

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Muhammad Dinul, Asnia Zainuddin, dan Lisnawaty. 2025. Hubungan Pola Konsumsi dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Siswa MAN Insan Cendekia Kota Kendari Tahun 2024. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia* 5(4): 102–6.
- American Academy of Pediatrics. 2024. Stages of Adolescence. Diakses di [www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/Pages/Stages-of-Adolescence.aspx](http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/Pages/Stages-of-Adolescence.aspx)
- Armayanti, Luh Yenny, Putu Ayu Ratna Damayanti, dan Putu Ayu Ratna Damayanti. 2021. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Media Kesehatan* 14(1): 75–87.
- Astrika Yunita, F., Eka Nurma Yuneta, A., Sutisna, E. S., Rante Ada, Y., III Kebidanan, P. D., Vokasi, S., Sebelas Maret, U., & Ilmu Kesehatan Masyarakat, B. (2020). Hubungan Pola Diet Remaja dengan Status Gizi. *Placenum Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 2020.
- Aulia, Ninda R. 2021. Peran Pengetahuan Gizi terhadap Asupan Energi, Status Gizi dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 02(02). ISSN: 2716-0084
- Azis, A. A., Kurnia, N., Hartati, dan Purnamasari, A. B. 2018. Menstrual Cycle Length in Women Ages 20-30 years in Makassar. *Journal of Physics: Conference Series*, 1028(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1028/1/012019>
- Candra, Ayuk, Dwi Kurnia Ps, dan Lilia Faridatul Fauziah. 2024. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri SMK Negeri 2 Tuban. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi* 2(4): 169–79.
- Damayanti, R. E., Sumarmi, S., & Mundiastuti, L. 2019. Hubungan Durasi Tidur dengan Kejadian Overweight dan Obesitas pada Tenaga Kependidikan di Lingkungan Kampus C Universitas Airlangga. *Amerta Nutrition*, 89–93. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.89-93>
- Damayanti, R., Sari, K., & Yulianti, I. 2022. Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi remaja di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(3), 156-163.
- Dieny, F. F., Widyastuti, N., & Fitranti, D. Y. 2019. Nutritional Status, Physical Activity, and Age at Menarche in Adolescent Girls. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 124-132.
- Dya, N. M., & Adiningsih, S. 2019. Hubungan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Siswi MAN 1 Lamongan. *Amerta Nutrition*. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i4.2019>
- Febytia, Nechita Dinda, dan Nunung Cipta Dainy. 2023. Hubungan Kualitas Tidur, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi UMJ. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik* 1(3): 204–9.

- Fil Ilmi, A., & Selasmi, E. W. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 6 Tangerang Selatan. *Edu Masda Journal*, 3(2).
- Fitriningtyas, E., Redjeki, S., & Kurniawan, A. (2017). Usia Menarche, Status Gizi, dan Siklus Menstruasi Santri Putri. *Jurnal Preventia UM*, 2(2).
- Grieger, J. A., & Norman, R. J. 2020. Menstrual cycle length and patterns in a global cohort of women using a mobile phone app: Retrospective cohort study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(6). <https://doi.org/10.2196/17109>
- Gunawan., Shofar Ash., I. N. 2018. Penentuan Status Gizi Balita Berbasis Web menggunakan Metode Z-Score. *Jurnal Infotronik*, 3(2), 120–125
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. 2021. Textbook of Medical Physiology (14th ed.). Elsevier.
- Hillard, P. J. A. 2023. Practical Pediatric and Adolescent Gynecology (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Jayanti, Yunda D., Nidya Elsa Novananda. 2019. Hubungan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas XI Akuntansi 2 (Di Smk Pgri 2 Kota Kediri). *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 100-108. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v6i2.38>
- Jiang, B., Tsao, R., Li, Y., Miao, M. 2014. Food Safety: Food Analysis Technologies/Techniques. *Encyclopedia of Agriculture and Food Systems: Academic Press*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-52512-3.00052-8>
- Kemenkes RI. 2023. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka*.
- Kemenkes RI. 2022. *Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/51/2022 tentang Standar Alat Antropometri dan Alat Deteksi Dini Perkembangan Anak*.
- Kemenkes RI. 2015. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Kusmiran, E., & Fitriani, R. 2020. Hubungan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi dengan Gangguan Sistem Reproduksi pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Prima*, 14(1), 11-19.
- Kusuma, R. M., & Sartika, R. A. D. 2022. Hubungan tingkat stres dengan status gizi remaja selama pembelajaran daring. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 45-52.
- Lestari, Widya, Desi Wildayani, dan Winda Listia Ningsih. 2024. Hubungan Status Gizi dan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Pesantren Perkampungan Minangkabau Yayasan Shine Al Falah Padang. *Journal Kesehatan Kusuma Husada* 15(1): 50–56.
- Lusiani and Rahayu, “Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Muhammadiyah 7 Yogyakarta,” *J. Kebidanan*, vol. 12, no. 2, pp. 68–74, 2023.
- Mardiana, M., Mawarni, I., & 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), 32. <https://doi.org/10.37036/jhmr.v1i1.304>
- Mayasari, B., Dian, A. F., & Wardani, R. A. 2021. Pengaruh Stress terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, Riska

- Aprilia Wardani, *Jurnal Universitas Muhammadiyah Lamongan* 13(03), 247–252. <https://jurnal.umla.ac.id/index.php/Js/article/view/294>
- Nuryadi *et al.* 2017. *Buku Ajar Dasar-dasar Statistik Penelitian, Sibuku Media.*
- Novita, R. 2018. Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya. *Jurnal Amerta Nutrition*, 30–36. <https://doi.org/10.2473/amnt.v2i2.2018.172-181>
- Muchtar, F., Sabrin, Effendy, D. S., Lestari, H., & Bahar, H. 2022. Pengukuran Status Gizi Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Jurnal Mandala Nursa*, 4(1), 43–48. <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/PB/issue/archive>
- Muwakhidah, M., Sari, A. A., Fauziah, I. N., & Volum, N. 2020. Korelasi Pengetahuan, Kebiasaan Sarapan, Asupan Protein, Zat Besi, dan Status Gizi dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Weru Sukoharjo. *Prosiding University Research Colloquium*, 98–105.
- Pibriyanti, K., Nufus, N. T., & Luthfiya, L. (2021). of Menstruation, and Physical Activities with the Incident of Anemia. *Journal of Nutrition College*, 10, 112–119. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Puspita, D., & Tingubun, S. 2017. Hubungan antara Status Gizi dan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 3(2), 99–103.
- Pratiwi, R., & Nindya, T. S. 2021. Hubungan asupan lemak dengan status gizi pada remaja. *Media Gizi Indonesia*, 16(1), 74-81.
- Rahmah, Nadya D., Martha Ardiaria., Fillah Fithra Dieny. 2019. Pola Asuh Aktivitas Fisik terhadap Risiko Kejadian Gizi Lebih pada Anak Prasekolah di Kecamatan Ngesrep dan Tembalang, Semarang. *Journal of the Indonesian Nutrition Association*, 42(1). DOI: <https://doi.org/10.36457/gizindo.v42i1.363>
- Rahmayanti, Andra, Yanuarti Petrika, dan Iman Jaladri. 2024. Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang. *Media Gizi Khatulistiwa* 1(2): 36–41.
- Ramadhaniah, R., Julia, M. and Huriyati, E. 2014. Durasi tidur, asupan energi, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada tenaga kesehatan puskesmas, *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(2), p. 85. doi: 10.22146/ijcn.19011.
- Rohan, Hasdianah H., Apin Setyowati., Erma Herdyana., Siti Komariyah., Eva Agustina. 2017. *Buku Kesehatan Reproduksi: Pengenalan Penyakit Menular Reproduksi dan Pencegahan.* Malang: Intimedia, Cita Intrans Selaras.
- Rokhmah, F., Muniroh, L., Nindya, Triska S. 2016. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMA di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 94-100.
- Sambo, M., Ciuantasari, F., & Maria, G. 2020. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 423–429. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.316>
- Salianto, S., Zebua, C. F. P., Suherry, K., & Halijah, S. 2022. Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Remaja: Studi Literatur. *Contagion: Scientific Periodical of Public Health and Coastal Health*, 4(1), 2–5. <http://dx.doi.org/10.30829/contagion.v4i1.11735>

- Sari, L., Putri, M. E., & Kurniati, S. R. 2023. Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi S1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang. *Jurnal Excellent*, 2(1), 41–48.
- Satya Sai Shita, N. dan Purnawati, S. 2016. Prevalensi Gangguan Menstruasi Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pada Siswi Peserta Ujian Nasional Di Sma Negeri 1 Melaya Kabupaten Jembrana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 5(3), hal. 1–9.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., Trinamiati, A., & Lorita, S. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Global One IWWASH Unas.
- Singh, M., Pajoura, O.P. dan Honnakamble, R.A. 2022. Menstrual Patterns and Problems in Association with Body Mass Index Among Adolescent School Girls. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), hal. 169–170. Tersedia pada: <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe>
- Sitoayu, L., Pertiwi, D. A., & Mulyani, Y. 2017. Kecukupan Zat Zizi Makro, Status Gizi, Stres, dan Siklus Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(3), 121–128. <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki>
- Sherwood, L. 2018. *Human Physiology: From Cells to Systems* (9th ed.). Cengage Learning
- Sriwidya, A. K. 2024. Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 6 Tapung Kabupaten Kampar. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(1), 263–269. <https://doi.org/10.55606/detector.v2i1.3363>
- Sulistyawati. 2019. Pengembangan Stadiometer sebagai Alat Ukur Tinggi Badan dan Tinggi Lutut. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, 1(1).
- Sunarsih. 2017. Hubungan Status Gizi Dan Aktifitas Fisik Terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(4), 190–195. Doi: 10.33024/jkm.v3i4.627
- Widia Komala, D., Novitasari, D., Kurnia Sugiharti, R., Awaludin. 2021. Mini-Mental State Examination untuk Mengkaji Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(2). <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/>
- Widyastuti, N., & Hasnawati, H. 2023. Kualitas tidur dan hubungannya dengan status gizi pada remaja. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(1), 19-26.
- World Health Organization. 2024. Adolescent Health. Diakses di [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1)
- World Health Organization. 2022. Malnutrition. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition/>
- World Health Organization. 2021. Obesity and Overweight. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wulandari, S., & Miko, A. 2023. Asupan energi dan protein serta hubungannya dengan status gizi remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 8(1), 1-8
- Yolandiani, R. P., Fajria, L., & Putri, Z. M. 2020. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja: Literatur Review*.
- 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).  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25077/jka.v6i2.695>
- Yunita, Fresthy A., Hardiningsih., Agus Eka Nurma Y., Endang Sutisna S., Yeremia Rante Ada. 2020. Hubungan Pola Diet Remaja dengan Status Gizi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2). ISSN: 2303-3746
- Yuniyanti, A. F., Masrikhiyah, R., & Ratnasari, D. 2022. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Status Gizi, Aktifitas Fisik terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswi di Universitas Muhadi Setiabudi. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan (JIGK)*, 3(02), 76–81. <https://doi.org/10.46772/jigk.v3i02.646>
- Zaki, I., Sari, Hesti P. 2019. Edukasi Gizi Berbasis Media Sosial Meningkatkan Pengetahuan dan Asupan Energi-Protein Remaja Putri dengan Kurang Energi Kronik (KEK). *Journal of the Indonesian Nutrition Association*, 42(2). <https://doi.org/10.36457/gizindo.v42i2.469>