

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. dan Wirjatmadi, B. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Edisi 1. Jakarta: Kencana.
- Aldiba, K. 2022. Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Kohesi* 7(2): 112-126.
- Ali, M. dan Asrori, M. 2004. *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Almasier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Andriana Jumaini dan Nunu Prihantini, N. 2021. Hubungan Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya* 9(2): 1351–1361.
- Arum, V., Yuniastuti, A. dan Kasmini, W. O. 2019. The Relationship of Nutritional Status, Physical Activity, Stress, and Menarche to Menstrual Disorder (Oligomenorrhea). *Public Health Perspectives Journal* 4(1): 37–47.
- Ashakiran, S. dan Deepthi, R. 2012. Fast foods and their impact on health. *Journal of Krishna Institute of Medical Sciences University* 1(2): 7–15.
- Astuti, D dan Kulsum, U. 2020. Pola Menstruasi dengan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* 11(2): 314. doi: 10.26751/jikk.v11i2.832.
- Azzahra, N. *et al.* 2022. Hubungan Berat Badan dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Biologi Kelas C Angkatan 2019 Universitas Negeri Padang. 499–507.
- Bays, H. 2014. Central obesity as a clinical marker of adiposopathy; increased visceral adiposity as a surrogate marker for global fat dysfunction. *Curr Opin Endocrinol Diabetes Obes.* 21(5).
- Baziad, A., Prajitno, R. dan Prabowo. 2011. *Ilmu Kandungan*. Edisi 3. Edited by M. Anwar, A. Baziad, dan P. Prabowo. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Bhaskar, R. 2012. Junk Food: Impact on Health. *Journal of Drug Delivery and Therapeutics* 2(3). doi: 10.22270/jddt.v2i3.132.
- Carole. 2009. *Menstruasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Caroline, J. dan Bohme. 2001. *Kesehatan Wanita di Atas 40 Tahun*. Jakarta: Gramedia.
- Coad, J. 2007. *Anatomi dan Fisiologi untuk Bidan*. Jakarta: EGC.
- Damayanti, D., Trisus, E. A. dan Yunanti, E. 2022. Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi fakultas keperawatan di satu universitas swasta di Tangerang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 18(2): 212–219.

- Deviliawati, A. 2020. Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal Aisyiyah Medika* 5(2): 111–120. doi: 10.36729/jam.v5i2.390.
- Devillya, P. D. dan Selty, T. 2017. Hubungan Antara Status Gizi Dan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan* (91): 99–103.
- Dewi, F. N. R. 2021. Konsep Diri pada Masa Remaja Akhir dalam Kematangan Karir Siswa. *Journal of Guidance and Counseling* 5(1): 46–62. doi: 10.21043/konseling.v5i1.9746.
- Dya, N. M. dan Adiningsih, S. 2019. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi MAN 1 Lamongan. *Amerta Nutrition* 3(4): 310. doi: 10.20473/amnt.v3i4.2019.310-314.
- Faridah, B., Handin, H. R. S. dan Dita, R. 2019. Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)* 3(2): 68–73.
- Faridi, A. et al. 2016. *Survei Konsumsi Gizi*. Cet-1. Edited by R. Watrianthos dan D. D. Pratama. Yayasan Kita Menulis.
- Fauziyah, S. 2021. Tingkat Pengetahuan Peran Hormon Reproduksi Terhadap Menstruasi Pada Siswi Man Kota Sorong. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Fernanda, C. et al. 2021. Hubungan Asupan, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Tingkat Stres dan Siklus Menstruasi Atlet Bulutangkis. *Sport and Nutrition* 3(1): 1–14. doi: 10.1016/j.sasoi.2013.12.010.
- Graha, C. K. 2010. *100 Question and Answer*. Jakarta: PT Elex Media Komputer.
- Gunawan, S. P. dan Adriani, M. 2020. Obesitas Dan Tingkat Stres Berhubungan dengan Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Kelurahan Klampis Ngasem, Surabaya. *Media Gizi Indonesia* 15(2): 123.
- Harjana, A. M. 2002. *Stres Tanpa Distres*. Cet-1. Yogyakarta : Kanisius.
- Harzif, A. K., Silvia, M. dan Wiweko, B. 2018. *Fakta-fakta Mengenai Menstruasi pada Remaja*. Jakarta: Medical Research Unit Universitas Indonesia.
- Hidayati, N. dan Fitriani, I. S. 2021. Pengaruh Tipe Pengasuhan Orang Tua Terhadap Perilaku Menghadapi Perubahan Seks Sekunder Remaja Putri SMPN 1 Siman Ponorogo. *Indonesian Journal for Health Sciences* 5(1): 8. doi: 10.24269/ijhs.v5i1.2182.
- Hurlock B, E. (2010). *Psikolog Perkembangan*. Perpustakaan Nasional RI.
- Irianto, K. 2015. *Reproductive Health*. Alfabeta.
- Isroani, F. et al. 2023. *Psikologi Perkembangan*. Cetakan pertama. Edited by A. Rahmawati. Mitra Cendekia Media.
- Jatmiko, D. 2021. Kenakalan remaja klithih yang mengarah pada konflik sosial dan

- kekerasan di Yogyakarta. 21(2): 2579–4248. doi: 10.21831/hum.v21i2.37480.
- Johnson, S., Sahu, R. dan Saxena, P. 2012. Nutritional Analysis of Junk Food investigators *Citeseer*. 1–24.
- Juliana, I., Rompas, S. dan Onibala, F. 2019. Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di SMAN 1 Manado *Jurnal Keperawatan* 7(1): 1–8. doi: 10.35790/jkp.v7i1.22895.
- Kemenkes. 2022. *Pola Makan Mempengaruhi Siklus Menstruasi*. Available at: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/704/pola-makan-mempengaruhi-siklus-menstruasi](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/704/pola-makan-mempengaruhi-siklus-menstruasi) (Accessed: 18 September 2022).
- Kristiana, T. *et al.* 2020. Hubungan Antara Pola Tidur Dan Kebiasaan Makan *Junk Food* Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Universitas Malahayati Tahun 2019. *Human Care Journal* 5(3): 750. doi: 10.32883/hcj.v5i3.758.
- Kumalasari, D. *et al.* 2019. Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja. *Wellness and Healthy Magazine*. 1(2). 187-192.
- Kusmiran, E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika 2012.
- Kusmiran, E. 2013. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Makassar: Salemba Medika.
- Laia, B. dan Daeli, B. 2022. Hubungan Kematangan Emosional dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat 2(2).
- Lakkawar, J. N. *et al.* 2018. A Study of Menstrual Disorders in Medical Students and its Correlation with Biological Variables. *Scholars Journal of Applied Medical Sciences (SJAMS)* 2(1): 3165–3175. doi: 10.36347/sjams.2014.v02i06.065.
- Leone, T. dan Brown, L. J. 2020. Timing and determinants of age at menarche in low-income and middle-income countries. *BMJ Global Health* 5(12): 1–10. doi: 10.1136/bmjgh-2020-003689.
- Lestari, M. dan Amal, F. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Haid Tidak Teratur Pada Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jayapura. *Jurnal Sehat Mandiri* 14(2): 57–63. doi: 10.33761/jsm.v14i2.107.
- Liu, Y. *et al.* 2004. Factors affecting menstrual cycle characteristics. *American Journal of Epidemiology* 160(2): 131–140. doi: 10.1093/aje/kwh188.
- Maedy, F. S., Permatasari, T. A. E. dan 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): 1. doi: 10.24853/mjnf.3.1.1-10.
- Mahmud, R. dan Uyun, Z. 2021. Studi Deskriptif Mengenai Pola Stress Pada Mahasiswa Praktikum. *Jurnal Indigenous* 1(2): 29–39.
- Mahmudah, N. S. I. 2022. Hubungan Tingkat Kecemasan dan Aktivitas Fisik terhadap

Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Sma Negeri 9 Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

- Manuaba 2010. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Edited by M. Ester. Jakarta: Ar-Can.
- Manurung, G. E., Iskandar, A. dan Rachmiputri, A. 2021. Hubungan Frekuensi Konsumsi dan Jenis Junk Food dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains dan Kesehatan* 3(3): 392–394. doi: 10.25026/jsk.v3i3.324.
- Mareta, R., Amran, R. dan Larasati, V. 2018. Hubungan Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) dengan Infertilitas di Praktik Swasta Dokter Obstetri Ginekologi Palembang. *Majalah Kedokteran Sriwijaya* 50(2): 85–91.
- Marsela, R. D. dan Supriatna, M. 2019. Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *journal of Innovative Counseling* 3(2): 65–69.
- Mau, R. A., Kurniawan, H. dan Dewajanti, A. M. 2020. Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida dengan Nyeri Menstruasi. *Jurnal Kedokteran Meditek* 26(3): 139–145. doi: 10.36452/jkdoktmeditek.v26i3.1946.
- Mufied Fauziah. 2022. Dampak Kognitif, Afektif dan Sosial dari Pengalaman Situasi Krisis. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4(2): 336–341. doi: 10.51214/bocp.v4i2.284.
- Muniroh, S. dan Widiatie, W. 2017. Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri (Studi Di Asrama III Nusantara Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang). *Journal of Ners Community* 8(1): 1–10.
- Nahdah, R. A., Safitri, D. E. dan Fitria, F. 2022. Asupan Lemak, Serat, Kalsium dan Kualitas Tidur Kaitannya dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College* 11(2): 163–170. doi: 10.14710/jnc.v11i2.33212.
- Nathalia, V. 2019. Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Stit Diniyyah Puteri Kota Padang Panjang. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmu XIII*(5): 124.
- Ningrum, S. K. 2022. Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Mengonsumsi Junk Food dengan Kejadian Disminore pada Siswi SMA Al-Amin Paciran. Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Ningtyas, L. N. dan Nursyarofah, N. 2023. Edukasi Gizi Pengaturan Pola Makan dan Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan* 1(1): 20–26. doi: 10.24853/jaras.1.1.20-26.
- Nur Halimah, D. 2019. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Junk Food dengan Kadar Kolesterol Total pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di desa Candimulyo Jombang. Stikes Insan Cendekia Medika Jombang.
- Palupi, M. *et al.* 2022. Hubungan Pola Konsumsi dengan Siklus Menstruasi pada

Mahasiswa Akademi Gizi Karya Husada Kediri. *Prosiding SPIKesNas : Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional* 1(2): 311–320.

- Prawirohardjo, S. 2009. *Ilmu kebidanan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prawirohardjo, S. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Ed 4 Cet 5. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A. 2014. *Menarche : Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Cet.2. Yogyakarta: Nuha Media.
- Purnami, C. T. dan Sawitri, D. R. 2019. Instrumen “ Perceive Stress Scale ” Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat. *Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada MAsyarakat UNDIP-UNNES*. 311–314.
- Purwati, Y. dan Muslikhah, A. 2021. Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah* 16(2): 217–228. doi: 10.31101/jkk.1691.
- Purwoastuti, E. dan Waryani, S. E. 2015. *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi*. Cet-1. Yogyakarta Pustaka Baru Press.
- Putri, R. M. dan Devi, H. M. 2022. Konsumsi Junk Food dan Perilaku Picky Eating dengan Status Gizi Anak Sekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 11(2): 268. doi: 10.36565/jab.v11i2.566.
- Rahmawati, M. N., Rohaedi, S. dan Sumartini, S. 2019. Tingkat Stres Dan Indikator Stres Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 5(1): 25–33. doi: 10.17509/jpki.v5i1.11180.
- Ramadhani, A. H. dan Hendrati, L. Y. 2019. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Hubungan Jenis Kelamin dengan Tingkat Stres pada Remaja Siswa SMA di Kota Kediri Tahun 2017. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Edisi Khusus* 177–181.
- Rasmun. 2004. *Stress, koping dan adaptasi teori dan pohon masalah keperawatan*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Rorong, J. dan Wiliar, W. 2019. Studi Tentang Aplikasi Zat Aditif Pada Makanan Yang Beredar di Pasaran Kota Manado. *Techno Science Journal* 1(2).
- Rowa Saharia, S. *et al.* 2023. Hubungan Pola Makan dan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Siswi SMAN 13 Luwu. *Jurnal Ilmiah Keperawatan* 9(2).
- Sa’id, A. M. 2015. *Mendidik Remaja Nakal*. Cetakan pertama. Yogyakarta : Semesta Hikmah.
- Sarlito, W. S. 2001. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarwono, P. 2011. *Ilmu Kandungan*. 3rd edn. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sianturi, M. F. dan Anasis, A. M. 2022. *Ilmu Biomedik Dasar untuk Mahasiswa Kesehatan*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management.

- Sinaga, E. *et al.* 2017. *Manajemen Kesehatan Menstrasi*. Universitas Nasional.
- Sirajuddin, Surmita dan Astuti, T. 2018. *Survei Konsumsi Pangan*. Cetakan pertama.
- Sudargo Toto. *et al.* 2014. *pola Makan dan Obesitas*. Cetakan Pertama. Gajah Mada University Press.
- Sumarni, E., Pratama, Y. dan Intasir, P. M. 2022. Dampak Menstruasi Terhadap Tingkat Stress dan Kelelahan pada Tim Futsal Putri. 6(2): 19–23.
- Sunaryo 2013. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Suryani, I. S., Sulastri, M. dan Hasrinurhidayat 2020. Hubungan Konsumsi Junk Food dengan Status Gizi pada Remaja di Sekolah Menengah Pertama “S”. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan* 4(1): 79–84.
- Suryono. 2009. *Sindrom Premenstruasi*. Nuha Medika.
- Tazkia, A. 2023. Hubungan Frekuensi Konsumsi Junk Food dengan Siklus Menstruasi Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Diploma Thesis, Universitas Andalas.
- Ufrida, K. dan Harianto, S. 2022. Konsumerisme Makanan Siap Saji Sebagai Gaya Hidup Remaja Di Kota Surabaya: Studi Kasus Siswi Sma Muhammadiyah 4 Kota Surabaya. *Jurnal Analisa Sosiologi* 11(1): 137–156. doi: 10.20961/jas.v11i1.57134.
- Ulfa, Z. D. dan Setyaningsih, Y. 2020. Tingkat Stres Ibu Menyusui dan Pemberian Asi pada Bulan Pertama. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK* 16(1): 15–28. doi: 10.33658/jl.v16i1.145.
- Ulum, C. M. 2018. Hubungan Sikap Mahasiswa Dengan Tingkat Stress Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Semester Viii S1 Keperawatan Stikes Icme Jombang.
- Widyaningrum, R., Tirtana, A. dan Nurfadillah, A. 2021. Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi SMK Gagas Wanareja Cilacap. *Jurnal Kesehatan Madani Medika* 12(02): 259–265.
- Yustinus. 2009. *Siklus Menstruasi pada Wanita*. Jakarta: Kedokteran EGC.
- Zahedi, H. *et al.* 2014. Association between junk food consumption and mental health in a national sample of Iranian children and adolescents: The CASPIAN-IV study. *Nutrition* 30(11–12): 1391–1397. doi: 10.1016/j.nut.2014.04.014.