

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, L.N., Sirait, B.I. and Semen, G.M. (2021) 'The relationship between stress levels and menstrual cycle regularity in students of the faculty of medicine, universitas kristen Indonesia, class of 2017', *International Journal of Medical and Health Research* [Preprint]. Available at: [www.medicalsciencejournal.com](http://www.medicalsciencejournal.com).
- Agustin, D. (2012) 'Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Pekerja Shift di PT. Krakatau Tirta Industri Cilegon', Skripsi. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Adawiyah, A.R., Djokosujono, K. and Sanga, J.L. (2022) 'Sleep Quality and Affecting Factors Among Elderly Living in a Nursing Home At East Nusa Tenggara Indonesia', *Indonesian Journal of Public Health Nutrition*, 3(1), pp. 11–23. Available at: <https://doi.org/10.7454/ijphn.v3i1.5888>.
- Alam, S. et al. (2021) 'Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), pp. 200–207. Available at: <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953.p>
- Aldiba, K. (2022) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Program Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara', Skripsi, p. 68.
- Alfora, D., Saori, E. and Fajriah, L.N. (2023) 'Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Gizi Remaja', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), pp. 43–49.
- Ali, Y. et al. (2018) 'Assessment of Knowledge about Risk Effects of Fast Foods and its Relation to Antioxidants among Students of Hail University', *Acta Scientific Gastrointestinal Disorders*, 1(2), pp. 16–20.
- Alif Achmad Fahrizal. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja Perawat Anestesi Di Ruang Operasi Alif', Diploma thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Alviana. (2022) 'Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Abnormalitas Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Awal Dan Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar'.
- Ambriani, Nurhidayati, M. and Ekowati, E. (2021) 'Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kedokteran Universitas Andalas', *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan*, 10(1).
- Ameen, M. et al. (2018) 'Evaluation of best exposure period of phosphine against insect complex in stored maize', *International Journal Of Current Research*

- In *Biology And Medicine*, 3(3), pp. 22–25. Available at: <https://doi.org/10.22192/ijcrbm>.
- Amgain, K. and Neupane, S. (2019) ‘Effects of BMI and Food Habits on Menstrual Characteristics among Adolescent Girls’, *Europasian Journal of Medical Sciences*, 1(1), pp. 53–61. Available at: <https://doi.org/10.46405/ejms.v1i1.35>.
- Amiri, S. and Behnezhad, S. (2020) ‘Smoking and risk of sleep-related issues: a systematic review and meta-analysis of prospective studies’, *Canadian Journal of Public Health*, 111(5), pp. 775–786. Available at: <https://doi.org/10.17269/s41997-020-00308-3>.
- Andriani, R., Suhrawardi and Hapisah (2022) ‘Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah’, *Jurnal Inovasi*, 2(10), pp. 3441–3446. Available at: <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/1341>.
- Angrainy, R., Yanti, P.D. and Oktavia, E. (2020) ‘Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sman 5 Pekanbaru Tahun 2019’, *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 9(2), pp. 114–120. Available at: <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v9i2.719>.
- Annienda, A.A.A. (2020) ‘Hubungan Antara Konsumsi Fast Food Dengan Derajat Nyeri Haid Siswi Kelas X Dan XI SMAN 4 Surakarta’, *Journal of Holistics and Health Sciences*, 2(2), pp. 68–77.
- Ansong, E. et al. (2019) ‘Menstrual characteristics, disorders and associated risk factors among female international students in Zhejiang Province, China: A cross-sectional survey’, *BMC Women’s Health*, 19(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0730-5>.
- Anwar, M. B. (2011) ‘Ilmu Kandungan’. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Arafa, A. et al. (2020) ‘Association of sleep duration and insomnia with menstrual symptoms among young women in Upper Egypt’, *Middle East Current Psychiatry*, 27(1), pp. 0–4. Available at: <https://doi.org/10.1186/s43045-019-0011-x>.
- Arum, W. (2018) ‘Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Stres Pada Wanita Yang Mengalami Menopause’. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Aspar, H. and Agusalim (2021) ‘Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mizanul ‘ Ulum Sanrobone Kabupaten Takalar Tahun 2021’, 5(1), pp. 55–60.

- Attia, G.M., Alharbi, O.A. and Aljohani, R.M. (2023) ‘The Impact of Irregular Menstruation on Health: A Review of the Literature’, *Cureus*, 15(11). Available at: <https://doi.org/10.7759/cureus.49146>.
- ah Sintia Dewi, N. K. (2019) ‘Hubungan Aktivitas Fisik, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Di Sma N 1 Rendang, Karangasem’, Doctoral Dissertation, POLTEKES Denpasar.
- Azka, A., Birwin, A. and Farradika, Y. (2022) ‘KEJADIAN BURNOUT SYNDROME DALAM PROSES PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3(2), pp. 80–88.
- Barone, T.L. (2017) “‘Sleep is on the back burner’: Working students and sleep”, *The Social Science Journal*, 54(2), pp.159-167.
- Becker, S.P. and Lienesch, J.A. (2018) ‘Nighttime media use in adolescents with ADHD: links to sleep problems and internalizing symptoms’, *Sleep medicine*, 51, pp. 171–178. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2018.06.021.Nighttime>.
- Beroukhim, G., Esencan, E. and Seifer, D.B. (2022) ‘Impact of sleep patterns upon female neuroendocrinology and reproductive outcomes: a comprehensive review’, *Reproductive Biology and Endocrinology*, 20(1), pp. 1–17. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12958-022-00889-3>.
- Billah A.A.M. (2020) ‘Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2019’, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Bobak, I.M. (2004) ‘Keperawatan Maternitas. Alih Bahasa Maria A. Wijaya Rini. Edisi 4. Jakarta : EGC.
- Carley, D.W. and Farabi, S.S. (2016) ‘Physiology of sleep’, *Diabetes Spectrum*, 29(1), pp. 5–9. Available at: <https://doi.org/10.2337/diaspect.29.1.5>.
- Chen, L. et al. (2016) ‘The association between benzodiazepine use and sleep quality in residential aged care facilities: a cross-sectional study’, *BMC Geriatrics*, 16(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12877-016-0363-6>.
- Colten, H.R. and Altevogt, B.M. (2006) ‘Sleep disorders and sleep deprivation: An unmet public health problem, Sleep Disorders and Sleep Deprivation: An Unmet Public Health Problem’. Available at: <https://doi.org/10.17226/11617>.

- Cori, J.M. et al. (2014) ‘The influence of CO<sub>2</sub> on genioglossus muscle activity following arousal in obstructive sleep apnea patients [Abstract]’, *Sleep*, 37(Abtract Supplement), p. A161. Available at: <http://www.journalsleep.org/Resources/Documents/2014AbstractSupplement.pdf>.
- Cunningham, F.G. et al. (2014) *Williams Obstetrics*. 24th edn. McGraw-Hill Education.
- Damayanti, D. et al. (2022) ‘Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi’, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 18(2). Available at: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>.
- Daulay, M., and Purwati, K. (2020) ‘Hubungan Penggunaan Kb Suntik Depo Provera 3 Bulan Terhadap Kadar Hb Pada Wus Wanita Usia Subur Di Bpm (Bidan Praktek Mandiri) Nuni Nuraeni Kelurahan Padasuka Ciomas Kabupaten Bogor’, *Zona Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 9(2).
- Deaneva, A.M., Hidayati, R.S. and Sumardiyono (2015) ‘Hubungan Kualitas Tidur terhadap Siklus Menstruasi pada Dokter’, *Nexus Kedokteran Komunitas*, 4(2), pp. 59–69.
- Decandra Putra, D., Purwanto, B. and Yanuar Annas, J. (2023) ‘Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Gangguan Tidur Pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Angkatan 2019’, *Jurnal Insan Farmasi Indonesia*, 6(1), pp. 34–41. Available at: <https://doi.org/10.36387/jifi.v6i1.1274>.
- Dessyana, K.A. (2023) ‘Hubungan Asupan Protein, Lemak, Tingkat Stres Akademik, Dan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Hidayah Depok’, *Skripsi. Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta*.
- Deviliawati, A. et al. (2021) ‘Hubungan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi Siswi Sman 1 Talang Kelapa Kabupaten Banyuasin’, *Jurnal Smart Ankes - STIKES ABDI NUSA PANGKALPINANG*, 5(1), pp. 48–54. Available at: [www.jurnalbadinusababel.ac.id](http://www.jurnalbadinusababel.ac.id).
- Dewi, U.S.A.P.A.I. (2018) ‘Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Dan Lemak Fast Food Dengan Status Gizi Remaja Di Sman 7 Denpasar’, *Skripsi*.
- Dhar, S., Mondal, K.K. and Bhattacharjee, P. (2023) ‘Influence of lifestyle factors with the outcome of menstrual disorders among adolescents and young women in West Bengal, India’, *Scientific Reports*, 13(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35858-2>.

- Djashar, F.F. et al. (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.
- Donna, R. (2021) 'Hubungan Kadar Hb dan IMT dengan Siklus Menstruasi pada Remaja di Gampong Lamteumen Barat', *Jurnal Aceh Medika*, pp. 112–119. Available at: [www.jurnal.abulyatama.ac.id/acehmedika](http://www.jurnal.abulyatama.ac.id/acehmedika).
- Eka, A. et al. (2023) 'Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 13(1).
- Fadillah, A.N. and Puspitasari, D.I. (2023) 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta', *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, 1(1), pp. 25–34. Available at: <https://doi.org/10.56303/jdik.v1i1.104>.
- Fahmi, U.L., Agushybana, F. and Winarni, S. (2018) 'Faktor-Faktor yang Hubungan Dengan Gangguan Menstruasi Pada Commuter (Penglaju)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), pp. 230–240.
- Fahrizal, A. (2019) 'Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja Perawat Anestesi Di Ruang Operasi'. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Farhud, D. and Aryan, Z. (2018) 'Circadian rhythm, lifestyle and health: A narrative review', *Iranian Journal of Public Health*, 47(8), pp. 1068–1076.
- Fatimah, S. and Ayu, S.M. (2023) 'Hubungan Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan Di Masa Pandemi Covid-19 Di Yogyakarta', *Jurnal Kesehatan dan Pengelolaan Lingkungan*, 4(1), pp. 22–32. Available at: <https://doi.org/10.12928/jkpl.v4i1.6359>.
- Fauziah, D.N. (2019) 'Gambaran Konsumsi Fast Food Dengan Body Mass Index (BMI) Pada Remaja Di SMA Negeri Cimanggung', p. 46.
- Fauziah, E.N. et al. (2022) 'Analysis of Factors Affecting the Menstrual Cycle for Girls: Literature Review', *Jurnal Permata Indonesia*, 13(2), pp. 116–125.
- Fauziah, L.F., Hanim, D. and Pamungkasari, E.P. (2019) 'Asupan Gizi Makro dan Durasi Tidur pada Remaja Usia 16-18 Tahun dan Hubungannya terhadap Lama Menstruasi', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(1), p. 35. Available at: <https://doi.org/10.30597/mkmi.v15i1.5844>.

- Fitriani, R.J., Probandari, A. and Wiboworini, B. (2019) 'Body mass index, sleep quality, stress conditions determine menstrual cycles among female adolescents', *International Journal of Public Health Science*, 8(1), pp. 101–105. Available at: <https://doi.org/10.11591/ijphs.v8i1.16419>.
- Fujiwara, T. et al. (2007) 'Adverse Effects of Dietary Habits on Menstrual Disorders in Young Women', *The Open Food Science Journal*, 1(1), pp. 24–30. Available at: <https://doi.org/10.2174/187425640701012404>.
- Garalka and Darmanah (2019) *Metodologi penelitian*. CV. HIRA TECH.
- Glicksohn, J. (2019) 'Patterns of occurrence of four states of consciousness as a function of trait absorption', *Journal for Person-Oriented Research*, 5(1), pp. 27–36. Available at: <https://doi.org/10.17505/jpor.2019.03>.
- Habibah, E.N.S.U. (2021) 'Hubungan Tingkat Stress Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja', Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hangtuah Surabaya.
- Handayani, S. (2020) 'Pengukuran Tingkat Stres dengan Perceived Stress Scale–10 :Studi cross Sectional pada Remaja Putri Di Baturetno', *Jurnal Keperawatan GSH*, 9(1), pp.1-5.
- Hayati, A.N. and Pawenang, E.T. (2021) 'Analisis Spasial Kesehatan Lingkungan dan Perilaku di Masa Pandemi Untuk Penentuan Zona Kerentanan dan Risiko', *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(2), pp. 164–171. Available at: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>.
- Hayati, H., Alwi, W. and Sauddin, A. (2021) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres Mahasiswa Prodi Matematika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA)', *Jurnal MSA (Matematika dan Statistika serta Aplikasinya)*, 9(1), p. 37. Available at: <https://doi.org/10.24252/msa.v9i1.19142>.
- Hayya, R.F., Wulandari, R. and Sugesti, R. (2023) 'Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa', *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), pp. 1338–1355. Available at: <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.751>.
- Hazanah, S. and Shoufiah, R. (2015) 'Relation Between Stress And Menstrual Cycle At 18-21 Years Of Age', *International Refereed Journal of Engineering and Science (IRJES)*, 4(6), pp. 45–49.
- Hennegan, J. et al. (2020) 'Measurement in the study of menstrual health and hygiene: A systematic review and audit', *PLoS ONE*, 15(6). Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232935>.

- Hidayah, N. and Palila, S. (2018) ‘Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu’, *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), pp. 107–114. Available at: <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>.
- Husni, L. et al. (2022) ‘Hubungan konsumsi fast food dan fast frink terhadap gangguan menstruasi pada remaja putri di kelurahan kubu dalam parak karakah kecamatan padang timur kota padang tahun 2022’, *Jurnal Citra Ranah Merdeka*, 2(1), pp. 1–10.
- Ilham, M.A. et al. (2022) ‘Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review’, *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), pp. 185–192.
- Islamy, A. and Farida, F. (2019) ‘Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii’, *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), p. 13. Available at: <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>.
- Ismawati, F. and Purnawan, A. (2022) ‘Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Siswi SMK Informatika Ciputat Tahun 2022’, *Frame of Health Journal*, 1(2), pp. 173–180.
- Ismi, I., Tedju Hinga, I.A. and Toy, S.M. (2020) ‘The Correlation between Stress, Physical Activity and The Menstrual Cycle in Students of Public Health Faculty’, *Lontar : Journal of Community Health*, 2(2), pp. 82–89. Available at: <https://doi.org/10.35508/ljch.v2i2.3118>.
- Jernihati Krisniat Harefa (2023) ‘The Relationship Of Fast Food Consumption Habits And Stress With The Menstrual Cycle Of Adolecence Woman In Senior High School N. 1 Gunungsitoli’, *International Journal of Health Engineering and Technology*, 1(6), pp. 752–760. Available at: <https://doi.org/10.55227/ijhet.v1i6.134>.
- Karina, E.S., Candra, A. and Soedarto, J.H. (2017) ‘Hubungan Obesitas Sentral dengan Siklus Menstruasi dan Dysmenorrhea Primer pada Remaja’, *Journal of Nutrition College*, 6(4), pp. 319–325. Available at: <https://media.neliti.com/media/publications/200466-hubungan-obesitas-sentral-dengan-siklus.pdf>.
- Kemendes RI (2018) ‘Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018’, *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Kennedy, K. E. R. et al. (2022) ‘Menstrual regularity and bleeding is associated with sleep duration, sleep quality and fatigue in a community sample’, *Journal of Sleep Research*, 31, pp.13434. <https://doi.org/10.1111/jsr.13434>
- Khan, A. et al. (2023) ‘Association between sleep quality and social media use in Australian adults’, *Australian Psychologist*, 58(4), pp. 308–314. Available at: <https://doi.org/10.1080/00050067.2023.2206948>.

- Khairun, D. and Al Hakim, I. (2016) 'Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa', *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 1(1), pp. 105–111.
- Kim, T.W., Jeong, J.H. and Hong, S.C. (2015) 'The impact of sleep and circadian disturbance on hormones and metabolism', *International Journal of Endocrinology*, 2015. Available at: <https://doi.org/10.1155/2015/591729>.
- Klein, E.M. et al. (2016) 'The German version of the Perceived Stress Scale - psychometric characteristics in a representative German community sample', *BMC Psychiatry*, 16(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0875-9>.
- Kumara, I.N.A., Aryani, L.N.A. and Diniari, N.K.S. (2019) 'Proporsi gangguan tidur pada mahasiswa program studi pendidikan dokter semester satu dan semester tujuh Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Bali, Indonesia', *Intisari Sains Medis*, 10(2), pp. 235–239. Available at: <https://doi.org/10.15562/ism.v10i2.391>.
- Lateef, O.M. and Akintubosun, M.O. (2020) 'Sleep and reproductive health', *Journal of Circadian Rhythms*, 18(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.5334/jcr.190>.
- Li, W. et al. (2020) 'Association between sleep duration and quality and depressive symptoms among university students: A cross-sectional study', *PLoS ONE*, 15(9 September), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238811>.
- Lim, H.S. et al. (2018) 'Fast food consumption alongside socioeconomic status, stress, exercise, and sleep duration are associated with menstrual irregularities in Korean adolescents: Korea National Health and Nutrition Examination Survey 2009-2013', *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 27(5), pp. 1146–1154. Available at: <https://doi.org/10.6133/apjcn.032018.03>.
- Listiana, A.M. et al. (2019) 'Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Mikro, Dan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Gizi Uhamka', *Prosiding Seminar Nasional Berseri*, pp. 137–149. Available at: <https://proceedings.uhamka.ac.id/index.php/semnas/article/view/175>.
- Lubis, L.R. (2018) 'Hubungan konsumsi makanan siap saji ( fast food ) dengan siklus menstruasi siswi kelas ix di smp yayasan perguruan panca budi medan tahun 2018', *Skripsi [Preprint]*.
- Lutviani, M., Baroya, N. and Antika, R.B. (2023) 'The relationship of stress levels , nutritional status , and physical activity with menstrual cycle disorders', 4(3), pp. 271–278.



- Made, N. et al. (2019) 'Reabilitas kuesioner pittsburgh sleep quality index (PSQI) versi bahasa indonesia dalam mengukur kualitas tidur lansia', *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), pp. 30–38.
- Manurung, G.E., Iskandar, A. and Rachmiputri, A. (2021) 'Hubungan Frekuensi Konsumsi dan Jenis Junk Food dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(3), pp. 392–394. Available at: <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.324>.
- Maramis, F. (2011) 'Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa', Airlangga University Press.
- Mardiana, M., Mawarni, I. and Rahman, F.F. (2022) 'The Impact of Sleep Quality on the Menstrual Cycle of Teenage Girls at SMAN 1 Tenggarong, East Kalimantan', *Journal of Health Management Research*, 1(1), p. 32. Available at: <https://doi.org/10.37036/jhmr.v1i1.304>.
- Maria, M.N. (2023) 'Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Tangerang'. Universitas Nasional.
- Moulinda, A.A. et al. (2023) 'Relationship of Nutritional Status, Sleep Quality and Physical Activity with The Menstrual Cycle in Adolescent Girls at SMAN 98 Jakarta', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), pp. 1–12.
- Multazami, L.P. (2022) 'Hubungan Stres, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik', *NUTRIZONE (Nutrition Reseach and Development Journal)*, 02(April), pp. 1–9.
- Mursidah, I. (2022) 'Tugas akhir gambaran pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan siap saji (Fast Food) pada Remaja di SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta', Skripsi. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Muttaqin, M.R., Rotinsulu, D.J. and Sulistiawati, S. (2021) 'Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(4), pp. 586–592. Available at: <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.618>.
- Nasir, N.A.B.M. (2020) 'HUBUNGAN STRES TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN POLA HAID PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN'. Universitas Hasanuddin.
- Nelson, K. L., Davis, J. E., and Corbett, C. F. (2022) 'Sleep quality: An evolutionary concept analysis', *Nursing forum*, 57(1), 144–151. <https://doi.org/10.1111/nuf.12659>

- Ngozika, E.B. and Ifeanyi, O.E. (2018) 'A Review on Fast Foods and Family Lifestyle', *Int. J. Curr. Res. Biol. Med*, 3(4), pp. 25–30. Available at: <https://doi.org/10.22192/ijcrbm>.
- Nurfadilah, H., Muhdar, I.N. and Dhanny, D.R. (2022) 'Aktivitas Fisik dan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa FIKES UHAMKA', *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1), pp. 9–17. Available at: <https://doi.org/10.36590/jika.v4i1.204>.
- Nurihsan A. J. (2009) 'Bimbingan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan'. Bandung: Refika Aditama.
- Norman, A. W., Henry, H. L. (2015) 'Hormones (Third Edition)', Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-091906-5.00018-5>.
- Noviandry Rahman, H., Syakura, A. and Sonya Ringtiyas, H. (2022) 'Hubungan Antara Stress Dengan Siklus Menstruasi', *Jurnal Kesehatan* is licensed under CC BY-SA 4.0 © *Jurnal Kesehatan*, 13, pp. 116–120. Available at: <http://ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id/>.
- O'callaghan, F., Muurlink, O. and Reid, N. (2018) 'Effects of caffeine on sleep quality and daytime functioning', *Risk Management and Healthcare Policy*, 11, pp. 263–271. Available at: <https://doi.org/10.2147/RMHP.S156404>.
- Palomba, S. et al. (2018) 'Lifestyle and fertility: The influence of stress and quality of life on female fertility Rosario Pivonello', *Reproductive Biology and Endocrinology*, 16(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12958-018-0434-y>.
- Pibriyanti, K. et al. (2023) 'Hubungan Status Gizi, Anemia, Faktor Stress dan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi Remaja di Pesantren', *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(1), pp. 14–19. Available at: <https://doi.org/10.47065/jharma.v4i1.2918>.
- Piperopoulos, G. (2019) 'control-your-stress-manage-your-time', (1).
- Pratiwi, N. and Handayani, E.S. (2022) 'Analisis Pengaruh Pola Hidup terhadap Perbedaan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Biologi Universitas Negeri Padang', *Prosiding*, pp. 969–976.
- Prawirohardjo, S. and Wiknjosastro, H. (2011) 'Kanker ganas Alat Kelamin', *Ilmu kandungan*, pp. 294–320.
- Purnami, C.T. and Sawitri, D.R. (2019) 'Instrumen "Perceive Stress Scale" Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat', *Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada Masyarakat UNDIP-UNNES*, pp. 311–314. Available at:

<https://proceedings.undip.ac.id/index.php/semnasppm2019/article/download/119/138>.

- Potter, Perry. (2010) 'Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice', 7(3). Jakarta : EGC.
- Rafique, N. and Al-Sheikh, M.H. (2018) 'Prevalence of menstrual problems and their association with psychological stress in young female students studying health sciences', Saudi Medical Journal, 39(1), pp. 67–73. Available at: <https://doi.org/10.15537/smj.2018.1.21438>.
- Rahma, B. (2021) 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sman 12 Kota Bekasi', Jurnal Health Sains, 2(4). Available at: <http://jurnal.healthsains.co.id/index.php/jhs/article/view/151>.
- Ratnasari, C.D., and Hartati, E. (2016) 'Gambaran Kualitas Tidur Pada Komunitas Game Online Mahasiswa Teknik Elektro Universitas Diponegoro', Skripsi. Semarang: Departemen Keperawatan Universitas Diponegoro.
- Ratnawati E.A. (2023) 'Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri', Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA, 13(1).
- Safitri, M., Siregar, A. and Pane, N. (2021) 'Hubungan Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat I Akademi Kebidanan Helvetia Medan', Maieftiki Journals, 1(2), pp. 78–84.
- Said, H.S. et al. (2023) 'Uji Validitas dan Reliabilitas: Pemahaman Mahasiswa Akuntansi Terhadap Matakuliah Accounting For Business atau Pengantar Akuntansi (Studi pada Mahasiswa S1 Akuntansi Universitas Telkom Tahun Ajaran 2022/2023)', Jupea, 3(2).
- Sailan, N.P., Masi, G. and Kundre, R. (2019) 'Penggunaan Metode Kontrasepsi Pada Wanita Usia Subur Dengan Siklus Menstruasi Di Puskesmas', Jurnal Keperawatan, 7(2), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.27474>.
- Salmawati, N., Mayasari Usman, A. and 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).
- Sawyer, S. et al. (2018) 'The age of adolescence' The Lancet: Child & adolescent health, 2(3), pp.223–228. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1).
- Schmickler, J.M. et al. (2023) 'Determinants of Sleep Quality: A Cross-Sectional Study in University Students', International Journal of Environmental

Research and Public Health, 20(3). Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph20032019>.

- Severinsen, E.R. et al. (2023) ‘Night-time smartphone use, sleep duration, sleep quality, and menstrual disturbances in young adult women: A population-based study with high-resolution tracking data’, *SLEEP Advances*, 4(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1093/sleepadvances/zpad013>.
- Shin, H., Jeon, S. and Cho, I. (2022) ‘Factors influencing health-related quality of life in adolescent girls: a path analysis using a multi-mediation model’, *Health and Quality of Life Outcomes*, 20(1), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12955-022-01954-6>.
- Sholihah, Z., Fitriangga, A. and Ilmiawan, M.I. (2022) ‘The Relation Of Sleep Quality With Menstrual Cycle In Medical Students Of Faculty Of Medicine In Tanjungpura University’, *Jurnal Cerebellum*, 8(3), pp. 1–5. Available at: <https://doi.org/10.26418/jc.v>.
- Simpatik, R.H., Purwaningtyas, D.R. and Dhanny, D.R. (2023) ‘Hubungan Kualitas Tidur, Tingkat Stres, dan Konsumsi Junk Food dengan Gizi Lebih pada Remaja As-Syafi’iyah 02 Jatiwaringin’, *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 4(1), p. 46. Available at: <https://doi.org/10.24853/mjnf.4.1.46-55>.
- Sinaga, E. et al. (2017) *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar. Universitas Nasional, IWWASH and Global One.
- Siregar, H.S.N. et al. (2022) ‘Hubungan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fk Uisu Tahun 2021’, *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 5(2), pp. 101–108. Available at: <https://doi.org/10.30743/stm.v5i2.319>.
- Sitoayu, L., Pertiwi, D.A. and Mulyani, E.Y. (2017) ‘Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stres, dan siklus menstruasi pada remaja’, *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(3), p. 121. Available at: <https://doi.org/10.22146/ijcn.17867>.
- Sulistyo, Erika Puspita.(2019) ‘Hubungan Antara Kepribadian Neuroticism Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Impulsive Buying Produk Fashion Pakaian Pada Remaja Sma Muhammadiyah 2 Surabaya’ Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Supatmi et al. (2019) ‘Hubungan Durasi Tidur Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya’, *Jurnal Kebidanan*, 1(1), pp. 14–20.
- Suryaalamsah, I.I., Permatasari, T.A.E. and Sugiati, S. (2023) ‘Siklus Menstruasi Berdasarkan Kebiasaan Makan Junk Food dan Status Gizi Mahasiswi

- Selama Pandemi Covid-19', *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 19(2), p. 197. Available at: <https://doi.org/10.24853/jkk.19.2.197-205>.
- Tandy, C. A., and Ismawati, R. (2023) 'Relationships between Macronutrient Intake, Iron Intake, Nutritional Status, and Sleep Quality with Menstrual Cycle of Adolescent Girls in State Senior High School 5 of South Tangerang', *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(20), pp.132-141. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8405066>
- Tomer, V. and Chaudhary, D. (2022) 'Impact of Fast Food on the Menstrual Health of Adolescents', *JETIR2201536 Journal of Emerging Technologies and Innovative Research*, 9(1), pp. 222–224.
- Tonda, K.C. (2019) 'Analisis Penyebab Polymenorrhea di Kalangan Remaja', Prodi Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia, 35. Available at: <https://osf.io/dpku8/download/?format=pdf>.
- Toscano-Hermoso, M.D. et al. (2020) 'Influence of sleeping patterns in health and academic performance among university students', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(8), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph17082760>.
- Tryan, G. (2019) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT), Menarche, dan Siklus Menstruasi dengan Disminore pada Siswi SMA', Skripsi. Universitas Muhamadiyah Semarang.
- Tsigos, C., Kyrou, I., Kassi, E., and Chrousos, G. P. (2020) 'Stress: Endocrine Physiology and Pathophysiology'. In K. R. Feingold (Eds.) et. al., Endotext. MDText.com, Inc.
- Valentino, R.J. and Volkow, N.D. (2020) 'Drugs, sleep, and the addicted brain', *Neuropsychopharmacology*, 45(1), pp. 3–5. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41386-019-0465-x>.
- Vijayakumar, N. et al. (2021) 'A longitudinal analysis of puberty-related cortical development', *NeuroImage*, 228(December 2020), p. 117684. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2020.117684>.
- Vyas, K.M. et al. (2017) 'Effects of junk food/fast food on menstrual health: A review study', *International Ayurvedic Medical Journal*, 2(1), pp. 158–164. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/321824187>.
- Wardani, A.K. (2017) 'Hubungan Frekuensi Mengonsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Disminore', *Indonesian Journal for Health Sciences*, 01(02), pp. 7–13.

- Widiasari, P.R. et al. (2020) ‘Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri’, Universitas ‘Aisyiyah [Preprint]. Available at: <http://digilib.unisayogya.ac.id/5264/>.
- Wiglesworth, A. et al. (2023) ‘Sex and age variations in the impact of puberty on cortical thickness and associations with internalizing symptoms and suicidal ideation in early adolescence’, *Developmental Cognitive Neuroscience*, 59(November 2022), p. 101195. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2022.101195>.
- World Health Organization (2015) ‘Adolescent health in the South-East Asia Region’.
- World Health Organization. (2023) ‘Stress: Question and answer’.
- Wulandari, I.A. (2021) ‘Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mizanul ‘Ulum Sanrobone Kabupaten Takalar Tahun 2021’, 5(1), pp. 55–60.
- Yehovani, S. (2021) ‘RELATIONSHIP OF FAST FOOD CONSUMPTION FREQUENCY , INTAKE OF CALCIUM , MAGNESIUM AND BMI FOR AGE WITH MENSTRUAL CYCLE ON ADOLESCENT AT SMAN 2 GUNUNGPOTRI IN 2021’.
- Yolandiani, R.P., Fajria, L. and Putri, Z.M. (2021) ‘Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja Literatur Review’, *E-Skripsi Universitas Andalas*, 68, pp. 1–11.
- Yudesti, I. and Prayitno, N. (2013) ‘Perbedaan Status Gizi Anak SD Kelas IV Dan V Di SD Unggulan ( 06 Pagi Makasar ) Dan SD Non Unggulan ( 09 Pagi Pinang Ranti ) Kecamatan Makasar Jakarta Timur Tahun 2012’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), pp. 2001–2005.
- Yuniar Saraswati, R. and Okta Ratnaningtyas, T. (2022) ‘Hubungan Penggunaan Handphone Dengan Kualitas Tidur Pada Siswa Di Smk Negeri 3 Depok’, *Frame of Health Journal*, 1(2), pp. 96–104.
- Yunika Khairun, D.A.H.I. (2016) ‘Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa’, *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 1(1), pp. 105–111.
- Zeru, A.B., Gebeyaw, E.D. and Ayele, E.T. (2021) ‘Magnitude and associated factors of menstrual irregularity among undergraduate students of Debre Berhan University, Ethiopia’, *Reproductive Health*, 18(1), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01156-1>.

Zou, P. et al. (2020) 'Poorer sleep quality correlated with mental health problems in college students: A longitudinal observational study among 686 males', *Journal of psychosomatic research*, 136, p.110177.