

SKRIPSI

**HUBUNGAN MENGGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (*FAST FOOD*)
DENGAN KEJADIAN *DYSMENORRHEA* PADA REMAJA PUTRI
KELAS XI DI SMK NEGERI 1 JEMBER**



DISUSUN OLEH:

IKA RAHAYU NINGSIH

NIM : P17331194059

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER
TAHUN 2023**

SKRIPSI

**HUBUNGAN MENGGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (*FAST FOOD*)
DENGAN KEJADIAN *DYSMENORRHEA* PADA REMAJA PUTRI
KELAS XI DI SMK NEGERI 1 JEMBER**

*Skripsi Ini Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan*



DISUSUN OLEH:

IKA RAHAYU NINGSIH

NIM : P17331194059

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER
TAHUN 2023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ika Rahayu Ningsih

NIM : 17331194059

Judul Skripsi : Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran saya sendiri, sepanjang pengetahuan saya belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku

Jember, Juli 2023

Yang membuat pernyataan,

A 10,000 Rupiah Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METEORIT' and '10000'. The signature is in black ink and appears to be 'Ika Rahayu Ningsih'.

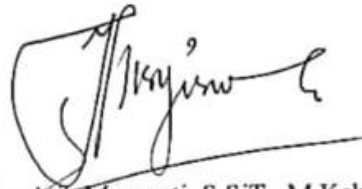
Ika Rahayu Ningsih
NIM. P17331194059

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember" oleh Ika Rahayu Ningsih telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Jember, 27 Juli 2023

Pembimbing Utama



Sviska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb

NIP. 197804172002122003

Jember, 7 Juli 2023

Pembimbing Pendamping



Kiswati, SST., M.Kes

NIP. 196807171988032003

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember**, oleh Ika Rahayu Ningsih NIM. P17331194059 ini telah dipertahankan di depan dewan penguji Ujian Sidang Skripsi pada tanggal 2023.

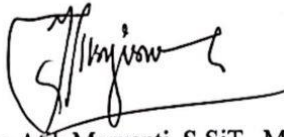
Ketua Penguji



Eni Subiastutik, S.Kep. Ns., MSc
NIP.196805281991032001

Dewan Penguji

Penguji Anggota I



Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb.
NIP. 197804172002122003

Penguji Anggota II



Kiswati, SST., M.Kes
NIP. 196807171988032003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Rita Yulifan, S.Kp, M.Kes
NIP.196607271991032003

Ketua Program
Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Susilawati, SST., M.Kes
NIP.197412032002122002

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**HUBUNGAN MENGGUNAKAN MAKANAN CEPAT SAJI (FAST FOOD) DENGAN KEJADIAN *DYSMENORRHEA* PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMK NEGERI 1 JEMBER**” sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan sarjana terapan kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen, M.Pd. Direktur Politeknik Kesehatan Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
2. Ibu Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes. Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Ibu Susilawati, S.ST., M.Kes. Ketua Program Studi DIV Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
4. Ibu Eni Subiastutik, S.Kep.Ns., MSc selaku Ketua Penguji.
5. Ibu Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb selaku pembimbing Utama.
6. Ibu Kiswati, SST., M.Kes selaku pembimbing Pendamping.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkannya.

Jember, Juli 2023

Penulis

ABSTRAK

Ningsih, Ika Rahayu. 2023. "Hubungan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember. Skripsi .Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Malang Pembimbing Utama: Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb Pembimbing Pendamping: Kiswati, SST., M.Kes

Latar Belakang: Dismenore (nyeri haid) adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi selama haid. Kejadian dismenore primer di Negara Indonesia yaitu sekitar 54.89% dan sisanya adalah dismenore sekunder (Balitbangkes, 2018). Pola makan yang sering menimbulkan dismenore adalah konsumsi fast food. Semakin banyak mengkonsumsi *fast food* yang mengandung lemak, maka semakin tinggi kadar prostaglandin di tubuh, dan menyebabkan kontraksi pada rahim yang kuat sehingga menyebabkan nyeri (dismenore). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember **Metode :** penelitian ini menggunakan desain penelitian *observasional Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Popoulasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas XI di SMK Negeri 1 Jember yaitu sebanyak 230 siswi. Sampel berjumlah 146 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data menggunakan uji analisis *Chi-Square*. **Hasil :**Hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswi kelas IX dikategorikan sering mengonsumsi makanan siap saji (*Fast Food*) yaitu sebanyak 95 responden (65,1%) dan mengalami dismenorea yaitu sebanyak 91 responden (62,3%). Nilai analisis dengan hasil $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,005$, maka ada hubungan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea*. **Kesimpulan:** ada hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian dismenorea pada remaja putri kelas XI di SMK Negeri 1 Jember. Remaja putri kelas XI di SMK Negeri 1 Jember disarankan untuk membiasakan makan makanan rumahan.

Kata kunci: Dismenorea, Konsumsi *Fast Food*

ABSTRACT

Ningsih, Ika Rahayu. 2023. "The Relationship of Consuming Fast Food (Fast Food) with Genesis Dysmenorrhea in Class XI Young Girls at SMK Negeri 1 Jember. Thesis. Bachelor of Applied Midwifery Study Program Malang Health Polytechnic Main Advisor: Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb Assistant Advisor: Kiswati, SST., M.Kes

Introduction: *Dysmenorrhea (menstrual pain) is abdominal pain that comes from uterine cramps that occur during menstruation. The incidence of primary dysmenorrhea in Indonesia is around 54.89% and the rest is secondary dysmenorrhea (Balitbangkes, 2018). The diet that often causes dysmenorrhea is the consumption of fast food. The more you consume fast food that contains fat, the higher the levels of prostaglandins in the body, and cause strong contractions in the uterus, causing pain (dysmenorrhea). This study aims to determine the relationship between consuming fast food and the incidence of dysmenorrhea in class XI young women at SMK Negeri 1 Jember. **Method:** This study used an observational analytical research design with a cross sectional approach. The population in this study were all girls in class XI at SMK Negeri 1 Jember, namely 230 students. The sample is 146 respondents. Sampling using simple random sampling technique. The research instrument used was a questionnaire. Data analysis used the Chi-Square analysis test. **Results:** The results showed that the majority of class IX students were categorized as frequently consuming fast food, namely 95 respondents (65.1%) and experiencing dysmenorrhea, namely 91 respondents (62.3%). The value of the analysis with the results of a p-value of $0.000 < \alpha 0.005$, then there is a relationship between consuming fast food and the incidence of dysmenorrhea. **Discuss:** there is a relationship between consuming fast food and the incidence of dysmenorrhea in class XI adolescent girls at SMK Negeri 1 Jember. Class XI young women at SMK Negeri 1 Jember are advised to get used to eating home-cooked food.*

Keywords: *Dysmenorrhea, Consumption of Fast Food*

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Teoritis	5
1.4.2 Bagi Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja	7
2.1.1 Definisi Remaja.....	7
2.1.2 Apek-aspek Perkembangan Remaja	8
2.1.3 Tahapan Perkembangan Remaja	9
2.2 Konsep Menstruasi.....	10
2.2.1 Pengertian Menstruasi	10
2.2.2 Fase-fase Siklus Menstruasi	12
2.2.3 Gangguan yang Berhubungan dengan Menstruasi	14
2.3 Konsep <i>Dysmenorrhea</i>	16
2.3.1 Pengertian <i>Dysmenorrhea</i>	16
2.3.2 Klasifikasi <i>Dysmenorrhea</i>	16
2.3.3 Etiologi <i>Dysmenorrhea</i>	17
2.3.4 Tanda dan Gejala <i>Dysmenorrhea</i>	18
2.3.5 Patofisiologi <i>Dysmenorrhea</i>	18
2.3.6 Faktor Penyebab <i>Dysmenorrhea</i>	19
2.3.7 Faktor Resiko <i>Dysmenorrhea</i>	20
2.3.8 Alat Ukur Nyeri pada <i>Dysmenorrhea</i>	23
2.3.9 Penatalaksanaan <i>Dysmenorrhea</i>	24
2.4 Konsep Makanan.....	26
2.4.1 Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food).....	26

2.4.2 Beberapa Golongan Yang Termasuk Fast Food	27
2.4.3 Kandungan Gizi Fast Food.....	28
2.4.4 Pola dan Frekuensi Konsumsi Fast Food	30
2.5 Hubungan Mengonsumsi Fast Food Dengan <i>Dysmenorrhea</i>	31
2.6 Kerangka Konsep	34
2.7 Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	36
3.2 Kerangka Operasional.....	38
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	39
3.4 Kriteria Sampel	40
3.5 Variabel Penelitian	41
3.6 Definisi Operasional.....	43
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	44
3.8 Alat Pengumpulan Data	44
3.9 Metode Pengumpulan Data.....	44
3.10 Metode Pengolahan Data.....	45
3.11 Analisa Data	47
3.13 Etika Penelitian.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	51
4.1.1 Data Umum	51
4.1.2 Data Khusus	53
4.2 Pembahasan	55
4.3 Keterbatasan Penelitian	61
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	62
5.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	43
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Usia Remaja Putri Kelas XI Di SMK Negeri 1 Jember	51
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Usia Menarche Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMK Negeri 1 Jember.....	52
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Lama Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMK Negeri 1 Jember.....	52
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMK Negeri 1 Jember	53
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian <i>Dysmenorrhea</i> Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMK Negeri 1 Jember.....	54
Tabel 4.6 Tabel silang Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) Dengan Kejadian <i>Dysmenorrhea</i> Pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Menstruasi	11
Gambar 2.2 Alat Ukur Nyeri Pada Dismenorea	23
Gambar 2.3 Kandungan Nilai Gizi Beberapa Fast Food	29
Gambar 2.4 Kandungan Lemak, Lemak Jenuh, Kolesterol Dan Garam pada Setiap porsi Makan Cepat Saji.....	29
Gambar 2.5 Kerangka Konsep Hubungan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) dengan Kejadian Dismenore pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Jember	34
Gambar 3.1 Kerangka Operasional Hubungan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) dengan Kejadian Dismenore pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Jember.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Proposal.....	69
Lampiran 2 Surat Pengantar Kepada Responden.....	70
Lampiran 3 Informed Consent	71
Lampiran 4 Lembar Kuesioner	72
Lampiran 5 Lembar Kesiediaan Membimbing	76
Lampiran 6 Lembar Konsultasi.....	78
Lampiran 7 Surat Permohonan Ijin Penelitian	81
Lampiran 8 Tabulasi Data Kuesioner	84
Lampiran 9 Hasil Uji SPSS	92

DAFTAR SINGKATAN

AA	: Asam Arakidonat
ASEAN	: <i>Association of Southeast Asian Nations</i>
FFQ	: <i>Food Frequency Questionnaire</i>
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
GnRH	: Gonadotropin
GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
PGF2	: Prostaglandin
PMS	: <i>Pre Menstrual Syndrome</i>
SKRR	: Survei Kesehatan Reproduksi Remaja
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>