

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, F. I., Kadir, S., & Abudi, R. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Remaja Putri du MTs Negeri 3 Kabupaten Gorontalo. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 6(3), 272-283.
- Ahrens, K., Mumford, S. L., Schliep, K. C., Kissell, K. A., Perkins, N. J., Wactawski-Wende, J., & Schisterman, E. F. (2014). Serum leptin levels and reproductive function during the menstrual cycle. *American journal of obstetrics and gynecology*, 210(3), 248
- Aldriana, N., (2018). Faktor-Faktor Yang memengaruhi Siklus Menstruasi pada Mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian. *Jurnal Martenity and Neonatal*, 2(5), 271-271
- Alifiyanti, D., Hermayanti, Y., & Setyorini, D. (2017). Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Terapi yang Diberikan di RSUP dr. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 115-125.
- Alim, I.Z., Winarsih, S. & Elvira, S. (2015). *Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index versi Bahasa Indonesia*. Tesis, Universitas Indonesia
- Andas, A. M., Prima, A., Purnamasari, A., Romantika, I. W., & Wada, F. H. (2024). *Tidur Nyenyak di Usia Senja: Panduan Intervensi Non Farmakologi untuk Lansia*. Jambi: Sonpedia Publishing Indonesia.
- Anggarini, T., & Cahyaningrum, F. (2012). Hubungan Kadar Hemoglobin dan Status Gizi dengan Pola Siklus Menstruasi pada Remaja Akhir Akademik Kebidanan Semarang. *Dinamika Kebidanan*, 2(1), 1–13.
- Arisman, M. B. 2010. *Gizi Dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*, Jakarta: EGC
- Arum, V. R. S., Yuniastuti, A., & Kasimi, O. W. (2019). The Relationship of nutritional status, physical activity, stress, and menarche to menstrual disorder (oligomenorrhea). *Public Health Perspective Journal*, 4(1), 37-47
- Arumsari, E. (2008). *Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) di Kota Bekasi*. Skripsi, Institut Pertanian Bogor.
- Awal, H.Q. (2017). *Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2014 UIN Alauddin Makassar*. Skripsi, UIN Alauddin Makassar
- 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), 1-6.
- Bakhshi, E., Seifi, B., Biglarian, A., & Mohammad, K. (2011). Factors Associated with Obesity in Iranian Elderly People: Results from The National Health Survey. *BMC research notes*, 4, 1-6.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21-9.
- Bobak, I.M., Lowdermilk, D.L., Jensen, M.D. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, Edisi 4. Jakarta: ECG
- Budiman, I. (2008). Validitas Pengukuran Lemak Tubuh yang Menggunakan Skinfold Caliper di 2, 3, 4, 7 Tempat terhadap Cara Bod Pod. *Maranatha Journal of Medicine and Health*, 7(2), 1-11.

- Budyawati, N. P. L. W., Utami, D. K. I., & Widyadharna, I. P. E. (2019). Proporsi dan Karakteristik Kualitas Tidur Buruk pada Guru-Guru Sekolah Menengah Atas Negeri di Denpasar. *E-Jurnal Medika*, 8(3), 1–7
- Bull, J. R., Rowland, S. P., Scherwitzl, E. B., Scherwitzl, R., Danielsson, K. G., & Harper, J. (2019). Real-world Menstrual Cycle Characteristics of ore than 600,000 Menstrual Cycles. *Npj Digital Medicine*, 2 (1), 83.
- Buysse, D. J., Reynolds III, 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.
- Carskadon, M. A., & Dement, W. C. (2011). Monitoring and Staging Human Sleep. *Principles and Practice of Sleep Medicine*, 5, 16-26.
- Cella, F., Giordano, G., & Cordera, R. (2000). Serum Leptin Concentrations During The Menstrual Cycle in Normal-Weight Women: Effects of An Oral Triphasic Estrogen-Progestin Medication. *European Journal of Endocrinology*, 142(2), 174-178.
- Childs, G. V., Odle, A. K., MacNicol, M. C., & MacNicol, A. M. (2021). The Importance of Leptin to Reproduction. *Endocrinology*, 162(2), 1-18.
- Dahriani TA, Murbawani EA, Panunggal B. (2016). Hubungan Lingkar leher dan Tebal Lemak Bawah Kulit (Skinfold) terhadap Profil Lipid pada Remaja. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 1804-1814.
- Damayanti, S. S., Ningrum, E. W., & Haniyah, S. (2021). Hubungan Tingkat Stres Akademik Dan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi Selama Pandemi Covid-19 Mahasiswi Keperawatan Universitas Harapan Bangsa. *Nursing Journal (Bnj)*, 4(1), 48-57
- Daniel, M., Martin, A. D., & Drinkwater, D. T. (1992). Cigarette Smoking, Steroid Hormones, and Bone Mineral Density in Young Women. *Calcified Tissue International*, 50(4), 300-305.
- De Angelis, C., Nardone, A., Garifalos, F., Pivonello, C., Sansone, A., Conforti, A., ... & Pivonello, R. (2020). Smoke, Alcohol and Drug Addiction and Female Fertility. *Reproductive Biology and Endocrinology*, 18, 1-26.
- Deaneva, A. M., & Hidayati, R. S. (2015). The Correlation between Sleep Pattern and Mentruation cycle for Interns in RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Nexus Kedokteran Komunitas*, 4(2), 59-69
- Dewi, R., Rimawati, N., Purbodjati, P., (2021). Body Mass Index, Physical Activity, and Physical Fitness of Adolescence. *J. Public. Health. Res.* 10(2), 1-3.
- Dhamayanti, M., Faisal, F., & Maghfirah, E. C. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dan Masalah Mental Emosional pada Remaja Sekolah Menengah. *Sari Pediatri*, 20(5), 283.
- Durnin, J. V., & Womersley, J. V. G. A. (1974). Body Fat Assessed from Total Body Density and Its Estimation from Skinfold Thickness: Measurements on 481 Men and Women ged from 16 to 72 years. *British journal of nutrition*, 32(1), 77-97.
- Ernawati, S. (2009). *Hubungan Usia Ginekologi dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Pola Siklus Menstruasi Pada Remaja Akhir Di Program Studi Ilmu Keperawatan FK UGM*. Skripsi, Universitas Gadjah Mada
- Fatmaningsih, N. K., Koeryaman, M. T., & Rosidin, U. (2024). Relationship of Sleep Quality with Menstrual Cycle in Teenagers. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(5), 2913-2920.

- Firmansyah, M. A. (2024). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Massa Lemak Tubuh Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang*. Disertasi, Universitas Negeri Malang.
- Fitriani, R. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 86 Jakarta. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 29-38.
- Gallagher, D., Heymsfield, S. B., Heo, M., Jebb, S. A., Murgatroyd, P. R., & Sakamoto, Y. (2000). Healthy Percentage Body Fat Ranges: an Approach for Developing Guidelines Based on Body Mass Index. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(3), 694-701
- Gemmink, A., Schrauwen, P., Hesselink, M., (2020). Exercising Your Fat (Metabolism) Into Shape: a Muscle-centred View. *Diabetologia*. 63, 1453–1463.
- 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), 1-15.
- Guyton, A.C., & Hall, J.E. (2016). *Textbook of Medical Physiology*. 13 ed. Elseviers
- Handoko, E. (2022). *Kajian Hubungan Pencapaian Akademik dengan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dalam Masa Pandemi Covid-19*. Medan: Unpri Press
- Harley, K. G., Watson, A., Robertson, S., Vitzthum, V. J., & Shea, A. (2024). Menstrual Cycle Characteristics of US Adolescents According to Gynecologic Age and Age at Menarche. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 37(4), 419-425.
- Hartwell, E. E., Pfeifer, J. G., McCauley, J. L., Moran-Santa, M., & Back, S. E. (2014). Sleep Disturbances and Pain Among Individuals with Prescription Opioid Dependence. *Addictive Behaviors*, 39, 1537–1542
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., *et al.*, (2015). National Sleep Foundation's Sleep Time Duration Recommendations: Methodology and Results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40– 43
- Houtkooper LB. (2000). Body Composition. *Sport Nutrition for Health and Performance*, 13(1), 199 –219
- Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2022). Faktor-Faktor Yang memengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan Stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 77-89.
- IDAI. 2013. *Nutrisi Pada Remaja*. Ikatan Dokter Anak Indonesia: Jakarta
- Ilmi, A. F., & Selasmi, E. W. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 6 Tangerang Selatan. *Edu Masda Journal*, 3(2), 175-180.
- Jandíková, H., Dušková, M., & Stárka, L. (2017). The Influence of Smoking and Cessation on The Human Reproductive Hormonal Balance. *Physiological research*, 66, 323-331
- Kennedy, K.E., Onyeonwu, C., Nowakowski, S., Hale, L., Branas, C.C. Killgore, W.D., Wills, C.C. and Grandner, M.A., (2022). Menstrual Regularity and Bleeding is Associated with Sleep Duration, Sleep Quality and Fatigue in a Community Sample. *Journal of Sleep Research*, 31(1), 13434

- Khairani, N., & Sudiarti, T. (2020). Model Prediksi Persen Lemak Tubuh Remaja Putri: Studi Cross Sectional. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, 4(1), 51-66.
- Kim, T. W., Jeong, J. H., & Hong, S. C. (2015). The impact of sleep and circadian disturbance on hormones and metabolism. *International journal of endocrinology*, 2015(1), 591729.
- Kim, M., Um, Y., Kim, T., Kim, S., Seo, H., Jeong, J., Lee, J., Kim, S., Cho, I. H., Kim, S., & Hong, S. (2021). Association Between Age and Sleep Quality: Findings From a Community Health Survey. *Sleep Medicine Research*, 12(2), 155–160.
- Kumalasari, M. L. F., Hadi, M. I., & Munir, M. (2019). Hubungan Tingkat Stres Psikologis dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 131-136
- Kurniawati, D. M. A., Febriyanti, M. S., Fitrianti, D. Y., Susilo, M. T., Dieny, F. F., & Purwanti, R. (2023). Zat Gizi Makro, Persen Lemak Tubuh Dan Gangguan Menstruasi Pada Atlet Putri. *Journal of Sport Science and Fitness*, 9(2), 82-87.
- Kusminar, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*, Jakarta: Salemba Medika.
- Kusumastuti, N.A. dan Suarsih, A., (2023). Analisis Status Gizi, Siklus Menstruasi, dan Konsumsi Rokok Elektrik terhadap Nyeri Dismenorea pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 9(3), 556-564.
- Kusumawardani, A., & Yolanda, C. (2023). Hubungan Penggunaan Gadget dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Indonesia. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 332-341.
- Lateef, O. M., & Akintubosun, M. O. (2020). Sleep and Reproductive Health. *Journal of Circadian Rhythms*, 18, 1-11.
- Laura, G., & Sari, T. (2023). Kaitan Antara Kualitas Tidur Dan Siklus Menstruasi Mahasiswi Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Ebers Papyrus*, 29(1), 150-160.
- Lichstein, K. L., Durrence, H. H., Riedel, B. W., Taylor, D. J., & Bush, A. J. (2013). *Epidemiology of sleep: Age, gender, and ethnicity*. New York: Psychology Press.
- Listiana, A. M., Endayani Safitri, D., Nur Kusumaningtyas, L., & Muhammadiyah HAMKA, U. D. (2019). Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Mikro, Dan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Gizi Uhamka. *Prosiding Seminar Nasional Berseri*. 137–49.
- Liu, X., Chen, H., Liu, Z. Z., Fan, F., & Jia, C. X. (2017). Early menarche and menstrual problems are associated with sleep disturbance in a large sample of Chinese adolescent girls. *Sleep*, 40(9), 107.
- Louk, A. F., Rante, S. D. T. R., & Folamauk, C. L. H. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Durasi Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Tahun 2020. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(2), 256-264.
- Lund, H. G., Reider, B. D., Whiting, A. B., & Prichard, J. R. (2010). Sleep Patterns and Predictors of Disturbed Sleep in a Large Population of College Students. *Journal of Adolescent Health*, 46(2), 124–132

- Maedy, F. S., Permatasari, T. A. E., & Sugiati, S. (2022). Hubungan Status Gizi dan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri di Indonesia. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 1-10
- Maisa, E. A., Andrial, A., Murni, D., & Sidaria, S. (2021). Hubungan stres akademik dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir program alih jenjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 438-444.
- Manoppo, M.W., Pitoy, F.F. and Abigael, T., (2023). Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2098-2107
- Manuaba, I.A.C, Manuaba I.B.G.F., Manuaba, I.B.G. (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Mardiana, M., Mawarni, I., & Rahman, F. F. (2022). The Impact of Sleep Quality on the Menstrual Cycle of Teenage Girls at SMAN 1 Tenggara, East Kalimantan. *Journal of Health Management Research*, 1(1), 32-37.
- Marfell-Jones, M., Stewart, A., & Olds, T. (2006). *Kinanthropometry Ix*. In *Proceedings of the 9th International Society for the Advancement of Kinanthropometry Conference*
- Marin, H., Indrayani, A. W., Nugraha, M. H. S., & Dinata, I. M. K. (2023). Kualitas Tidur Buruk Memperlambat Waktu Reaksi Visual pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(2), 144-152
- Mau, R. A., Kurniawan, H., & Dewajanti, A. M. (2020). Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida dengan Nyeri Menstruasi. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(3), 139-145.
- Marques, C., Quaresma, M., Nakamoto, F., Magalhaes, A., Lucin, G., Thomatieli-Santos., (2021). Does Modern Lifestyle Favor Neuroimmunometabolic Changes? A Path to Obesity. *Frontiers in Nutrition*. 8, 1-15
- Nahdah, R. A., Safitri, D. E., & Fitria, F. (2022). Asupan Lemak, Serat, Kalsium dan Kualitas Tidur Kaitannya dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 11(2), 163-170.
- Nelson, K. L., Davis, J. E., & Corbett, C. F. (2022). Sleep Quality: An Evolutionary Concept Analysis. In *Nursing forum*. 57 (1), 144-151.
- Noordia, A., TP, S., Hariyanto, A., & Avandi, R. (2021). *Ilmu Gizi Olahraga Dasar-Dasar Pengukuran Dan Perhitungan Bagi Praktisi Olahraga*. Jawa Timur: Zifatama Jawa.
- Noviyanti, D., & Dardjito, E. (2018). Hubungan Antara Status Gizi dan Tingkat Asupan Zat Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 2(1), 10-19.
- Ohayon, M., Wickwire, E. M., Hirshkowitz, M., Albert, S. M., Avidan, A., Daly, F. J., & Vitiello, M. V. (2017). National Sleep Foundation's Sleep Quality Recommendations: First Report. *Sleep health*, 3(1), 6-19.
- Peng, Y. X., & Chang, W. P. (2024). Influence of Chronotype on Sleep Quality and Menstrual Regularity in Nurses on Monthly Shift Rotations. *Journal of Occupational Health*, 66(1), 1-9
- Pertiwi, M. M., Nawangsari, N. A. F., & Irwanto, I. (2021). Knowledge, Attitude and Practice Towards Menstruation of Midwifery Students in Surabaya. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(2), 179-191.

- Pibriyanti, K., Nufus, N. T., & Luthfiya, L. (2021). The Relationship of Menstruation, and Physical Activities With the Incident of Anemia in. *Journal Of Nutrition College*, 10, 112–119.
- Poobalan, A., & Aucott, L. (2016). Obesity Among Young Adults in Developing Countries: A Systematic Overview. *Current Obesity Reports*, 5(1), 2-13.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental. Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*, (Edisi 4). Jakarta: EGC
- Prathita, Y. A., Syahredi, S., & Lipoeto, N. I. (2017). Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(1), 104-109.
- Rakhmawati, A., & Dieny, F. F. (2013). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Gangguan Siklus Menstruasi pada Wanita Dewasa Muda. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 214- 222.
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2019). Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Masda Journal*, 3(2), 181-191.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018.
- Romans, S. E., Kreindler, D., Einstein, G., Laredo, S., Petrovic, M. J., & Stanley, J. (2015). Sleep Quality and The Menstrual Cycle. *Sleep medicine*, 16(4), 489-495.
- Rosen, M. P., & Cedars, M. I. (2007). Female Reproductive Endocrinology and Infertility. *Greenspan's Basic and Clinical Endocrinology*, 502-562.
- Rujiantina, A. S., Widyastuti, N., & Probosari, E. (2017). Konsumsi Fitoestrogen, Persentase Lemak Tubuh dan Siklus Menstruasi pada Wanita Vegetarian. *Journal of Nutrition College*, 6 (2), 180-190.
- Rusitayanti, N. W. A., & Widiartari, N. L. G. (2021). Faktor-faktor Kesulitan Mahasiswa Menyusun Skripsi pada Prodi Penjaskesrek FKIP Universitas PGRI Mahadewa Indonesia di Era Adaptasi Kebiasaan Baru Tahun 2021. *Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia*, 12(2), 138-148
- Sabila, S. G., Fujiana, F., & Budiharto, I. (2023). Gambaran Usia Menarche dan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1315-1320.
- Safitri, Y., Nadiyah and Wahyuni, Y. (2018). *Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Zat Gizi Mikro, Vitamin D, Aktivitas Fisik dan Lemak Viseral pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana*. Jakarta: Universitas Esa Unggul
- Salem, A. M. (2021). Variation of Leptin During Menstrual Cycle and Its Relation to The Hypothalamic–Pituitary–Gonadal (HPG) Axis: A systematic Review. *International Journal of Women's Health*, 445-458.
- Sari, N. K. Y. P., Purwaningtyas, N. H., & Kusumaningtyas, D. (2024). Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir Sarjana Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. *Journal of Issues in Midwifery*, 8(1), 37-47
- Shechter, A., & Boivin, D. B. 2010. Sleep, Hormones, and Circadian Rhythms Throughout The Menstrual Cycle in Healthy Women and Women with Premenstrual Dysphoric Disorder. *International Journal of Endocrinology*, 2010(1), 1-17.
- Sherly, G., Siva, V., & Rama, C. (2017). Prevalence of Menstrual Irregularities in Correlation with Body Fat among Students of Selected Colleges in a District of Tamil Nadu, India. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 7(7), 740-743.

- Sherwood, L. (2015). *Fisiologi Manusia*. 9 ed. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Sholihah, Z., Fitriangga, A., Ilmiawan, M. I. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Pola Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Cerebellum*, 8(3), 1-5.
- Simanoah, K. H., Muniroh, L., & Rifqi, M. A. (2022). Hubungan antara durasi tidur, tingkat stres dan asupan energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa baru 2020/2021 FKM UNAIR. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 218-224
- Simbolon, P., Sukohar, A., Ariwibowo, C., & Susianti. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Lama Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 7(2), 164–170.
- Sirajuddin, S. 2011. *Penuntun Praktikum Penilaian Status Gizi Secara Biokimia dan Antropometri*. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Siregar, H. S. N., Mustika, S. E., & Wardhani, K. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi FK UISU tahun 2021. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 5(2), 101-108.
- Siri, W. E. (1956). The Gross Composition of The Body. In *Advances in Biological and Medical Physics*, 4, 239-280
- Sitoayu, L., Choirunnisa, S., Pakpahan, T., Rosdyaningurm, S., (2020). Nutritional Knowledge, Dietary Assessment, Physical Activity, Body Fat Percentage, and Nutritional Status of Police Officers. *Journal of Health Education*, 5(1), 39-48.
- Sitoayu, L., Pertiwi, D. A., & Mulyani, E. Y. (2017). Kecukupan Zat Gizi Makro, Status gizi, Stres, dan Siklus Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(3), 121-128.
- Sitoayu, L., Rumana, N. A., Sudiarti, T., & Achmad, E. K. (2020). Hubungan Antara IMT/U, Skinfold Thickness, Lingkar Pinggang dan Persen Lemak Tubuh pada Remaja Laki-Laki. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 4(1), 42-50.
- Sokhifah., Utami, T., & Hikmanti, A. 2024. Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan di Universitas Harapan Bangsa. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 15(1), 42-49.
- Sukartini, N. L. A. (2022). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Itekes Bali Di Masa Pandemi Covid-19*. Skripsi, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
- Sulana, I. O. P., Sekeon, S. A. S., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi. *Jurnal Kesmas*, 9(7), 37–45.
- Sunarsih. (2017). Hubungan Status Gizi dan Aktifitas Fisik terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 3(4), 190–195.
- Speakman, J. & Selman, C., (2003). Physical Activity and Resting Metabolic Rate. *Proceedings of the Nutrition Society*. 62, 621–634.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Tortora GJ, Derrickson B. 2009. *Principles of Anatomy and Physiology*. 12th ed. New York: John Wiley & Sons
- Trisina, C. G., Dinata, I. M. K., & Purnawati, S. (2023). Hubungan Persentase Lemak Tubuh Dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi

- Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal medika udayana*, 12(3), 12-16.
- Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi*. Jawa Timur: Strada Press
- Wardani, I. A. K., & Tiastiningsih, N. N. (2023). Gangguan Tidur Pada Penderita Gangguan Afektif Bipolar. *Jurnal Hasil Penelitian dan Pengembangan (JHPP)*, 1(3), 177-183.
- Westerterp, K. R. (2009). Assessment of Physical Activity: A Critical Appraisal. *European Journal of Applied Physiology*, 105, 823-828..
- Wijayanti, D. N., Sukmaningtyas, H., & Fitranti, D. Y. (2018). Kesesuaian Metode Pengukuran Persentase Lemak Tubuh Skinfold Caliper Dengan Metode Bioelectrical Impedance Analysis. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(2), 1504-1510.
- Windham, G. C., Mitchell, P., Anderson, M., & Lasley, B. L. (2005). Cigarette Smoking and Effects on Hormone Function in *Premenopausal Women*. *Environmental Health Perspectives*, 113(10), 1285-1290.
- Wohlfahrt-Veje, C., Tinggaard, J., Winther, K., Mouritsen, A., Hagen, C. P., Mieritz, M. G., & Main, K. M. (2014). Body Fat Throughout Childhood in 2647 Healthy Danish Children: Agreement of BMI, Waist Circumference, Skinfolds with Dual X-ray Absorptiometry. *European Journal of Clinical Nutrition*, 68(6), 664-670.
- Yolandiani, R. P., Fajria, L., & Putri, Z. M. (2020). Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 68(2), 1-10.
- Yudita, N. A., Yanis, A., & Iryani, D. (2017). Hubungan antara Stres dengan Pola Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(2), 299-304.
- Zendron, C., Gonçalves, H. F., Cavalcante, F. S., Pereira, T. R., Evangelista, A., Ramos, C. F., & Oliveira, M. A. P. (2014). Increased Expression of The Leptin Receptor in Human Ovaries Affected by Endometrioma and Detection of High Levels of Leptin in The Ovarian Endometrial Fluid. *Journal of Ovarian Research*, 7, 1-7.
- Zeru, A. B., Gebeyaw, E. D., & Ayele, E. T. (2021). Magnitude and Associated Factors of Menstrual Irregularity among Undergraduate Students of Debre Berhan University, Ethiopia. *Reproductive health*, 18(1), 101-109.