

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D. (2012). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Pekerja Shift di PT Krakatau Tirta. *Fakultas Ilmu Keperawatan*, 1–81.
- Aini, F., Yudanari, Y. G., & Apriyatmoko, R. (2023). Relaksasi Otot Progresif Meningkatkan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan yang Mengerjakan Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(1), 36–42. <https://doi.org/10.35473/jkbs.v1i1.2161>
- Alghani, S. R., Sari, R. D. P., Septiani, L., & Utama, W. T. (2024). Gangguan Siklus Menstruasi. *Jurnal Medula*, 14, 587–592.
- Anzela, Sari, R. D. P., Trijayathi, U. W., & Beraw, K. (2023). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMAN 5 Bandar Lampung *The Relationship Between Sleep Quality and Physical Activity with Menstrual Cycles in Adolescent Girls at SMAN 5 Bandar Lampung*. 14.
- Armeyanti, L. Y., & Damayanti, P. A. R. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Singaraja. 75–87.
- Astuti, E. P., Indrayani, T., & Azzahroh, P. (2023). Faktor Resiko Infertilitas pada Wanita. *Jurnal Menara Medika*, 5(2), 159–165.
- Astuti, H., Cessaria, D. E., Kumalasari, Nasruddin, N. I., Marlina, T., Amalia, L., Herdiani, R. T., Justin, W. O. S., Anggraini, F. T., Sitanggang, T. W., & Anggraini, D. (2023). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia*. CV.Eureka Media Aksara.
- 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)
- Decandra Putra, D., Purwanto, B., & 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), 34–41. <https://doi.org/10.36387/jifi.v6i1.1274>
- Dwitia Putri, T., Ni Wayan Tianing, Putu Ayu Sita Saraswati, & M. Widnyana. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Overweight pada Mahasiswa Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 6(2), 205–214. <https://doi.org/10.35451/jkf.v6i2.2026>

- Elza, A. N. (2020). Hubungan Tingkat Stress dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Model MAN 2 Kota Madiun. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun*, 1–127.
- Fadilah, J. (2023). Identifikasi Usia Menarche dan Pola Konsumsi Gula pada Remaja yang Mengalami Ketidakteraturan Siklus Menstruasi. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudia Husada Madura*.
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185–192.
- Jeon, B., & Baek, J. (2023). *Menstrual disturbances and its Association with Sleep Disturbances: A Systematic Review. BMC Women's Health*, 23(1), 1–19. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02629-0>
- Kamila, F., & Dainy, N. C. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran dan Kesehatan UMJ. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(3), 168–174. <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.3.168-174>
- Kasiati, N. W. D. R. (2016). *Kebutuhan Dasar Manusia I* (Vol. 11, Issue 1). Jakarta Selatan : Pusdik SDM Kesehatan.
- Lestari, M., & Amal, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Siklus Haid Tidak Teratur pada Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jayapura. *Jurnal Sehat Mandiri*, 14(2), 57–63. <https://doi.org/10.33761/jsm.v14i2.107>
- Loa, W. W., Nabuasa, E., & Sir, A. B. (2022). Hubungan antara Berat Badan, Diet, Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi. *Media Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 34–43. <https://doi.org/10.35508/mkmhttps://ejurnal.undana.ac.id/MKM>
- Lutfhia, D. (2022). *Dinamika Perkembangan Masa Dewasa*. Mataram : Sanabil. https://c3i.sabda.org/perkembangan_masa_dewasa
- Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). *Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat*. 3, 1–23.
- Maulia, D. (2021). Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Kelurahan Warnasari Kota Cilegon Banten. *Universitas Binawan*, 75(17), 399–405.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Runeka Cipta.

- Paputungan, F. (2023). Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal *Developmental Characteristics of Early Adulthood. Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 2986–1012.
- 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>
- Putriningtyas, N. D., Cahyati, W. H., & Rengga, W. D. P. (n.d.). *Aktivitas Fisik, Asupan Makanan, dan Kualitas Tidur* (Vol. 11, Issue 1). Semarang : LPPM Universitas Negeri Semarang.
- Quraisy, A. (2022). Normalitas Data Menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dan Saphiro-Wilk. *J-HEST Journal of Health Education Economics Science and Technology*, 3(1), 7–11. <https://doi.org/10.36339/jhest.v3i1.42>
- Rahmi, M. R. N., & Yuni Purwati. (2023). Korelasi Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(m), 6–25.
- Ramadhani, N., Rohmah, N., & Indriyani, D. (2023). Hubungan Lama Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember. *Ejournal. Warunayama.Org*. <https://ejournal.warunayama.org/index.php/medicnutricia/article/view/654>
- Sahir, S. H. (2022). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Penerbit KBM Indonesia.
- Sari, N. K. Y. P., Purwaningtyas, N. H., & Kusumaningtyas, D. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir Sarjana Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. *Journal of Issues in Midwifery*. <https://doi.org/10.21776/ub.JOIM.2024.008.01.5>
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif*. Surakarta : Unisri Press.
- Sholihah, Z., Fitriangga, A., & Ilmiawan, M. I. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Pola Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura *The Relation Of Sleep Quality With Menstrual Cycle In Medical Students Of Faculty Of Medicine In Tanjungpura Universi*. 8(3), 1–5. <https://doi.org/10.26418/jc.v>
- Silalahi, V. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 1–10. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.213>

- Silvia, E., Febriyani, A., Nando, R., & Riza, A. (2020). Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Acne Vulgaris pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Angkatan 2019. *E-CliniC*, 3(3), 33–38. <https://doi.org/10.35790/ecl.3.3.2015.10445>
- Sugiyono. (2018). *Metodologi Penelitian Bisnis*. Bandung : Alfabeta cv.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Sumarno, R. A. A. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi D3 Kebidanan Semester VI Universitas Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan*, 7, 5.
- Supatmi, Yusliana, A., W, Y., & LY, F. (2019). Hubungan Durasi Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya. *Sinar Jurnal Kebidanan*, 1(1), 14–20.
- Syintia, H., Siregar, N., Penelitian, Harris, A., Mustika, S. E., & Wardani, K. (n.d.). Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi FK UISU Tahun 2021. *Jurnal.Fk.Uisu.Ac.Id*. Retrieved September 17, 2024, from <https://www.jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/319>
- Tristianingsih, J., & Handayani, S. (2021). Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(2), 120. <https://doi.org/10.47034/ppk.v3i2.5275>
- Tyas, N., Sumasto, H., Suparji, & Santosa, B. J. (2013). *Kebutuhan Dasar Manusia* (Vol. 12). Surabaya : Poltekkes Kemenkes Surabaya.
- Wahyua, W., Fajriab, L., & Azzurac, F. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. *Jurnal FK Unsri*, 6(2), 139–141.
- Wahyuni, I., Wathan, F. M., Silaban, T. D. S., & Rohaya. (2023). Hubungan Tingkatan Stres, Status Gizi, dan Kualitas Tidur dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Kebidanan di Universitas Kader Bangsa Palembang. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 6(2), 52–60. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Yumni, F., Supatmi, S., & Wulandari, M. F. (2020). *Hubungan Durasi Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya*. <http://repository.um-surabaya.ac.id/5859/>