

DAFTAR PUSTAKA

- Ainida, H. F., Lestari, D. R., & Rizany, I. (2020) 'Hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas tidur remaja di madrasah aliyah negeri 4 Banjar' m. *CNJ: Caring Nursing Journal*, 4(2), 47-53.
- Aldriana, N. (2018) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian', *Jurnal Martenity and Neonatal*, 2(5), pp. 271-271.
- Amalia, I.N., Budhiana, J. and Sanjaya, W. (2023) 'Hubungan Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri', *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), pp. 75–82.
- Arisanti, N. K. R., Ariati, N. N., & Gumala, N. M. Y. (2023). Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Zat Besi, dan Vitamin C Terhadap Siklus Menstruasi Remaja di Sai Study Group Denpasar. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 12(2), 138-146.
- Armayanti, L.Y. and Damayanti, P.A.R. (2021) 'Faktor-faktor yang mempengaruhi keteraturan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 2 Singaraja', *Jurnal Media Kesehatan*, 14(1), pp. 75–87.
- Azad MC, Fraser K, Rumana N, et al. Sleep Disturbances among Medical Students : A Global Perspective. *Journal of Clinical Sleep Medicine*. 2015;11(1):69–74.
- Badriyah, L., & Yuliana, A. D. (2022) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di wilayah Kerja Puskesmas Alai Ilir Kabupaten Tebo Provinsi Jambi Tahun 2022', *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 1(2), pp. 37-41.
- Bae, J., Park, S., & Kwon, J. W. (2018) 'Factors associated with menstrual cycle irregularity and menopause', *BMC women's health*, 18(1), pp. 1-11.
- Bassi R., Sharma S., Saini A. S. and Kaur M., (2015) 'Correlation of Menstrual Pattern with Body Mass Index in Young Female Students', *Journal of Physiology and Pharmacology Advances*, 5(2): 556-564.
- Beddu, S., Mukarramah, S., & Lestahulu, V. (2015). Hubungan status gizi dan usia menarche dengan dismenore primer pada remaja putri. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 1(1), 16-21.
- Bolon, C.M.T. (2015) 'Gambaran Faktor–Faktor Penyebab Terjadinya Amenorea Pada Remaja Putri Di Desa Helvetia Timur Kecamatan Helvetia Medan Periode April-juni Tahun 2012', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 1(1), pp. 17–21.
- Buysse DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ (1989) 'Pittsburgh Sleep Quality Index', *Psychiatry Research*, 28:193-213
- Chang, C. J., Lai, M. M., Lin, C. C., Liu, C. S., Li, T. C., Li, C. I., & Lin, W. Y. (2016). Age at menarche and its association with the metabolic syndrome in Taiwan. *Obesity research & clinical practice*, 10, S26-S34.
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), *The social psychology of health: Claremont Symposium on applied social psychology*. Newbury Park, CA: Sage
- Dya, N. M., & Adiningsih, S. (2019). Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Siswi MAN 1 Lamongan The Correlation between Nutritional

- Status and Menstrual Cycle of Female Students at Islamic Senior High School 1, Lamongan. *IAGIKMI & Universitas Airlangga*, 310-314.
- Davidson, S. M., Dampang, D. P., & Padjao, A. (2023). Adequate Nutritional Intake and Nutritional Status with Adolescent Menstrual Cycle. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 5(3), 450-459.
- Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 85-92.
- Deviliawati, A. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 5(2).
- Djong, M. B. D. D., Lidia, K., Hutasoit, R. M., & Lada, C. O. (2022) 'The Correlation of Macronutrients Intake with Menstrual Cycle on Medical Students of Nusa Cendana University Kupang', *Cendana Medical Journal*, 10(2), pp. 315-327.
- Elza, A. N. (2020). Hubungan Tingkat Stress dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Model MAN 2 Kota Madiun. *Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun*
- Ersafiyanti, A., & Angesti, A. N. (2023). Hubungan Pola Tidur, Stres, Asupan Zat Gizi Mikro Dengan Pre Menstrual Syndrome Pada Siswi Sma Budhi Warman 1 Jakarta: The Relationship Between Sleep Quality, Stress, Micronutrients Intake With Premenstrual Syndrome among Budhi Warman 1 Highschool Students, Jakarta. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi Universitas Binawan*, 3(2), 46-56.
- Fadillah, R.T., Usman, A.M. and Widowati, R. (2022) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Putri Kelas X Di SMA 12 Kota Depok', *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 2(2), pp. 258-269.
- Fajarwati, S. H., Sholichah, F., & Sugiyanti, D. (2023) 'Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Siswi Pesantren Kelas VIII MTs Negeri 1 Tegal', *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan (JIGK)*, 4(02), pp. 26-31.
- Fidora, I., & Okrira, Y. (2019). Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi Remaja. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA (JKSP)*, 2(1), 24-29.
- Gultom, M. M., & Fitriangga, A. (2021) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Usia Menarche dengan Pola Siklus Menstruasi Siswi SMA di Pontianak'. *Cermin Dunia Kedokteran*, 48(12), 696-699.
- Hafiza, D. (2020) 'Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru', *Jurnal Medika Hutama*, 2(01 Oktober), pp. 332-342.
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022) 'Edukasi kesehatan reproduksi dan perkembangan remaja di panti asuhan yatim muhammadiyah kecamatan gresik kabupaten gresik jawa timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237-248.
- Hanapi, S., Arda, Z.A. and Bahi, W. (2021) 'Hubungan Kecukupan Zat Gizi Makro, Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat', *Gorontalo Journal of Public Health*, 4(1), pp. 13-18.
- Hastuti, R. Y., & Baiti, E. N. (2019). Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stress pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2), 84-93.

- Hartini, S. A., Fajri, D. N., & Meliyana, E. (2023) 'The Relationship Between Academic Stress Levels And Menstrual Disorder In Class IX Girls at SMP Negeri 1 Compreng In 2022', *Therapy: Journal of Health Science*, pp. 24-33.
- Hatmanti, N. M. (2015). Tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa. *Journal of Health Sciences*, 8(1).
- Hidayah, N., Rahfiludin, M. Z., & Aruben, R. (2016). Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Kabupaten Pematang Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(4), 537-444.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., ... & Hillard, P. J. A. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep health*, 1(1), 40-43.
- Ilham, M. A., Islamy, N., & Nasution, S. H. (2023). Gangguan siklus menstruasi pada remaja: literature review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185-192.
- Juliana, I., Rompas, S. and Onibala, F. (2019) 'Hubungan dismenore dengan gangguan siklus haid pada remaja di Sma N 1 Manado', *Jurnal keperawatan*, 7(1).
- Kemenkes RI. (2010). Hasil Utama Riskesdas 2010. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2019). Permenkes RI No.28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi (AKG). Jakarta. Kemenkes RI.
- Kennedy, K. E. R., Onyeonwu, C., Nowakowski, S., Hale, L., Branas, C. C., Killgore, W. D. S., Wills, C. C. A., & Grandner, M. A. (2022) 'Menstrual regularity and bleeding is associated with sleep duration, sleep quality and fatigue in a community sample', *Journal of sleep research*, 31(1), pp. 13434.
- Maedy, F.S., Permatasari, T.A.E. and Sugiatmi, S. (2022) 'Hubungan Status Gizi dan Stres terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri di Indonesia', *Muhammadiyah Journal Of Nutrition And Food Science (Mjnf)*, 3(1), pp. 1–10.
- Majida, D. (2020) 'Hubungan Frekuensi Konsumsi Junkfood, Pengetahuan Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA IT Al-Irsyad Al-Islamiyyah Purwokerto'. *Skripsi*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Manuaba, IBG., 2010. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan Edisi 2. Jakarta: EGC
- Maramis. (2011) *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga.
- Manurung, S. S. (2017) 'Hubungan Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Kecamatan Medan Marelan Tahun 2016', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 3(2), pp. 137-144.
- Martini, D. E., Maghfuroh, L., Aisyah, H. S., & Sari, D. P. (2022) 'Correlation Of Body Mass Index And Once Of Menarche With Menstrual Cycle In Adolescent Women At Islamic School Assalafi Nurul Huda In Sugio District Lamongan', *Surya*, 14(2), pp. 55-62.

- Mawarni, I., Mardiana, M., & Rahman, F. F. (2022) 'The Impact of Sleep Quality on the Menstrual Cycle of Teenage Girls at SMAN 1 Tenggarong, East Kalimantan', *Journal of Health Management Research*, 1(1), pp. 32-37.
- Mokoginta, F. S., Budiarmo, F., & Manampiring, A. E. (2016). Gambaran pola asupan makanan pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *eBiomedik*, 4(2).
- Nahdah, R.A., Safitri, D.E. and Fitria, F. (2022) 'Asupan Lemak, Serat, Kalsium Dan Kualitas Tidur Kaitannya Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri', *Journal of Nutrition College*, 11(2), pp. 163–170.
- Naveed, S., Ghayas, S., & Hameed, A. (2015). Hormonal imbalance and its causes in young females. *Journal of Innovations in Pharmaceuticals and Biological Sciences*, 2(1), 12-13.
- Novita, R. (2018) 'Hubungan status gizi dengan gangguan menstruasi pada remaja putri di SMA Al-Azhar Surabaya', *Amerta Nutrition*, 2(2), pp. 172–181.
- Noviyanti, D., & Dardjito, E. (2018). Hubungan antara status gizi dan tingkat asupan zat gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 2(1), 10-19.
- Paath, E. F. (2005) *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Jakarta: EGC.
- Pantaleon, M. G. (2019). Hubungan pengetahuan gizi dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 3(3), 69-76.
- Pebrina, M. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Siswi Remaja Di SMA N 12 Padang Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 7(2).
- Pretynda, P.R., Nuryanto, I.K. and Darmayanti, P.A.R. (2022) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri dalam Pembelajaran Daring di SMA Negeri 1 Kuta Utara', in *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, pp. 226–236.
- Prianbodo, B., & Tahki, K. (2021) 'Hubungan Pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku seks pranikah pada siswa kelas 9 MTS', *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif (JPJA)*, 4(01), pp. 1-8.
- Proverawati, Atikah dan Siti Misaroh. (2009) *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pujiati. (2018). Gambaran Kualitas Tidur pada Remaja dengan Obesitas Di Yayasan Manaratul Islam Jakarta Selatan. Uin Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Rachmawati, P. A., & Murbawani, A. D. (2015) 'Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Presentase Lemak Tubuh dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Penari', *Journal of Nutrition College*, 4(1), pp. 39-49.
- Rose, N., & Ani, S. (2019). Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sekolah Menengah Atas 15 Kota Semarang. *Kenedes Midwifery Journal*, 1(3), 8-14.
- Safriana, R. E. (2022) 'Gambaran Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Di Gresik', *IJMT: Indonesian Journal of Midwifery Today*, 2(1), pp. 11-15.
- Saliyanto, S., Zebua, C. F. P., Suherry, K., & Halijah, S. (2022). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Studi Literature. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 4(1), 67-81.

- Salmawati, N., Usman, A.M. and Fajariyah, N. (2022) 'Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Semester VII Universitas Nasional Jakarta 2021', *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1), pp. 107–115.
- Salsabila, D., & Farhat, Y. (2022) 'Hubungan Status Gizi, Tingkat Konsumsi Fe dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Remaja (Studi di SMA Negeri 2 Banjarbaru)', *Jurnal Skala Kesehatan*, 13(2), pp. 82-90.
- Schliep, K. C., Ghabayen, L., Shaaban, M., Hughes, F. R., Pollack, A. Z., Stanford, J. B. & Peterson, C. M. (2023). Examining the co-occurrence of endometriosis and polycystic ovarian syndrome. *AJOG Global Reports*, 3(3), pp. 100259.
- Sequeira, J. P., Suryantara, B., & Sari, F. (2024) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada Remaja Putri', *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), pp. 675-683.
- Ernawati Sinaga, E. S., Nonon Saribanon, N. S., Sa'adah, S. N., Sa'adah, S. N., Ummu Salamah, U. S., Yulia Andani Murti, Y. A. M., ... & Santa Lorita, S. L. (2017). Manajemen kesehatan menstruasi.
- Siregar, H.S.N., Mustika, S.E. and Wardhani, K. (2022) 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi FK UISU Tahun 2021', *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 5(2), pp. 101–108.
- Sitoayu, L., Pertiwi, D.A. and Mulyani, E.Y. (2017) 'Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stres, dan siklus menstruasi pada remaja', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(3), pp. 121–128.
- Setiawardani, R. I. (2020). Pengaruh Bacaan Al-Qur'an terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran UIN Jakarta Tahun Pertama Perklinik yang Diukur Menggunakan Kuesioner PSS-10. *Skripsi*. Universitas Negeri UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Sholihah, Z., Fitriangga, A. and Ilmawan. M.I. (2022) 'Hubungan Kualitas Tidur dengan Pola Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura', *Jurnal Cerebellum*, 8(3), pp. 1–5.
- Sohail, N. (2013). Stress And Academic Performance Among Medical Students. *J Coll Physicians Surg Pak*, 23(1), 67–71
- Sulistyadewi, N. P. E., & Masitah, R. (2020). Asupan karbohidrat dan lemak dari konsumsi makanan jajanan terhadap status gizi pada remaja. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 4(2), 52-56.
- Suraya, R., Nababan, A. S. V., Siagian, A., & Lubis, Z. (2020). Pengaruh Konsumsi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik, Screen Time, dan Durasi Tidur Terhadap Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(2), 80-87.
- Susanti, H. D., Ilmiasih, R., & Arvianti, A. (2017). Hubungan antara tingkat keparahan PMS dengan tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 3(1).
- Triany, D. S., Widajanti, L., & Suyatno, S. (2018). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Magnesium, Kalsium dan Besi, Aktivitas Fisik, Presentase Lemak Tubuh dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri SMA Negeri 4 Kota Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 335-341.
- Wahyuni, Y., & Dewi, R. (2018) 'Gangguan Siklus Menstruasi Kaitannya dengan Asupan Zat Gizi Pada Remaja Vegetarian', *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), pp. 76–81.

- WNPG. (2012). Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal. In Prosiding. Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- 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), 299-304.
- Yuniaty, S. (2019). Pengaruh Perceived Stress dan Religiusitas terhadap Intensi Bunuh Diri pada Dewasa Awal. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Zafar, M., Sadeeqa, S., Latif, S., & Afzal, H. (2017) 'Pattern and prevalence of menstrual disorders in adolescents', *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 9(5), pp. 2088-2099.

