

DAFTAR PUSTAKA

- Alves, J. and Alves, G., (2018). *Effects of physical activity on children's growth*. *Jornal de Pediatria*, [online] 95, Available at: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S002175571831026X?via%3Dihub>> [Accessed 27 December 2021].
- Armayanti, L., Damayanti, P. and Damayanti, P. (2021) “*Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Singaraja*”, *Jurnal Media Kesehatan*, 14(1), pp. 75-87. doi: <https://doi.org/10.33088/jmk.v14i1.630>
- Hakim, A., (2019). Memahami Hadits tentang Memanah Berkuda dan Berenang di Zaman Sekarang - Pecihitam.org. [online] Pecihitam.org. Available at: <<https://pecihitam.org/memahami-hadits-tentang-memanah-berkuda-dan-berenang-di-zaman-sekarang/>> [Accessed 27 August 2022].
- Harbani, R., (2021). 5 Hadits Tentang Sabar yang Perlu Siswa Teladani, Apa Saja?. [online] detikedu. Available at: <<https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-5868036/5-hadits-tentang-sabar-yang-perlu-siswa-teladani-apa-saja>> [Accessed 31 August 2022].
- Hasanah, A., (2018). Tiga Manfaat dan Hikmah Haid Bagi Perempuan. [online] Islami.co. Available at: <<https://islami.co/tiga-manfaat-dan-hikmah-haid-bagi-perempuan/>> [Accessed 22 August 2022].
- Hazarnah, dkk., (2015). *Hubungan Stress dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Usia 18-21 Tahun*. *Jurnal Husada Mahakam*. Vol 3, 452-521.
- IPAQ. (2005). Guidelines For Data Processing and Analysis of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) Short and Long Forms.
- Kamaratih, P., (2021). Manfaat Berjalan Kaki, Olahraga Sederhana yang Disunnahkan Rasul. [online] Oase.id | Inspirasi Gaya Hidup Muslim Indonesia. Available at: <<https://m.oase.id/read/G3XDM3-manfaat->

berjalan-kaki-olahraga-sederhana-yang-disunnahkan-rasul> [Accessed 27 August 2022].

Kemenkes. (2019). Apa yang dimaksud aktivitas fisik. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/page/3/apa-yang-dimaksud-aktivitas-fisik>

Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pentingnya Menjaga Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi. Available at : <https://promkes.kemkes.go.id/pentingnya-menjaga-kesehatan-reproduksi-saat-mentruasi>

Krisna, A., Prastiwi, I. dan Iskandar, M., (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI Di SMAN 3 Cikarang Utara Kabupaten Bekasi Tahun 2019*. [online] E-journal.akperakbid-bhaktihusada.ac.id. Available at: <<http://e-journal.akperakbid-bhaktihusada.ac.id/index.php/jurnal/article/view/71>> [Accessed 9 November 2021].

Kuhlmann, A., Henry, K. and Wall, L., (2017). Menstrual Hygiene Management in Resource-Poor Countries. *Obstetrical & Gynecological Survey*, 72(6), pp.356-376.

Kusmiran, E., (2011). Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. Jakarta: Salemba Medika

Kusumawati, D., Indanah, I., Faridah, U. and Ardiyati, R., (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Siswi MA Ma'ahid Kudus*. [online] Repository.urecol.org. Available at: <<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1500>> [Accessed 16 December 2021].

Kusumawati, D., Indanah, I., Faridah, U. and Ardiyati, R., (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Siswi MA Ma'ahid Kudus*. [online] Repository.urecol.org. Available at:

<<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1500>>

[Accessed 16 December 2021].

Manuaba, I., dkk., (2010). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: EGC.

Marliyana, L. (2016). *Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Disekolah Menengah Atas Panjura Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).

Naibaho, W. N. K. (2014). *Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Warga Kota Surakarta*.

Nurmalina, Rina., (2011). *Pencegahan & Manajemen Obesitas*. Bandung: Elex Media Komputindo.

Prestyani, N. D., Rumpiati, R., & Yunitasari, N. (2017). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri*. 2-Trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan, 7(3), 201-204.

Proverawati, A., Misaroh, S., (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Putri, H., (2022). *Limpahan kebesaran Allah, keutamaan haid dalam Islam*. [online] Muslimah.ID. Available at: <<https://muslima.hops.id/gaya/pr-3042154446/limpahan-kebesaran-allah-keutamaan-haid-dalam-islam>> [Accessed 27 August 2022].

Ramadhan, B., (2021). *Sabar dengan Takdir Allah: Definisi dan Keutamaan* | IHI. [online] Website Islam Hari Ini. Available at: <<https://islamhariini.com/sabar-dengan-takdir-allah/>> [Accessed 31 August 2022].

Riskesdas 2018, Laporan Nasional Riskesdas, (2018), 53(9), pp. 181–222. Available at: [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMKNo.57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMKNo.57Tahun2013tentangPTRM.pdf)

- Rizqa, H., (2020). Tiga Olahraga yang Dicontohkan Rasulullah |Republika Online. [online] Republika Online. Available at: <<https://www.republika.co.id/berita/q926ot458/tiga-olahraga-yang-dicontohkan-rasulullah>> [Accessed 27 August 2022].
- Sa'adah, N., & Zafi, A. A. (2020). Hukum Seputar Darah Perempuan Dalam Islam.
- Sahmin, 2017. *Prevalensi Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri Di SMK YPKK 1 Sleman*. [online] Repository.unjaya.ac.id. Available at: <<http://repository.unjaya.ac.id/2436/2/SAHMIN%20%281114118%29.pdf>> [Accessed 10 November 2021].
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, S., Salamah, U., Murti, Y., Trisnamiati, A. and Lorita, S., (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional.
- Sumirah, Y. I. (2020) “Urgensi Olah Raga Dalam Perspektif Agama Dan Aktualisasinya di Masa Pandemi Covid 19”, Jurnal Olahraga Indragiri, 7(2), pp. 202-217. Available at: <https://ejournal.unisi.ac.id/index.php/joi/article/view/1413> (Accessed: 31 August 2022).
- Syah, I. J. (2017). MENGENAL MENSTRUASI DALAM PRESPEKTIF IMAM SYAFI'I. *Akademika*, 11(01).
- Taupik, O., dan Al-Mansyur, A. K., (2014). *FIQIH 4 MADZHAB : Kajian Fiqih – Ushul Fiqih*, Bandung : Pustaka Aura Semesta.
- Tristiana, A., (2017). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore Primer pada Santri di Pondok Pesantren X di Kabupaten Bogor*. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. UIN Syarif Hidayatullah. Available at: <http://repository.uinjkt.ac.id>. [Accessed 10 Januari 2022].
- Widaningsih, (2022). Inilah Hikmah Larangan Sholat Bagi Wanita Haid. [online] SINDOnews.com. Available at:

<<https://kalam.sindonews.com/read/775825/72/inilah-hikmah-larangan-sholat-bagi-wanita-haid-1653138313>> [Accessed 27 August 2022].

Yolandiani, R., Fajria, L. dan Putri, Z., (2021). *Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja*. [online] Scholar.unand.ac.id. Available at: <<http://scholar.unand.ac.id/67973/6/manuscript%20rani.pdf>> [Accessed 9 November 2021].

Zulvi, F., (2021). 5 Jenis Olahraga yang Dianjurkan Rasulullah, Ada Berkuda dan Memanah!. [online] Orami.co.id. Available at: <<https://www.arami.co.id/magazine/olahraga-yang-dianjurkan-rasulullah>> [Accessed 27 August 2022].