

ABSTRAK

Siti Farida

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI

xv + 85 Halaman + 7 Tabel + 10 Lampiran

Fase remaja adalah fase perkembangan penting yang dicirikan oleh berbagai perubahan fisik dan hormonal seperti terjadinya menstruasi. Salah satu masalah yang sering dialami oleh remaja putri ketika sedang menstruasi adalah rasa nyeri haid atau dismenorea. Di era modern ini, konsumsi makanan cepat saji telah menjadi bagian dari kebiasaan makan sehari-hari remaja, yang diperkirakan berperan dalam mempengaruhi kesehatan sistem reproduksi, termasuk kejadian dismenorea. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat keterkaitan antara konsumsi fast food dengan kejadian dismenorea pada kalangan remaja perempuan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan pendekatan studi potong lintang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi perempuan di MTSN 2 Sidoarjo sebanyak 440 remaja putri. Sebanyak 135 siswi dari kelas 7 hingga kelas 9 dipilih secara acak sederhana sebagai sampel dalam penelitian ini. Variabel *Independent* penelitian ini adalah konsumsi makanan cepat saji sedangkan variabel *dependent* adalah kejadian dismenorea. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan dengan uji *Chi-square* pada tingkat signifikansi 0,005

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa 65,2% remaja putri sering mengonsumsi makanan cepat saji, dan 86,7% di antaranya mengalami nyeri haid. Pengujian statistik menggunakan *Chi-square* memperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,005$), yang mengindikasikan adanya korelasi signifikan antara konsumsi fast food dengan munculnya dismenorea. Remaja perempuan yang sering mengonsumsi fast food cenderung lebih berisiko mengalami nyeri haid dibandingkan dengan yang jarang atau tidak mengonsumsinya.

Konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan berpotensi menambah risiko dismenorea pada remaja putri. Oleh sebab itu, remaja disarankan untuk menerapkan pola makan sehat dan mengurangi asupan makanan cepat saji. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan, tenaga kesehatan, dan orang tua untuk memberikan edukasi mengenai dampak kebiasaan makan kurang baik bagi kesehatan organ reproduksi remaja.

Kata kunci: dismenorea, makanan cepat saji, remaja putri

Daftar bacaan: 8 buku (2019-2024)

ABSTRACT

Siti Farida

*THE RELATIONSHIP BETWEEN FAST FOOD CONSUMPTION AND THE
INCIDENCE OF DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT GIRLS*

xv + 85 Pages + 7 Tables + 10 Appendices

Adolescence marks a key developmental stage involving significant physical and hormonal transformations, such as the beginning of menstruation. A frequent issue faced by teenage girls during this period is menstrual cramps, medically known as dysmenorrhea. In today's society, fast food has become a regular element in teenagers' eating patterns and is thought to have an effect on reproductive health, particularly in causing menstrual discomfort. This research intends to investigate the relationship between fast food intake and the occurrence of dysmenorrhea in teenage girls.

This research employed a quantitative approach with a cross-sectional study design. The population consisted of all female students at MTSN 2 Sidoarjo, totaling 440 individuals. A sample of 135 students from grades 7, 8, and 9 was selected using a simple random sampling method. The independent variable was fast food consumption, while the dependent variable was the incidence of dysmenorrhea. Data were collected using a questionnaire and analyzed with the Chi-square test at a 0.005 significance level.

According to the results, 65.2% of the participants often ate fast food, and 86.7% had experienced menstrual pain. The Chi-square analysis produced a p-value of 0.000 ($p < 0.005$), showing a statistically significant connection between frequent fast food intake and the presence of dysmenorrhea. Girls who habitually consumed fast food were at a greater risk of experiencing menstrual cramps than those who rarely or never consumed it.

Excessive intake of fast food may increase the risk of dysmenorrhea among teenage girls. Therefore, it is crucial for adolescents to maintain healthy eating habits and limit the consumption of fast food. These findings are expected to serve as a foundation for educational institutions, healthcare professionals, and parents to promote awareness and provide education about the negative effects of unhealthy dietary habits on adolescents' reproductive health

Keywords: dysmenorrhea, fast food, adolescent girls

Reading list: 8 books (2019-2024)