

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, I. N., Budhiana, J., & Sanjaya, W. (2023). Hubungan Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), 75. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i2.526>
- Anisa Farasani, Taufiqurrahman, Nuning Marina Pengge, & Nurul Hindaryani. (2025). *Association of Breakfast Habits and Nutritional Status with Dysmenorrhea Among Adolescent Girls in SMAN 8 Surabaya*. *Journal of Nutrition Explorations*, 3(3), 164–172. <https://doi.org/10.36568/jone.v3i3.561>
- Astriyana, S., Ines Prabandari Program Studi D-IV Fisioterapi, F., Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional, S., & Raya Solo-Baki, J. (2025). Stres, Aktifitas Fisik dan Nyeri Haid pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(3), 161-166. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21-29.
- Dahlan, M., S. (2023). Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- De Arruda, G. T., Driusso, P., Rodrigues, J. C., de Godoy, A. G., & Avila, M. A. (2022). Numerical rating scale for dysmenorrhea-related pain: a clinimetric study. *Gynecological Endocrinology*, 38(8), 661–665. <https://doi.org/10.1080/09513590.2022.2099831>.
- Devi, A. A., Argahen, N. B., Maulina, R., Wahidah, N. J., Setyani, R. A., Lilik Indrawati, F., & Perestroika, G. D. (2023). *The Severity of Primary Dysmenorrhea among Middle Adolescent Students at Public Senior High School 5 Surakarta: An Overview*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Journal of Health Science)*, 16(03), 229–234. <https://doi.org/10.33086/jhs.v16.i03.4598>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133.
- Ernawati et al. (2023). Kupas Tuntas Ginekologi & Infertilitas. Malang: Rena Cipta Mandiri.

FAO/WHO/UNU. (2001). *Human Energy Requirements*.

Fauziah, S., Rokhmiati, E., Purnamasari, W., & Kamillah, S. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMA Putra Juang Cianjur Tahun 2023. *JICN: Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(5), 6998–7005. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn>

Harjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Hasrul, H., Hamzah, H., & Hafid, A. (2020). Pengaruh Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 792–797.

Hastuty, Y. D., Nitia, S., & Medan, P. K. (2022). Ekstrak Daun Kelor Dan Efeknya Pada Kadar Hemoglobin Remaja Putri Moringa Leaf Extract and Its Effect on Hemoglobin Levels in Young Girls. *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 17(1), 2654–3427.

Karlinda, B., Oswati Hasanah, & Erwin. (2022). Gambaran Intensitas Nyeri, Dampak Aktivitas Belajar, dan Koping Remaja yang Mengalami Dismenore. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 128–137. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.23310>.

Kemenkes RI. (2018). *Mengenal Jenis Aktivitas Fisik*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8807>

Kemenkes RI. (2020a). *Remaja 10-18 Tahun*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja>

Kemenkes RI. (2020b). *Standar Antropometri Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemenkes RI. (2022a). *Dismenore (Nyeri Haid)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/545/dismenore-nyeri-haid

Kemenkes RI. (2022b). *Konsep Dasar dan Sejarah Perkembangan Ilmu Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/728/konsep-dasar-dan-sejarah-perkembangan-ilmu-gizi

Kemenkes. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Kusmiran, E. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.

Kusuma Wardani, P., Cipta Casmi, S., Studi Kebidanan Sarjana Terapan, P., & Aisyah Pringsewu, U. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JKSI) E-ISSN* (Vol. 2, Issue 1).

Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*. The Journal Publishing: Yogyakarta.

Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.

Lemeshow & Epp. (1997). Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan. *Gadjah Mada University Press*. Yogyakarta.

Made, N., Wedantari, A. P., Sumadewi, K. T., Gusti, I., & Suryantha, N. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Keluhan Dismenore Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 3(3), 329–336.

Ningrum, K., S. (2022). Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik, dan Kebiasaan Mengkonsumsi Junk Food dengan Kejadian Dismenore pada Siswi SMA Al Amin Paciran. *Medan: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*. Skripsi.

Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Revisi Cet)*. PT. Rineka Cipta.

Novia, I., & Puspitasari, N. (2008). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer. *The Indonesian Journal of Public Health*, 1(1), 96–103.

Novita, R. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya. *Amerta Nutrition*, 2(2), 172-181.

Nurlaela Mulyana, D., & Indriyani, D. (2021). ISSN (Cetak) 2775-393X ISSN (Online). In MJ (Midwifery Journal) (Vol. 1, Issue 3).

P2PTM Kemenkes RI. (2019). *Apa Defenisi Aktivitas Fisik?* Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/apa-definisi-aktivitas-fisik>

Pantaleon, M. G. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 3(3), 69–76.

Permata, S. (2024). Literature Riview : Hubungan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore pada Remaja Putri. *JK: Jurnal Kesehatan*, 2(2), 140-151.

Priyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif. Surabaya: Zifatama Publishing.

Purwaningtyas, D. R., Andriyani, L. E., & Fitria, F. (2023). Kejadian Dismenore Primer Berdasarkan Tingkat Asupan Zat Besi, Asupan Kalsium, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Pada Mahasiswi Uhamka. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 8(1), 45–56. <https://doi.org/10.22236/argipa.v8i1.10057>

Putri, N. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja MTS Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *STIKES Cendekia Utama Kudus*, 13, 72–81.

Putu Artawan, I., Ketut Alit Adianta, I., Ayu Manik Damayanti, I., Studi Sarjana Keperawatan, P., Kesehatan, F., Teknologi dan Kesehatan Bali, I., & Studi Sarjana Farmasi Klinik dan Komunitas, P. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat IV Itokes Bali Tahun 2022. *Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 94–99. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn>

Qittun. (2008). Konsep Dasar Nyeri. <https://qittun.blogspot.com/2008/10/konsep-dasar-nyeri.html>.

- Raadhiyah, L., Y. (2021). Angka Kejadian dan Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2019 Tentang Dismenore. *Medan: Universitas Sumatera Utara*. Skripsi.
- Reeder, Martin, & Koniak_Griffin. (2013). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga* (Edisi 8 Vo). Jakarta: EGC.
- Restiyana, S. W. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dismenore) pada Remaja Putri Siswi Kelas VII SMPN 3 Kecamatan Maospati Kabupaten Magetan. *STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun*.
- Retno, S. N., & Amalia, R. (2023). Hubungan Status Gizi Dengan Terjadinya Dismenore Primer Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 17 Kota Bandar Lampung Tahun 2021. *Jurnal Bidan Mandira Cendikia*, 2(1), 12-18. <https://journal-mandiracendikia.com/jbmc>
- Rosyida, D., A., C. (2022). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Yogyakarta: Tim Pustaka Baru.
- Rustam, E. (2015). Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 286–290.
- Salmawati, N., Usman, A. M., & Fajariyah, N. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Semester Vii Universitas Nasional Jakarta 2021. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1), 107–115.
- Sari, T. M., Suprida, Amalia, R., & Yunola, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore pada Remaja Putri. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 8, 219-231.
- Septiyani, T. & Simamora, S. (2022). Riwayat Keluarga, Aktivitas Fisik dan Pola Makan terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Wanita. *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 88-96.
- Setyaningrum, E. (2017). Buku Ajar Tumbuh Kembang Anak Usia 0-12 Tahun. Sidoarjo: Indonesia Pustaka.

Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., Trisnamiati, A., Lorita, S. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional, IWWASH, Global One.

Sri Rahayu Kasma, A., Mayangsari, R., & Ilmu Kesehatan, F. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi di Majene. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(1), 22-28.

Subekti, N., Mulyadi, H. A., Mulyana, D., & Priana, A. (2021). Peningkatan Kesehatan Melalui Program Informal Sport Masa Pandemi Covid-19 Menuju New Normal pada Masyarakat Dsn. Kalapanunggal dan Dsn. Ancol, Kec. Sindang, Kab. Ciamis. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, 7(1), 17–22.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Triyanti, T., & Aulia, A. (2023). RIWAYAT KELUARGA BERHUBUNGAN DENGAN DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI S1 REGULER FKM UI TAHUN 2022. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 7(2), 127–147. <https://doi.org/10.20884/1.jgipas.2023.7.2.7917>

Tsamara, G., Raharjo, W., Putri, E., A. (2020). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *JNIK: Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 2(3), 103-140.

Veryal, Hadriani, & Tempali, S. R. (2024). *The Relationship between Nutritional Status Based on Body Mass Index (BMI) and Menstrual Cycle in Adolescent Girls at State Junior High School 1 Palu*. *Ejournal Poltekkes Denpasar*, 2(1), 259-268. <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/icmahs>

Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi*. Madiun: Strada Press.

Welis, W., & Rifki, M. S. (2013). *Gizi Untuk Aktifitas Fisik Dan Kebugaran*. Sukabina Press: Padang.

WHO. (2022). *Physical Activity*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

- Wibawati, F., H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore pada Siswi di SMK Kesehatan Pelita Kabupaten Bogor. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 13(2), 1-10.
- Wicaksono, A., & Handoko, W. (2020). *Aktivitas Fisik Dan Kesehatan*. IAIN PONTIANAK PRESS: Pontianak.
- Wildayani, D., Lestari, W., & Ningsih, W. L. (2023). Dismenore : Asupan Zat Besi , Kalsium Dan Kebiasaan Olahraga. In *Buku monograf dismenore*. Pustaka Galeri Mandiri: Padang.
- Yani, F. A. (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Siswi Kelas Viii Smpn 3 Ponorogo*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Yuliani, A., Puspitasari, N. A., Teesen, G. S., Studi, P., Kebidanan, S., & Kesehatan, I. (2024). Pendampingan Tenaga Pendidik dalam Penanganan Dismenore Primer Metode Non Farmakologis pada Remaja Putri. *Jurnal Trimas Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 80–84. <https://ejournal.indrainstitute.id/index.php/trimas/index>
- Zahra Amany, F., Ampera, D., Emilia, E., & Mutiara, E. (2022). Hubungan Status Gizi dan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) dengan Dismenorea Primer pada Remaja Putri di SMP Swasta Al-Azhar Medan. *Sport and Nutrition Journal*, 4(2), 15–23.