

DAFTAR PUSTAKA

- Abriani, A. A., Ningtyias, F. W., & Sulistiyani, S. 2019. Hubungan Antara Konsumsi Makan, Status Gizi, dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Pre Menstrual Syndrome. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 3(1) : 1-6.
- Almatsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Cahyaningsih, U. 2017. Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Team Games Tournament* (TGT) terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa SD. *Jurnal cakrawala pendas*. 3(1) : 1-5.
- Christie, K. D., Citraningtyas, T., Ingkiriwang, E., & Soesanto, A. A. 2018. Faktor Risiko Sindrom Premenstruasi pada Sampel Urban di Jakarta Februari-Maret 2018. *Jurnal Kedokteran Meditek*. 24(68) : 1-7.
- Dayanand, A. 2019. Prevention of *Premenstrual syndrome* in Adolescence. *International Journal of Nursing Science Practice & Research*. 5 (1) : 59-63.
- Departemen Kesehatan. 2003. *Pedoman umum gizi seimbang*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Faiqah, S., & Sopiatus, R. 2018. Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Pre Menstrual Syndrome Pada Mahasiswa TK II Semester III Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram. *Jurnal Kesehatan Prima*. 9(2) : 1486-1494.
- Fitrieningtyas, E., Redjeki, E. S., & Kurniawan, A. 2017. Usia *menarche*, status gizi, dan siklus menstruasi santri putri. *Preventia: The Indonesian Journal of Public Health*. 2(2) : 58-56.
- Julianti, W., Marfuah, D., & Hayati, S. N. 2017. Pengalaman hidup remaja yang mengalami *premenstrual syndrome* (PMS) di SMK Moch Toha Cimahi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*. 3(2) : 63-71.
- Kamilah, Z. D., Utomo, B., & Winardi, B. 2019. Pengaruh Aktivitas Fisik dan Usia *Menarche* dengan Kejadian *Premenstrual syndrome* pada Remaja Putri. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*. 3(2), 160-166.
- Kendall, A. 2013. *Facts About Vitamin B6: FCS8700/FY213*. EDIS, 2013(6).

- Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. Peraturan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 tahun 2019.
- Lenaini, I. 2021. Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *Historis: Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Sejarah*. 6(1) : 33-39.
- Lubis, N. L. 2013. *Psikologi Kespro “Wanita dan Perkembangan Reproduksi”*. Jakarta : Prenadamedia Group. Hal : 1-188.
- Lugito, S. T., Indarto, D., & Hanim, D. 2019. The intakes of vitamin d and zinc and the menstrual periods of the high-school adolescent girls. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*. 6(3) : 122-132.
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Munda, S. S., Wagey, F. W., & Wantania, J. 2013. Hubungan antara IMT dengan usia *menarche* pada siswi SD dan SMP di Kota Manado. *e-CliniC*. 1(1) : 1-8.
- Mundarti, Pratikto, J., & Tribowo, M. 2014. Pemberian Tablet Zink terhadap Tingkat Nyeri Dismninoe Primer. *Jurnal LINK*. 10 : 856-862.
- Novaria, A. A., Hardinsyah, H., & Damanik, M. R. M. 2017. Minuman Fungsional Torbangun (*Coleus Amboinicus Lour*) dapat Menurunkan Tingkat Keluhan dan Kadar Prostaglandin pada Remaja dengan Sindrom Pramenstruasi. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 12(2) : 123-128.
- Rahayu, A., dkk. 2017. *Buku Ajar : Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia*. Surabaya : Airlangga University Press. Hal : 26-30.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., & Setiawan, M. I. 2020. *Buku Ajar “Dasar – Dasar Gizi”*. Yogyakarta : CV Mine. Hal : 1-194.
- Ratikasari, I. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi (PMS) pada Siswi SMA 112 Jakarta Tahun 2015*. SKRIPSI. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

- Renata, M. D. S., Widyastuti, N., & Nissa, C. 2018. Asupan mikronutrien sebagai faktor risiko kejadian sindrom pramenstruasi pada wanita vegetarian. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*. 6(2) : 94-101.
- Rudiyanti, N., & Nurchairina, N. 2017. Hubungan Status Gizi dan Stress dengan Kejadian *Pre Menstrual Syndrome* pada Mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*. 11(1) : 41-46.
- Saraswati, P. D. W., Suraoka, I. P., & Kusumajaya, A. N. 2020. Tingkat Konsumsi Kalsium, Seng, Vitamin E Dan Dismenorea Primer pada Siswi SMA. *Jurnal Kesehatan*. 11(3) : 371-377.
- Sibagariang, E. 2016. '*Kesehatan reproduksi wanita*'. Jakarta: Trans Info Media. Hal : 88-93.
- Sinaga, E., dkk. 2017. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta : *Universitas Nasional, IWWASH, Global One*. Hal : 1-109.
- Soviana, E., & Putri, A. R. 2017. Hubungan Asupan Vitamin B6 dan Kalsium dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Siswi Di SMA N Colomadu. *The 5th Flurecol Proceeding*. 1588-1594.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. 2016. *Penilaian Status Gizi Edisi 2*. Jakarta : EGC.
- TKPI. 2017. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*.
- Wahyuningsih, M., & Liliana, A. 2018. Analisa Hubungan antara Usia *Menarche*, Sikap tentang Pre-Menstruasi Sindrom terhadap Perilaku dalam Mengatasi Pre-Menstruasi Sindrom di SMPN 1 Mlati Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*. 5(2) : 383 - 387.
- Zuhana, N., & Suparni, S. 2018. Hubungan Usia *Menarche* dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi di SMP Negeri 1 Sragi Kabupaten Pekalongan tahun 2016. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 8(1).