

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, F., Ozgoli, G. and Rahnemaie, F. S. (2019) 'A Systematic Review of the Role of Vitamin D and Calcium in Premenstrual Syndrome', *Obstetrics and Gynecology Science*, 62(2), pp. 73–86.
- Abriani, A. A., Ningtyias, F. W. and Sulistiyani, S. (2019) 'Hubungan antara Konsumsi Makan, Status Gizi, dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Pre Menstrual Syndrome', *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 3(1), pp. 1–6. doi: 10.22487/j26227622.2019.v3.i1.12652.
- Afiattami, A. A. (2023) *Hubungan Antara Perilaku Makan, Konsumsi Fitoestrogen, dan Kronotipe dengan Premenstrual Syndrom (PMS) pada Mahasiswi Universitas Jenderal Soedirman*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Allen, S. S., McBride, C. M. and Pirie, P. L. (1991) 'The Shortened Premenstrual Assesment Form', *The Journal of Issues in Midwifery*, 36(11), pp. 769–772.
- Ambarini, F. et al. (2023) 'Asupan Zat Gizi Makro , Vitamin B , Gaya Hidup Sedentary , dan Gangguan Kecemasan pada Mahasiswa Berdomisili di Tangerang Selatan', *Ilmu Gizi Indonesia*, 07(01), pp. 43–58.
- Amry, C. M. and Tjhin, P. (2020) 'The Relationship of Vitamin B6 Intake With Premenstrual Syndrome in Junior High School Female Students', *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 3(4), pp. 166–168.
- Anggraeni, N., Pangestuti, D. R. and Aruben, R. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Asupan Kalsium, Magnesium, Vitain B6 dan Aktivitas Fisik dengan Sindrom Pramenstruasi (Studi Pada Mahasiswi Peminatan Gizi KESMAS FKM Undip Tahun 2017)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), pp. 2588–2593.
- Arab, A. et al. (2017) 'Benefical Role of Calcium in Premenstrual Syndrome: A Systematic Review of Current Literature', *International Journal of Preventive Medicine*, 8, pp. 1–7.
- Batubara, M. S. et al. (2018) 'Pengukuran Kadar Piridoksin (Vitamin B6) dalam Darah pada Anak Penderita Defisit Perhatian dan Gangguan Hiperaktivitas (Adhd)', *KLOROFIL: Jurnal Ilmu Biologi dan Terapan*, 2(1), pp. 1–6.
- Beddu, S., Mukarramah, S. and Lestahulu, V. (2015) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri', *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 1(1), pp. 16–21.
- Damayanti, A. F. and Samaria, D. (2021) 'Hubungan Stres Akademik dan Kualitas Tidur Terhadap Sindrom Pramenstruasi Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19', *Jurnal Keperawatan*, 6(2), pp. 184–209.
- Daniartama, B. et al. (2021) 'Obesitas Berhubungan Dengan Pre Menstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswi', *Journal of Nutrition College*, 10(3), pp. 207–217.

- Dewi, M. A. K., Masruroh, L. and Muniroh, L. (2022) 'Hubungan Status Gizi dan Tingkat Kecukupan Vitamin B6 Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswi', *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(3), pp. 138–147.
- Dhaneswara, D. P. (2008) 'Faktor yang Mempengaruhi Niat Makan Sayur dan Buah pada Mahasiwa Asrama Universitas Airlangga'.
- Dhawan, A. and Hernole, J. (2020) 'Effect of Perceived Pandemic Stress and Sleep Variation on Menstrual Cycle Occurrence, its Severity and Premenstrual Syndrome: A Cross Sectional Study', *Journal of Women's Health and Development*, 3(4), pp. 437–445.
- Direkcand-Moghadam, A. et al. (2014) 'Epidemiology of Premenstrual Syndrome (PMS) -A Systematic Review and Meta-Analysis Study', *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(2), pp. 106–109.
- Fadhilah, N. et al. (2023) 'Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Perilaku Gizi Seimbang Mahasiswa Kos Fakultas Ekonomi Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta Balanced Nutrition Knowledge and Balanced Nutrition Behavior Boarding School Students , Faculty of Business Economics , Muhammadiyah', *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 21(1), pp. 58–67.
- Fadhilah, W. H. and Herdiman, J. (2022) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Angkatan 2021 Universitas Tarumanagara', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 11(3), pp. 147–151.
- Fen Tih, F. T. et al. (2017) 'Efek Konsumsi Suplemen Kalsium dan Magnesium terhadap Dismenore Primer dan Sindrom Premenstruasi pada Perempuan Usia 19–23 Tahun', *Global Medical & Health Communication (GMHC)*, 5(3), pp. 159–166.
- Fikriya, U., Safitri, Y. A. and Wijayanti, T. R. A. (2016) 'Pemberian Vitamin B6 sebagai Upaya Mengurangi Kecemasan pada Remaja Akhir dengan Premenstruasi Sindrom', *Hesti Wira Sakti*, 4(2), pp. 102–109.
- Fradista, A. D. (2023) 'Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi dan Tingkat Stres Psikologis dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Indkos Usia 18–22 Tahun di Fakultas Farmasi Universitas Airlangga', *Media Gizi Kesmas*, 12(1), pp. 94–103.
- Guyton, A. C. and Hall, J. E. (2016) *Textbook of Medical Physiology*. United States of America: Elsevier.
- Himaya, S., Sa'adi, A. and Herawati, L. (2021) 'Premenstrual Syndrome Factors in Reproductive Women 18 – 40 Years Old', *Embrio*, 13(2), pp. 179–186.
- Hofmeister, S., DO and Bodden, S. (2016) 'Premenstrual Syndrome and Premenstrual Dysphoric Disorder', *American Family Physician*, 94(3), pp. 236–240.
- Hollins-Martin, C. J. et al. (2014) *Diet and Nutrition in the Menstrual Cycle*,

*Pericoception and Fertility*. Wageningen Academic Publishers.

- Ilmi, A. F. and Utari, D. M. (2018) 'Faktor Dominan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi (Studi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Departemen Arsitektur Fakultas Teknik, Universitas Indonesia)', *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), pp. 39–50.
- Jauziyah, S. S. Al et al. (2021) 'Pengetahuan Gizi dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro', *Journal of Nutrition College*, 10(1), pp. 72–81.
- Jelmila, S. N., Hasni, D. and Liana, N. (2023) 'Asupan Magnesium, Kalsium dan Vitamin D dengan Premenstrual Syndrome', *Jurnal Perintis Kesehatan*, 10(2), pp. 138–144.
- Julya, R., Fitriani, A. and Ngaisyah, R. D. (2018) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Mi Instan di Kalangan Mahasiswa di Yogyakarta', *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13, pp. 59–70.
- Kamarudin, M., Nasrahayanti and Surnati (2023) 'Determinan Premenstrual Syndrome di Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal JKFT*, 8(1), pp. 20–24.
- Karajibani, M. et al. (2019) 'The Relationship Between Age at Menarche and Premenstrual Syndrome with Anthropometric Indices in High School Female Students in Zahedan in 2017', *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 22(1), pp. 1–7.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi (AKG)*. Jakarta.
- Kurniawan, M. W. W. and Widyaningsih, T. D. (2017) 'The Relation of Food Consumption Pattern and Individual Budget of Students Majoring in Business Management with Students Majoring in Agricultural Product Technology of Brawijaya University', *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 5(1), pp. 1–12.
- Lalu, N. A. S. et al. (2023) 'Analisis Perbandingan Status Gizi Antara yang Tinggal di Rumah dengan Kos-Kosan Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo', *Graha Medika Public Health Journal*, 2(1), pp. 16–23.
- Lee, M.-H. et al. (2002) 'The standardization of the shortened premenstrual assessment form and applicability on the internet', *Journal of Korean Neuropsychiatric Association*, pp. 159–167.
- Lubis, D., Hamidi, M. N. S. and Syahda, S. (2023) 'The Relationship Between Nutritional Status and Sports Activities with the Incidence of Premenstrual Syndrome in Female Students at the Darul Huda Sipungguk Islamic', *Evidence Midwifery Journal*, 2(4), pp. 7–13.
- Lutfiyati, A., Hutasoit, M. and Nirmalasari, N. (2021) 'The Association Between Sleep Quality With Premenstrual Syndrome (PMS) in SMA N 1 Godean,

- Sleman', *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(01), pp. 8–13.
- Mahardika, A. A. K. (2020) 'Hubungan Status Gizi, Asupan Kalsium, dan Stres dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Gizi UHAMKA', *ARGIPA*, 5(2), pp. 100–108.
- Mangul, M. S., Trisnawati, R. E. and Bebok, C. F. M. (2023) 'Status Gizi, Asupan Zat Besi, Kalsium, Vitamin B6 dengan Premenstruasi Sindrom pada Mahasiswa Kebidanan', *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(3), pp. 173–184.
- Masoumi, S. Z., Ataollahi, M. and Oshvandi, K. (2016) 'Effect of Combined Use of Calcium and Vitamin B6 on Premenstrual Syndrome Symptoms: a Randomized Clinical Trial', *Journal of Caring Sciences*, 5(1), pp. 67–73.
- Mau, R. A., Kurniawan, H. and Dewajanti, A. M. (2020) 'Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida dengan Nyeri Menstruasi', *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(3), pp. 139–145.
- Maujiah, S., Safitri, D. E. and Dewanti, L. P. (2019) 'Status Gizi dan Asupan Zat Gizi Mikro (Tiamin, Piridoksin, Kalsium, Magnesium) Berhubungan dengan Sindrom Premenstruasi', *Journal UHAMKA*, 4(1), pp. 45–53.
- Mawitjere, M. C. L., Amisi, M. D. and Sanggelorang, Y. (2021) 'Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Mahasiswa Semester IV Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal KESMAS*, 10(2), pp. 1–11.
- Mufida, E. (2015) 'Faktor yang Meningkatkan Risiko Premenstrual Syndrome pada Mahasiswi', *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 4(1), pp. 7–13.
- Muharni, Mairyani, H. and Ryanti, S. (2015) 'Perbedaan Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Status Gizi Antara Mahasiswa Indekos dan Tidak Indekos Poltekkes Kemenkes Riau', *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 4(1), pp. 7–14.
- Noor, S. and Norfitri, R. (2015) 'The Changes of Premenstrual Symptoms After Aerobic Exercise Intervention', *Jurnal Ners*, 10(1), pp. 38–47.
- Novelta, R. (2018) 'Asupan Kalsium, Vitamin B6, Kebiasaan Makan Karbohidrat Kompleks, Tingkat Stres Hubungannya dengan Sindrom Premenstruasi'.
- Novita, R. (2018) 'Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya', *Amerta Nutrition*, 2(2), pp. 172–181.
- Polak, C. L., Malonda, N. S. H. and Amisi, M. D. (2021) 'Gambaran Kecukupan Vitamin Larut Air pada Mahasiswa Semester VI di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado Selama Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal KESMAS*, 10(2), pp. 26–34.
- Pridynabilah, A. (2022) 'Hubungan Premenstrual Syndrome (PMS) dengan Perilaku Makan dan Asupan Energi Mahasiswi Gizi Universitas Airlangga', *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(2), pp. 59–67.

- Priwahyuni, Y. (2016) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Siap Saji (Fastfood) pada Mahasiswa Program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat STIKes Hangtuah Pekanbaru', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(2), pp. 102–110.
- Putri, K. M. (2017) 'Hubungan Aktifitas Fisik Dan Depresi Dengan Kejadian Sindrom Pra Menstruasi', *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1), pp. 18–24.
- Rahma, S. A. (2022) 'Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dan Uang Saku dengan Sikap dalam Memilih Makanan oleh Siswa SMA Islam PB Soedirman Selama Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Penelitian Kesehatan 'SUARA FORIKES'*, 13(1), pp. 69–72.
- Rahmah, A. and Mirawati (2024) 'Hubungan Status Gizi dan Kecemasan dengan Kejadian Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 16(1), pp. 336–334.
- Renata, M. D. S., Widyastuti, N. and Nissa, C. (2018) 'Asupan Mikronutrien sebagai Faktor Risiko Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Wanita Vegetarian', *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), pp. 94–101.
- Rodiani and Rusfiana, A. (2016) 'Hubungan Premenstrual Syndrome (PMS) Terhadap Faktor Psikologis pada Remaja', *Medical Journal of Lampung University (MAJORITY)*, 5(1), pp. 18–22.
- Safitri, D. E. (2021) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Menstruasi pada Wanita Usia Subur', *Tirtayasa Medical Journal*, 1(1), pp. 8–12.
- Sari, B. P. and Priyanto (2016) 'Hubungan Status Gizi dengan Sindrom Pre Menstruasi Pada Siswi SMA Wirausaha Bandung Tahun 2016', *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 1(2), pp. 1–7.
- Shita, A. D. P. and Sulistiyani (2015) 'Pengaruh Kalsium Terhadap Tumbuh Kembang Gigi Geligi Anak', *Stomatognatic-Jurnal Kedokteran Gigi*, 7(3), pp. 40–44.
- Siminiuc, R. and Turcanu, D. (2023) 'Impact of nutritional diet therapy on premenstrual syndrome', *Frontiers in Nutrition*, 10(February), pp. 1–6.
- Sirajuddin, Surmita and Astuti, T. (2018) *Survey Konsumsi Pangan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sitoayu, L. and Rahayu, P. (2019) 'Hubungan Asupan Vitamin (B6,B12,Asam Folat), Olahraga, dan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul', *Media Gizi Mikro Indonesia*, 11(1), pp. 73–82.
- Sitorus, C. Y. et al. (2020) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Mahasiswi DIII Kebidanan', *Binawan Student Journal*, 2(1), pp. 205–210.
- Susanti, H. D., Ilmiasih, R. and Arvianti, A. (2017) 'Hubungan Antara Tingkat Keperahan PMS dengan Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur pada

Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 3(1), pp. 23–31.

- Thaharah, F. and Afridah, W. (2023) 'Aktivitas Fisik dengan Kejadian Premenstrual Syndrome pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya Physical Activity with Premenstrual Syndrome in Students of The Faculty of Health Nahdlatul Ulama Surabaya University', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), pp. 194–198.
- Tut Dini, N., Kiftia, M. and Halifah, E. (2022) 'Tingkat Stres dan Kejadian Premenstrual Syndrome pada Mahasiswi Rumpun Kesehatan', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(4), pp. 1–7.
- Wahyuni, S. D., Asparian and Izhar, M. D. (2018) 'Determinan yang Berhubungan dengan Premenstrual Syndrome (PMS) pada Remaja Putri Di SMPN 7 Kota Jambi', *Jurnal Kesmas Jambi*, 2(1), pp. 59–70.
- Wahyuni, S. and Wiranto, P. D. (2017) 'Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 2 Klaten.', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 7(14).
- Wahyuningsih, M. and Liliana, A. (2018) 'Analisa Hubungan antara Usia Menarche, Sikap tentang Pre-Menstruasi Sindrom terhadap Perilaku dalam Mengatasi Pre-Menstruasi Sindrom di SMPN 1 Mlati', *Jurnal Keperawatan Respati*, 5(2), pp. 383–387.
- Wijayanti et al. (2022) 'Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Berdasarkan Karakteristik Siswi Kelas XII di Pondok Pesantren Sukoharjo', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(1), pp. 24–31.
- Wijayanti, A., Margawati, A. and Wijayanti, H. S. (2019) 'Hubungan Stres, Perilaku Makan, dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *Jurnal Of Nutrition College*, 8(1), pp. 1–8.
- Yunitasari, E., Kusuma, A. and Palupi, R. (2023) 'Hubungan Pengetahuan dan Stres Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Tingkat Akhir', *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), pp. 67–74.