

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, D 2022, *Pendidikan Seks Bagi Remaja*, NEM, Jawa Tengah
- Airaodion, AI, Adejumo, PR, Njoku, OC, Ogbuagu, EO, Ogbuagu, U, Ismail Khan, M 2019, *Implication of Sugar Intake in Haemorrhoid and Menstruation*, *International Journal of Research and Reports in Hematology*.
- Akbar, Z 2022, 'Alasan Mengapa Puasa Itu Keren', Youtube, diakses 9 Maret 2023. <https://www.youtube.com/watch?v=abHih8rZi3Q>
- Alghadir, AH, Anwer, S, Iqbal, A, Iqbal, ZA 2018, 'Test-retest reliability, validity, and minimum detectable change of visual analog, numerical rating, and verbal rating scales for measurement of osteoarthritic knee pain', *Journal of Pain Research*, 11, hlm. 851–856, <https://doi.org/10.2147/JPR.S158847>.
- Al-Husban, N, Odeh, O, Dabit, T, Masadeh, A 2022, 'The Influence of Lifestyle Variables on Primary Dysmenorrhea: A Cross-Sectional Study', *International Journal of Women's Health*, 14, hlm. 545–553, <https://doi.org/10.2147/IJWH.S338651>.
- Ali, M. & Asrori, M 2022, *Metodologi dan Aplikasi Riset Pendidikan*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Alimul Hidayat, A 2021, *Menyusun Instrumen Penelitian & Uji Validitas-Reliabilitas*, Health Books Publishing, Surabaya
- Alves, MC 2022, *Intermittent Fasting: The Winning Formula to Burn Fat, Improve your Health and get Ack in Shape Fast!!! Food Plan and Recipes Included*.
- Andriani, R, Suhrawardi, Hapisah 2022, 'Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja dengan Perilaku Seksual Pranikah', *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(10).
- Anggraini, MA, Lasiaprillianty, IW, Danianto, A 2022, *Diagnosis dan Tata Laksana Dismenore Primer*.
- Ani, M, Aji, SP, Sari, IN, dkk 2022, *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, PT Global Eksekutif Teknologi, Padang.
- Arfiah & Mutmaina 2022, *Asuhan Kebidanan Kehamilan 1*, Insan Cendekia Mandiri Group, Sumatra Barat.

- Asrina, A 2019, *Comparison of Prostaglandin E2 (PGE2) and β -Endorphin Levels In Adolescents With Primary Dysmenorrhea With And Without Warm and Cold Hydrotherapy*.
- Aulya, Y, Kundryanti, R, Apriani, R 2021, 'Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di Jakarta Tahun 2021', *Jurnal Menara Medika*, 4(1).
- Azagew, AW., Kassie, DG. dan Walle, TA 2020, 'Prevalence of primary dysmenorrhea, its intensity, impact and associated factors among female students' at Gondar town preparatory school, Northwest Ethiopia', *BMC Women's Health*, 20(1), <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0873-4>.
- Bagus, I, Sudewa, A, Budiarta, G, An, S, Smf, K, Anestesiologi, B, Reanimasi, D 2017, *Siklooksigenase, Jalur Arakidonar, dan Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs*.
- Botutihe, F, Suntin, Tiala, NH 2022, *Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Gangguan Pola Menstruasi*. Sulawesi Selatan: CV Ruang Tentor.
- Brun, SN, Sancar, G, Lumibao, J, Limpert, AS, Ren, H, Ianniciello, A, Tiriac, H, Downes, M, Engle, DD, Evans, RM, Cosford, NDP, Shaw, RJ 2021, 'The Autophagy Initiating Kinase ULK1 Is Required for Pancreatic Cancer Cell Growth and Survival', *bioRxiv: The Preprint Server for Biology* [Preprint], <https://doi.org/10.1101/2021.05.15.444304>.
- Bustamam, N, Fauziah, C, Bahar, M 2021, 'Pengaruh Madu Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore dan Kualitas Hidup Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), hlm. 39–50, <https://doi.org/10.22435/kespro.v12i1.3914.39>.
- Chambers, JR 2021, *The 16:8 Intermittent Fasting Lifestyle Plan*. Pan Macmillan Australia.
- Cho, Y, Hong, N, Kim, K., Cho, SJ, Lee, M, Lee, Yeon Hee, Lee, Yong Ho, Kang, ES, Cha, BS, Lee, BW 2019, 'The effectiveness of intermittent fasting to reduce body mass index and glucose metabolism: A systematic review and meta-analysis', *Journal of Clinical Medicine*, 8(10), <https://doi.org/10.3390/jcm8101645>.
- Cienfuegos, S, Corapi, S, Gabel, K, Ezpeleta, M, Kalam, F, Lin, S, Pavlou, V, Varady, KA 2022, 'Effect of Intermittent Fasting on Reproductive Hormone Levels in Females and Males: A Review of Human Trials', *Nutrients*. MDPI, <https://doi.org/10.3390/nu14112343>.
- Dahlan, MS 2014, *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Dartiwen & Aryanti, M 2022, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Perimenopause*, deepublish, Yogyakarta.

- Darwel, Syamsul, M, Ramlan, P, Ardani Samad, M, dkk 2022, *Statistik Kesehatan: Teori dan Aplikasi*, Global Eksekutif Teknologi, Padang.
- Desmawati, D 2021, ‘*Upaya Integrasi Penanganan Nyeri Haid dengan Abdominal Stretching pada Remaja Puteri di Pesantren Baitul Ulum El-Musawwa, Serang, Banten*’, *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), hlm. 142, <https://doi.org/10.36565/jak.v3i2.203>.
- Diastiti, N 2017, *Intermittent Fasting: Turunkan Berat Badan dengan Berpuasa*, Anak Hebat Indonesia, Yogyakarta.
- Dong, TA, Sandesara, PB, Dhindsa, DS, Mehta, A, Arneson, LC, Dollar, AL, Taub, PR, Sperling, LS 2020, ‘*Intermittent Fasting: A Heart Healthy Dietary Pattern?*’, *American Journal of Medicine*. Elsevier Inc., hlm. 901–907, <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2020.03.030>.
- Duli, N 2019, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar Untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS*, Deepublish Publisher, Yogyakarta.
- Dwi Rahayu, P, Amalia, R, Rahmawati, E, Suprida 2023, ‘*Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Disminorhea Primer pada Siswi SMA Pembina Palembang Tahun 2022*’, *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), hlm. 608–616, <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3079>.
- Fain, JA 2017, *Reading, Understanding, And Applying Nursing Research: Fifth Edition*, F. A Davis Company, Philadelphia.
- Farmi, N, Bachri, N, Apridar 2020, *Pengaruh Quality of Work Life Terhadap Kinerja PT Pos Indonesia (PERSERO) KPRK Lhokseumawe dengan Motivasi Intrinsik dan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening, J-MIND*.
- Fauziah, F, Mayora, SA, Ifora 2020, *Aktivitas Anti-inflamasi dan Daya Hambat Siklooksigenase-2 Ekstrak Etanol Daun Tembelean (Lantana camara L.)*, *Jurnal Farmasi Higea*.
- Fauzy, A 2019, *Metode Sampling*, Universitas Terbuka, Tangerang Selatan
- Gruman, JA 2017, *Applied Social Psychology: Understanding and Addressing Social and Practical Problems*, SAGE, Los Angeles.
- Herwati & Murniati 2022, *Monograf Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah Dasar*, NEM, Jawa Tengah.
- Huda, T, Primandari, AH, Kesumawati, A, Hayati, F, Rahman, A, Rahmadi, H, Muhammad, Y, Tri, M, Purbaningtiyas, E, Yulawati, N, Purnamasari, L, Hidayat, H 2022, *Sains dan Kesehatan dalam Perspektif Islam #1 Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Islam Indonesia 2022*, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, <https://gerai.uui.ac.id/>;

- Idayanti, T, Umami, SF, Mulyati, I, dkk 2022, *Kesehatan Reproduksi Pada Wanita*, Media Sains Indonesia, Bandung.
- Indarna, AA dan Lediawati, L 2021, 'Usia Menarche dan Lamanya Menstruasi dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Kelas X di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang', *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2).
- Isnainy, UCAS, Sari, Y, Keswara, UR 2021, *Kompres Hangat Untuk Menurunkan Dismenore di Desa Padang Tambak Kecamatan Way Tenong Kabupaten Lampung Barat*.
- Jamshed, H, Beyl, RA, Manna, DLD, Yang, ES, Ravussin, E, Peterson, CM 2019, 'Early time-restricted feeding improves 24-hour glucose levels and affects markers of the circadian clock, aging, and autophagy in humans', *Nutrients*, 11(6), <https://doi.org/10.3390/nu11061234>.
- Jusni, Akhfar, K, Arfiani, Khaera, N 2022, 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Dismenorea di Kabupaten Bulukumba', *JMNS: Journal of Midwifery and Nursing Studies*, 4(1).
- Karabiyik, C, Vicinanza, M, Son, SM, Rubinsztein, DC 2021, 'Glucose starvation induces autophagy via ULK1-mediated activation of PIKfyve in an AMPK-dependent manner', *Developmental Cell*, 56(13), hlm. 1961-1975.e5, <https://doi.org/10.1016/j.devcel.2021.05.010>.
- Kartal, YA & Akyuz, EY 2018, 'The effect of diet on primary dysmenorrhea in university students: A randomized controlled clinical trial', *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 34(6), hlm. 1478–1482, <https://doi.org/10.12669/pjms.346.16477>.
- Kojo, NH, Kaunang, TMD, Rattu, AJM 202, 'Hubungan Faktor-faktor yang Berperan untuk Terjadinya Dismenore pada Remaja Putri di Era Normal Baru', *e-CliniC*, 9(2), hlm. 429, <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i2.34433>.
- Kreativa, P 2022, *35 Manfaat Puasa Bagi Manusia*, Pena Kreativa, Jakarta.
- Kurniati, B, Amelia, R, Oktora, MZ 2019, 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang', *Health and Medical Journal*, 1(2).
- Kusnaningsih, A 2020, *Prevalensi Dismenore Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyah*.
- Lasmawanti, S, Butarbutar, MH, Sari, EV 2021, 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan Penanganan Dismenorea di SMP Negeri III Timang Gajah Aceh Tengah Tahun 2021', *JCI*, 1(4).
- Lebang, E 2015, *Detoksifikasi: Membuang Tumpukan Racun Secara Holistik*, Qanita, Bandung.

- Lolombulan, JH 2020, *Analisis Data Statistika Bagi Peneliti Kedokteran dan Kesehatan*, ANDI, Yogyakarta.
- Ma, X, Nan, F, Liang, H, Shu, P, Fan, X, Song, X, Hou, Y, Zhang, D 2022, 'Excessive intake of sugar: An accomplice of inflammation', *Frontiers in Immunology*, 13, <https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.988481>.
- Misbahuddin & Hasan, I 2013, *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Moendjat, Y, Kekalih, A, Friska, D, Panigoro, SS 2020, *Penelitian Bedah Seri 2: Penelitian*, UI Publishing, Depok.
- Monday, I, Anthony, P, Olunu, E, Otohinoyi, D, Abiodun, S, Owolabi, A, Mobolaji, B, Fakoya, AOJ 2019, 'Prevalence and correlation between diet and dysmenorrhea among high school and college students in saint vincent and grenadines', *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(6), hlm. 920–924, <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.205>.
- Mouliza, N 2020, 'Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019', *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), hlm. 545, <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.912>.
- Mucuk, S, Yilmaz, M, Onur, A 2021, 'Relationship between Dysmenorrhea, Dietary Inflammatory Index, and C-reactive Protein Level', *Progress in Nutrition*, 23(4), <https://doi.org/10.23751/pn.v23i4.11382>.
- Mulyani, N, Sudaryanti, L, Dwiningsih, SR 2022, 'Hubungan Usia Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenorea Primer', *Journal of Health, Education and Literacy (J-Health)*, 4, <https://doi.org/10.31605/j>.
- Norfai, Farika Indah, M, Nugroho, PS, Indah Qariati, N, dkk 2019, *Aplikasi Program Stata: Analisis Data Penelitian untuk Bidang Kesehatan*, Lakeisha, Jawa Tengah.
- Nurfadillah, H, Maywati, S, Siti Aisyah, I 2021, 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi', *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1).
- Nurhaswinda, Cahaya, I, Wirna, M, Aulia, M, dkk 2023, *Statistika Pendidikan (Teori dan Praktik dalam Pendidikan)*, Guepedia, Bangkinang.
- Oktaviana, A, Imaniar, N, Dwi Widiana, E, Yuliani, I 2019, 'Hubungan Antara Lemak Subkutan, Indeks Massa Tubuh, Kadar Hemoglobin dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMA N 1 Sumberpucung.
- Olsson, P 2018, *Intermittent Fasting for A Healthy Lifestyle: Weight Loss and Fat Burning Program*. Tryck: BoD-Books on Demand.

- Ovan & Saputra, A 2020, *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web*, Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, Sulawesi Selatan.
- Pangestu, RT & Fatmarizka, T 2023, *Dampak Dismenorea Primer Terhadap Prestasi Akademik Pada Remaja Putri : Literature Review*.
- Park, SM & Chung, CW 2021, 'Effects of a dietary modification intervention on menstrual pain and urinary BPA levels: a single group clinical trial', *BMC Women's Health*, 21(1), <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01199-3>.
- Purwaningsih, E & Suryadi, A 2021, *Penelitian Kuantitatif Pendidikan Fisika (Topik, Instrumen, dan Statistik Dasar)*, CV. Bayfa Cendekia Indonesia, Madiun.
- Putri, ED & Nancy, A 2021, 'Aktifitas Fisik, Riwayat Dismenore Keluarga dan Kecemasan dengan Dismenore pada Remaja', *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 01(01), <https://doi.org/https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.4>.
- Putri, NR, dkk 2022, *Kesehatan Reproduksi Remaja*, PT Global Eksekutif Teknologi, Padang.
- Ramadhani, R & Sri Bina, N 2021, *Statistika Penelitian Pendidikan: Analisis Perhitungan Matematis dan Aplikasi SPSS*, Kencana, Jakarta.
- Rathomi, HS, Prawiradilaga, RS, Kusmiati, M, Perdana, R, Rahmannia, S 2022, 'Praktik Intermittent Fasting di Komunitas Melalui Pendekatan Keagamaan untuk Meningkatkan Kesehatan Metabolik', *Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains*, 4(2), <https://doi.org/10.29313/jiks.v4i2.10187>.
- Rengganis, A, Haruna, NH, Chamidah, D, dkk 2022, *Penelitian dan Pengembangan, Yayasan Kita Menulis*, Medan.
- Rusydi, R, Tamtomo, DG, Kartikasari, LR 2022, 'Relationship Between Age Of Menarche With Primary Dismenorea In Adolescents', *International Journal of Human and Health Sciences (IJHHS)*, 6(1), hlm. 123, <https://doi.org/10.31344/ijhhs.v6i1.387>.
- Salamah & Zaitun 2022, 'Hubungan IMT dan Riwayat Keluarga dengan Dismenore Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Mutiara Barat Kabupaten Pidie Tahun 2023', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2).
- Sani, RA 2020, *Rahasia Sehat Berdasar Sunnah Rasulullah*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Savitri, NPW, Citrawathi, DM, Dewi, NPSR 2019, 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore Siswi SMP Negeri 2 Sawan', 6(2).
- Sekar Prihanti, G, 2018, *Pengantar Biostatistik*, UMM Press, Malang.
- Setiana, HA & Nuraeni, R 2018, *Riset Keperawatan*, LovRInz Publishing, Cirebon.

- Setianto, BD & Ernanto, H 2021, *Unika Dalam Wacana Publik: Hidup Itu Bergerak*. SCU Knowledge Media.
- Setiyo Nugroho, P 2020, *Biostatistik Inferensial Kesehatan Masyarakat*, Lakeisha, Jawa Tengah.
- Stephens, G 2022, *Clean(ish): Eat (Mostly) Clean, Live (Mainly) Clean, and Unlock Your Body's Natural Ability to Self-Clean*, St. Martin's Publishing Group, New York.
- Sulistyorini, Y & Puspitasari, N 2021, *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Siswa SD*, Zifatama Jawara, Sidoarjo.
- Suraya, I, Farradika, Y, Birwin, A, Darmawansyah Alnur, R 2021, *Modul Pembelajaran Metodologi Penelitian Epidemiologi*, Media Sains Indonesia, Bandung.
- Susanti, RD, Utami, NW, Lasri 2018, *Hubungan Nyeri Haid (Dysmenorrhea) dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri MTs Muhammadiyah 2 Malang*, *Nursing News*.
- Suwandi, E 2022, *Metodologi Penelitian*, PT Scifintech Andrew Wijaya, Jakarta.
- Swarjana, IK 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, ANDI, Yogyakarta.
- Tahir, A, Sinrang, AW, Jusuf, EC, Syamsuddin, S, Stang, Arsyad, A 2021, 'The influence of macronutrient intake, stress and prostaglandin levels (pgf2 α) of urine with the incidence of dysmenorrhea in adolescents', *Gaceta Sanitaria*, 35, hlm. S298–S301, <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.039>.
- Tamargo-Gómez, I & Mariño, G 2018, 'AMPK: Regulation of metabolic dynamics in the context of autophagy', *International Journal of Molecular Sciences*. MDPI AG, <https://doi.org/10.3390/ijms19123812>.
- Taqiyah, Y, Jama, F, Najihah 2022, 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 17(1), hlm. 2302–2531, <https://doi.org/https://doi.org/10.35892/jikd.v17i1.889>.
- Titi, L 2018, 'Kajian Etik Penelitian dalam Bidang Kesehatan dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subyek', 10(1), hlm. 2087–5053.
- Wasilyastuti, W 2021, *Physiological Function of Autophagy*, Webinar FKKMK UGM "Autophagy, Vitamin, & Covid-19 Recovery", diakses 1 Maret 2023, <https://www.youtube.com/watch?v=I7if2TorWsA&t=5410s>
- Wicaksono, A 2022, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Garudhawaca, Yogyakarta.
- Wijayanti Sutha, D 2021, *Biostatistika*, Media Nusa Creative, Malang.

Wilhelmi de Toledo, F, Grundler, F, Bergouignan, A, Drinda, S, Michalsen, A 2019, 'Safety, health improvement and well-being during a 4 to 21-day fasting period in an observational study including 1422 subjects', *PLOS ONE*, 14(1), hlm. e0209353, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209353>.

Wulandari, P 2023, 'The Influence of Gymnastics on Disminore Inadolescent Women', *Indonesian Journal of Global Health Research*, 5(1), hlm. 11–18, <https://doi.org/10.37287/ijghr.v5i1.1342>.