

DAFTAR PUSTAKA

- Abibu, M.A. et al. (2022) 'Spectrometric Determination of Sugar and Caffeine content in Soft Drinks sold in Ede Metropolis', *International Journal of Sciences, Engineering & Environmental Technology (IJOSEET)*, 7(8), pp. 73–79. Available at: www.repcomseet.org.
- Abriyani, E. et al. (2022) 'Analisis Kafein Dalam Kopi Menggunakan Metode Spektrofotometri Uv-Vis', *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, 1(5), pp. 1398–1409. Available at: <https://doi.org/10.59188/jcs.v1i5.175>.
- Abunawas, Nur Fadilah Amin, Sabaruddin Garancang, K. (2017) 'Buku Ajar Statistika Dasar', *Buku Ajar Statistika Dasar*, 14(1), pp. 15–31. Available at: <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>.
- Afifah, H.N., Sariati, Y. dan Wilujeng, C.S. (2020) 'The Relationship of Dietary Pattern and Carbohydrate Intake to Insidenece of Premenstrual Syndrome (PMS) in Students of Midwifery Bachelor Program University of Brawijaya with Normal Body Mass Index (BMI)', *Journal of Issues in Midwifery*, 4(1), pp. 20–28. Available at: <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.01.3>.
- Allen, S. S., McBride, C. M., & Pirie, P. L. (1991). 'The shortened premenstrual assessment form'. *The Journal of Reproductive Medicine*, 36(11), 769-772
- Allison C. Sylvetsky, Amanda J. Visek, Sabrina Halberg, Dong Keun Rhee, Zoe Ongaro, Kofi D. Essel, William H. Dietz, J.S. (2017) 'Public Access', *Physiology & behavior*, 176(1), pp. 100–106. Available at: <https://doi.org/10.1177/0022146515594631.Marriage>.
- Almatsier, (2010). *Buku Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Amran, P. (2018) 'Analisis Perbedaan Kadar Kalsium (Ca) Terhadap Karyawan Teknis Produktif Dengan Karyawan Administratif Pada Persero Terbatas Semen Tonasa', *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 1(1), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.32382/mak.v1i1.121>.
- Anggraeni, N., Pangestuti, D.R. and Aruben, R. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Asupan Kalsium, Magnesium, Vitamin B6 dan Aktivitas Fisik dengan Sindrom Pramenstruasi (Studi Pada Mahasiswa Peminatan Gizi Kesmas FKM Undip Tahun 2017)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), pp. 526–536.
- Arif, M. et al. (2017) 'Pengaruh Penambahan Karagenan dan Jahe Terhadap Organoleptik dan Sifat Fisikokimia Cokelat Batang', *J. Sains dan Teknologi Pangan*, 2(2), pp. 394–404.

- Arum Meiranny dan Avida Muanisatul Chabibah (2022) ‘Pengaruh Konsumsi Minuman Berkafein Terhadap Pola dan Kualitas Tidur Mahasiswa: A Literatur Review’, *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(2), pp. 117–122. Available at: <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.1910>.
- Br Ginting, S.S. et al. (2022) ‘Tingkat Pengetahuan Efek Konsumsi Kafein Dan Asupan Kafein Pada Mahasiswa’, *Journal of Nutrition College*, 11(4), pp. 264–271. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i4.32930>.
- Buddhabunyakan, N. et al. (2017) ‘Premenstrual syndrome (PMS) among high school students’, *International Journal of Women’s Health*, 9, pp. 501–505. Available at: <https://doi.org/10.2147/IJWH.S140679>.
- van Calker, D. et al. (2019) ‘The role of adenosine receptors in mood and anxiety disorders’, *Journal of Neurochemistry*, 151(1), pp. 11–27. Available at: <https://doi.org/10.1111/jnc.14841>.
- Chou, K.H. dan Bell, L.N. (2007) ‘Caffeine content of prepackaged national-brand and private-label carbonated beverages’, *Journal of Food Science*, 72(6). Available at: <https://doi.org/10.1111/j.1750-3841.2007.00414.x>.
- Cola, C. (2024) *Berapakah Kandungan Kafein yang Terdapat di Coca Cola*. Available at: <https://www.coca-cola.com/id/id/about-us/faq/berapakah-kandungan-kafein-yang-terdapat-di-coca-cola> (Accessed: 21 January 2025).
- Daniartama, B. et al. (2021) ‘Obesitas Berhubungan Dengan Pre Menstrual Syndrome (Pms) Pada Mahasiswi’, *Journal of Nutrition College*, 10(3), pp. 207–217. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i3.30808>.
- Davoudi-Kiakalayeh, A. et al. (2017) ‘Alloimmunization in thalassemia patients: New insight for healthcare’, *International Journal of Preventive Medicine*, 8, pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM>.
- Fadella, C. dan Jamaludin, D.N. (2019) ‘Menstruasi: Pengetahuan Dan Pengalaman Siswa Sd Negeri Prawoto 01’, *Journal Of Biology Education*, 2(2), p. 186. Available at: <https://doi.org/10.21043/jbe.v2i2.6375>.
- Fadli, M.R. (2018) ‘Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif’, Medan, Restu Printing Indonesia, hal.57, 21(1), pp. 33–54. Available at: <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Faiqah, S. dan Sopiatus, R. (2015) ‘Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Pre Menstrual Syndrome Pada Mahasiswa TK II Semester III Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram’, *Jurnal Kesehatan Prima*, 9(2), pp. 1486–1494.
- Fatimah, A., Prabandari, Y.S. dan Emilia, O. (2016) ‘Stres dan kejadian premenstrual syndrome pada mahasiswi pondok pesantren Surya Global’,

- Berita Kedokteran Masyarakat*, 32(1), p. 13. Available at: <https://doi.org/10.22146/bkm.8452>.
- Fauziah, E.N. (2022) 'Literature Review Analisis Faktor-faktor yang Memengaruhi Siklus Menstruasi Remaja Putri', *Jurnal Permata Indonesia*, 13(2), pp. 116–125.
- Fen Tih, F.T. et al. (2017) 'Efek Konsumsi Suplemen Kalsium dan Magnesium terhadap Dismenore Primer dan Sindrom Premenstruasi pada Perempuan Usia 19–23 Tahun', *Global Medical & Health Communication (GMHC)*, 5(3), p. 159. Available at: <https://doi.org/10.29313/gmhc.v5i3.2161>.
- Finurina, I. dan Susiyadi (2016) 'Pengaruh Sindrom Premenstruasi terhadap Kecemasan Mahasiswi', *Psycho Idea*, Vol. 1(No. 1), pp. 12–20.
- Fradista, A.D. (2023) 'Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi dan Tingkat Stres Psikologis dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Indekos Usia 18–22 Tahun di Fakultas Farmasi Universitas Airlangga', *Media Gizi Kesmas*, 12(1), pp. 94–103. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.94-103>.
- Gene Beresin, M. M., (2024). 'Stress in Teenagers'. [Online] Available at: <https://www.massgeneralbrigham.org/en/about/newsroom/articles/stress-in-teenagers>
- Gustina, E. dan Djannah, S.N. (2015) 'Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), p. 147. Available at: <https://doi.org/10.15294/kemas.v10i2.3375>.
- Hayya, R.F., Wulandari, R. dan 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>.
- Hidayat, M. et al. (2017) 'Blood Calcium Level and Its Correlation with Calcium Daily Intake, Calcium Supplementation & Clinical Symptoms in Women with Premenstrual Syndrome', *Journal Of Medicine & Health*, 1(6), pp. 583–594. Available at: <https://doi.org/10.28932/jmh.v1i6.556>.
- Husna, A. et al. (2022) 'Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di Gampong Kampong Pukat Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(1), pp. 35–47.
- Idris dan Enggar (2021) 'Hubungan status gizi terhadap kejadian pre menstrual syndrome pada remaja putri di SMA Negeri 4 Palu', *Media Ilmu Kesehatan*, 10(1), pp. 22–28. Available at: <https://doi.org/10.30989/mik.v10i1.521>.

- Idrus, R.N. et al. (2023) 'Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kejadian Kecemasan pada Mahasiswa Preklinik Angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako', *Jurnal Cakrawala Promkes*, 5(1), pp. 36–42. Available at: <https://doi.org/10.12928/promkes.v4i2.5403>.
- IFIC. International Food Information Council Foundation. (2010). 'Caffeine and Health: Clarifyng The Controversies'. Available from: <http://www.ific.org>
- Ilmi, A.F. dan Utari, D.M. (2018) 'Faktor Dominan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi (Studi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Departemen Arsitektur Fakultas Teknik, Universitas Indonesia)', *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), pp. 39–50. Available at: <https://doi.org/10.22435/mgmi.v10i1.1062>.
- Irawati, D., Styawan, A.A. dan Nurhaini, R. (2018) 'Penetapan Kadar Kafein Pada Teh Oolong (Camellia Sinensis) Dengan Metode Titrasi Bebas Air', *Prosiding University Research Colloquium*, pp. 464–469.
- Isnindar, S.W., Widyarini, S. dan Yuswanto (2016) 'Analisis Kandungan Kafein Pada Ekstrak Buah Kopi Mentah Dari Perkebunan Merapi Daerah Istimewa Yogyakarta Menggunakan Spektrofotometri Uv-Vis', *Pharmakon*, 5(2), pp. 187–190.
- Jelmila, S.N., Hasni, D. dan Liana, N. (2023) 'Asupan Magnesium, Kalsium dan Vitamin D dengan Premenstrual Syndrome', *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 10(2), pp. 138–144. Available at: <https://doi.org/10.33653/jkp.v10i2.1031>.
- Juliadi, D., Muzaifa, M. dan Fadhil, R. (2021) 'Kajian Literatur Perkembangan Produk Olahan Kopi Arabika Gayo dengan Metode Penyeduhan Espresso', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian*, 6(4), pp. 462–466. Available at: <https://doi.org/10.17969/jimfp.v6i4.18324>.
- Junaedi, J. dan Wahab, A. (2023) 'Hipotesis Penelitian dalam Kesehatan', *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan*, 6(2), pp. 142–146. Available at: <https://doi.org/10.56467/jptk.v6i2.98>.
- Kartikawati, S.L. dan Sari, A.I. (2017) 'Dinamika Kesehatan, Vol. 8 No. 1, Juli 2017 Kartikawati , et. al., Hubungan Tingkat Stress dengan ...', 8(1).
- Katheleen (2010) 'Handbook of Disease Burdens and Quality of Life Measures', *Handbook of Disease Burdens and Quality of Life Measures* [Preprint], (January 2010). Available at: <https://doi.org/10.1007/978-0-387-78665-0>.
- Kemenkes RI, K., (2019). 'Infographic Obesitas Tabel Ambang Batas Indeks Masa Tubuh'. [Online] Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>

- Kesuma, Z.M. dan Rahayu. (2017) 'Identifikasi Status Gizi Pada Remaja Di Kota Banda Aceh', *STATISTIKA: Journal of Theoretical Statistics and Its Applications*, 17(2), pp. 63–69. Available at: <https://doi.org/10.29313/jstat.v17i2.2759>.
- Krisnadi, K., Widodo, R.W. dan Mulya, A.S. (2020) 'Pengaruh Dosis Bioaktivator Gliocladium Sp Terhadap Pertumbuhan Benih Kopi Varietas Sigarar Utang Dan Lini S 795 Di Perbenihan', *Paspalum: Jurnal Ilmiah Pertanian*, 8(1), p. 57. Available at: <https://doi.org/10.35138/paspalum.v8i1.178>.
- Kusbaryanto (2003) 'Kandungan Zat Aktif pada Beberapa Jenis Minuman Berenergi'. Yogyakarta: Mutiara Medika.
- Kushartanti, R. (2018) 'Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Pre-Menstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri Di Smak Terang Bangsa Semarang Tahun 2016', *Avicenna : Journal of Health Research*, 1(2), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.36419/avicenna.v1i2.228>.
- Kusumawati, A. dan Finurina, I. (2016) 'Pengaruh Frekuensi Konsumsi Kafein terhadap Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Angkatan 2013-2015 Universitas Muhammadiyah Purwokerto', *Ilmu Gizi Indonesia*, XIII(01), pp. 91–100. Available at: <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/SAINTEKS/article/view/1507>.
- Lindayani, A.L.Y. dan Retnowuni, A. (2023) 'Efektifitas Terapi SHG (Self Help Group) dalam Menurunkan Tingkat Stress Pada Santri Menghadapi Ujian Akhir Pondok', *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13(2), pp. 76–83. Available at: <https://doi.org/10.57267/jisym.v13i2.270>.
- Listiana, A.M. (2019) 'Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Mikro, dan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Gizi Uhamka', *UHAMKA*.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). 'The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories'. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.
- Magdalena, I. et al. (2023) 'Mengelolah Data Uji Validitas dan Reliabilitas dalam Penelitian Pendidikan: Instrumen Tes dan Non Tes Peserta Didik Kelas IV SDN Pondok Kacang Barat 03', *Jurnal Pendidikan Sosial dan Konseling*, 1(2), pp. 49–53. Available at: <https://jurnal.itte.web.id/index.php/jpdsk/article/view/18>.
- Maharani, H. dan Samaria, D. (2021) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Terhadap Sindrom Premenstruasi Saat Pandemi Covid-19 Pada Siswi Kelas 10 Dan 11 Sman 4 Depok', *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 6(2), pp. 85–96. Available at: <https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/IJNHS/article/view/4415>.

- Mahardika, A.A.K. (2020) 'Relationship of nutritional status, calcium intake and stress with pre-menstrual syndrome in UHAMKA nutrition student', *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*, 5(2), pp. 100–108. Available at: <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i2.3908>.
- Masruroh, L. dan Muniroh, L. (2021) 'the Correlation Between Nutritional Status and Calcium Adequacy Level on the Incidence of Premenstrual Syndrome (Pms) in Female Students At the Faculty of Public Health Universitas Airlangga', *Indonesian Journal of Public Health*, 16(3), pp. 426–436. Available at: <https://doi.org/10.20473/ijph.v16i3.2021.426-436>.
- Matsuura, Y., Tran, N.H. dan Yasui, T. (2022) 'Differences in Menstruation-Related Symptoms of University Students Depending on Their Living Status in Japan', *Healthcare (Switzerland)*, 10(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.3390/healthcare10010131>.
- McLellan, T.M., Caldwell, J.A. dan Lieberman, H.R. (2016) 'A review of caffeine's effects on cognitive, physical and occupational performance', *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 71, pp. 294–312. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.09.001>.
- Muijah, S., Safitri, D.E. dan Dewanti, L.P. (2019) 'Status Gizi Dan Asupan Zat Gizi Mikro (Tiamin, Piridoksin, Kalsium, Magnesium) Berhubungan Dengan Sindrom Premenstruasi', *Argipa*, 4(1), pp. 45–53.
- Mutia, M.G. dan Putriana, D. (2023) 'Asupan Vitamin D, Kalsium Dan Aktivitas Fisik Kaitannya Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa', *Journal of Nutrition College*, 12(1), pp. 9–14. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v12i1.33345>.
- National Coffee Association (2011). 'Nation of coffee drinkers across every demographic'. Available at: <http://ctbythenumbers.info/2013/11/26/nation-coffee-drinkersacross-every-demographic/>
- Nescafe (2024) *Pengetahuan Tentang Kopi, Nescafe*. Available at: <https://www.nescafe.com/id/id-id> (Accessed: 21 January 2025).
- Notoatmojo (2010) *'Metodologi Penelitian Kesehatan.'*
- Novelta, R. (2018) 'Asupan Kalsium, Vitamin B6, Kebiasaan Makan Karbohidrat Kompleks, Tingkat Stres Hubungannya dengan Sindrom Premenstruasi'.
- Numbers, C. B., (2013). 'Nation Drink Coffe'. Available at: <https://ctbythenumbers.news/2013/11/26/nation-coffee-drinkersacross-every-demographic/>
- Nurbaiti, A. dan Noerfitri, N. (2023) 'Hubungan Antara Pola Makan Dan Aktivitas

- Fisik Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri Kabupaten Bekasi', *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 18(1), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/10.36086/jpp.v18i1.1549>.
- Nurhanifah, T. et al. (2023) 'Efektifitas Kalsium (Ca) Dalam Menurunkan Kecemasan Dan Depresi Pada Premenstrual Syndrome (Pms) a Systematic Review and Meta-Analysis', *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 6, pp. 763–774.
- Nurwela, S.T. dan Israfil, I. (2022) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Pada Remaja; Literatur Review', *Jurnal Keperawatan Jiwa: Jkj Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 100(4), pp. 697–704. Available at: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/10139>.
- Nuvitasari, W.E., Susilarningsih, S. dan Kristiana, A.S. (2020) 'Tingkat Stres Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome Pada Stress Level Connected With Premenstrual Syndrome on Student in Islamic Vocational High School', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), pp. 109–116.
- Nworie, K.M. (2018) 'Premenstrual syndrome: etiology, diagnosis and treatment. A mini literature review', *Journal of Obstetrics and Gynecological Investigations*, 1(1), pp. 41–46. Available at: <https://doi.org/10.5114/jogi.2018.78010>.
- Ningsih dan Chalil, A.A. (2022) 'Pengaruh Konsumsi Kafein terhadap Premenstrual Syndrome pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara', *Jurnal Implementa Husada*, 3(2), pp. 343–352. Available at: <https://doi.org/10.30596/jih.v3i2.9680>.
- OECD, (2015). 'PISA 2015 Results (Volume III)'. [Online] Available at: https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2015-results-volume-iii_9789264273856-en.html
- Praseptiangga, D., Nabila, Y. dan Muhammad, D.R.A. (2018) 'Kajian Tingkat Penerimaan Panelis pada Dark Chocolate Bar dengan Penambahan Bubuk Kayu Manis (Cinnamomum burmannii)', *Caraka Tani: Journal of Sustainable Agriculture*, 33(1), pp. 78–88. Available at: <https://doi.org/10.20961/carakatani.v33i1.19582>.
- Pratiwi, R.A. (2018) 'Gambaran Pola Konsumsi Vitamin C Pada Siswi Premenstrual Syndrome (Pms) Di Man 1 Semarang Artikel'. Available at: <http://repository.unimus.ac.id>.
- Pritchard, J.M., Seechurn, T. dan Atkinson, S.A. (2010) 'A food frequency questionnaire for the assessment of calcium, vitamin D and vitamin K: A pilot validation study', *Nutrients*, 2(8), pp. 805–819. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu2080805>.

- Pujiati1, Arneliwati, S.R. (2015) 'Hubungan Antara Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri') pp. 129–152. Available at: <https://doi.org/10.12816/0027279>.
- Purdue-Smithe, A.C. et al. (2016) 'A prospective study of caffeine and coffee intake and premenstrual syndrome', *American Journal of Clinical Nutrition*, 104(2), pp. 499–507. Available at: <https://doi.org/10.3945/ajcn.115.127027>.
- Putri, A.R. (2016) 'Hubungan Asupan Vitamin B6, Kalsium, dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Siswi di SMA N Colomadu'. Available at: <http://repository.ums.ac.id>.
- Putri, K.M. (2017) 'Hubungan Aktifitas Fisik Dan Depresi Dengan Kejadian Sindrom Pra Menstruasi', *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1), pp. 18–24. Available at: <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v1i1.55>.
- Ramadhani, A.P. dan Agustin, M. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Siswi Kelas Xi Di Sma Sandikta Bekasi Tahun 2019', *Afiat*, 6(02), pp. 32–41. Available at: <https://doi.org/10.34005/afiat.v6i02.1330>.
- Ramadhani, R., Setiawati, R.O. dan Evayanti, Y. (2016) 'Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pre Mentrual Syndrome Pada Remaja Putri di SMPN 5 Bandar Lampung Tahun 2015', *Jurnal Dunia Kesmas*, 5(2), pp. 65–73. Available at: <http://ejurnal.malahayati.ac.id/index.php?journal=jurdk&page=article&op=view&path%5B%5D=320>.
- Raynold Kaisar Gusti, Monica Djaja Saputera, A.C. (2023) 'Gambaran Stres Secara Umum pada Siswa/i SMA di Jakarta', *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 3(1), pp. 22–29.
- Reddy, V.S. et al. (2024) 'Pharmacology of caffeine and its effects on the human body', *European Journal of Medicinal Chemistry Reports*, 10(December 2023), p. 100138. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.ejmcr.2024.100138>.
- Renata, M.D.S., Widyastuti, N. dan Nissa, C. (2018) 'Asupan mikronutrien sebagai faktor risiko kejadian sindrom pramenstruasi pada wanita vegetarian', *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), pp. 94–101. Available at: <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.94-101>.
- Rianti, D. (2019) 'Hubungan antara Kecemasan dan Kadar Kortisol terhadap Kejadian Premenstrual Syndrom', *Jurnal Midwifery*, 1(2), pp. 68–78. Available at: <https://doi.org/10.24252/jmw.v1i2.10517>.
- Riza, Y., Hayati, R. dan Setiawan, W. (2019) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Premenstrual Syndroma Pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan: Wawasan Kesehatan*, 6(1), p. 20. Available at:

<https://doi.org/10.33485/jiik-wk.v6i1.153>.

- Rocha, P.L. de A. et al. (2022) 'Development of a Caffeine Content Table for Foods, Drinks, Medications and Supplements Typically Consumed by the Brazilian Population', *Nutrients*, 14(20). Available at: <https://doi.org/10.3390/nu14204417>.
- Rosiana Rizal, Vira Ry Shandy, M.S.R. (2022) 'Jurnal Hasi Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Eksakta', *Jppie*, 01(01), pp. 59–64. Available at: <http://jurnal.unidha.ac.id/index.php/jppie>.
- Rossignol McK., A. (1985) 'Caffeine-containing beverages and premenstrual syndrome in young women', *American Journal of Public Health*, 75(11), pp. 1335–1337. Available at: <https://doi.org/10.2105/ajph.75.11.1335>.
- Sahu, R., Barnwal, S.L. dan Vishvakarma, S. (2022) 'Prevalence and Severity of Premenstrual Syndrome among Young Females in Chhattisgarh, India', *Asian Pacific Journal of Health Sciences*, 9(1), pp. 120–125. Available at: <https://doi.org/10.21276/apjhs.2022.9.1.34>.
- Shobeiri, F. et al. (2017) 'Effect of calcium on premenstrual syndrome: A double-blind randomized clinical trial', *Obstetrics and Gynecology Science*, 60(1), pp. 100–105. Available at: <https://doi.org/10.5468/ogs.2017.60.1.100>.
- Suardi, D. dan Mutiariami Dahlan, F. (2022) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Stres Dengan Kejadian Tipe Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri Di Smp Tonjong Tahun 2021 The Relationship Of Physical Activity And Stress With The Event Of Premenstrual Syndrome (Pms) Among Adolescent Girls At Tonjon', *Jurnal kebidanan*, 11(2), pp. 145–154.
- Sudiarmanto, A.R. dan Sumarmi, S. (2020) 'Hubungan Asupan Kalsium dan Zink dengan Kejadian Stunting Pada Siswi SMP Unggulan Bina Insani Surabaya', *Media Gizi Kesmas*, 9(1), p. 1. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgk.v9i1.2020.1-9>.
- Sukma Senjaya et al. (2022) 'Dukungan Keluarga Pada Odha Yang Sudah Open Status Di Kabupaten Garut', *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), pp. 1003–1010. Available at: <https://doi.org/10.53625/jcjournalcakrawalailmiah.v2i3.4037>.
- Sukrasno, S., Aria Rivera, I. dan Ruslan Wirasutisna, K. (2018) 'The Caffeine Content in Coffee Beverages Commercially Distributed in Indonesia', *Journal of Food and Nutrition Research*, 6(8), pp. 513–517. Available at: <https://doi.org/10.12691/jfnr-6-8-5>.
- Susanti, H.D., Ilmiasih, R. dan Arvianti, A. (2017) 'Hubungan Antara Tingkat Keparahana Pms Dengan Tingkat Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 3(1), pp. 23–31. Available at: <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v3i1.32>.

- Sutarjana, M.A. (2021) 'Hubungan Frekuensi Konsumsi Kafein Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda', *Gizi Indonesia*, 44(2), pp. 145–154. Available at: <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i2.536>.
- Taherdoost, H. dan Hamta, G. (2017) 'Validity and Reliability of the Research Instrument ; How to Test the Validation of a Questionnaire / Survey in a Researchfile:///C:/Users/admin/Desktop/RISACHI REPORT 2021/reference B/2190-8050-1-PB-1 SOCIO.pdf', *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences*, 5(3), pp. 27–36. Available at: <https://hal.science/hal-02546799/document>.
- Taheri, R. et al. (2020) 'Nutritional status and anthropometric indices in relation to menstrual disorders: A cross-sectional study', *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2020. Available at: <https://doi.org/10.1155/2020/5980685>.
- Tfouni, S.A.V. et al. (2018) 'Caffeine in teas: Levels, transference to infusion and estimated intake', *Food Science and Technology (Brazil)*, 38(4), pp. 661–666. Available at: <https://doi.org/10.1590/1678-457x.12217>.
- Triantara, A.N. dan Widyastuti, H.S. (2017) 'Perbedaan Kualitas Tidur Setelah Mengonsumsi Berbagai Jenis Minuman Kopi Pada Usia Dewasa', *Journal of Nutrition College*, 6(4), p. 379. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i4.18791>.
- Trisianti, G. dan Setyaningrum, Z. (2021) 'Peran Asupan Kalsium Terhadap Tingkat Nyeri Haid Remaja Putri', *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), pp. 23–30. Available at: <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.453>.
- Tursina, T. dan Aminah, A. (2021) 'Pengaruh Kafein Terhadap Short Term Memory Pada Mahasiswi di Prodi Psikologi', *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(2), p. 27. Available at: <https://doi.org/10.29103/jpt.v2i2.3634>.
- Ulya, S.F., Sukestiyarno, Y. dan Hendikawati, P. (2018) 'Random Sampling Confidence Interval', *UNNES Journal of Mathematics*, 7(1), pp. 108–119.
- [USDA] United State Departemenet of Agriculture. (2018). 'USDA National Nutrient Database for Standart Reference'. Aavailable at: www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp/search/
- Wahyu Anasari et al. (2024) 'Analisis Kadar Kafein Pada Biji Kopi Arabika (Coffea arabica L.) Varietas Lini S dari Perkebunan Kopi Banaran Dengan Metode Titrasi Bebas Air', *CERATA Jurnal Ilmu Farmasi*, 15(1), pp. 23–28. Available at: <https://doi.org/10.61902/cerata.v15i1.1068>.
- Wahyuni, S.D. dan Izhar, M.D. (2018) 'Determinan Yang Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Di SMPN 7 Kota Jambi', *Jurnal Kesmas Jambi*, 2(1), pp. 59–70. Available at:

<https://doi.org/10.22437/jkmj.v2i1.6543>.

- Wardana, S. dan Dinata, K. (2017) 'Tingkat Stres Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester', *Tingkat Stres Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester di SMAN 4 Denpasar*, vol.6 no.1(e-jurnal medika), pp. 116–119. Available at: <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>.
- Wijaya, P. dan Sipayung, R. (2022) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Stres Dengan Kejadian Tipe Pre Menstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pelita Ilmu Depok', *Zona Kebidanan*, 13(1), pp. 90–101. Available at: <http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/1095/875>.
- Wijayanti (2024) 'Asupan Kalsium , Magnesium Dan Tingkat Stres Sebagai Faktor Resiko Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri', *Wijayanti, Riski Tri dan Mohammad Shoim Dasuki*, pp. 87–94.
- Woro Tri Utami dan Ummah, W. (2023) 'Konsumsi Kafein Berpengaruh Terhadap Kejadian Premenstrual Syndrome', *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), pp. 65–71. Available at: <https://doi.org/10.62085/ajk.v1i1.11>.
- Wustqa, D.U. et al. (2018) 'Analisis Data Multivariat Dengan Program R', *Jurnal Pengabdian Masyarakat MIPA dan Pendidikan MIPA*, 2(2), pp. 83–86. Available at: <https://doi.org/10.21831/jpmmp.v2i2.21913>.
- Yugo Susanto, Sri Bangun Lestari, E.P. (2020) 'На Главную | База 1 | База 2 | База 3', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1(2), pp. 1–10.
- Yulinar, L., Dwiyan, P. dan Winarta, I.M. (2022) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Minuman Ringan Berkarbonasi pada Siswa di SMP Trisoko Jakarta Tahun 2021', *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 10(21), pp. 36–41. Available at: <http://journal.thamrin.ac.id/index.php/jigk/article/download/1592/1345>.
- Yun Fidyowati, F., Astutiningrum, D. dan Riyanti, E. (2021) 'Correlation Between Premenstrual Syndrome And Sleep Quality', *Konsorsium LPPM PTMA*, pp. 796–803.
- Yunita, F.A dan Yuneta, A.E.N. (2021) 'Counseling on Pre-Menstrual Syndrome (PMS) In Adolescents', *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 9(2), p. 55. Available at: <https://doi.org/10.20961/placentum.v9i2.52694>.
- Yunitasari, E., Kusuma, A. dan Palupi, R. (2023) 'Hubungan Pengetahuan Dan Stres Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Tingkat Akhir', *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), p. 67. Available at:

<https://doi.org/10.52822/jwk.v8i2.527>.

Yusmiati, S.N.H. dan Erni, E. (2017) 'Pemeriksaan Kadar Kalsium Pada Masyarakat Dengan Pola Makan Vegetarian', *Jurnal SainHealth*, 1(1), p. 43. Available at: <https://doi.org/10.51804/jsh.v1i1.77.43-49>.

Zaheen Zakir, M.H. (2014) 'Caffeine (1 , 3 , 7-Trimethylxanthine): The Good And The Bad : A Review And The Bad : A Review', (December 2013).

Zulaika, S., Panggayuh, A. dan Kusmiwiyati, A. (2023) 'Hubungan Stres Akademik dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Premenstrual Syndrome pada Siswi Kelas 9 SMPN 1 Sumberpucung', *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(2), pp. 149–161.