

## DAFTAR PUSTAKA

- Andini, R.F.F., Wardani, R.K. and Devianti, V.A. (2019) 'Ekstrasi Asam Sitrat pada Buah Nanas Queen (Ananas comosus (L) Merr) Menggunakan CaCl<sub>2</sub>', *akademi farmasi Surabaya*, (L), pp. 1–5.
- Anisya, S., Winandari, O.P. and Ardiana, N. (2023) 'ANALISIS ABON IKAN LELE SANGKURIANG (*Clarias gariepinus* sp) DENGAN PENAMBAHAN SERAT BUAH NANAS MADU (Ananas comosus L. Merr)', *Jurnal Biologi Pendidikan dan Terapan*, 10(1), pp. 36–43. Available at: [http://repository.radenintan.ac.id/23816/%0Ahttp://repository.radenintan.ac.id/23816/1/BAB 1 5 DAPUS.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/23816/%0Ahttp://repository.radenintan.ac.id/23816/1/BAB%201%205%20DAPUS.pdf).
- Anjarsari, N. and Sari, E.P. (2020) 'Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri', *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(1), p. 1. Available at: <https://doi.org/10.20473/pnj.v2i1.19135>.
- Anwar, A.E.S. *et al.* (2021) 'Perbedaan Karakteristik pada Brownies dengan Menggunakan Bubuk Kakao dan Bubuk Koko', *Garina*, 13(1), pp. 1–15.
- Asmira, S., Ilham, D. and Widiastika, P. (2021) 'PENGEMBANGAN PUDING DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG WORTEL(*Daucus Carrota* L) DAN KUNING TELUR SEBAGAI ALTERNATIF SNACK FOOD SUMBER PRO VITAMIN A', *Jurnal Teknologi Pertanian*, 10(2), pp. 78–87. Available at: <https://doi.org/10.32520/jtp.v10i2.1583>.
- Azra, J.M. *et al.* (2023) 'Nutritional Content and Benefits of Coconut Water for the Diabetes Metabolism: a Narrative Review', *Amerta Nutrition*, 7(2), pp. 317–325. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2.2023.317-325>.

- BARLINA, R. *et al.* (2020) 'Pengaruh Perbandingan Air Kelapa Dan Penambahan Daging Kelapa Muda Serta Lama Penyimpanan Terhadap Serbuk Minuman Kelapa', *Jurnal Penelitian Tanaman Industri*, 13(2), p. 73. Available at: <https://doi.org/10.21082/jlitri.v13n2.2007.73-80>.
- Egeten (2016) 'Formulasi dan Pengujian Sediaan Granul Effervescent Sari Buah Nanas (*Ananas comosus* L. (Merr.))', *Pharmakon*, 5(3), pp. 116–121.
- Elmah, H. *et al.* (2022) 'Amplang Ikan Seluang (*Rasbora* Spp) dan Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) sebagai Alternatif Makanan Selingan Penderita Anemia Remaja Perempuan', *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(2), p. 42. Available at: <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.2.42-54>.
- Ernawati, Hartiti, T. and Hadi, I. (2010) 'Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri Dismenore pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang', *Prosiding Seminar Nasional*, (18), pp. 106–113. Available at: <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/778/832>.
- Fen Tih, - *et al.* (2017) 'Efek Konsumsi Air Kelapa (*Cocos Nucifera*) terhadap Ketahanan Berolahraga Selama Latihan Lari pada Laki-laki Dewasa Bukan Atlet', *Global Medical & Health Communication (GMHC)*, 5(1), p. 33. Available at: <https://doi.org/10.29313/gmhc.v5i1.1966>.
- Fransiska, Y. (2023) 'Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Godean', *Journal of Midwifery and Health Research*, 1(2), pp. 35–45. Available at: <https://doi.org/10.36743/jmhr.v2i1.459>.
- Gani, A., Syahidah, K.F. and Gani, A. (2023) 'Pengaruh pemberian jus nanas ( *anas comosus* l) terhadap intensitas dismenore pada

remaja putri 1', pp. 1–11.

Hanifah, R., Hardiansyah, A. and Sugiyanti, D. (2022) 'Analisis Kadar Protein, Serat, Dan Daya Terima Es Krim Dengan Penambahan Tepung Sorgum', *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 3(2), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.57084/jigzi.v3i2.1023>.

Ilham, M.A. *et al.* (2022) 'Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), pp. 185–192.

Ilmi, A.F. and Utari, D.M. (2018) 'Faktor Dominan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi (Studi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Departemen Arsitektur Fakultas Teknik, Universitas Indonesia)', *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), pp. 39–50. Available at: <https://doi.org/10.22435/mgmi.v10i1.1062>.

Ishaq, Z.K., Ashar, T. and Tarigan, L. (2018) 'Faktor Predisposing, Enabling, Reinforcing Terhadap Kualitas Pengendalian Nyeri Pada Remaja Mengalami Dismenorea', *Jurnal Endurance*, 3(2), p. 284. Available at: <https://doi.org/10.22216/jen.v3i2.2842>.

Kristina, N.N. and Syahid, S.F. (2012) 'PENGARUH AIR KELAPA TERHADAP MULTIPLIKASI TUNAS IN VITRO , PRODUKSI RIMPANG , DAN KANDUNGAN XANTHORRHIZOL TEMULAWAK DI LAPANGAN The Effect of Coconut Water on In Vitro Shoots Multiplication , Rhizome Yield , and Xanthorrhizol Content of Java Turmeric in t', *Jurnal Littri*, 18(3), pp. 125–134.

Kwartiningsih, E., Nuning, L. and Mulyati, S. (2019) 'Pembuatan Biotenal Dari Kulit Pisang Kepok Dengan Cara Fermentasi Menggunakan Ragi Roti', *Jurnal Teknologi Kimia Unimal*, 4(1), pp. 8–12.

Made and Dewi, S. (2013) 'Pengaruh dismenorea pada remaja', pp. 323–329.

- Mawarda Hatmanti, N. (2018) 'Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa', *Journal of Health Sciences*, 8(1), pp. 58–67. Available at: <https://doi.org/10.33086/jhs.v8i1.218>.
- Meylinda, J.A. and Setiawan, N.C.E. (2018) 'UJI DAYA HAMBAT ANTIBAKTERI ENZIM BROMELIN DARI BUAH NANAS TERHADAP *Lactobasillus acidhopilus Ananas comosus* ( L . ) Merr . Test Of Antomacterial Procees Of Bromeline Enzyme From Powder Fruits On *Lactobasillus acidhopilus Ananas comosus* ( L . ) Merr . )', *Jurnal* [Preprint].
- Ningsih, R. and Rahmah, H. (2013) 'Efektivitas paket pereda nyeri pada remaja', *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(2), pp. 67–76.
- Ningtyias, F.W. *et al.* (2020) *Modul Gizi Dalam Daur Ulang Kehidupan*. Jember. Available at: [https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/103273/FKM\\_Farida\\_Modul\\_GIZI\\_DALAM\\_DAUAR\\_KEHIDUPAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/103273/FKM_Farida_Modul_GIZI_DALAM_DAUAR_KEHIDUPAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (Accessed: 3 November 2023).
- Pebriani, S.H. *et al.* (2022) 'Edukasi Air Kelapa Muda Bagi Kesehatan', *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), pp. 480–487. Available at: <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i3.996>.
- Puspita, C.P. (2012) 'KUALITAS FRUITGHURT HASIL FERMENTASI LIMBAH NANAS ( *Ananas comosus* ) DENGAN PENAMBAHAN *Lactobacillus bulgaricus*', *Jurnal publikasi*, 1, pp. 1–14.
- Rahma, B. (2021) 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sman 12 Kota Bekasi', *Jurnal Health Sains*, 2(4), pp. 432–443. Available at: <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i4.151>.
- Rahma, M. *et al.* (2021) 'Manajemen Kesehatan Reproduksi Remaja',

*Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 8(2), pp. 122–129.  
Available at: <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol8.iss2.143>.

Rantika, Indani and Hamid, Y.H. (2020) 'Daya Terima Konsumen Terhadap Puding Dengan Penambahan Buah RIMBANG (*Solanum Torvum SW.*)', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 5, p. 1.

Ridwan (2015) 'Metode Akupresur Untuk Meredakan Nyeri Haid M.', *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawa*, 8(1), pp. 51–56.

Rokhmah, F., Muniroh, L. and Nindya, T.S. (2017) 'Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Siswi Sma Di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu', *Media Gizi Indonesia*, 11(1), p. 94. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgi.v11i1.94-100>.

Ruksanan, R., Hastian, H. and Abubakar, A. (2022) 'Pengaruh Konsentrasi Gula dan Agar – Agar Terhadap Kualitas Produk Puding Labu kuning', *Sultra Journal of Economic and Business*, 2(2), pp. 1–16.  
Available at: <https://doi.org/10.54297/sjeb.vol2.iss2.212>.

Safitry, A. *et al.* (2021) 'Uji Organoleptik Tempe dari Kacang Kedelai (*Glycine max*) dan Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris*)', *Prosiding SEMNAS BIO, Inovasi Riset Biologi dalam Pendidikan dan Pengembangan Sumber Daya Lokal*, pp. 358–368.

Sandra, R. *et al.* (2022) 'Pengaruh pemberian air Kelapa Muda Terhadap Tingkat Nyeri Haid Pada Siswi Di Sma Negeri 6 Padang the', *Jurnal Kesehatan Medika Saintika Desember 2022 |Vol, 13(2)*, pp. 210–216. Available at: <http://dx.doi.org/10.30633/jkms.v13i2.1625>.

Sariati, Y., Manda, O. and Nugroho, A.F. (2018) 'Effect Of Green Coconut Water (*Cocos Nucifera L.*) Toward Pain Intensity Change Of Primary Dysmenorrhea In Young Female', *Midwives Leading The Way with*

*Quality Care*, pp. 159–164.

- Sayogo, S. (2014) 'CONTINUING DEVELOPMENT PROFESSIONAL CONTINUING DEVELOPMENT Air Kelapa Muda - Pengaruhnya terhadap Tekanan Darah', *Cdk-223*, 41(12), pp. 896–900.
- Setianingsih, Y.A. and Widyawati, N. (2018) 'Pengaruh Pemberian Jus Nanas dan Madu terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dismenore) pada Remaja Putri di SMP Tri Tunggal II Surabaya', *ilfokes : info kesehatan*, 8(2), pp. 34–38.
- Silaban, I. and Rahmanisa, S. (2016) 'Pengaruh Enzim Bromelin Buah Nanas ( *Ananas comosus* L.) Terhadap Awal Kehamilan', *Majority*, 5(4), pp. 80–85.
- Siregar (2016) 'KUE TRADISIONAL UBI NANAS SEBAGAI PENGGANTI PENURUN KADAR GULA DARAH PADA', 1(1), pp. 1–23.
- Suknia, S.L. and Rahmani, T.P.D. (2020) 'Proses Pembuatan Tempe Home Industry Berbahan Dasar Kedelai (*Glycine max* (L.) Merr) dan Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris* L.) di Candiwesi, Salatiga', *Southeast Asian Journal of Islamic Education*, 3(1), pp. 59–76. Available at: <https://doi.org/10.21093/sajie.v3i1.2780>.
- Susilawati, I., Putranto, W.S. and Khairani, L. (2021) 'Pelatihan Berbagai Metode Pengolahan Susu Sapi sebagai Upaya Mengawetkan , Meningkatkan Nilai Manfaat , dan Nilai Ekonomi', *Media Kontak Tani Ternak*, 3(1), pp. 27–31.
- Trisnawati, D. (2012) 'STUDI ANALISA PEMANFAATAN AIR KELAPA SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGI DALAM MENGURANGI NYERI HAID PADA REMAJA DALAM SUDUT PANDANG KEPERAWATAN Usia remaja merupakan usia dimana seseorang mengalami perkembangan reproduksi khususnya pada organ reproduksi .', pp. 1–10.

- Triyonate, E.M. and Kartini, A. (2015) 'Nutrition College , Volume Halaman', *Journal of Nutrition College*, 4(2), pp. 259–263.
- Umela, S. *et al.* (2016) 'ANALISIS MUTU ES KRIM KACANG HIJAU (Phaseolus radiatus L) DAN SUSU SAPI SEGAR', *Jtech*, 2016(2), pp. 131–137.
- Widowati, R., Eltamira, A. and Choirunissa, R. (2021) 'Upaya Menurunkan Dismenorea pada Remaja Putri dengan Konsumsi Air Kelapa Muda di Desa Srinanti Kelurahan Gunung Gajah Kabupaten Lahat', 4(1), pp. 237–244.