

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, U. (2019). Psikologi Remaja. Yogyakarta: IDEA Press Yogyakarta
- Almatsier, S. (2011). Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Allaway, H. C. M., Southmayd, E. A., & De Souza, M. J. (2016). The physiology of functional hypothalamic amenorrhea associated with energy deficiency in exercising women and in women with anorexia nervosa. *Hormone Molecular Biology and Clinical Investigation*, 25(2).
- Andriani, D. A. G., Silakarma, D., & Adiartha Griadhi. (2019). hubungan Antara Kebugaran Fisik dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Andriana, Nana Aldriana, Andria. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian. *Jurnal Maternity and Neonatal Vol 2 No*
- Anggraeni & Conard (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Durasi Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Tahun 2020. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(2), 256–264. <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i2.5978>
- Ardhianti, Y. (2014) Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan I. Yogyakarta: Deepblish.
- Arini, L. A., Giri, K. E., & Astuti, A. T. (2020). *Correlation Between Body Mass Index (BMI) and Level of Anxiety to Menstrual Cycle for Young Female Students in the Department of Midwifery*. 394(Icirad 2019), 145–150.
- Arisman. (2010). Gizi dalam daur Kehidupan. Jakarta: EGC
- Arisman (2014). Obesitas, Diabetes Melitus dan Dislipidemia. Jakarta : ECG
- Ariyanti, Rika. (2018).” Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Di MTs Negeri Jetis Ponorogo”. *Ponorogo*
- Atmarita (2018). Asupan Gizi yang Optimal untuk Mencegah Stunting. Jakarta: Persatuan Ahli Gizi Indonesia.
- Baadiyah, M., Winarni, S., Mawarni, A., & Purnami, C. T. (2021). Hubungan aktivitas fisik dan tingkat kecemasan dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9, 338–343. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Bassi R *et al.* (2016). *Correlation of Menstrual Pattern with Body Mass Index in Young Female Students*.
- Berenbaum, S. A., Beltz, A. M., & Corley, R. (2015). Chapter Two - The Importance of Puberty for Adolescent Development: Conceptualization and Measurement. In J. B. Benson (Ed.), *Advances in Child Development and Behavior* (Vol. 48, pp. 53–92
- Beshay, V. E., & Carr, B. R. (2017). Hypothalamic–Pituitary–Ovarian Axis and Control of the Menstrual Cycle. In T. Falcone & W. W. Hurd (Eds.), *Clinical Reproductive Medicine and*

Surgery (pp. 1–17).

- Budayati, Eka Swasta. (2017). Olahraga dan Fisiologi Reproduksi Wanita. *FIK Universitas Negeri Yogyakarta. Vol VI, No 2*
- Briawan, D. (2014). Anemia Masalah Gizi Pada Remaja Wanita. Jakarta : EGC.
- Castrogiovanni, P., Di Rosa, M., Ravalli, S., Castorina, A., Guglielmino, C., Imbesi, R., Vecchio, M., Drago, F., Szychlinska, M. A., & Musumeci, G. (2019). *Moderate physical activity as a prevention method for knee osteoarthritis and the role of synoviocytes as biological key. International Journal of Molecular Sciences, 20(3), 1–17.*
- Dahlan, S.M. (2013). Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel. Jakarta : Salemba Medika.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA, 1(1), 116–133.*
- Dewi, Nilda Syntia. (2012) . Biologi Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Dharma, K. K. (2019). Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian). (*Jusirman & A. Maftuhin, Eds.*) (*Revisi tah*). Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Dharma, Kusuma Kelana. (2011). Metodologi Penelitian Keperawatan : Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian. Jakarta, Trans InfoMedia
- Dwivanissha, Astiningsih Kadek Julian. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. Poltekkes Denpasar.
- Effendi, F & Makhfudli. 2009. Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba medika.
- Erwinanto, D. (2017). Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X Tahun Ajaran 2016/2017 di SMK Muhammadiyah 1 Wates Kabupaten Kulon Progo DIY. *Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta*
- Fatmah. (2012). Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Departemen Gizi FKM UI.
- Fransiska et al., (2017). Hubungan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi. Universitas Katolik Musi Charista Palembang
- Farida & Dian. (2021). Indeks masa tubuh, menarche dan siklus menstruasi pada remaja. 13(2). <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v13i2.1913>
- Fidora, I., & Okrira, Y. (2019). Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Remaja. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP), 2(1), 24–29.* <https://journal.ukmc.ac.id/index.php/joh/article/view/191>
- Gupta, D. S., Jadhav, N. A., & Kanase, S. B. (2021). *Effect of Diet, Physical Activity, and Psychosocial Factors, on Menstrual Cycle Abnormalities in College Students of Karad, Maharashtra, India. Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences, 10(15), 1048–1053.*
- Hamka, P. (2019). Perilaku Aktivitas Fisik dan Determinannya pada Mahasiswa Fakultas Ilmu -

Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof . Dr . Hamka The Behavior of Physical Activity and Determinants of Student at Faculty Health Science. *University of Muhammadiyah*. 4, 134–142.

- Hardini, Santi Dwi. (2018). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII Di MAN 1 PONOROGO. *Ponorogo*
- Haryono, Rudi. (2018). Siap Menghadapi Menstruasi & Menopause. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Hanafi et al., (2021). Hubungan Kecukupan Zat Gizi Mikro, Stress, Dan Aktifitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi, *Thesis, Journal Of Public Health*, 4
- Hennigar, S. R., Mcclung, J. P., Hatch-Mcchesney, A., Allen, J. T., Wilson, M. A., Carrigan, C. T., Murphy, N. E., Teien, H. K., Martini, S., Gwin, J. A., Karl, J. P., Margolis, L. M., & Pasiakos, S. M. (2021). *Energy deficit increases hepcidin and exacerbates declines in dietary iron absorption following strenuous physical activity: A randomized-controlled cross-over trial. American Journal of Clinical Nutrition*, 113(2), 359–369.
- Hikmah, A. N., Chodidjah, C., & Sadyah, N. A. C. (2020). *Effect of Strenuous Physical Activity on the Sum of Leukocytes in Wistar Strain Male Mice. Jurnal Litbang Edusaintech*, 1(1), 1–4.
- Irianto, K. 2015. Memahami Berbagai Penyakit. Bandung: Alfabeta
- Irianto, Koes. (2014). Panduan Lengkap : Biologi Reproduksi Manusia (Human Reproductive Biology) untuk paramedis dan non-paramedis. Bandung, Alfabeta.
- Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>
- Karlinah, N., & Irianti, B. (2021). Pengaruh Indeks Massa Tubuh (Imt) terhadap Siklus Menstruasi pada Siswi Sma Negeri 1 Kampar Kiri Hilir. *Jurnal Bidan Komunitas*, 4(1), 39–44.
- Kartikawati, Sri Lestari & Apriza Irma Sari. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat III (Remaja Akhir Usia 18-21 Tahun) Di Stikes Bhakti Kencana Bandung. *Dinamika Kesehatan, Vol. 8 No. 1* Kementerian Kesehatan RI. *Rajin Aktivitas Fisik, KEMENKES RI*.
- Kesehatan, D. (2017). *Dinamika Kesehatan, Vol. 8 No. 1, Juli 2017 Kartikawati, et. al., Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat III (Remaja Akhir Usia 18- 21 Tahun) Di Stikes Bhakti Bandung Tahun 2016*.
- Ku, P. W., Steptoe, A., Liao, Y., Sun, W. J., & Chen, L. J. (2018). *Prospective relationship between objectively measured light physical activity and depressive symptoms in later life. International Journal of Geriatric Psychiatry*, 33(1), 58–65.
- Kulshrestha, S., Durrani, A. M., & Author, C. (2019). *Prevalence of Menstrual Disorders and Their Association with Physical Activity in Adolescent Girls of Aligarh City. International Journal of Health Sciences & Research*, 9(8), 384.

- Kusmiran, E. (2014). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusumawati, D., Indanah, Faridah, U., & Ardiyati, R. A. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Siswi MA Ma ' ahid Kudus. *Proceeding of The URECOL*, 924–927.
- Kowalski, K. C., Crocker, P. R., & Donen, R. M. (2015). *The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) Manual*. College of Kinesiology, University of Saskatchewan.
- Kwak, Y., Kim, Y., & Baek, K. A. (2019). *Prevalence of irregular menstruation according to socioeconomic status: A population-based nationwide cross-sectional study*. *PLoS ONE*, 14(3), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214071>
- Luthfa, Adriani & Nendhi Wahyunia Utami. (2017). Gambaran Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Dilihat Berdasarkan Tingkat Stress Di Pondok Pesantren Kuno Putri Gamping Sleman. *Yogyakarta*
- Louk, A. F., Rante, S. D. T. R., & Folamauk, C. L. H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Durasi Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Tahun 2020. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(2), 256–264. <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i2.5978>
- Merryana & Bambang. (2012). Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana.
- Mesarini, B. A., & Astuti, V. W. (2013). Stress dan Mekanisme Koping terhadap Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal STIKES*, 6 (1), 39- 40.
- Muslikah Ari. (2020). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Gangguan Siklus Menstruasi Mahasiswi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Yogyakarta*.
- Naibaho, Winny Novietta K, Slamet Riyadi, Arif Suryawan. (2014). Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Warga Kota Surakarta. *Nexus Kedokteran Komunitas Vol3./No.2*
- Nathalia, V. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Diii Diniyah Puteri Kota Padang Panjang. *Jurnal penelitian dan kajian ilmu XIII (5)*, 124
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2012). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, H., Milanti, I., & Fransiska, N. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Isi Buku KIA Dengan Kepatuhan Kunjungan ANC Kelurahan Timbau Wilayah Kerja Puskesmas Rapak Mahang Tahun 2017. *In Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam (Vol. 5, Issue 2, pp. 47–54)*.
- Nurmalina, Rina & Bandung Valley. (2018). Pencegahan & manajemen obesitas. Jakarta : PT Elex Media Komputindo: Kompas Gramedia
- Octavia, G., & Iryawan, A. (2017). Hubungan Berat Badan Kurang dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi SMA di Surakarta. *Nexus Kedokteran Komunitas*, 6(1), 12–23.

- Oktabriawatie D, Mulyani EY, dan Herlianti MP. (2014) Konsumsi Kalsium Dan Keluhan Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 6 Tangerang. *Jurnal Ilmiah Universitas Esa Unggul dalam Jurnal Gizi Vol.2 No.2 Oktober 2010*.
- Paath, E. F., Rumdasih, Y., & Heryati. (2014). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC.
- Prestyani, N. D., Rumpiati, & Yunitasari, N. (2017). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Proverawati, Atikah & Siti Misaroh. (2018). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Muha Medika
- Purnama, M. (2020). *Pemantauan Aktivitas Fisik*. Yogyakarta: *The Jornal Publishing*.
- Putra, Y. W., & Rizqi, A. S. (2018). Index Massa Tubuh (IMT) Mempengaruhi Aktivitas Remaja Putri Smp Negeri 1 Sumberlawang. *Gaster*, 16(1), 105.
- Purwati, Y., & Muslikhah, A. (2021). Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(2), 217–228. <https://doi.org/10.31101/jkk.1691>
- Rafique, N., & Al-Sheikh, M. H. (2018). Prevalence of menstrual problems and their association with psychological stress in young female students studying health sciences. *Saudi Medical Journal*, 39(1), 67–73. <https://doi.org/10.15537/smj.2018.1.21438>
- Rahman N., Utami N., Fitra A., (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Sma Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*. Volume 7 Nomor 1, Maret 2016 : 1- 64
- Rakhmawati A, Dieny F.F. (2013). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Gangguan Siklus Menstruasi pada Wanita Dewasa Muda. *Journal of Nutrition College*.
- Reavey, J. J., Walker, C., Murray, A. A., Brito-Mutunayagam, S., Sweeney, S., Nicol, M., Cambursano, A., Critchley, H. O. D., & Maybin, J. A. (2021). *Obesity is associated with heavy menstruation that may be due to delayed endometrial repair*. *Journal of Endocrinology*, 249(2), 71–82.
- Ren, Z., Hu, L., Yu, J. J., Yu, Q., Chen, S., Ma, Y., Lin, J., Yang, L., Li, X., & Zou, L. (2020). *The influence of social support on physical activity in chinese adolescents: The mediating role of exercise self-efficacy*. *Children*, 7(3).
- Ridhwanah A., Zulhaida L., Ernawati N., (2014). *Gambaran Konsumsi Pangan Dan Status Gizi Anak Jalanan Di Kota Medan Tahun 2014*
- Riskawati, Y. K., Prabowo, E. D., & Rasyid, H. Al. (2018). Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter. *Majalah Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya*, 5(1), 26–32.
- Riskesdas. (2013). *Laporan Nasional Riskesdas 2013*. Riset Kesehatan Dasar
- Ruqaiyah, R., & Fauziah, Y. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa AKBID Pelamonia Makassar Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.37337/jkdp.v4i1.169>

- Samir, N., Fattah, H. A. El, & Sayed, E. M. (2018). *The correlation between body mass index and menstrual profile among nursing students of Ain Shams University. Egyptian Nursing Journal, 2.*
- Santi, D. R., & Pribadi, eko teguh. (2018). Kondisi gangguan menstruasi pada pasien yang berkunjung di klinik pratama UIN Sunan Ampel. *Journal of Health Science and Prevention, 2*(1), 14-21. ISSN: 2549-919X.
- Sebtalesy, C. Y. (2019). Gambaran Siklus Menstruasi Dilihat Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Siswi MAN 1 Kota Madiun. *Jurnal Midpro, 11*(1), 12.
- Setiawati, S. E. (2018). Pengaruh Stress Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja. *J Majority.*
- Simbolon, Purnama. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Lama Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Lampung
- Sinaga, E., Saribanon, N., Nailus Sa'adah, S., Salamah, U., Andani Murti, Y., Trisnamiati, A., & Lorita, S. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi.* Jakarta: Global One
- Subardja D. *Obesitas primer pada anak.* Bandung: Kiblat Buku Utama; 2014
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods).* Bandung: Alfabeta.
- Sunarsih. (2017). Hubungan Status Gizi Dan Aktifitas Fisik Terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi. *Jurnal Kebidanan, 3*(4), 190–195.
- Syafiq A dkk. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat.* (2010). Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tristiana, A. (2017) *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore Primer pada Santri di Pondok Pesantren X Kabupaten Bogor.* Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Tombokan, Kevin C, Damajanty. H. C. Pangemanan., Joice N. A. engka. (2017). Hubungan antara Stres dan Pola Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *jurnal e-biomedik volume 5 nomor 1.*
- Umbu, G., Sagabulang, K., Telussa, A. S., Pieter, H., Wungouw, L., Agnes, M., & Dedy, E. (2022). *Hubungan Indeks Masa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Universitas Nusa Cendana Kupang. April, 17–23.*
- Vina, M. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMP Dharma Pancasila Medan. *Universitas Sumatera Utara, 33*(1), 37–49.
- WHO. (2017). *Global Recommendations on Physical Activity for Health 5-17 years old.*
- World Health Organization. (2014). *Growth References 5-19 years for adolescence.*
- Wirawan Sarwono, S. (2018). *Psikologi Remaja.* Depok: Rajawali Perss
- Yudita, Aini Nurul, Amel Yanis, Detty Iryani. (2017). Hubungan Antara Stres Dengan Pola Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas, Vol 6* (2).

- Yuni, P., & Ari, M. (2020). Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik Dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah. Bandung*
- Yulinda, Y., Purwaningsih, D., & Sudarta, C. M. (2017). Latihan Yoga Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Siklus Menstruasi Remaja Puteri. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 20. [https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(1\).20-26](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).20-26)
- Yunarsih, Y., & Antono, S. D. (2017). Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas VII SMPN 6 Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 25.