

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W. K. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Padukuhan Medari Gede Caturharjo Sleman Yogyakarta. (*Doctoral Dissertation, STIKES Jenderal A. Yani Yogyakarta*).
- Ayuningtyas, N., & Ratnawati, R. (2021). Literature Review: Gambaran Tingkat Nyeri Pada Remaja yang Menstruasi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, 1*, 1784–1789.
- Bancin, D., Sitorus, F., & Anita, S. (2022). Edukasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi (Kespro) Remaja Pada Kader Posyandu Remaja Lembaga Pembinaan Khusus Kelas I Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara, 3*(1), 103–110.
- Bayuningrum, P., Welay, S., Syahrini, S., & Nirwana, N. (2023). Pengenalan Dan Pencegahan Pre Menstrual Syndrome Pada Remaja Putri Di Man Malakaji Kabupaten Gowa. *JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT INDONESIA, 2*(1), 142–148.
- Clarita, H. A., Wulandari, F., Mahmudiono, T., & Setyaningtyas, S. W. (2022). *Jenis dan Durasi Olahraga untuk Mencegah Premenstrual Syndrome: Sistematis Review*.
- Damayanti, A. F., & Samaria, D. (2021). Hubungan Stres Akademik Dan Kualitas Tidur Terhadap Sindrom Pramenstruasi Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi COVID-19. *JKEP, 6*(2), 184–209.
- Dewi, S. K., & Sudaryanto, A. (2020). Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Pencegahan Demam Berdarah. *Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (SEMNASKEP) 2020*, 73–79.
- Farida, I. (2023). *psikologi perkembangan (pertama)*. mitra cendikia medika.
- Fitriani, R. J. (2020). Hubungan Status Gizi Dan Menarche Dengan Dismenore Remaja Di Kota Magelang. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ), 3*(1), 13–16.
- Himaya, S., Sa'adi, A., & Herawati, L. (2021). Premenstrual Syndrome Factors in Reproductive Women 18–40 Years Old. *EMBRIO, 13*(2), 179–186.
- Ilham, M. A., Islamy, N., & Nasution, S. H. (2023). Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 5*(1), 185–192.

- Indri, S. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Siswi SMP N 1 Srumbung Magelang. (*Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*).
- Isroani, F., Mahmud., Qurtubi., Pebriana., Karim., & Y. (2023). *Psikologi Perkembangan*. LovRinz Publishing.
- Italia, I., & Ramona, Y. (2021). Studi Literatur Analisis Penanganan Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 183-190.
- Kamilah, Z. D., Utomo, B., & Winardi, B. (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(2), 160–166. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i2.2019.160-166>
- Kartini, F., Suesti, S., Febrianti, D., Ayu, B. R., Erviana, L., Gian, S., Fauzianty, A., Muliani, R., & Wardah, R. (2024). Edukasi pranikah: topik menstruasi. *BEMAS: Jurnal Bermasyarakat*, 4(2), 228–232.
- Khajehei, M. (2015). Aetiology, Diagnosis and Management of Premenstrual Syndrome. *Journal of Pain & Relief*, 04(04). <https://doi.org/10.4172/2167-0846.1000193>
- Kulsum, U. (2020). Pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314-327.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku pemantauan aktivitas fisik. *Yogyakarta: The Journal Publishing*.
- Malinda, D. A., & Wulandari, P. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Intensitas Nyeri Premenstrual Syndrome. *Proceeding Widya Husada Nursing Conference*, 2(1), 19–25. <https://journal.uwhs.ac.id/index.php/whnc/article/view/440>
- Marwang, S., Nahira, N., & Bunga, M. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di SMAN 18 Makassar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 46–53.
- Mayasari, A. T., Febriyanti, H., & Primadevi, I. (2021). *Kesehatan reproduksi wanita di sepanjang daur kehidupan*. Syiah Kuala University Press.
- Mema, E., Spain, E. S., Martin, C. K., Hill, J. O., Sayer, R. D., McInvale, H. D., Evans, L. A., Gist, N. H., Borowsky, A. D., & Thomas, D. M. (2022). Social influences on physical activity for establishing criteria leading to exercise persistence. *PLOS ONE*, 17(10), e0274259. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0274259>

- Nainar, A. A. A., Sari, J., & Hikmah, H. (2021). Hubungan Aktivitas Olahraga dengan Kejadian Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, 2, 393–398. <https://doi.org/10.31000/sinamu.v2i0.3572>
- Norfai, S. K. (2022). *analisis data penelitian (Analisis Univariat, Bivariat dan Multivariat)*. Pasuruan Jawa Timur: Qiara Media.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan (2018) / Perpustakaan Terpadu Polkestama*. Jakarta: Rineka Cipta., 2018. [//opac.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/3Fp%3Dshow\\_detail%26id%3D3190](https://opac.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/3Fp%3Dshow_detail%26id%3D3190)
- Nugraha, A. S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Remaja Dengan Premenstrual Syndrome (PMS) Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Seyegan. *Informasi Dan Promosi Kesehatan*, 2(1), 78–90.
- Nurbaiti, A., & 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), 1–6.
- Pakpahan, A. F., Prasetio, A., Negara, E. S., Gurning, K., Situmorang, R. F. R., Tasnim, T., ... & Rantung, G. A. J. (2021). *Metodologi penelitian ilmiah*.
- Patonah, S. P. S., & Azizah, F. A. F. (2019). Hubungan Antara Siklus Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Asuhan Kesehatan: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2).
- Permadi, Y., & Ramasida, S. (2020). Hubungan Terapi Kompres Hangat Dan Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Smk Swakarya Palembang. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 9(2), 49–55.
- Pertiwi, C. (2018). Hubungan Aktivitas Olahraga Terhadap Kejadian Sindrom Pramenstruasi Pada Remaja Di Sman 4 Jakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, April, 120.
- Puspasari, H. (2020). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Terhadap Kejadian Menghadapi Premenstrual Syndrome. *Syntax Idea*, 1(1), 25–30.
- Remaja, A. H. P. (2023). *Perkembangan Remaja. Psikologi Perkembangan*. 155.
- Risa, S. F., I Made Alit Gunawan, I., & Weni Kurdanti, W. K. (2018). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Tentang Aktifitas Fisik Dan Makanan Fast Food Pada Remaja Gemuk SMP Di Yogyakarta.

(*Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*).

- Rofiqoh, N. S., Daris, H., & Prawoto, E. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Premenstruasi Syndrome (Pms) pada Remaja di Desa Ngrancang Kabupaten Bojonegoro. *E-Journal Cakra Medika*, 9(2), 13–18.
- Sahadhati Arsa, A., Sumarmi, S., Studi Gizi, P., Kesehatan Masyarakat, F., Airlangga, U., & Gizi, D. (2023). Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Premenstrual Syndrome Pada Siswi Sma. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga*, 4(3), 4179–4185.
- Said, H. S., Khotimah, C., Ardiansyah, D., & Khadrinur, H. (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), 249–259.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., & Trisnamiati, A. (2017). *Buku: Manajemen Kesehatan Menstruasi*.
- Sitorus, C. Y., Kresnawati, P., Nisa, H., & Karo, M. B (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom Pada Mahasiswi Diii Kebidanan. *Binawan Student Journal*, 2(1), 205–210. <https://doi.org/10.54771/bsj.v2i1.109>
- Suardi, D. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Stress Dengan Kejadian Tipe Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri Di Smp Tonjong Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 145–154.
- Sugara, E., & Hidayat, R. W. (2019). *Hubungan Verbal Abuse Orang Tua Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja SMP Negeri 2 Gamping Sleman Yogyakarta* [Masters, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta]. <https://unjaya.ac.id>
- Surmiasih, S. (2016). Aktivitas Fisik dengan Sindrom Premenstruasi Pada Siswa SMP. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 71–78. <https://doi.org/10.30604/jika.v1i2.24>
- Susanti, R., Noviasty, R., & Ifroh, R. H. (2020). Sindrom Pramenstruasi Pada Remaja. *Avicenna: Jurnal Ilmiah*, 15(1), 19–26. <https://doi.org/10.36085/avicenna.v15i1.748>
- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., Soehadinata, J. P., & Nuraeni. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisiplin*. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1>

- Thaher, M. I. T., Prautami, E. S., & Ulama, P. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Puteri Siswi Kelas XI SMA Assanadiyah Palembang Tahun 2021. *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(2).
- Wicaksono, A., & Handoko, W. (2020). Aktivitas fisik dan kesehatan. *Aktivitas Fisik Dan Kesehatan*.
- Yasmin, K. N., Syauqy, A., & Enis, R. N. (2021). Hubungan Aktivitas Olahraga Terhadap Kejadian Sindrom Pramenstruasi Mahasiswi Program Studi Kedokteran Di Universitas Jambi Tahun 2020. *Medical Dedication (Medic) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 218–226. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13498>
- Zahiroh, N. N. (2020). *Gambaran Koping Remaja Putri Dalam Mengatasi Dysmenorrhea Pada Mahasiswi SI Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.

PERPUSTAKAAN  
JENDRAL ACHMAD YANI  
UNIVERSITAS YOGYAKARTA