

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, F. O. G. & R. F., 2019. A Systematic Review of the Role of Vitamin D and Calcium in Premenstrual Syndrome. *Obstetrics & gynecology science*, 62(2), pp. 73-86.
- Adriani, M. & Wirjatmadi, B., 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana.
- Afifah, H. N., Sariati, Y. & Wilujeng, C. s., 2020. Hubungan antara Pola Makan dan Asupan Karbohidrat dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan Universitas Brawijaya dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Normal. *Journal of Issues in Midwifery*, 4(1), pp. 20-28.
- AKG FKM UI, 2018. *Perbedaan Karbohidrat Kompleks dan Karbohidrat Sederhana?*. [Online]
Available at: <https://akg.fkm.ui.ac.id>
- Allen, CM, M. & PL, P., 1991. The Shortened Premenstrual Assessment Form. *J Reprod Med*, 36(11), pp. 769-772.
- Amalia, N. R., Ekayanti, I. & Nurdin, N. M., 2013. *Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Persen Lemak Tubuh dengan Sindrom Pramenstruasi pada Remaja Putri di SMA Bina Insani Bogor*, Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Arab, A., Rafie, N., Askari, G. & Tahiabadi, M., 2020. Beneficial Role of Calcium in Premenstrual Syndrome: A Systematic Review of Current Litterature. *International Journal of Preventive Medicine*, 11(156).
- Bambang, 2015. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stress di SMP Negeri 38 Medan Marelan. *Jurnal Keperawatan Flora*, 8(1), pp. 16-28.
- Bertone-Johnson, E. R. et al., 2015. Premenstrual Syndrome and Subsequent Risk of Hypertension in A Prospective study. *American Journal of Epidemiology*, 182(12), pp. 1000-1009.
- Bungasari, S. A., Tendean, H. M. & Suparman, E., 2015. Gambaran Sindroma Prahaid pada Remaja. *Jurnal e-Clinic*, 3(1), pp. 3-6.
- Buttler, N., 2019. How Your Diet Affect Your Hormones During Menopause. 1 April.
- Desriva, N. & Syafrina, M., 2018. Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Remaja dalam Menanggulangi Premenstruasi Syndrome Di Prodi D-III Kebidanan STIKES PMC Tahun 2017. *Menara Ilmu*, 12(8), pp. 117-122.
- Deswanti, Desmarnita & Mulyanti, Y., 2019. *Asuhan keperawatan prenatal dengan pendekatan neurosains*. Malang: Wineka Media.
- Dilbaz, B. & Aksan, A., 2021. Premenstrual Syndrome, A Common But Underrated Entity: Review Of The Clinical Literature. *Turkish-German Gynecological Association*, 22(2), pp. 139-148.

- Draper, C. F. et al., 2018. Menstrual Cycle Rhythmicity: Metabolic Pattern In Healthy Women. *Scientific Reports*, 8(1).
- Elliott, S. A., Ng, J., Leow, M. K.-S. & Henry, C. J. K., 2015. The Influence of the Menstrual Cycle on Energy Balance and Taste Preference in Asian Chinese Women. *Eur J Nutr*, 54(8), pp. 1323-1332.
- Faiqah, S. & Sopiatur, R., 2015. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pre Menstrual Syndrome pada Mahasiswa TK II Semester III Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram.. *Jurnal Kesehatan Prima*, 9(2), pp. 1486-1494.
- Ghanbari, Z. et al., 2009. Effects of Calcium Supplement Therapy in Women with Premenstrual Syndrome. *Taiwan J Obstet Gynecol*, 48(2), pp. 124-129.
- Gil, Y. R. C. et al., 2009. Relation of menstrual cycle and alimentary consumption of women. *The European e-Journal of Clinical Nutrition and Metabolism*, 4(5), pp. 257-260.
- Gudipally, P. R. & Sharma., G. K., 2020. *Premenstrual syndrome*. Treasure Island (FL): StatPearls.
- Haghighi, E. S. & Jahromi, M. K., 2019. The Correlation Between Some Body Composition Indices and. *Women Health Bull*, 6(1), pp. 1-4.
- Handoyo, H., Hartati, H. & Widayanti, E. D., 2020. Effect Of Penguin Exercise On The Anxiety Levels Of Female Students Who Experiences Premenstrual Syndrome. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 15(2), pp. 31-38.
- Harvard Medical School, 2019. *Hypoglicemia*. [Online] Available at: <http://www.health.harvard.edu> [Diakses 2021 Januari 2021].
- Helmi, R. R., Yaumin, Y. & Almurdi, 2017. Hubungan Sindrom Pramenstruasi dengan Aktivitas Belajar Siswi SMAN 1 Payakumbuh. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(2), pp. 375-378.
- Heryaningtyas, F. S., Putra, I. W. A. & Sudiman, J., 2020. Karakteristik Premenstrual Syndrome pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Medika Udyana*, 9(5), pp. 58-61.
- Hofmeister, S., 2016. Premenstrual Syndrome and Premenstrual Dysphoric Disorder. *Am Fam Physician*, 94(3), pp. 236-240.
- Holesh, J. E., 2020. *Physiology carbohydrates*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.
- Houghton, S. C. & Bertone-Johnson, E. R., 2015. Macronutrients and premenstrual syndrome. Dalam: L. V. Berhardt, penyunt. *Advances in Medicine and Biology*. New York: Nova Science Publishers, Inc, pp. 137-156.
- Husain, H. & Sabur, F., 2020. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Perubahan Fisik Menjelang Masa Pubertas Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan

Sikap Siswi SD Kelas 4 dan 5 di SD Inpres Sambung Jawa 3 Makassar. *Media Kebidanan*, 1(1), pp. 1-14.

Kemenkes RI, 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kemenkes RI, 2019. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kusumawati, P. et al., 2018. Edukasi Masa Pubertas pada Remaja. *Journal of Community Engagement in Health*, 1(1), pp. 1-3.

Lacroix, A., Gondal, H. & Langaker, M., 2021. *Fisiologi, Menarche*. Treasure Island (FL): StatPearls.

Makaimah, A. & Muniroh, L., 2017. Status Gizi dan Persen Lemak Tubuh Berhubungan dengan Usia Menarche Anak Sekolah Dasar di SD Muhammadiyah KB 1 Gresik.. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), pp. 191-198.

Mohebbi, M., Akbari, S., Mahmodi, Z. & Nasiri, M., 2017. Comparison Between The Lifestyles of University Students With And Without Premenstrual Syndromes. *Electronic Physician*, 9(6), pp. 4489-4496.

National Institute of Child Health and Human Development (NICHD), 2017. *About Menstruation*. [Online] Available at: <https://www.nichd.nih.gov> [Diakses 26 Desember 2020].

National Institutes of Health, 2019. *Calcium in Diet*. [Online].

National Institute of Health, 2021. *Calcium*. [Online] Available at: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Calcium-HealthProfessional/> [Diakses 18 Juli 2021].

Nisa, N. C. & Rakhma, L. R., 2019. Hubungan Persepsi Body Image Dengan Asupan Lemak Dan Komposisi Lemak Tubuh Pada Siswi Di Man 2 Surakarta.. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 8(1).

Nissar, J., Tehmeena, Naik, H. & Hussain, S., 2017. A review Phytic Acid: As Antinutrient or Nutraceutical. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 6(6), pp. 1554-1560.

Noor, S., 2015. Perubahan Keluhan Gejala Prahaid dengan Senam Aerobik. *Jurnal Ners*, 10(1), pp. 38-47.

Notoatmodjo, 2012. *Metode penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Office of Women's Health, 2018. Premenstrual Syndrome (PMS).

Rad, M., Sabzevary, M. T. & Dehnavi, Z. M., 2018. Factors associated with premenstrual syndrome in Female High School Students. *Journal of Education and Health Promotion*, 7(64).

Rahayu, N. S., 2015. *Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro, Zat Gizi Mikro dan Konsumsi Kafein dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Gizi*

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Tahun 2004, Jakarta: Universitas Indonesia.

- Rahmadiana, S. H. I. & Adiningsih, S., 2020. Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dan Persen Lemak Tubuh dengan Sindrom Premenstruasi (PMS) pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 4(1), pp. 23-29.
- Renno, J. et al., 2020. *Women's Mental Health A Clinical And Evidence-Based Guide*. Switzerland: Springer Nature Switzerland AG.
- Rodiani, R. & Rusfiana, A., 2016. Hubungan Premenstrual Syndrome (PMS) terhadap Faktor Psikologis pada Remaja. *Majority*, 5(1), pp. 18-22.
- Safitri, R., Herawati, H. & Rachmawati, K., 2016. Faktor-faktor Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja SMA Darul Hijrah Puteri. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 4(2).
- Samieipour, S. et al., 2016. Comparing the Effects of Vitamin B1 and Calcium on Premenstrual Syndrome (PMS) among Female Students, Ilam- Iran. *International Journal of Pediatrics*, 4(6), pp. 3519-3528.
- Santoso, B., Sulistiowati, E., Fajarwati, T. & Pambudi, J., 2014. *Studi diet total: survei konsumsi makanan individu Provinsi Jawa Tengah 2014*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Sari, B. P. & Priyanto, 2018. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Siswi SMA Wirausaha Bandung Tahun 2016. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 1(2), pp. 1-7.
- Sarmanu, 2017. *Dasar metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan statistika*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Shobeiri, F. et al., 2017. . Effect of calcium on premenstrual syndrome: A double-blind randomized clinical trial. *Obstet Gynecol Sci*, 60(1), pp. 100-105.
- Shoebiri, F., F, E. A., Ebrahimi, R. & M, N., 2016. Effect of Calcium on Physical Symptoms of Premenstrual Syndrome. *Iran J Obstet Gynecol Infertil*, Volume 19, pp. 1-8.
- Sinaga, A. F. P., 2017. *Hubungan Asupan Kalsium dan Vitamin B1 dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran USU Angkatan 2016 Tahun 2017*. Sumatera Utara: Skripsi.
- Soviana, E. & Putri, A. R., 2017. 'Hubungan asupan vitamin B6 dan kalsium dengan kejadian sindrom premenstruasi pada siswi di SMA N Colomadu'. s.l., The 5th Urecol Proceeding, pp. 1588-1594.
- Supariasa, Nyoman, I. D., Bakry, B. & Fajar, I., 2016. *Penilaian status gizi*. Jakarta: EGC.
- Suprayitno, E. & Sulistiyati, T. D., 2017. *Metabolisme Protein*. Malang: Universitas Brawijaya Press.

- Susanti, R., Noviasy, R. & Ifroh, R. H., 2020. Sindrom Premenstruasi pada Remaja. *Avicenna*, 15(1), pp. 1-73.
- Sutariya, S., Talsania, N., Shah, C. & Patel, M., 2011. An Intervensional study (Calcium Supplementation & Health Education) on Premenstrual Syndrome- Effet on Premenstrual and Menstrual Symptoms. *Natl J Community Med*, Volume 2, pp. 100-104.
- Sutariya, S., Talsania, N., Shah, C. & Patel, M., 2011. An Intervention Study (Calcium Supplementation & Health Education) On Premenstrual Syndrome- Effect On Premenstrual And Menstrual Symptoms.. *National Journal of Community Medicine*, 2(1), pp. 100-104.
- Swarjana, I. K., 2012. *Metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Thiyagarajan, D., Basit, H. & Jeanmonod, R., 2020. *Physiology, Menstrual cycle*. Treasure Island (FL): StatPearls.
- Utami, E. M. & Sahara, N., 2014. Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Sindroma Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2012. *Jurnal Medika Malahati*, 1(3), pp. 94-100.
- White, W. K., 2018. *All About Periods*. [Online] Available at: <https://kidshealth.org>. [Diakses 26 Desember 2020].
- Widyastuti, R. A. & Rosidi, A., 2018. Indeks Massa Tubuh Menurut Umur sebagai Indikator Persen Lemak Tubuh pada Remaja. *Jurnal Gizi*, 7(2).
- Wijayanti, N., 2017. *Fisiologi manusia dan metabolisme zat gizi*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- William, B. & Don, W. F., 2002. *Buku ajar histologi*. 12 ed. Jakarta: EGC.
- William, W., Rumiati, F. & Sapulette, L., 2019. Pengaruh Berbagai Fase Siklus Menstruasi terhadap Memori Jangka Pendek pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida Angkatan 2016. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 24(66).
- Y.R.C.Gil, et al., 2009. Relation of menstrual cycle and alimentary consumption of women. *e-SPEN, the European e-Journal of Clinical Nutrition and Metabolism*, 4(5), pp. 257-260.
- Yudita, N. A., Yanis, A. & Iryani, D., 2017. Hubungan antara Stres dengan Pola Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(2), pp. 299-304.
- Yurt, M., Mercanlıgil, S. M. & Kabaran, S., 2020. Effect of Dairy Products Intake in Women with Premenstrual Syndrome: a Randomized Controlled Trial. *Progress in Nutrition*, 22(1), pp. 137-145.
- Zarei, S., Mosalanejad, L. & Ghobadifar, M. A., 2013. Blood Glucose Levels, Insulin Concentrations, and Insulin Resistance in Healthy Women with

Premenstrual Syndrom; A Comparative Study. *Clinical and Experimental Reproductive Medicine*, 40(2), pp. 76-82.

Zendeudel, M. & Elyasi, F., 2018. Biopsychosocial Etiology Of Premenstrual Syndrome: A Narrative Review. *J Family Med Prim Care*, 7(2), pp. 346-356.

