

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KETERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI
SMA DWIJENDRA DENPASAR**



SKRIPSI

Oleh :

NI KOMANG TYA CAHYANI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KETERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI
SMA DWIJENDRA DENPASAR**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu
Keperawatan Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

NI KOMANG TYA CAHYANI

NIM.C1119029

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KETERATURAN
SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI
SMA DWIJENDRA DENPASAR**

Diajukan Oleh:

**Ni Komang Tya Cahyani
NIM C1119029**

Mangupura, 23 juni 2023

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



**Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0801019002**

Pembimbing II



**Ns. Ni Putu Dita Wulandari, S.Kep., M.Kep.Sp.Kep.J
NIDN. 0826019001**

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



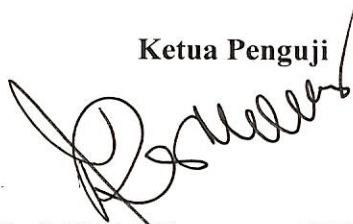
**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603**

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal: 4 juli 2023**


Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. I Made Rismawan, S.Kep., M.M
NIDK. 8967170023

Sekretaris penguji



Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0801019002

Anggota Penguji



Ns. Ni Putu Dita Wulandari, S.Kep., M.Kep.Sp.Kep.J
NIDN. 0826019001

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua**



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Komang Tya Cahyani

Nim : C1119029

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul skripsi : Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan
Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA

Dwijendra Denpasar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 22 juni 2023



Ni Komang Tya Cahyani

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA
KEPERAWATAN**

Skripsi, 2023

Ni Komang Tya Cahyani

Hubungan Status Gizi dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja di
SMA Dwijendra Denpasar

xv + 53 + 5 tabel + 2 skema + 13 lampiran

Abstrak

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa secara fisik, yang akan mengalami pubertas ditandai dengan menstruasi pada remaja putri. Siklus menstruasi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor hormone, faktor aktivitas fisik, faktor stress, dan faktor status gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan Keteraturan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Dwijendra Denpasar.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *descriptive correlation* yaitu untuk menelaah suatu hubungan antara dua variabel pada situasi atau kelompok subjek yang dilakukan dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 130 orang remaja putri di SMA Dwijendra Denpasar berusia 16-17 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berupa lembar wawancara keteraturan siklus menstruasi, timbangan berat badan digital dan meteran untuk mengukur tinggi badan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis *spearman rank*.

Hasil uji statistik didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (p value $<0,05$) hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi pada remaja di SMA Dwijendra Denpasar. Nilai coefficient didapatkan sebesar $r = 0,501$ yang menandakan bahwa kekuatan hubungan kuat. Diharapkan bagi remaja putri dapat mengontrol status gizi dan siklus menstruasi.

Kata Kunci : Remaja, Status Gizi, Siklus Menstruasi.

Daftar Pustaka : 41 2013 – 2022

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, 2023

Ni Komang Tya Cahyani

The Correlation between Nutritional Status and Menstrual Cycle Regularity in Adolescents at SMA Dwijendra Denpasar

xv + 53 + 5 tables + 2 schemes + 13 appendixes

ABSTRACT

Adolescence is a phase of transition from childhood to physical maturity, during which young women will experience puberty and menstruation. Several variables influence the menstrual cycle, including hormone factors, physical activity factors, stress issues, and nutritional status factors. The aim of this study was to find out if there was a link between nutritional quality and menstrual cycle regularity in adolescents at SMA Dwijendra Denpasar.

A descriptive correlation research design was utilized in this study to explore a correlation between two variables in a circumstance or group of subjects using a cross-sectional method. This study included 130 adolescents aged 16-17 from SMA Dwijendra Denpasar. The measurement techniques utilized in this investigation were interview sheets for menstrual cycle regularity, digital weight scales, and a tape measure for height. In this study, data was analyzed using Spearman rank correlation.

The statistical test results were significant at 0.000 (p value 0.05). This finding showed that there was a correlation between nutritional status and menstrual cycle regularity in adolescents at SMA Dwijendra Denpasar. The coefficient value was derived by $r = 0.501$, indicating that the correlation was strong. It is believed that adolescents would be able to control their nutritional as well as their menstrual cycle.

Keywords: Adolescents, Nutritional Status, Menstrual Cycle.

Bibliography: 41 2013 – 2022

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Asung Kertha Wara Nugraha-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar”

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada STIKES Bina Usaha Bali. Selanjutnya penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
3. Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing I saya yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Ni Putu Dita Wulandari, S.Kep., M.Kep. Sp.Kep.J selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Kepala Sekolah SMA Dwijendra Denpasar yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian ini.
6. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan selama proses menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman yang telah banyak memberikan semangat, dukungan, dan bantuan kepada penulis.
8. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 22 juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Pelayanan Kesehatan.....	7
2. Masyarakat/Guru SMA Dwijendra Denpasar	7
3. Institusi Pendidikan.....	7
4. Remaja Putri.....	7
5. Peneliti Selanjutnya.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Tentang Remaja	10
1. Definisi Remaja.....	10
2. Tahap Perkembangan Remaja.....	11
B. Konsep Menstruasi	13
1. Definisi Menstruasi	13

2. Fase-fase Menstruasi	13
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Menstruasi	15
4. Gangguan Menstruasi.....	16
5. Keteraturan Siklus Menstruasi	17
C. Konsep Tentang Status Gizi.....	20
1. Pengertian Status Gizi	20
2. Klasifikasi Status Gizi.....	21
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Status Gizi	22
D. Kajian Empiris	24
E. Kerangka Teori	26

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	27
B. Hipotesis	28
C. Definisi Operasional.....	29

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
1. Kriteria Inklusi	32
2. Kriteria Eksklusi	33
C. Tempat Penelitian	34
D. Waktu Penelitian.....	34
E. Etika Penelitian	34
1. Tidak Membahayakan Subjek Penelitian (<i>non-maleficence</i>).....	35
2. Lembar Persetujuan Responden (<i>inform consent</i>)	35
3. Tanpa Nama (<i>anonimity</i>).....	35
4. Kerahasiaan (<i>confidentiality</i>)	35
F. Alat Pengumpulan Data	36

1. Instrument Penelitian	36
2. Validitas dan Reliabilitas	36
G. Prosedur Pengumpulan Data	37
1. Prosedur Administrasi	37
2. Prosedur Teknis	38
H. Pengolahan Data	39
1. <i>Editing</i>	39
2. <i>Coding</i>	40
3. <i>Sorting</i>	40
4. <i>Entry Data</i>	40
5. <i>Cleaning</i>	41
6. <i>Tabulasi</i>	41
I. Rencana Analisis Data	41
1. Analisis Univariat	41
2. Analisis Bivariat	42

BAB V HASIL

A. Tempat dan Waktu Penelitian	43
B. Hasil Analisis Data Univariat	43
1. Gambaran Karakteristik Responden	43
C. Hasil Analisis Bivariat	45
1. Menganalisis Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	45

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian	46
1. Status Gizi Pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	46
2. Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	47
3. Menganalisis Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	49

B. Keterbatasan Penelitian	50
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	50
1. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan	50
2. Implikasi Terhadap Pendidikan Keperawatan	51
3. Implikasi Terhadap Penelitian	51

BAB VII PENUTUP

A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
1. Pelayanan Kesehatan	52
2. Bagi Remaja	53
3. Bagi Institusi Pendidikan	53
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	53

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi IMT	21
Tabel 3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	43
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menstruasi	44
Tabel 5.3 Mengidentifikasi Status Gizi Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	44
Tabel 5.4 Mengidentifikasi Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	44
Tabel 5.5 Menganalisis Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja di SMA Dwijendra Denpasar	45

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	26
Skema 3.1 Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Permohonan Uji Etik
- Lampiran 4 Surat Kelaikan Etik STIKES Bina Usaha Bali
- Lampiran 5 Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Lembar Observasi Status Gizi
- Lampiran 10 Lembar Wawancara Keteraturan Siklus Menstruasi
- Lampiran 11 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyani, NKW., N. N. G. (2013). Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas X. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- AL ARUP, D. (2018). Bandingan Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Dan SlowStroke Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Dysmenorrhea Primer Pada Mahasiswi Rusunawa Umm. *Skripsi*, 2014, 15–51.
- Amperaningsih, Y., & Fathia, N. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 194. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1306>
- Andriani, L., Arima, T., Murbawani, E. A., & Wijayanti, H. S. (2019). Dengan SerumFeritin Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 100. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Anggarani, R. (2019). Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Di Sd Muhammadiyah Mlangi Gamping Sleman. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 11–23.
- Ansori. (2015). Gangguan pada menstruasi. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- ayudia. (2011). *Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi*.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Cahyani, N. L. A. (2019). Gambaran Asuhan Keperawatan Pasien Apendiktomi dengan Nyeri Akut di Ruang Apel RSUD Klungkung Tahun 2019. *Karya Tulis Ilmiah*,
- Devillya, P. D., & Selty, T. (2017). Hubungan Antara Status Gizi Dan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 91, 99–103. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/download/7351/5062>
- Dr. Fenti Hikmawati, M. S. 2017. (n.d.). *Metodologi Penelitian*.
- Dya, N. M., & Adiningsih, S. (2019). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi MAN 1 Lamongan. *Amerta Nutrition*, 3(4), 310. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i4.2019.310-314>

- Felicia, Hutagaol, E., & Kundre, R. (2015). Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di PSIK FK UNSRAT Manado. *EJournal Keperawatan (e-Kp)*, 3(1), 1–6.
- Ginanjarsari, R. L. (2019). Gambaran Perilaku Remaja Putri Mengenai Upaya Penanganan Dismenore Di Kelas XI MA Ali Maksum Putri Bantul Yogya karta Tahun 2019. *Repository Poltekkesjogja*, 2019.
- Habar, W. D. (2017). *Hubungan Antara Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Makassar*. 1–19.
- Henri. (2018). Pertumbuhan Pada Remaja. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 4, 10–36.
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>
- Jumaroh, S. (2013). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Diet, Konsep Diri Dengan Status Gizi Remaja (Studi di SMK Karya Bhakti Brebes Kelas XI Tahun 2018). *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Norlina, S. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Akademi Kebidanan. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 7(1), 65–69. <https://doi.org/10.51143/jksi.v7i1.355>
- Notoatmodjo. (2013). Variabel Independen Dan Variabel Dependen. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Nursalam 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.
- Oktaviana, R. R. (2013). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Siswi di SMP N 23 Semarang*. 1–5.
- 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. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i1.653>
- Rendra Zola, N. I., Nauli, F. A., & Utami, G. T. (2021). Gambaran Stres Psikososial dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya Pada Remaja. *Jkep*, 6(1), 40–50. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i1.406>

Sary, Y. N. E. (2017). Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal.

Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 01(01), 6–12.

Septiani, P., Minata, F., & Afrika, E. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gangguan Menstruasi Pada Perempuan Dengan Gangguan Jiwa. *Fakultas Kebidanan Dan Keperawatan Universitas Kader Bangsa Palembang*, 1–16.

Sulistiyanti, A., & Ayu Jifaniata, A. (2021). Tingkat pengetahuan dan sikap pada remaja putri tentang perubahan fisik pubertas pada siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo. *Infokes*, 11(1), 41–48.

<https://ojs.udb.ac.id/index.php/infokes/article/view/1046>

Sunarsih. (2017). Hubungan Status Gizi dan Aktifitas Fisik 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. <http://ejurnal.jurnalkebidanan.ac.id/>

Wulandari, I. A. (2021). *Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mizanul ‘ Ulum Sanrobone Kabupaten Takalar Tahun 2021*. 5(1), 55–60.

Amperaningsih, Y., & Fathia, N. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 194. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1306>

Muhammadiyah Mlangi Gamping Sleman. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 11–23.

Etnografi, S., Mengenal, K., Komunikasi, A., Luar, S., Pangalengan, B. A., Sekolahnya, B., Mahmud, I., & Mahmud, I. (2016). *Di Sekolah Luar Biasa Al-Fajar Pangalengan*.

Ginanjarsari, R. L. (2019). Gambaran Perilaku Remaja Putri Mengenai Upaya Penanganan Dismenore Di Kelas XI MA Ali Maksum Putri Bantul Yogya karta Tahun 2019. *Repository Poltekkesjogja*, 2019.

S. Chandrasekhar, F. R. S., & Laily Noor Ikhsanto, jurusan teknik mesin. (2020). Pengetahuan Tentang Menstruasi, Upaya Penanganan, dan Cara Belajar Siswa Saat Mengalami Efek Nyeri: Studi Kasus Pondok Pesantren Al-Istiqomah Telaga Waru. *Liquid Crystals*, 21(1), 1–17.

- Alam, S., Syahrir, S., Adnan, Y., & Asis, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), 200–207. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953>
- Filsa Destiara, Tanto Hariyanto, R. C. A. W. (2017). *Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Body Image Remaja Putri Di Asrama Putri Sanggau Malang*.
- 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. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.1-10>
- Mai Revi, Wella Anggraini, W. (2023). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi. *Angewandte Chemie International Edition*.
- 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. <https://doi.org/10.20884/1.jgps.2018.2.1.907>
- Tasamara, Gina. 2020. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenorea Primer. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Hasanuddin.
- 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. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v26i3.1>