

DAFTAR PUSTAKA

- Aryaningrum, Indra Devi (2023). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan kejadian Premenstrual Syndrome pada remaja putri kelas 3 SMAN 9 Semarang. *Jurnal Ikmu kesehatan dan Kedokteran*.
- Arikunto, Suharsim. (2006). *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aminah, S., Rahmadani, S., dan Munadhiroh. (2011). Hubungan status gizi dengan kejadian Premenstrual Syndrome di madrasah Aliyah Negeri (MAN) 4 Jakarta Tahun 2011. *Health Quality Jurnal Kesehatan*, 2
- Amjad, A. Kumar, R & Mazher, S, B. (2014). Socio-demographic Factors and Premenstrual Syndrome among Women attending a Teaching Hospital in Islamabad, Pakistan, *J Pionner Med Sci*, 4.4.
- Ernawati, *et all*. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Buku Universitas Nasional.
- Emilia, S. L., Salmah, A, U & Rahma (2013). Perbandingan Usia Menarche dan Pola Siklus Menstruasi antara remaja putri di kota dan Desa (SMP Negeri 6 Makassar dan SMP Negeri 11 Bulukumba) di Sulawesi Selatan Tahun 2013. *Jurnal Universitas Hasanuddin*.
- Daiyah, Isrowiyatun. (2021). Hubungan antara aktivitas Fisik dan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian Premenstrual Syndrome Pada remaja Putri. *Jurnal Inovasi penelitian*.
- Dewi, A. S. (2010). Hubungan pengetahuan dengan sikap remaja dalam menghadapi Sindrom Premenstruasi di SMP AL-Azhar Medan Tahun 2010. Universitas Sumatra Barat.

- Fauziah, et all (2023). Hubungan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Unggul Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*.
- Fikriya, U., & Safitri, Y. A. (2021). Pemberian Vitamin B6 Sebagai Upaya Mengurangi Kecemasan Pada Remaja Akhir dengan Premenstrual Syndrome. *Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang*.
- Firdaus, Nuta Dian. (2023). Tingkat Aktivitas Fisik pada Mahasiswa Ilmu Keolahragaan FIK UNY di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Hidayat, A. A. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Surabaya: Healh Books Publishing,
- Himaya, Senja, et all. (2021). Premenstrua syndrime factors in Reproductive Women 18-40 Years Old. *Jurnal Kebidanan*.
- Imroatul .(2018). Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dan tingkat stres dengan kejadian premenstrual syndrome pada mahasiswi program studi S1 Kebidanan Malang. *Universitas UB*.
- Italia, Ramona, Y. Studi Literatur Analisis Penanganan Premenstrual Sybdrome (PMS) Pada Remaja Putri. *jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*. 2021 vol (1) no (2)
- Kurniasih, D., & Pangestuti, D. R. (2017). Hubungan Konsumsi Natrium, Magnesium, Kalium,. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Kusumo, M. P. (2020). *Buku Pemantauan*. Yogyakarta: The Journal Publishing.

- Lee, M., Kim, J., Lee, J. & Kim, D. (2002). The Standardization of Shortened Premenstrual Syndrome Assessment Form and Applicability on the Internet. *J Korean Neuropsychiatr Assoc*, 41, 8.
- Lovibond, S. H. & Lovibond, P. F. (1995). *Manual of the Depression, Anxiety and Stress Scale*. Sydney: Psychology Foundation.
- Lusty, M. K. B. & Gerrish, W. G. (2010). *Issues of Quality of life, stress and Exercise. Premenstrual Syndrome and Premenstrual dysphoric Disorder*. Jerman : Springer Science.
- Mahmood, T., et al. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Gejala Premenstrual Syndrome pada Siswi. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 120-130.
- Marwang, Sumarni, et al. (2020). Hubungan status gizi dengan kejadian Premenstrual Syndrome pada remaja putri di SMAN 18 Makassar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*.
- Musirrah siti, et al (2023). Studi Literatur Pengaruh Konsumsi Tinggi Kalsium Terhadap Keluhan Dismenore pada Wanita melalui Review Jurnal Tahun 2017 – 2022. Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
- Novita, R. V., & Dewi, N. S. (2022). Menerapkan Pendidikan Kesehatan Peer Group Pada Remaja Putri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Nurbaiti, Alissa, et al. (2023). Hubungan antara pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian Premenstrual syndrome pada remaja di sekolah menengah atas negeri kabupaten Bekasi. *Jurnal Poltekkes Palembang*.
- Priyangga, K. T. (2018). Kajian Premenstruasi. *Jurnal Kesehatan masyarakat*.

- Puji, L. K., Ismaya, N. A., Ratnaningstyas, T. O., & Hasanah, N. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Stres Dan Pola Tidur Dengan. *Jurnal Penelitian*.
- Purwanti, Ita. (2022). Hubungan Tingkat pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri yang mengalami Premenstrual Syndrome di RW 01 Desa Tegalarum Pati.
- Ramadhani, A. P. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan kejadian Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Siswi Kelas Xi Di Sma Sandikta Bekasi Tahun 2019. *Jurnal Afiat kesehatan anak*.
- Ray, S., Mishr, S., Roy, A. G dan Das, B. M. (2010). Menstrual Characteristic: A Study of the Adolescent of Rulan and Urban West Bengal. India. *Annals Human Biology*, 37, 14
- Saryono, et all. (2009). *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Sofiyati. (2023). Penyuluhan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di Desa Sutawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. *Jurnal Nusantara Berbakti*.
- Sitorus, Cristian Yael, et all (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengn kejadian premenstrual syndrome pada mahasiswa D-III Kebidanan. *Binawan Student Journal*.
- Wahyuni, S. D. (2018). Determinan Yang Berhubungan Dengan Premenstrual. *Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ)*.
- Wahyuningsih, M., & LIliana, A. (2018). Analisa Hubungan Antara Usia Menarche, Sikap Tentang Pre-Menstruasi Sindrom Terhadap Perilaku Dalam Mengatasi Pre-Menstruasi Sindrom Di SMPN 1 Mlati, *Jurnal Keperawatan Respati*

Wicaksono, A., & Handoko, W. (2021). *Aktifitas Fisik Dan Kesehatan*. Pontianak: Iain Pontianak Press.

Wijayanti, A., et al (2019). Hubungan Stres, Perilaku Makan, Dan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal Of Nutrition*.

Yunita, Astrika Fresthy, et al. (2021). Penyuluhan tentang Premenstrual Syndrome (PMS) Pada remaja Counseling on pre-Menstruasi Syndrome (PMS) In Adolescents. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*.