

## SIDANG SKRIPSI

# KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (FAST FOOD) DAN IMT DENGAN SKALA DISMENORE PADA REMAJA PUTRI

Oleh:

Diah Mega Utami

211520100043

Program Studi S1 Kebidanan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2025

# Pendahuluan

Makanan cepat saji berdampak negatif bagi kesehatan dimana dapat memicu terjadinya gangguan menstruasi seperti dismenore (nyeri haid). Dan Status gizi juga merupakan salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap skala dismenorea pada wanita.

Tingginya prevalensi ini muncul sebagai masalah krusial lainnya di kalangan remaja. Oleh karena itu, konsumsi junk food telah menjadi subjek yang menarik bagi peneliti, dan beberapa penelitian telah mengeksplorasi prevalensinya pada kelompok usia ini.

1. Menurut data dari WHO didapatkan skala sebesar 1.769.425 jiwa (90%) mengalami dismenore.
2. Di Indonesia angka skala dismenore sebesar 64.25 %.
3. Serta Data pada BPS Jawa Timur 11.565 jiwa (1,31%).

Faktor resiko utama : Makanan Cepat Saji, Kebiasaan Olahraga, Tingkat Stress, IMT, Usia Menarche, Riwayat Dismenore pada keluarga, Lama menstruasi

Penelitian ini berfokus pada Makanan cepat saji dan IMT, dua faktor utama yang dapat memengaruhi intensitas nyeri menstruasi pada remaja.

# Pendahuluan

## Perumusan Masalah

- Apakah ada hubungan antara mengonsumsi makanan cepat saji dan IMT dengan skala dismenore?

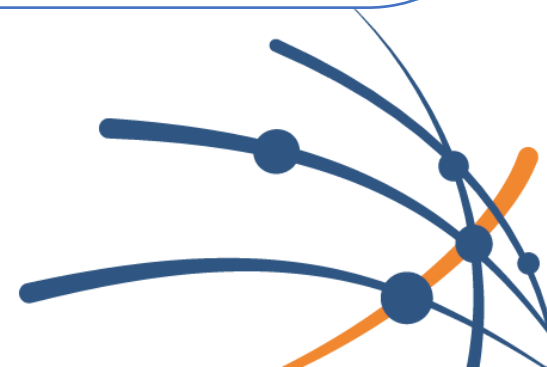
## Tujuan Penelitian

- **Umum** : Mengetahui hubungan antara makanan cepat saji dan IMT dengan skala disminorea pada remaja putri di SMP.
- **Khusus** :
  - 1. Menganalisis gambaran skala dismenore di SMP 1 Candi.
  - 2. Menganalisis hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan dismenore
  - 3. Menganalisis hubungan IMT dengan dismenore.

## Manfaat Penelitian

- **Teoritis** : Meningkatkan pemahaman mengenai Kesehatan reproduksi pada remaja wanita.
- **Praktis** : Mengembangkan program intervensi yang lebih efektif untuk mengurangi angka skala dismenore pada remaja putri.

Berdasarkan pendahuluan tersebut, maka diperlukan penelitian yang berjudul “KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (FAST FOOD) DAN IMT DENGAN SKALA DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI” dengan tujuan untuk mengetahui hubungan makanan cepat saji dan IMT dengan skala dismenore pada remaja putri.



# METODE PENELITIAN

## Jenis penelitian

- Kuantitatif
- Desain analitik korelatif dengan Pendekatan cross-sectional

## Populasi & Sampel

- Siswi kelas 8 SMPN 1 Candi (40 siswa).
- 36 siswa dipilih menggunakan metode *simple random sampling*, dengan kriteria : Remaja Putri di kelas VIII, Remaja Putri yang mengalami dismenore saat menstruasi, Bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner.

## Pengumpulan Data

Menggunakan kuesioner dengan :

1. Seberapa sering Kebiasaan makan makanan cepat saji
2. Mengukur IMT
3. VAS: Mengukur intensitas nyeri menstruasi.

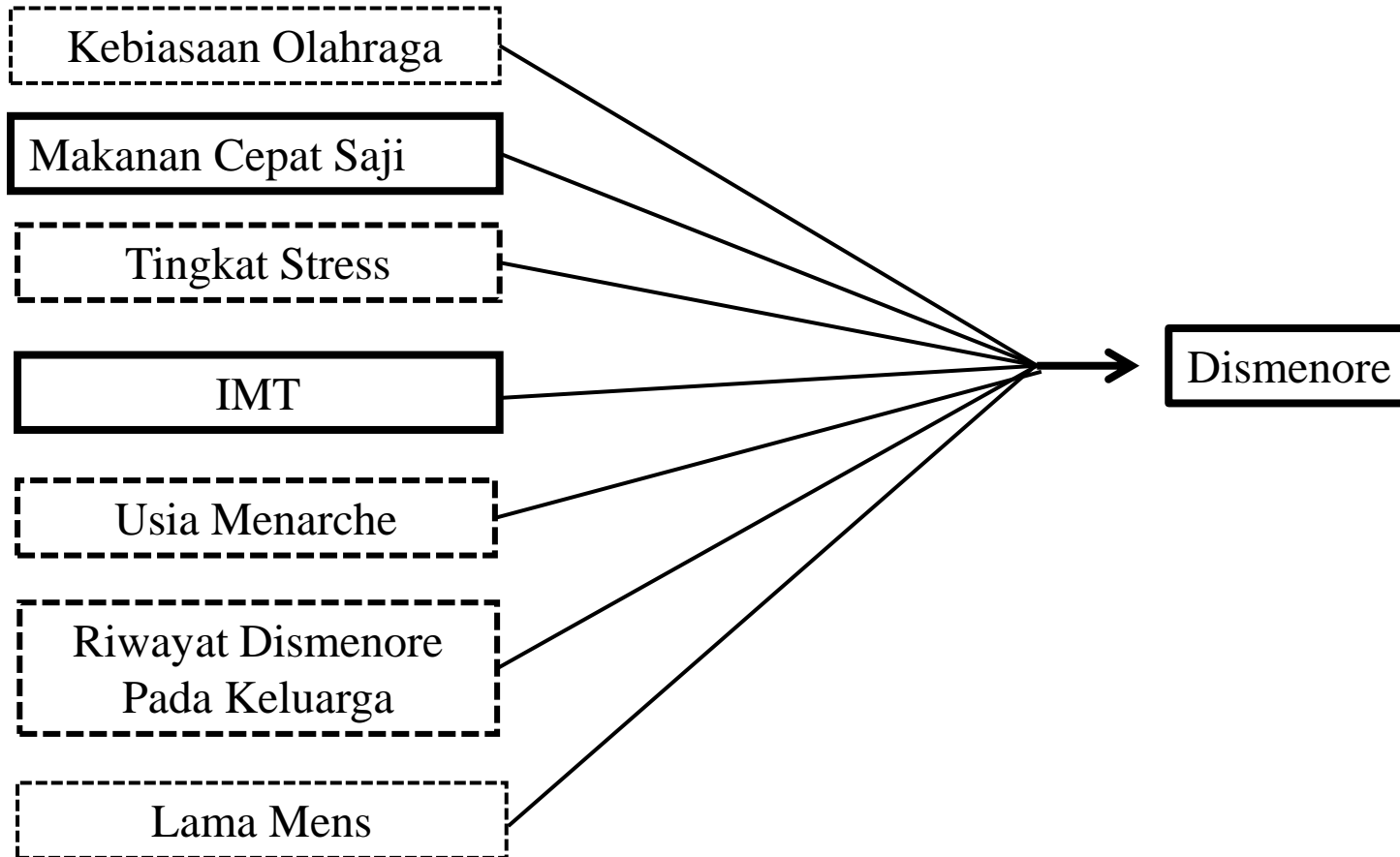
## Analisis Data

Deskriptif : Menggambarkan karakteristik responden (makan makanan cepat saji, IMT, intensitas nyeri menstruasi).

Inferensial (Uji Chi-Square): Menguji hubungan konsumsi makanan cepat saji dan IMT dengan intensitas nyeri menstruasi.

# KERANGKA KONSEP

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dismenore:



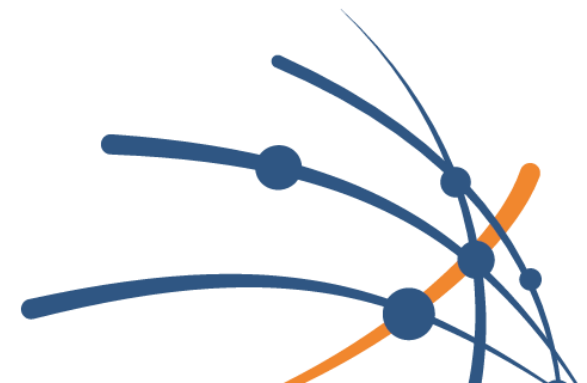
## Keterangan



: diteliti



: tidak diteliti



# Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Pengukuran	skala ukur
<b>Kebiasaan Kosumsi makanan siap saji (fast food)</b>	Kebiasaan mengonsumsi makanan siap saji (fast food) Seperti Burger, Pizza, Bakso, Fried Chiken, Mie instan, Seblak dalam 1 minggu berdasarkan jawaban dari kuesioner.	Menggunakan kuesioner.	Dilihat dari jawaban pertanyaan tentang sebutkan makanan cepat saji yang anda konsumsi dalam 1 minggu terakhir : 1. Jarang : 1-2 kali dalam seminggu 2. Sering/selalu : 3-4 kali/lebih dalam seminggu	Ordinal
<b>IMT</b>	Hasil pengukuran dari BB/TB (m <sup>2</sup> ) saat pengumpulan data	Timbangan dan Pengukur Tinggi Badan.	1. Normal : ( IMT 18,5-25,0) 2. Tidak Normal : (IMT <17- >27)	Ordinal
<b>Skala Disminorea</b>	Tingkatan rasa nyeri pada daerah perut yang terjadi sebelum dan selama menstruasi mulai dari ringan, sedang dan berat pada remaja putri di SMP berdasarkan jawaban dari kuisoner (VAS)	Kuesioner (Skala pengukuran VAS)	Hasil pilihan responden tentang skala nyeri yang dirasakan saat dismenore <ul style="list-style-type: none"> <li>4-6 : Nyeri sedang</li> <li>7-10: Nyeri berat-paling berat</li> </ul>	Ordinal

# HASIL PENELITIAN

## Analisis Univariat

### Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>DATA UMUM</b>		
<b>Usia Menarche</b>		
<13 tahun	27	75,0
>13 tahun	9	25,0
<b>Lama Menstruasi</b>		
<7 hari	7	19,4
>7 hari	29	80,6
<b>Siklus Mnestruasi</b>		
<28 hari	16	44,4
>28 hari	20	55,6
<b>DATA KHUSUS</b>		
<b>IMT</b>		
Normal (18,5-25,0)	21	58,3
Tidak Normal (< 17 dan > 27)	15	41,7
<b>Konsumsi Fast Food</b>		
Jarang (1-2 Mgu)	23	63,9
Sering/selalu (3-4x/lebih)	13	36,1
<b>Skala Nyeri Disminore</b>		
Nyeri Ringan-Sedang (1-6)	24	66,7
Nyeri Berat-paling Berat (7-10)	12	33,3



# Analisis Bivariat

## Hubungan Makanan Cepat Saji Dan IMT Dengan Skala Dismenore

Variabel	Skala Nyeri Dismenore		Total	p Value
	Nyeri Sedang n (%)	Nyeri Berat -Paling Berat n (%)		
<b>Konsumsi Fast Food</b>				0,025
<b>Jarang</b>	12 (53%)	11 (47%)	23 (100%)	
<b>Sering/selalu</b>	12 (92%)	1 (8%)	13 (100%)	
<b>IMT</b>				0,031
<b>Normal</b>	17 (80%)	4 (20%)	21 (100%)	
<b>Tidak Normal</b>	7 (46%)	8 (54%)	15 (100%)	

# Pembahasan

- Dalam penelitian ini didapatkan hasil ada hubungan antara mengonsumsi fast food dengan skala dismenore. Sebagian besar responden yang mengalami nyeri sedang saat dismenorea lebih banyak pada responden yang sering/selalu konsumsi fastfood. Karena Makanan cepat saji cenderung memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang, dengan tinggi kalori, lemak, dan gula, serta rendah serat. Asam lemak dalam makanan ini dapat mengganggu metabolisme progesteron pada fase luteal siklus menstruasi. Hal ini berujung pada peningkatan kadar prostaglandin yang menyebabkan nyeri saat dismenore
- Sedangkan Penyebab dismenore terhadap IMT karena, ketidakseimbangan berat badan dapat memengaruhi regulasi hormonal tubuh, khususnya hormon estrogen. Estrogen berperan penting dalam siklus menstruasi dan produksi prostaglandin. Remaja yang terlalu kurus bisa mengalami kekurangan lemak tubuh yang mengganggu produksi hormon, sedangkan remaja dengan kelebihan berat badan cenderung mengalami hiperestrogenisme. Keduanya sama-sama bisa memperparah gejala dismenore.

# KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara Konsumsi Makanan cepat saji (fast food) dan IMT dengan skala disminore pada remaja putri





Universitas  
Muhammadiyah  
Sidoarjo

# TERIMA KASIH



[www.umsida.ac.id](http://www.umsida.ac.id)



[umsida1912](#)



[umsida1912](#)



universitas  
muhammadiyah  
sidoarjo



[umsida1912](#)