta. The study used pre-experimental method with one group pretest-posttest designs. The samples were 30 adolescents selected by purposive sampling technique. The primary data were collected by questionnaire. The normality test was conducted by *Kolmogorov Smirnov*, and it showed that the data were distributed normally. The data analysis used Parametric Test and Paired Sample T-Test with $p\ value > 5\%$. The result

showed that there were 16 respondents aged 16 years (53,3%) felt mild to moderate dysmenorrhea intensity on the pretest (3-6), 9 respondents aged 15 years (30%) felt mild to moderate dysmenorrhea intensity (2-5) and 5 respondents aged 17 years (16,7%) felt mild dysmenorrhea intensity (4-6). After the posttest, the pain of all respondents decreased ranging from mild to moderate dysmenorrhea intensity (1-4). Since $p \text{ value} \leq 0,05$, H_0 was rejected and H_a was accepted. It can be concluded that there was an effect of murottal (qur'anic audio recitation) to the intensity of primary dysmenorrhea on female students of As Salafiyah Islamic boarding school of Mlangi Yogyakarta. It is expected that the study can be implemented as one of the treatments for primary dysmenorrhea.

Keywords : adolescents, dysmenorrhea, murottal

PENDAHULUAN

Angka kejadian dismenore di dunia cukup tinggi yaitu berkisar 50% dari wanita di seluruh dunia. Di Pennsylvania dilaporkan 60% pelajar wanita menderita dismenore yang hebat. Selanjutnya, di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenore dan 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing. Bahkan diperkirakan perempuan di Amerika kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat dismenore (Paramita, 2010).

Studi prevalensi di Thailand melaporkan kejadian dismenore adalah 84,2% pada remaja perempuan pubertas. Jumlah ketidakhadiran di sekolah sebesar 21,1% yang dihubungkan dengan beratnya gejala (Tangchai et al, 2004). Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25 % yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36 % dismenore sekunder. Di Surabaya di dapatkan 1,07 % - 1,31 % dari jumlah penderita dismenore datang ke bagian kebidanan (Harunriyanto, 2008).

Dismenore yang tidak ditangani dengan benar dapat

mengganggu aktivitas sehari-hari karena lemah, gelisah, atau depresi, bendungan haid di rongga panggul, kram hebat yang menyertai keluarnya sebuah gumpalan bekuan dari rahim, gangguan di rongga panggul akan mengakibatkan berbagai gangguan didaerah tersebut, dan kontraksi rahim yang hebat. Sehingga kejadian dismenorea membutuhkan perhatian untuk menanggulangnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis pre eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang memberikan keleluasaan kebebasan penelitian untuk melakukan modifikasi atau intervensi terhadap sesuatu variabel pada suatu kondisi yang terkontrol (Sulistyaningsih, 2010).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan One Group Pre Test-Post Test Design untuk mengetahui pengaruh alunan murottal terhadap intensitas derajat nyeri dismenorea. Pre test sudah dilakukan pada desain ini, walaupun tidak ada kelompok kontrol. Dengan demikian dapat diperoleh informasi ada tidaknya kemajuan keadaan antara keadaan sebelum dan setelah dilakukan perlakuan. (Sulistyaningsih, 2010).

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Pondok Pesantren As Salafiyyah Mlangi Yogyakarta

Tabel 1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Pondok Pesantren As Salafiyyah Mlangi Yogyakarta

Umur	Jumlah	Presentase
15	9	30%
16	16	53,3%
17	5	16,7%
Total	30	100%

Sumber: Data Primer, 2017

Pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 30 responden sebanyak 16 responden (53,3%) atau lebih dari setengahnya berumur 16 tahun, 9 responden (30%) yang berumur 15 tahun dan 5 responden (16,7%) yang berumur 17 tahun.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Munculnya Nyeri

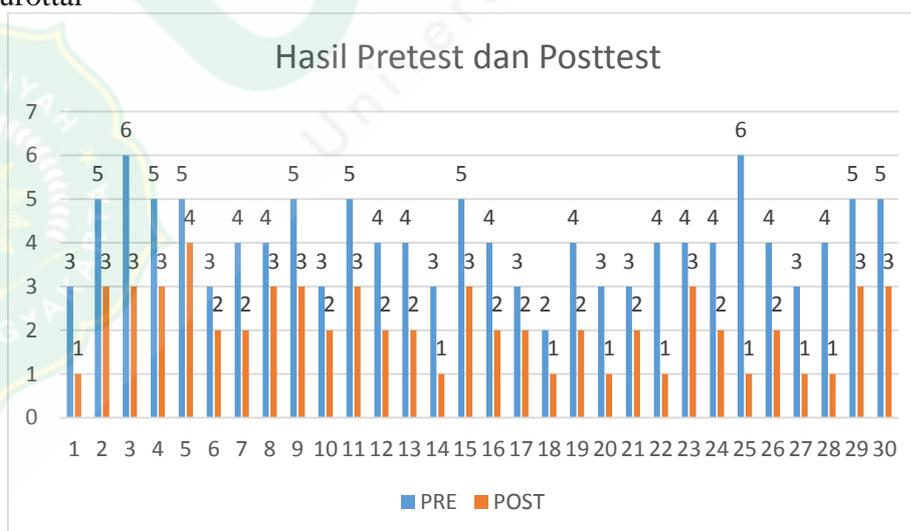
Tabel 1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Munculnya Nyeri di Pondok Pesantren As Salafiyyah Mlangi Yogyakarta

Munculnya Nyeri	Jumlah	Presentase
Menjelang menstruasi	5	16,7%
Saat menstruasi	25	83,3%
Total	30	100%

Sumber: Data Primer, 2017

Pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 30 responden sebanyak 25 responden (83,3%) atau lebih dari setengahnya merasakan nyeri saat menstruasi dan 5 responden (16,7%) merasakan nyeri menjelang menstruasi.

3. Hasil *Pretest* dan *Posttest Dismenore* Primer dengan Mendengarkan Alunan Murottal



Sumber: Data Primer, 2017

Gambar 1.3 Hasil *Pretest* dan *Posttest Dismenore* Primer dengan Mendengarkan Alunan Murottal

Gambar di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, semuanya (100%) mengalami penurunan nyeri *dismenore*. Berdasarkan tabel tersebut didapatkan nilai *pretest* maksimal adalah 6 dan nilai minimal adalah 3, sedangkan pada nilai *posttest* didapatkan nilai maksimal 4 dan nilai minimal 1.

Sebelum diberikan perlakuan yaitu alunan murottal, responden merasakan intensitas nyeri *dismenore* dari nyeri dengan intensitas ringan sampai sedang. Diagram intensitas nyeri menunjukkan bahwa dari 30 responden penelitian, 9 responden mengalami nyeri dengan intensitas ringan dan 21 responden merasakan nyeri intensitas sedang.

Setelah perlakuan pemberian alunan murottal pada 30 responden tersebut maka terjadi penurunan nyeri *dismenore* yang dirasakan oleh seluruh responden. Dari 30 responden penelitian, 29 responden merasakan nyeri dengan intensitas nyeri ringan dan 1 responden yang merasakan nyeri dengan intensitas nyeri sedang.

4. Hasil Uji Statistik

Untuk membuktikan pengaruh alunan murottal terhadap intensitas nyeri *dismenore* primer pada siswi Aliyyah di Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta. Setelah dilakukan uji normalitas data dengan *Kolmogorov Smirnov* didapatkan hasil *asympt.sig (2tailed)* pada data *pretest* 0,21 yang berarti ($>0,05$) maka data *pretest* nyeri adalah normal. Hasil uji normalitas pada data *posttest* didapatkan *asympt.sig (2tailed)* sebesar 0,143 yang berarti ($>0,05$), maka data *posttest* nyeri juga terdistribusi normal maka uji statistik dapat dilakukan dengan uji parametric yaitu uji *paired samples t-test*.

Hasil uji statistik dengan *paired samples t-test* nilai $t = 12,794$, $df = 29$ dengan *asympt.sig (2tailed)* adalah 0,000. Karena hasil *asympt.sig (2tailed)* adalah 0,000 ($<0,05$) maka berarti hipotesis diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh alunan murottal terhadap intensitas nyeri *dismenore* primer pada siswi Aliyyah di Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Perlakuan dilakukan pada 30 responden penelitian dengan memberikan alunan murottal selama 15 menit. Perlakuan ditujukan untuk menjadi distraksi atau pengalihan perhatian pada responden yang mengalami nyeri *dismenore*. Dapat dilihat pada tabel 1.3 bahwa setelah pemberian alunan murottal pada 30 responden penelitian, nyeri *dismenore* yang dirasakan seluruh responden mengalami penurunan.

Pemberian distraksi dengan alunan murottal ini telah berhasil dilakukan untuk menurunkan nyeri *dismenore* primer. Hal ini mendukung penelitian yang pernah dilakukan oleh Aldriyanto tahun 2012 yang juga pernah melakukan penelitian untuk menurunkan nyeri. Aldriyanto melakukan penelitian dengan memberikan distraksi alunan murottal pasien postoperasi *sectio caesarea* dan berhasil menurunkan nyeri yang dirasakan seluruh respondennya yang berjumlah 13 responden.

Surat Ar-rahman yang digunakan dalam penelitian ini di dalamnya terkandung makna dimana Allah SWT begitu menyayangi hamba Nya dengan memberikan segala rahmat Nya membuktikan bahwa kandungan ayat tersebut memang benar adanya. Allah SWT mencintai dan menyayangi hambaNya yang

selalu mengingat dan memohon perlindungan hanya pada Nya.

Hasil uji statistik didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh mendengarkan alunan murottal terhadap intensitas nyeri dismenorea primer pada siswi Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian alunan murottal telah berpengaruh dalam menurunkan nyeri dismenorea primer pada siswi Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta. Alunan murottal sebagai distraksi yaitu pengalihan perhatian dan terapi nonfarmakologis pada responden yang merasakan dismenorea.

Usia dalam penelitian ini telah dikendalikan yaitu seluruh responden memiliki umur yang sama yaitu 15-17 tahun. Hal ini dilakukan karena umur merupakan variabel penting yang dapat mempengaruhi nyeri. Berpengaruhnya usia dengan nyeri yang dirasakan seseorang juga dikuatkan dengan pendapat Ebersole dan Hess (1994) dalam Fundamental Keperawatan (2010) yang mengungkapkan bahwa nyeri bukan bagian dari proses penuaan yang tidak dapat dihindari namun individu yang berusia lanjut memiliki resiko tinggi mengalami situasi-situasi yang membuat mereka merasakan nyeri. Maka dari itu usia dalam penelitian ini dikendalikan.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa 30 responden mengalami nyeri dari intensitas ringan, sedang dan berat. Jika dismenorea tersebut dibiarkan, maka akan mengakibatkan responden terganggu dalam menjalani aktifitasnya sehingga dapat mengakibatkan turunnya prestasi belajar. Sehingga diperlukan penanganan untuk mengurangi derajat nyeri pada penderita dismenorea tersebut sehingga tidak mengganggu aktivitas responden tersebut. Teori

Gate Control (Melzack dan Wall, 1965) dalam Fundamental Keperawatan (2010) mengemukakan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan impuls dihambat saat pertahanan ditutup.

Upaya dalam menutup pertahanan tersebut merupakan dasar dari terapi menghilangkan atau menurunkan nyeri yang dirasakan pasien. Upaya penanganan nyeri yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan tindakan peredaan nyeri nonfarmakologis dengan teknik distraksi yaitu alunan murottal surat selama 15 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri sesudah diberikan perlakuan berupa alunan murottal. Hal ini membuktikan bahwa distraksi sebagai upaya penanganan nyeri secara nonfarmakologis berhasil dilakukan sehingga impuls nyeri terhambat karena sistem pertahanan telah ditutup.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan alunan murottal terdapat penurunan derajat nyeri pada dismenore. Penurunan ini merupakan proses distraksi dan relaksasi dari alunan murottal yang dialami oleh responden. Penelitian terapi murottal ini juga pernah dilakukan oleh Aldriyanto (2012) untuk mengurangi nyeri pada responden post operasi sectio caesarea dengan hasil 12 dari 13 responden yang diteliti mengalami penurunan nyeri, sedangkan 1 orang responden mengalami nyeri tetap. Hal ini menunjukkan bahwa terapi murottal efektif dalam upaya menghambat impuls nyeri karena adanya pengalihan perhatian. Tidak hanya menurunkan nyeri, alunan murottal telah terbukti menenangkan dan menurunkan perilaku kekerasan seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Widhowati (2010). Penelitian yang dilakukan Widhowati (2010)

menggunakan terapi audio murottal untuk menurunkan perilaku kekerasan di RSJD Amino Gondohutomo Semarang.

Perlakuan terapi audio murottal surat ar-rahman pada kelompok perlakuan lebih efektif dalam menurunkan perilaku kekerasan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi audio murottal. Penelitian lain tentang penggunaan audio atau musik sebagai terapi non farmakologis menunjukkan bahwa terapi musik atau audio sangat membantu menurunkan stress, meningkatkan berat badan, menurunkan lama perawatan bayi BBLR dan meningkatkan saturasi oksigen. (Schewartz, 2001 dalam Kustiningsih, 2008) Champbell mengatakan bahwa musik atau audio dapat digunakan sebagai terapi untuk meningkatkan kemampuan manusia terhadap berbagai jenis penyakit. Musik dapat dimanfaatkan sebagai aktivitas distraksi. (Champhell & Don, 2001 dalam Kustiningsih, 2008)

Adanya Pengaruh penurunan nyeri dismenorea setelah dilakukan terapi distraksi dengan alunan murottal surat ini sesuai dengan firman Allah bahwasannya Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai penawar (obat) dari berbagai penyakit dalam Al-Qur'an Surat Al-Israa' ayat 82 Gamal (2008) mengungkapkan bahwa Al-Qur'an adalah obat penyembuh yang tiada lagi diragukan khasiatnya. Al-Qur'an adalah penyembuh yang digunakan tidak hanya untuk menyembuhkan aneka penyakit yang bersifat kejiwaan atau psikis, namun juga penyembuh yang amat mujarab yang menyerang fisik kita. Penurunan nyeri yang dirasakan responden bersumber dari penyakit fisik, dengan adanya alunan murottal yang didengarkan maka ketenangan dan rileks dirasakan oleh responden dan dikeluarkanlah hormon endorfin. Hormon endorphin adalah

neuropeptide yang dihasilkan tubuh pada saat tenang/rileks. Endorfin dihasilkan di otak dan sumsum tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang dapat melahirkan rasa nyaman dan mengurangi rasa nyeri pada saat kontraksi.

Alunan murottal terbukti dapat meningkatkan hormon endorfin. Saat seorang mendengarkan alunan murottal dirinya akan merasa tenang sehingga endorfin akan dikeluarkan dan ditangkap oleh reseptor di dalam hipotalamus dan system limbik yang berfungsi mengatur emosi. Peningkatan endorfin berhubungan erat dalam menurunkan nyeri, meningkatkan daya ingat, memperbaiki nafsu makan, tekanan darah dan pernafasan. Mendengar alunan murottal juga mempunyai makna berzikir pada Allah SWT. Berzikir dapat memberikan ketenangan dan ketentraman jiwa serta sebagai relaksasi. Menurut Hanna Djumhana Bustaman (2008) perbutan mengingat Allah dalam alam kesadaran akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan yang nyata maupun yang tersembunyi. Selain itu pelaksanaan zikrulloh yang dilakukan dengan sikap rendah hati akan membawa dampak relaksasi dan ketenangan bagi mereka yang melakukannya. Dilaporkan juga bahwa ada penurunan frekuensi denyut jantung yang signifikan sebelum dan sesudah berzikir. (Ilyas, 2011)

SIMPULAN

1. Nyeri dismenore primer pada responden sebelum diberikan intervensi alunan murottal didapatkan nilai minimal adalah 3 dan nilai maksimal adalah 6.

2. Nyeri dismenore primer pada responden setelah diberikan intervensi alunan murottal didapatkan nilai minimal adalah 1 dan nilai maksimal adalah 4.
3. Alunan murottal memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore primer pada siswi Aliyyah Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta Tahun 2017 yang dibuktikan dengan hasil uji statistik parametrik dengan Uji *Paired Samples T-Test* didapatkan hasil 0,000. dapat disimpulkan bahwa nilai $asympt.sig < 0,05$ yang berarti hipotesis diterima yaitu terdapat pengaruh alunan murottal terhadap intensitas nyeri haid *dismenore* primer pada siswi Aliyyah di Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta Tahun 2017

SARAN

1. Bagi Kepala MA Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta
Diharapkan mampu memberikan suatu kebijakan untuk menyediakan mp3 player dan *headset* untuk dapat digunakan siswi untuk mendengar alunan murottal dalam upaya mengimplementasikan hasil penelitian yang berguna bagi siswi yang mengalami nyeri dismenore, karena selama ini siswi tidak diperbolehkan membawa alat elektronik jenis apapun.
2. Bagi Siswi Aliyyah Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta
Diharapkan siswi dapat menjadikan alunan murottal sebagai upaya untuk menurunkan nyeri *dismenore* primer yang dirasakan karena alunan murottal terbukti memiliki pengaruh dalam

menurunkan derajat nyeri *dismenore* primer.

3. Bagi Organisasi PIKR Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta

Diharapkan organisasi PIKR Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta dapat mengoptimalkan perannya sebagai pusat informasi kesehatan siswi terlebih dalam masalah kesehatan reproduksi. Selain itu, dapat memberikan informasi lebih terkait hasil penelitian ini yang dapat bermanfaat bagi seluruh siswi Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta yang mengalami *dismenore* primer sehingga dampak menurunnya produktifitas belajar siswi dapat dihindari.

4. Bagi para Pengurus Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat diadakan salah satu materi dakwah kesehatan dengan mengamalkan kajian Al-Qur'an sebagai penawar (obat) bagi seluruh penyakit sesuai Q.S. Al-Isra' ayat 82 dan dapat diimplementasikan dalam kehidupan.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan surat-surat lain yang ada didalam Al-Qur'an atau memberikan perlakuan secara berkala atau lebih dari satu kali agar dapat diketahui intensitas nyeri responden secara maksimal dan tepat. Dan melakukan *informed consent* terkait tata cara pengisian kuesioner (tidak boleh dibocorkan oleh teman-temannya yang lain) dan membuat kuesioner pendamping sebagai tambahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldriyanto. (2011). Pengaruh Terapi Audio Murottal Ar-Rahman Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Pasien Post Operasi SC Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Skripsi*. PSIK STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta: STIKES' Aisyiyah Yogyakarta.
- Ilyas, Y. (2011). *Cakrawala Al-Qur'an Tafsir Tematis tentang Kehidupan*. Cetakan III. Yogyakarta: Itqan.
- Kustiningsih, (2009). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Anak Usia sekolah Saat Dilakukan Prosedur Invasif di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Keperawatan*. Vol. 4, Nomor 2. Hal 87-89. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Novia, I. (2008). Faktor Resiko Kejadian Dismenore Primer. *The Indonesian Journal of Public Health*: Jakarta.
- Paramita, P. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Dismenore dengan Perilaku Penanganan Dismenore Pada Siswi Smk YPKK I Sleman*. Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan Vol: 2*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2010). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono P.
- Sulistyaningsih. (2010). *Buku Ajar Dan Panduan Praktikum Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta : Stikes Aisyiyah Yogyakarta.
- Widhowati. (2010). *Efektifitas Terapi Audio dengan Murottal Surah Ar Rahman untuk Menurunkan Perilaku Kekerasan di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang*. PSIK FK Universitas Diponegoro: PSIK FK Universitas Diponegoro.
- Winkjosastro. (2008). *Ilmu kandungan*. Jakarta: YBP-SP.