

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, P., Darwin, E. and Afriwardi, A., 2016. Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3).
- Andriani, D. and Hartinah, D., 2018. Hubungan periode penggunaan alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan siklus menstruasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), pp.177-191.
- Bakhri, K. and Wijayanti, T., 2021. Literature review: Hubungan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi. *Borneo Studies and Research*, 3(1), pp.406.
- Benefita, R. 2021. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dan Stress Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja Putri SMAN 12 Kota Bekasi. *Jurnal Health Sains*, 2(4).
- Carolina, A. and Siregar, P.A., 2023. PENGARUH AKTIVITAS FISIK TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI UIN SUMATERA UTARA TAHUN 2023. *Jurnal Kesehatan*, 1(1), pp.100-106.
- Charles, L., Darry., Dennys, C. 2021. Gambaran Status Gizi dan Aktivitas Fisik Remaja Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(4).
- Dewi, N.K.A.W., 2019. Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Premenstruasi Sindrom Pada Mahasiswi Tingkat I Di Itokes Bali. *Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali*.
- Djashar, F.F., Herlinawati, S.W., Arifandi, F. and Kunci, K., 2022. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Pelajar Kelas XI SMA Kharisma Bangsa dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam The Relationship between Physical Activity and Menstrual Cycle 11 th-Grade Kharisma Bangsa High School Student and its R. *Junior Medical Jurnal*, 1(2), pp.189-196.

- Erma, H. 2011. *Cara Hidup Sehat*. Jakarta: PT. Sarana Bangun Pustaka.
- Ernawati S., Nonon, N.S., Sa'adah, S.N., Ummu S., Yulia A, M., Agusniar T., and Santa L., 2017. *Manajemen kesehatan menstruasi*. Diterbitkan oleh : Universitas Nasional IWWASH Global One.
- Fauziyyah, AN., Mustakim., et al. 2021. Pola Makan dan Kebiasaan Olahraga Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2).
- Hidayatulloh, M. A., & Hartoto, S. 2022. Hubungan Antara Pola Hidup Sehat dan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(2), 133-138.
- Hidayatullah, S., Yeremia, P., Adrian, T., Sarwinda, N., Lestari, F.W. and Eka, A.A.G., 2018. Eksistensi Transportasi Online (Go Food) Terhadap Omzet Bisnis Kuliner Di Kota Malang. In: Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF).
- Ilham, M.A., Islamy, N. and Nasution, S.H., 2023. Gangguan siklus menstruasi pada remaja: literature review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), pp.185-192.
- Indonesia, M.U., 2016. *Haid dan Kesehatan Menurut Ajaran Islam* (Vol. 2016). Daarul Hijrah Technology.
- Irfan, F., Rahman, N., Azzahra, S.F. and Husin, G.M.I., 2023. Pola Makan Sesuai Anjuran Nabi Muhammad SAW Menurut Perspektif Kesehatan. *Journal of Creative Student Research*, 1(5), pp.393-406.
- Janatin, H. 2013. Anthropometry and Body Composition of Indonesia Adult: An Evaluation of Body Image, Eating Behaviours, and Physical Activity. *Brisbane: Queensland University of Technology*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khairuddin, K., 2020. Olahraga dalam Pandangan Islam. *JOI (Jurnal Olahraga Indragiri): Olahraga, Pendidikan, Kesehatan, Rekreasi*, 1(2), pp.1-14.
- Kroll-Desrosiers, A.R., Ronnenberg, A.G., Zagarins, S.E., Houghton, S.C., Takashima-Uebelhoer, B.B. and Bertone-Johnson, E.R., 2017. Recreational

- physical activity and premenstrual syndrome in young adult women: a cross-sectional study. *Plosone*. 12(1): 1-14.
- Kusumawati, Z., 2011. *Ensiklopedia Nabi Muhammad SAW dalam Ragam Gaya Hidup 1*. Jakarta: PT Lentera Abadi.
- Kusmiran, E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Laksana, S.D. and Sumaryanti, L., 2023. HUBUNGAN NILAI-NILAI AGAMA ISLAM DENGAN KEBIASAAN POLA HIDUP SEHAT. *TA'LIMUNA: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(2), pp.156-166.
- Lastinawati, N.W.V., 2019. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali (ITEKES BALI). Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali. Hlm. 6-10.
- Lestari, M. and Amal, F. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Haid Tidak Teratur Pada Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jayapura. *Jurnal Sehat Mandiri*, 14(2), pp. 57–63.
- Marliyana, L. 2016. Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Disekolah Menengah Atas Panjura Malang (*Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya*).
- Luh, Y., Putu, A. 2021. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Media Kesehatan*, 14(1), 75-87.
- Mahendro, P. 2020. Buku Pemantauan Aktivitas Fisik. Yogyakarta: *The Journal Publishing*.
- Marni, S. 2019. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: pustaka pelajar.
- Mirthasari, P., Nana, H., Enggar, A., *et al.* 2022. Hubungan Pola Konsumsi Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Akademi Gizi Karya Husada Kediri. *Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional*, 1(2), 311-320.
- Nursalam, S., 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurul, P., Elsa, S., Silviana, O., & Yusni, A. 2021. *Analisis Pengaruh Pola Hidup terhadap Perbedaan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Biologi*

- Universitas Negeri Padang. Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang.*
- Palupi, M., Hamidah, N., Anggraeni, E. and Budiman, F., 2022, November. Hubungan Pola Konsumsi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Akademi Gizi Karya Husada Kediri. In *Proceedings of the National Health Scientific Publication Seminar* (Vol. 1, No. 2, pp. 311-320).
- Prathita, YA., et al. 2017. Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(1).
- Prestyani, N. D., Rumpiati, R., & Yunitasari, N. 2017. Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri.
- Purwati, Y., Muslikhah, A. 2020. Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(2), 217-228.
- Rahayu, M., 2019. Pola Makan Menurut Hadis Nabi Saw (Suatu Kajian Tahlili). *Jurnal Diskursus Islam*, 7(2), pp.295-313.
- Rahmawati, T. and Putri, S.I., 2023. Pengetahuan Pola Hidup Rasulullah SAW pada Generasi Milenial. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 18(1), pp.45-50.
- Rahmatullah, L., 2016. Haid (menstruasi) dalam tinjauan hadis. *Palastren: Jurnal Studi Gender*, 6(1), pp.23-56.
- Rahmi, N., Iskandar, I. and Mauliza, M., 2024. Hubungan pola makan dan status gizi dengan keteraturan menstruasi pada mahasiswi Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. *GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 3(2), pp.75-81.
- Rizky, A. Nurul, D. Didah, N. 2022. Dampak Makanan Cepat Saji Terhadap Kesehatan Pada Mahasiswa Program Studi “X” Perguruan Tinggi “Y”. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14(1).
- Rowa, S.S. and Mas'ud, H., 2023. Hubungan Pola Makan DAN Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi SMAN 13 LUWU: The Relationship Diet And Nutritional Status With The Menstrual Cycle At The Students Of

- SMAN 13 Luwu. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(2), pp. 394-395.
- Salamawati, N., *et al.* 2021. Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Semester VII Universitas Nasional Jakarta 2021. Jakarta : *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontenporer*.
- Sarwono, P., Hanifa, W. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sherwood, L. 2013. *Introduction to Human Physiology* Ed 8. Brook/Cole. Cengage Learning.
- Sunarko, A., 2018. Pendidikan Menstruasi Remaja Putri Dalam Al Qur'an (Kajian Surat Al Baqarah: 222). *Manarul Qur'an: Jurnal Ilmiah Studi Islam*, 18(2), pp.101-116.
- Tina, Y., Julaecha., & Nel, E. (2023). Gaya Hidup, Status Gizi dan Status Manarche Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12 (2): 232-238.
- Wanggy, D.M., Ulfiana, E. and Suparmi, S., 2022. Hubungan Antara Status Gizi, Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 5(2), pp.91-99.
- Winengsih, E., Fitriani, D.A., Stelata, A.G. and Sugiharti, I., 2023. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Kebidanan Universitas Bhakti Kencana Bandung. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), pp.629-635.
- Yudha, w., Amelia, S. 2018. Index Massa Tubuh (IMT) Mempengaruhi Aktivitas Remaja Putri SMP Negeri 1 Sumberlawang. *GASTER*, vol, 16, no. 1.
- Yuniwati., Irma., *et al.* 2023. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Eureka Media Askara.
- Zalfa, *et al.* 2021. Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kualitas Tidur Selama Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya. *Undergraduate Thesis Sriwijaya University*.