

DAFTAR PUSTAKA

- Aldi, Y., & Susanti, F. (2019). *Pengaruh Stress Kerja Dan Motivasi Kerja Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Pada Pt. Frisian Flag Indonesia Wilayah Padang*.
- Arifin Ilham, M., Islamy, N., Hamidi, S., & Dewi Puspita Sari, R. (2023). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1). <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i1.1385>
- Attia, G. M., Alharbi, O. A., & Aljohani, R. M. (2023). The Impact Of Irregular Menstruation On Health: A Review Of The Literature. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.49146>
- Aurelia Noa, Marselinus Laga Nur, & Daniela L. A. Boeky. (2024). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswi Smp Kabupaten Ngada. *Sehatmas: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 389–397. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3486>
- Aurora Prathita, Y., & Indrawati Lipoeto, N. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. In *Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 6, Issue 1). <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
- Azis, A. A., Kurnia, N., Hartati, & Purnamasari, A. B. (2018). Menstrual Cycle Length In Women Ages 20-30 Years In Makassar. *Journal Of Physics: Conference Series*, 1028(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1028/1/012019>
- Azzura, F., Fajria, L., & Wahyu, W. (2023). *Siklus Menstruasi Pada Kualitas Tidur* (W. Wahyu, Ed.; 1st Ed., Vol. 1). Adanu Abimata.
- Beehr, T. A., & Newman, J. E. (1978). Job Stress, Employee Health, And Organizational Effectiveness: A Facet Analysis, Model, And Literature Review. *Personnel Psychology*, 31(4), 665–699. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1978.tb02118.x>
- Brinkman, J. E., Reddy, V., & Sharma, S. (2024). *Physiology Of Sleep*.
- Budianto, E. F. (2023). Perasaan Inferior Menjadi Pemicu Stress Pada Usia Dewasa Awal. *Jurnal Fenomena*, 32(1). <https://doi.org/10.30996/fn.32i1.8836>
- Bull, J. R., Rowland, S. P., Scherwitzl, E. B., Scherwitzl, R., Danielsson, K. G., & Harper, J. (2019). Real-World Menstrual Cycle Characteristics Of More Than 600,000 Menstrual Cycles. *Npj Digital Medicine*, 2(1). <https://doi.org/10.1038/s41746-019-0152-7>

- Buysse, D. J., Hall, M. L., Patrick, J., Strollo, J., Kamarck, T. W., Owens, J., Lee, L., Reis, S. E., & Matthews, K. A. (2008). Epworth Sleepiness Scale (Ess), And Clinical/ Polysomnographic Measures In A Community Sample. In *Journal Of Clinical Sleep Medicine* (Vol. 4, Issue 6).
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument For Psychiatric Practice And Research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Christiana, H., Wijayanti, R., & Haryati, S. (2022). Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Fisik Dengan Produktivitas Pekerja Di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar. *Journal Of Industrial Hygiene And Occupational Health*, 6(2), 11. <https://doi.org/10.21111/Jihoh.V6i2.6156>
- Critchley, H. O. D., Babayev, E., Bulun, S. E., Clark, S., Garcia-Grau, I., Gregersen, P. K., Kilcoyne, A., Kim, J.-Y. J., Lavender, M., Marsh, E. E., Matteson, K. A., Maybin, J. A., Metz, C. N., Moreno, I., Silk, K., Sommer, M., Simon, C., Tariyal, R., Taylor, H. S., ... Griffith, L. G. (2020). Menstruation: Science And Society. *American Journal Of Obstetrics And Gynecology*, 223(5), 624–664. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.06.004>
- Darmawati, N. L. D. (2020). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Institut Teknologi Dan Kesehatan (Itekes) Bali*.
- Delvia, S., Hasan Azhari, M., Studi Kebidanan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Ma, S., Baturaja, Arif, Mohammad Hatta No, J., Sukaraya, -B, Selatan, S., Ogan Komering Ulu, K., & Keperawatan, A. (2020). Relationship Stress Level Against The Menstrual Cycle In The Religion Of Al Ma'arif Nursing Academy. *Jurnal Stikes Al-Ma'arif Baturaja*, 5(1). https://jurnal.stikesalmaarif.ac.id/index.php/cendekia_medika/article/view/5
- Distyvanya, S. A., Nawangsasi, P., Herdiyantini, M., Adiwino, R. P., Endra, F., & Setyawan, B. (2024). Stres Dan Gangguan Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Dan Psikologi. *Comphi Journal: Community Medicine And Public Health Of Indonesia Journal*, 4(3), 299–304. <http://comphi.sinergis.org/comphi/article/view/203/117>
- Farida, D., & Nur Cahyanto, H. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan Institut Kesehatan & Bisnis Surabaya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(2).
- Fitriani, D., & Sudarwadi, D. (2018). *Lingkungan Kerja Fisik, Lingkungan Kerja Non Fisik, Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Guru Smk Negeri 1 Manokwari*.

- Grieger, J. A., & Norman, R. J. (2020). Menstrual Cycle Length And Patterns In A Global Cohort Of Women Using A Mobile Phone App: Retrospective Cohort Study. *Journal Of Medical Internet Research*, 22(6). <https://doi.org/10.2196/17109>
- Gunawan, G. (2019). Reliabilitas Dan Validitas Konstruk Work Life Balance Di Indonesia. *Jppp - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 8(2), 88–94. <https://doi.org/10.21009/Jppp.082.05>
- Handayani, T. Y. (2021). Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 6(2).
- Hastuti, Y. D., & Nasution, N. A. (2023). *Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi* (Efitra, Ed.; Vol. 1). Sonpedia Publishing Indonesia. https://books.google.co.id/books?id=Gobceaaaqbaj&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Hidayah, N. (2023). Hubungan Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi Anak Usia 7 Sampai 12 Tahun Di Tfk Ainul Mardhiyyah. *Journal Of Child And Gender Studies*, 1(1).
- Hse. (2019). *Stress, Anxiety And Depression Statistics 2018*. <https://books.hse.gov.uk/>
- Ilo. (2016). *Workplace Stress: A Collective Challenge (Ilo)*. MoT.
- Imandinan, K., Kamil, H., & Maurissa, A. (2022). Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Pada Era New Normal :Studi Kasus. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(3).
- Indriyani, L., Suciawati, A., & Suralaga, C. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Smk Bina Cendikia Bogor Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v11i1.217>
- International Physical Activity Questionnaire. (2002). *International Physical Activity Questionnaire (August 2002) Short Last 7 Days Self-Administered Format For Use With Young And Middle-Aged Adults (15-69 Years)*. www.ipaq.ki.se
- Iqbal, M. D. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta Relationship Between Physical Activity And Sleep Quality Of Wanderer Students In Yogyakarta. *Jurnal Student Uny*.
- Islamy, A., & Farida. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 13–18.

- Itriyeva, K. (2022). The Normal Menstrual Cycle. *Current Problems In Pediatric And Adolescent Health Care*, 52(5), 101183. <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2022.101183>
- Jaya, H., & Syokumawena. (2019). Hubungan Status Paritas Dengan Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2017. *Seminar Nasional Keperawatan “Penguatan Keluarga Sebagai Support System Terhadap Tumbuh Kembang Anak Dengan Kasus Paliatif” Tahun 2019*.
- John-Akinola, Y. O., & Igbokwe And, U. C. (2021). Knowledge Of Menstrual Disorders And Health Seeking Behaviour Among Female Undergraduate Students Of University Of Ibadan, Nigeria. *Annals Of Ibadan Postgraduate Medicine*, 19(1), 40–48.
- Juliyatmi, R. H., Handayani, L., Ahmad, U., Jalan, D., & Soepomo, S. H. (2015). Nutritional Status And Age At Menarche On Female Students Of Junior High School. *International Journal Of Evaluation And Research In Education (Ijere)*, 4(2), 71–75.
- Kemkes. (2020). *Apa Itu Aktifitas Fisik?* <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-itu-aktivitas-fisik>
- Kemkes. (2022). *Stres Dan Penyebabnya*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1777/stres-dan-penyebabnya#:~:Text=Stress%20adalah%20reaksi%20tubuh%20terhadap,Kemarahan%2c%20kegugupan%2c%20dan%20kecemasan.
- Kholifah, M. N. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 1 Winong Factors Associated With Early Menarche In Adolescent Girls At Smp Negeri 1 Winong. *Nutrition Research And Development Journal*, 4(01), 32–49. <https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/index>
- Klein, D. A., Paradise, S. L., & Reeder, R. M. (2019). Amenorrhea: A Systematic Approach To Diagnosis And Management. *American Family Physician*, 100(1), 39–48.
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita* (A. Susila & P. P. Lestari, Eds.). Salemba Medika.
- Kusumawati, D., Faridah, U., & Ardiyati, R. A. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Ma Ma’ahid Kudus. *The 13th University Research Colloquium 2021*.
- Mahfouz, M. S., Abdelmageed, M. M., Alqassim, A. Y., Hakami, T. K. M., Alshekh, M. M., Hamithi, D. M. A., Alakhdar, F. D. H., Ayyashi, N. M., & Madkhali, R.

- M. A. (2023). Menstrual Irregularities Associated With Covid-19 Vaccines Among Women In Saudi Arabia: A Survey During 2022. *Open Medicine (Poland)*, 18(1). <https://doi.org/10.1515/med-2023-0804>
- Mahitala, A. (2015). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Gangguan Siklus Menstruasiwanita Pasangan Usia Subur Di Desa Temanggung Kecamatan Kaliangkrik Kabupaten Magelang Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3).
- Marliani, R. (2015). *Psikologi Industri Organisasi*. Pustaka Setia.
- Marques, P., Madeira, T., & Gama, A. (2022). Menstrual Cycle Among Adolescents: Girls' Awareness And Influence Of Age At Menarche And Overweight. *Revista Paulista De Pediatria*, 40. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020494>
- Marsahusna Wanggy, D., Ulfiana, E., & Suparmi. (2022). The Relationship Between Nutritional Value, Diet, Physical Activities, And Stress With Menstrual Cycle Disorders. *Indonesian Journal Of Midwifery*, 5. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm>
- Mourinda Utami, F., Andri, & Laila, S. (2024). Hubungan Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1).
- National Sleep Fondation. (2024). *What Is Sleep Quality?* <https://www.thensf.org/what-is-sleep-quality/>
- National Sleep Foundation. (2020). *How Much Sleep Do You Really Need?* <https://www.thensf.org/how-many-hours-of-sleep-do-you-really-need/>
- Novianti, R., & Andini, T. T. (2023). Workstress Terhadap Siklus Menstruasi. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(1).
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Penilaian Status Gizi* (Vol. 1).
- Pera Sonata, M., & Martina Sianipar, I. (2023). Hubungan Stres Kerja Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Perawat Di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 13(1). <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/pskm>
- Pibriyanti, K., Nufus, T., Luthfiya, L. ', Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, I., Gontor, D., Raya, J., & Km, S. (2021). *The Relationship Of The Menstrual Cycle, Menstrual Length, Frequency Of Menstruation, And Physical Activities With The Incident Of Anemia In Adolescents Girls At Islamic Boarding School*. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>

- Potter, G. D. M., Skene, D. J., Arendt, J., Cade, J. E., Grant, P. J., & Hardie, L. J. (2016). Circadian Rhythm And Sleep Disruption: Causes, Metabolic Consequences, And Countermeasures. In *Endocrine Reviews* (Vol. 37, Issue 6, Pp. 584–608). Endocrine Society. <https://doi.org/10.1210/Er.2016-1083>
- Purwati, Y., & Muslikhah, A. (2021). Gangguan Siklus Menstruasi Akibat Aktivitas Fisik Dan Kecemasan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(2), 217–228. <https://doi.org/10.31101/Jkk.1691>
- Puti, D., Dotulong, A., Kasumawati, F., & Listiana, I. (2022). Hubungan Antara Usia, Kelelahan Kerja Dan Tingkat Stress Kerja Dengan Siklus Menstruasi Pada Pekerja Back Office Di Pt. Sun Star Prima Motor Kota Bogor. *Frame Of Health Journal*, 1(2).
- Ramar, K., Malhotra, R. K., Carden, K. A., Martin, J. L., Abbasi-Feinberg, F., Aurora, R. N., Kapur, V. K., Olson, E. J., Rosen, C. L., Rowley, J. A., Shelgikar, A. V., & Trotti, L. M. (2021). Sleep Is Essential To Health: An American Academy Of Sleep Medicine Position Statement. *Journal Of Clinical Sleep Medicine*, 17(10), 2115–2119. <https://doi.org/10.5664/Jcsm.9476>
- Reeder, M., & Koniak, G. (2011). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi Dan Keluarga* (18th Ed., Vol. 1). Penerbit Buku Kedokteran Egc.
- Riaz, Y., & Parekh, U. (2024). *Oligomenorrhea*.
- Rizal, M. (2015). Hubungan Stres Kerja Dengan Menstruasi Abnormal Pekerja Konveksi Desa Pegandon Pekalongan. *Unnes Journal Of Public Health*. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph>
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2013). *Organizational Behavior 15th Edition* (S. Yagan, Ed.; 15th Ed.). Pearson.
- Rohima Ammar, U. (2016). Faktor Risiko Dismenore Primer Pada Wanita Usia Subur Di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), 37–49. <https://doi.org/10.20473/Jbe.V4i1.37-49>
- Roro Sekar Arum, V., Yuniastuti, A., Woro Kasmini, O., & Diponegoro, J. (2019). The Relationship Of Nutritional Status, Physical Activity, Stress, And Menarche To Menstrual Disorder (Oligomenorrhea). *Public Health Perspectives Journal*, 4(1), 37–47. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/Phpj>
- Rowa, S. S., Nadimin, Mas'ud Hikmawati, & Musdalifah. (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).

- Saragih, P. B. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Durasi Kerja Terhadap Gangguan Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur Yang Bekerja. *Midwifery : Jurnal Kebidanan Dan Sains*, 1. <https://ejournal.Ypayb.Or.Id/Index.Php/Midwifery>
- Shim, J., Han, S., & Baek, J. (2024). Factors Influencing Menstrual Regularity Among Female Workers: A Cross-Sectional Analysis Study. *Bmc Women's Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-024-03142-8>
- Sholihah, Z., Fitriangga, A., In'am Ilmiawan, M., Pontianak, T., Barat, K., Biologi, D., Patobiologi, D., & Kedokteran, F. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Pola Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Cerebellum*, 8(3), 1–5. <https://doi.org/10.26418/jc.v%vi%i.48503>
- Sibagariang, E. E., Ginting, T., & Sibagariang, A. (2022). *Kesehatan Reproduksi Tenaga Kerja* (A. Maftuhin, Ed.). Trans Info Media.
- Siregar, H., Pane, A., Mustika, S. E., & Wardani, K. (2022). The Relationship Of Sleep Quality With Menstrual Cycle In Fk Uisu Students In 2021. *Jurnal Kedokteran Sains Dan Teknologi Medik*, 5(2). <https://jurnal.fk.usu.ac.id/index.php/stm>
- Song, S., Choi, H., Pang, Y., Kim, O., & Park, H. Y. (2022). Factors Associated With Regularity And Length Of Menstrual Cycle: Korea Nurses' Health Study. *Bmc Women's Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01947-z>
- Sopha, D. M., Haeriyah, S., & Yatsi Tangerang, S. (2021). Hubungan Tingkat Stress Dan Status Gizi Dengan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Smk Kesehatan Utama Insani The Relationship Of Stess Level And Nutritional Status With Menstrual Cycle Irregularity In Human Health Vocational School Youth. *Nusantara Hasana Journal*, 1(2), 1–7.
- Sulastrri, S., & Onsardi, O. (2020). Pengaruh Stres Kerja, Dan Beban Kerja, Terhadap Kinerja Karyawan. *Journal Of Management And Bussines (Jomb)*, 2(1), 83–98. <https://doi.org/10.31539/jomb.v2i1.1215>
- Tama, I. P., & Hardiningtyas, D. (2017). *Psikologi Industri : Dalam Perspektif Sistem Industri* (I. Nukman, A. Utaminingsih, & A. Mawardi, Eds.; 1st Ed., Vol. 1). Ubpress.
- Taqiyah, Y., Jama, F., & Hasraeni, H. (2020). Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik Dan Gangguan Perdarahan Menstruasi Pada Akseptor Kb Di Puskesmas Tompobulu. *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Forikes" (Journal Of Health Research "Forikes Voice")*, 11(2), 154. <https://doi.org/10.33846/sf11210>

- The Marlin Company And The American Institute Of Stress. (2001). *The Workplace Stress Scale* [™].
- Thiyagarajan Dhanalakshmi K, Basit Hajira, & Jeanmonod Rebecca. (2022). *Physiology, Menstrual Cycle*. Statpearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/Nbk500020/>
- Tulina, D., Pan, P., & Klokol, D. (2019). Melatonin, Pineal Gland And Sleep Disorders: From Theory To Practice. *European Journal Of Pharmaceutical And Medical Research* *Www.Ejpmr.Com*, 6(3), 66–78. [Www.Ejpmr.Com](http://www.ejpmr.com)
- Whitaker, L., & Critchley, H. O. D. (2016). Abnormal Uterine Bleeding. *Best Practice And Research: Clinical Obstetrics And Gynaecology*, 34, 54–65. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2015.11.012>
- Who. (2023, February). *Stress*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Who. (2024, June). *Physical Activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Yuli Asih, G., Hardani Widhiastuti, Ms., & Rusmalia Dewi, P. (2018). *Stres Kerja*.
- Zulkarnaen, W., Sasangka, I., Piksi Ganesha, P., & Muhammadiyah Bandung, U. (2021). Work Stress: A Negative Cause And Impact Analysis. *Jurnal Ilmiah Mea (Manajemen, Ekonomi Dan Akutansi)*, 5(2).
- Zumaristy, N. K., Masulili, N. A., & Nisa, H. (2023). Hubungan Tingkat Stres, Umur Menarche, Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Wilayah Jabodetabek Tahun 2022. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 220–230. <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif>