

Daftar pustaka

- Abrams, SA., & Atkinson, SA. (2003). calcium, magnesium, phosphorus and vitamin D fortification of complementary food. *Journal Of Nutrition* Vol. 133 No 9 , 299-308.
- Billina, A., Waluyo, S., & Suhandy, D. (2014). Kajian sifat fisik mie basah dengan penambahan rumput laut. *Jurnal Teknik Pertanian Lampung* Vol. 4 No. 2 , 109-116.
- Bendich, A. (2000). the potential for dietary supplements to reduce premenstrual syndrome (PMS) symptoms. *American College Of Nutrition* Vol. 19 No. 1 , 3-12
- Christiany, I., Hakimi, M., & Sudargo, T. (2009). Status gizi, asupan zat gizi mikro (kalsium, magnesium) hubungannya dengan sindroma premenstruasi pada remaja putri SMU Sejahtera di Surabaya. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* Vol. 6 No. 1 , 29-34.
- Damanik, R., Damanik, N., Daulay, Z., Saragih, S., Premier, R., Wattanapenpaiboon, N., et al. (2001). Consumption of bangun-bangun leaves (*Coleus amboinicus* Lour) to increase breast milk production among Bataknese women in North Sumatra Island, Indonesia. *Asia Pacific Journal Nutrition* Vol. 10 No. 4 , 67.
- Devi, M., Syarif, H., Damanik, R., Sulaeman, A., Setiawan, B., & Dewi, R. (2010). Suplementasi daun torbangun untuk menurunkan gejala PMS pada remaja putri. *PGM* Vol. 33 No. 2 , 180-194
- Devi, M. (2009). Suplementasi kapsul serbuk daun torbangun (*Coleus amboinicus lour*) untuk menganggulangi keluhan sindrom pramenstruasi pada remaja putri. [Skripsi] Institut Pertanian Bogor , 91.
- Dewi, FI. (2014). Hubungan Anemia dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri Kelas XI di SMA N 2 Ungaran. [Skripsi] Ungaran: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo. Program Studi DIV Kebidanan
- Gracia, M., Wangsa, B., Agung, N., & Sidharta. (2011). pengaruh sindroma premenstruasi terhadap gangguan tidur pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas Katolik Atma Jaya. *Damianus Journal Of Medicine* Vol. 10 No. 2 , 77-80
- Haloho, R. M., & Silitonga, M. (2015). Pengaruh Ekstrak Etanol Daun Bangunbangun (Sebagai Preventif Dan Kuratif Terhadap Efek Toksik Rhodamin B Pada Histologi Usus Tikus Putih . *Jurnal Biosains* Vol. 1 No. 3 , 86-92.
- Hidayat, M., Wardani, K. R., Purba, B. M., & Apreza, R. T. (2017). blood calcium level and its correlation with calcium daily intake, calcium supplementation and clinical

- symptoms in women with premenstrual syndrome. *Journal Of Medicine and Health* Vol. 1 No. 6 , 583-593
- Ismed. (2016). Analisis proksimat keripik wortel (*Daucus carota*, L.) pada suhu dan lama penggorengan yang berbeda menggunakan mesin vacuum frying. *Jurnal Teknologi Pertanian Andalas* Vol. 20, No.2 , 27-31.
- Jatmiko, G. P., & Estiasih, T. (2014). Noodles from Cocoyam (*Xanthosoma sagittifolium*). *jurnal Pangan dan Agroindustri* Vol.2 No.2 , 127- 134.
- London, R., Murphy, L., & Kitslowksi. (1987). Efficacy of alpha-tocopherol in the treatment of the premenstrual syndrome. *Journal of Reproductive Medicine* Vol. 32 No. 6 , 400-404.
- Mahayani, A. S., Sargiman, G., & Arif, S. (2014). Pengaruh penambahan bayam terhadap kualitas mie basah. *Jurnal Agroknow* Vol.2 No. 1 , 25-38.
- Maryani, (2013). Pembuatan mie kering berbahan baku singkong dan mocaf (*modified cassava flour*). *Jurnal Sains Terapan* : 1-15
- Morton, J.F., (1992). Country borage (*Coleus amboinicus Lour.*): a potent flavoring and medicinal plant. *Journal of Herbs, Spices Medicinal Plants* 1 Vol. 1, 77-90.
- Nashruna, I., Maryatun, & Wulandari, R. (2012). Hubungan Aktivitas Olahraga dan Obesitas dengan kejadian sindrom pramenstruasi di desa Pucangmiliran Tulung Klaten. *GASTER*, Vol. 9, No. 1 , 65-75.
- Nurazizah, E., Tih, F., & Suwindere, W. (2015). Black Chocolate Consumption Reduces Subjective Symptoms in 18-22 Years Old Females with Premenstrual syndrome. *Journal of Medicine and Health* Vol. 1 No. 1. , 76-84.
- Nurmiaty, Wilopo, S. A., & Sudargo, T. (2011). Perilaku Makan dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Remaja. *Berita Kedokteran Masyarakat*, Vol. 27, No. 2 , 75-82.
- Pagarra, H. (2011). Pengaruh Lama Perebusan Terhadap Kadar Protein Tempe Kacang Tunggak (*Vigna Unguiculata*). *Bionature* vol. 12 , 15-20.
- Rahayu, N. S., & Safitri, D. E. (2016). Hubungan asupan multivitamin dan sindrom pramenstruasi pada mahasiswa gizi FKM UI. *FKM UI* Vol. 1, No. 1,

- Ramadani, M. (2013). Premenstrual syndrome (PMS). *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol. 7, No. 1, 21-25.
- Ratikasari, I. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian sindrom pramenstruasi (PMS) pada siswi SMA 112 Jakarta. [Skripsi] Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 14-15.
- Rizal, S. dan Irawati, A. 1988. *Pengetahuan Bahan untuk Industri Pertanian*. PT. Mediyatama Sarana Perkasa, Jakarta.
- Rositawati, A. I., Taslim, C. M., & Soetrisnanto, D. (2013). Rekrystalisasi garam rakyat dari daerah Demak untuk mencapai SNI garam industri. *jurnal teknologi kimia dan industri* vol. 2, No. 4, 217-225.
- Rudiyanti, N., & Nurchairina. (2015). Hubungan status gizi dan stres dengan kejadian premenstrual syndrome pada mahasiswa jurusan kebidanan Poltekes Tanjungkarang. *Jurnal Keperawatan*, Vol. XI, No. 1, 41-46.
- Rusfiana, A., & Rodiani. (2016). Hubungan Premenstrual Syndrome (PMS) terhadap Faktor psikologis pada remaja. *Majority* Vol. 5, No. 1, 18-22.
- Safitri, R., Herawati, & Kurnia, R. (2016). Faktor-faktor resiko kejadian premenstrual syndrome pada remaja SMA Darul Hijrah Puteri. *Dunia Keperawatan*, Vol. 4, No. 2, 118-123.
- Santoso, J., Satako, G., Yumiko, Y., & Takeshi, S. (2006). Mineral content of Indonesian seaweed solubility affected by basic cooking. *Journal Of Science and Technology* Vol. 12 No. 1, 59-66
- Saragih, R. (2014). Uji kesukaan panelis pada teh daun torbangun (coleus amboinicus). *E-Journal WIDYA Kesehatan Dan Lingkungan*, 46-52.
- Serie, E. T., Nur'aini, H., & Hidaiyanti, R. (2014). pengaruh penambahan ekstrak abu jerami dan ekstrak kunyit terhadap elastisitas dan mutu organoleptik mie basah. *AGRITEPA*, Vol. I, No. 1, 52-62.
- Situmorang, R. F., Siagian, A., & Lubis, Z. (2015). Kandungan zat besi (Fe) dan daya terima keripik daun bangun-bangun (coleus amboinicus lour). 4-7.
- Suharman, Wahyuni, S., & syukri, M. (2016). Organoleptic Study of noodle Substitution Orange sweet potato (Ipomea batatas). *J. Sains dan teknologi pangan* Vol. 1, No. 1, 17-23.

- Sundari, D., Almasyhuri, & Astuti, L. (2015). Pengaruh proses pemasakan terhadap komposisi zat gizi bahan pangan sumber protein. *Media Litbangkes*, Vol. 25 No. 4 , 235-242.
- Suharman, Wahyuni, S., & S, M. s. (2016). [Organoleptic Study of noodle Substitution Orange Sweet Potato (*Ipomea batatas L.*).*J. Sains dan Teknologi Pangan* Vol. 1, No. 1 , 1-7.
- Turlina, L., & Ummah, F. (2016). Konsumsi Buah Pisang Dalam Menurunkan Premenstrual Syndrome. *Surya* Vol. 08, No. 03 , 1.
- Widaningrum, Widowati, S., & Soekarto, S. T. (2005). Pengayaan tepung kedelai pada pembuatan mie basah dengan bahan baku tepung terigu yang disubstitusi tepung garut . *J.Pascapanen* , 41-48.
- Winarno, (2005) *Kimia Pangan Dan Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Yuliarti, N. (2009). *The Vegetarian Way*. Penerbit Andi : Yogyakarta
- Zakaria, F. (2012). Pengaruh daun torbangun (*Coleus amboinicus* Lour) dan daun katuk (*Sauropus androgynus* L.Merr) pada ransum kambing peternakan etawah (PE) laktasi terhadap kuantitas dan kualitas susu. [*Skripsi*] Institut Pertanian Bogor , 14.

