

**HUBUNGAN FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI  
(*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *MENARCHE*  
PADA SISWI KELAS 4-6 DI SDN POLISI 1  
KOTA BOGOR TAHUN 2019**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**Nur Azizah Munahar**

**201513035**

**PROGRAM SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
WIJAYA HUSADA BOGOR  
TAHUN 2019**

**HUBUNGAN FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI  
(*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *MENARCHE*  
PADA SISWI KELAS 4-6 DI SDN POLISI 1  
KOTA BOGOR TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wijaya Husada



**Oleh :**

**Nur Azizah Munahar**

**201513035**

**PROGRAM SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
WIJAYA HUSADA BOGOR  
TAHUN 2019**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

“Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber pustaka yang menjadi rujukan dalam penyusunan Skripsi ini telah saya nyatakan dengan benar. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini merupakan hasil plagiat/ pemalsuan/ penyuapan/ pertukangan maka saya siap menerima sanksi yang berlaku di Prodi S1 Keperawatan STIKes Wijaya Husada Bogor dengan segala risiko yang harus saya tanggung”.

Nama : Nur Azizah Munahar

NIM : 201513035

Tanggal : September 2019

Tanda Tangan : 

|              |
|--------------|
| Materai 6000 |
|--------------|

## **HALAMAN PERSETUJUAN**

# **HUBUNGAN FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *MENARCHE* PADA REMAJA SISWI KELAS 4-6 DI SDN POLISI 1 KOTA BOGOR TAHUN 2019**

**Penyusun : Nur Azizah Munahar**

**NIM : 201513035**

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dihadapan Tim Penguji Skripsi Prodi S1

Keperawatan STIKes Wijaya Husada Bogor

Bogor, September 2019

Dosen Pembimbing

(Ns. Siti Hanifatun Fajria, S.Kep., M.K.M.)

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI ( *FAST FOOD* )**  
**DENGAN KEJADIAN *MENARCHE* DI SDN POLISI 1 KOTA BOGOR**  
**TAHUN 2019**

**Penyusun : Nur Azizah Munahar**

**NIM : 201513035**

Skripsi ini telah dipertahankan dan disahkan oleh Tim Penguji Sidang

Skripsi Prodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi

Ilmu Kesehatan Wijaya Husada Bogor

Bogor, September 2019

Mengesahkan,

Penguji I

Penguji II

(Ratih Suryaman, SST., M.K.M)

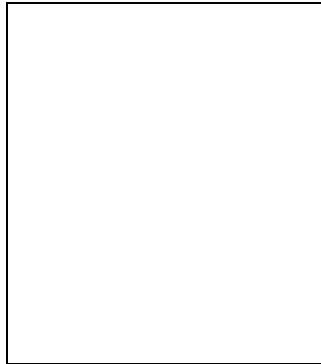
(Ns. Siti Hanifatun Fajria S.Kep.,M.K.M)

Mengetahui,

Ketua STIKes Wijaya Husada Bogor

(dr. Pridady, Sp. PD-KGEH)

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### Identitas

Nama : Nur Azizah Munahar  
Tempat, Tanggal Lahir : Bogor, 22 September 1997  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Suku Bangsa : Sunda, Indonesia  
Alamat : Kp. Dayeuh Rt.02 Rw.02 Kecamatan Jonggol  
Kabupaten Bogor

### Riwayat Pendidikan

- a. 2003-2009 : SD Negeri Sukanagara 01, Jonggol
- b. 2009-2012 : SMP Negeri 1 Jonggol, Bogor
- c. 2012-2015 : SMA 1 Jonggol, Bogor
- d. 2015-2019 : STIKes Wijaya Husada Bogor

## HUBUNGAN FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *MENARCHE* PADA SISWI KELAS 4-6 DI SDN POLISI 1

KOTA BOGOR TAHUN 2019<sup>1</sup>

Nur Azizah Munahar<sup>2</sup>, Siti Hanifatun Fajria<sup>3</sup>

STIKes Wijaya Husada

### ABSTRAK

Di Indonesia usia remaja pada waktu *menarche* bervariasi antara 10 tahun sampai 16 tahun dan rata-rata *menarche* pada usia 12,5 tahun. Usia *menarche* lebih dini pada remaja, terjadi di daerah perkotaan dari pada remaja yang tinggal di daerah pedesaan. Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 diketahui bahwa 20,9% anak perempuan di Indonesia telah mengalami *menarche* di umur kurang dari 12 tahun. Penurunan usia *menarche* dihubungkan karena beberapa faktor, salah satunya yaitu gaya hidup. Gaya hidup merupakan kebiasaan sehari-hari yang dilakukan remaja putri yang berkaitan dengan olahraga, konsumsi *soft drink* dan makan makanan *fast food*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi makanan cepat saji dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 282 responden. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *simple random sampling* dengan jumlah sampel 71 responden. Pengumpulan data diperoleh melalui penyebaran lembar *checklist*. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat (*Cramer's V*).

Berdasarkan frekuensi makanan cepat saji terdapat 46 (64,8%) responden dengan frekuensi sering. Berdasarkan kejadian *menarche* terdapat 38 (53,3%) responden mengalami *menarche*. Dari 71 responden terdapat 34 (47,9%) responden mengalami kejadian *menarche* dengan frekuensi makanan cepat saji yang sering. Hasil analisa bivariat menggunakan uji analisis *Cramer's V* diperoleh nilai *p value* sebesar  $0,000 \leq 0,05$  (*alpha*) sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Menunjukkan bahwa adanya hubungan antar frekuensi makanan cepat saji dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor tahun 2019. Bisa dijadikan sebagai panduan untuk dapat memberikan ilmu mengenai dampak mengenai makanan cepat saji dengan kejadian *menarche* sehingga dapat memberikan pengertian yang baik bagi siswi di SDN Polisi 1 Kota Bogor tentang siklus menstruasi.

Kata Kunci : Frekuensi *Fast food*, Kejadian *Menarche*  
Daftar Pustaka : 14 Buku (2009-2017), 3 Website, 13 Jurnal  
Jumlah Halaman : 58 halaman, 8 tabel, 2 bagan.

---

<sup>1</sup>Judul Penelitian

<sup>2</sup>Mahasiswa Strata I STIKes Wijaya Husada Bogor (Peneliti)

<sup>3</sup>Dosen Pembimbing

**THE CORRELATION BETWEEN FREQUENCY FAST FOOD (FAST FOOD) WITH  
EVENTS MENARCHE IN GRADE 4-6 ON ELEMENTARY SCHOOL 1 BOGOR  
CITY POLICE IN 2019<sup>1</sup>**

**Nur Azizah Munahar<sup>2</sup>, Siti Hanifatun Fajria<sup>3</sup>  
STIKes Wijaya Husada**

**ABSTRACT**

*In Indonesia teenagers at the time of menarche came between the age of 10 to 16 years old and the average of menarche occurs at the age 12.5 years. Early menarche in teenager that happens, in urban areas than teens who live in countryside. The report from health research (Riskesdas) 2010 showed that 20.9% youth in Indonesia has experienced menarche at the age less than 12 years old. The decline in the age of menarche attributed to several factors, one of which is a lifestyle. Lifestyle is a daily habit that made young women associated with exercise, consumption of soft drinks and eat fast food.*

*This study aims to determine the relationship between the frequency of fast food with the event of menarche in girls grades 4-6.*

*The type of research is descriptive analytic cross sectional study design. The population in this research were 282 respondents. The method in this study by simple random sampling with a sample of 71 respondents. The collection of data obtained through the deployment checklist sheet. Analysis of the data used are univariate and bivariate (Cramer's V).*

*Based on the frequency of fast food there are 46 (64.8%) of respondents with frequent frequency. Based on the incidence of menarche there are 38 (53.3%) of respondents experienced menarche. Of the 71 respondents there were 34 (47.9%) of respondents experienced menarche events with a frequency of fast food frequently. The results of the bivariate analysis using analytical test Cramer's V p value obtained by  $0,000 \leq 0,05$  (alpha) so that  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected. It is shows that the relationship between the frequency of fast food with the incidence of menarche in 4-6 grade students at SDN Police 1 Bogor City in 2019. This study can be used as a guide to provide knowledge on the effects of fast food on the occurrence of menarche so as to provide a better understanding for students at SDN 1 Bogor City Police menstrual cycle.*

**Keywords** : frequency Fast Food, event Menarche  
**Reference** : 14 Books (2009-2017), 3 Website, 13 Journal  
**Number of Pages** : 58 pages, 8 tables, 2 draft.

---

<sup>1</sup>**Research Title**

<sup>2</sup>**Bachelor Degree of Nursing STIKes Wijaya Husada Bogor (Researcher)**

<sup>3</sup>**Lecturer**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah wasyukurillah,

Sebuah langkah tela usai sudah. Satu cita telah kugapai. Namun, itu bukan akhir dari perjalanan melainkan awal dari satu perjuangan.

Ibunda .....

Doamu menjadikanku bersemangat. Kasih sayangmu yang ,membuatku menjadi kuat. Hingga aku selalu bersabar melalui ragam cobaan yang mengejar. Kini cita-cita dan harapan telah kugapai.

Ayahanda .....

Petamu bak pelita. Menuntunku di jalanNya. Peluhmu bagai air, menghilangkan haus dahaga. Hingga darahku tak membeku dan ragaku belum berubah kaku.

Ayahanda dan ibunda tersayang. Kutata masa depan dengan doamu. Kugapai cita dan impian dengan pengorbananmu.

Kini, dengan segenap kasih sayang dengan diiringi doa yang tulus ku persembahkan karya tulis ilmiah ini kepada ayahanda dan ibunda serta kakaku.

Tak lupa kepada sahabatku tercinta dan teman-teman seangkatan yang telah membantu dan memberikan semangat hingga terselesaikan tugas ini.

Sebuah harapan berakar keyakinan dari perpaduan hati yang memiliki keteguhan.

Walaupun didera oleh cobaan dan membutuhkan perjuangan panjang demi cita-cita yang tak mengenal kata usai. Setitik harapan itu telah kuraih, namun sejuta harapan masih kuimpikan dan ingin kugapai.

Terimakasih, aku cinta kalian.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti haturkan kehadiran Allah S.W.T yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga Skripsi ini yang berjudul “Hubungan Frekuensi Makanan Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019” dapat terselesaikan, walaupun hambatan menyertai selama proses penyusunan Skripsi ini.

Dalam kesempatan yang berbahagia ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi saran, dorongan, petunjuk, do’a dan bimbingan dari pihak yang terlibat. Sehingga penyusunan laporan ini dapat terlaksana. Oleh karena itu, pasti penulis mengucapkan terima kasih, khususnya kepada yang terhormat :

1. Eva Irawan, ST, MBA selaku Ketua Yayasan STIKes Wijaya Husada Bogor.
2. dr. Pridaddy, Sp.PD-KGEH selaku Ketua STIKes Wijaya Husada Bogor.
3. Ns. Tisna Yanti S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Study S1 Keperawatan.
4. Ns. Siti Hanifatun Fajria, S.Kep., M.K.M selaku dosen pembimbing yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran.
5. Ratih Suryaman, SST., M.K.M selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberi saran dan kritik terhadap Skripsi ini.
6. Wakil kepala sekolah, guru, serta staf tata usaha SDN Polisi 1 Kota Bogor yang telah memberikan bantuan dalam pengambilan data.

7. Seluruh staf dosen, staf tata usaha dan pengelola perpustakaan STIKes Wijaya Husada Bogor.
8. Kedua Orangtuaku tercinta ayahanda Abdul Kohar dan ibunda Yoyoh Munawaroh serta kakak dan adikku tercinta Fahmi Munahar dan Rizal Septian Munahar yang selalu memberikan dukungan serta do'a dengan keikhlasan selama menuntut ilmu.
9. Sahabat-sahabatku tercinta Puji Yastuti, Tatjana Mayasari, Mutia Susanti, Muhammad Syauqi, Aristyanti W.S, Diana Yunifer, Siti Wulandari, Regita Larasati, Adinda Mutiara, Nurhefti, Hanny Roebiah, Sekar Mawarni yang telah membantu dalam proses penyusunan Skripsi ini.
10. Seluruh rekan-rekan S1 Keperawatan tingkat IV Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wijaya Husada Bogor yang telah memberikan dukungan dan saran yang membangun menyelesaikan Skripsi ini.
11. Serta semua pihak yang telah berpartisipasi dalam proses penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, mengingat pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki masih kurang, kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun sangat penulis harapkan sebagai acuan dalam menyempurnakan Skripsi ini.

Bogor, September 2019

Peneliti

(Nur Azizah Munahar)

## DAFTAR ISI

|                                  |      |
|----------------------------------|------|
| LEMBAR JUDUL .....               | i    |
| HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN..... | ii   |
| HALAMAN PERSETUJUAN .....        | iii  |
| HALAMAN PENGESAHAN .....         | iv   |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....       | v    |
| ABSTRAK .....                    | vi   |
| ABSTRACT .....                   | vii  |
| HALAMAN PERSEMBAHAN.....         | viii |
| KATA PENGANTAR .....             | ix   |
| DAFTAR ISI .....                 | xi   |
| DAFTAR TABEL .....               | xiv  |
| DAFTAR BAGAN .....               | xv   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....            | xvi  |

## BAB I PENDAHULUAN

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| A. Latar Belakang .....           | 1 |
| B. Rumusan Masalah .....          | 5 |
| C. Tujuan Penelitian .....        | 6 |
| D. Manfaat Penelitian .....       | 6 |
| E. Ruang Lingkup Penelitian ..... | 6 |
| F. Keaslian Penelitian .....      | 7 |

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| A. Kejadian Menarche .....        | 10 |
| 1. Definisi <i>Menarche</i> ..... | 10 |

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| 2. Usia terjadi <i>Menarche</i> .....                        | 11 |
| 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Menarche</i> .....     | 12 |
| B. Menstruasi .....                                          | 15 |
| 1. Definisi Menstruasi .....                                 | 15 |
| 2. Siklus Menstruasi .....                                   | 16 |
| 3. Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi .....                 | 20 |
| C. Frekuensi Makanan Cepat Saji.....                         | 22 |
| 1. Definisi Makanan Cepat Saji.....                          | 22 |
| 2. Kandungan Gizi Makanan Cepat Saji .....                   | 24 |
| 3. Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Makanan Cepat Saji..... | 25 |
| 4. Dampak Negatif Makanan Cepat Saji Saji.....               | 27 |
| D. Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji Dengan              |    |
| Kejadian <i>Menarche</i> .....                               | 29 |
| E. Kerangka Teori.....                                       | 31 |

### **BAB III METODE PENELITIAN**

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| A. Jenis dan Desain Penelitian .....      | 32 |
| B. Kerangka Konsep .....                  | 32 |
| C. Variabel Penelitian .....              | 33 |
| D. Definisi Operasional .....             | 34 |
| E. Hipotesis .....                        | 36 |
| F. Populasi dan Sampel Penelitian .....   | 36 |
| G. Tempat dan Waktu Penelitian .....      | 37 |
| H. Etika Penelitian .....                 | 38 |
| I. Alat dan Metode Pengumpulan Data ..... | 39 |

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| J. Metode Pengolahan Data ..... | 41 |
| K. Analisa Data .....           | 42 |

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| A. Gambaran Penelitian .....     | 45 |
| B. Karakteristik Responden ..... | 46 |
| C. Hasil Penelitian .....        | 46 |
| D. Pembahasan.....               | 49 |
| E. Keterbatasan penelitian ..... | 55 |
| F. Implikasi.....                | 56 |

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 57 |
| B. Saran .....      | 57 |

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                             | Halaman |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....                                                                                                                                          | 7       |
| Tabel 2.1 Kandungan Gizi Makanan Cepat Saja .....                                                                                                                           | 25      |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional .....                                                                                                                                        | 34      |
| Tabel 4.1 Karakteristik Responden .....                                                                                                                                     | 46      |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Makanan Cepat Saji ( <i>Fast Food</i> ) Pada<br>Siswi Kleas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Taun 2019 .....                                   | 46      |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kejadian <i>Menarche</i> Pada Siswi Kelas<br>4-6 Di SD Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019.....                                                   | 47      |
| Tabel 4.4 Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji ( <i>Fast Food</i> ) Dengan<br>Kejadian <i>Menarche</i> Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota<br>Bogor Tahun 2019 ..... | 48      |

**DAFTAR BAGAN**

|                                 | Halaman |
|---------------------------------|---------|
| Bagan 2.1 Kerangka Teori .....  |         |
| 31                              |         |
| Bagan 3.1 Kerangka Konsep ..... |         |
| 32                              |         |

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Penelitian dari STIKes Wijaya Husada Bogor
2. Surat Balasan Penelitian dari SDN Polisi 1 Kota Bogor
3. Lembar Permohonan Menjadi Responden
4. Lembar Persetujuan (*Inform Consent*)
5. Lembar Kuesioner Penelitian
6. Master Tabel Data Penelitian
7. Hasil Output Analisa Univariat
8. Hasil Output Analisa Bivariat
9. Lembar Jadwal Kegiatan Skripsi
10. Dokumentasi Kegiatan Penelitian
11. Lembar Konsultasi

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap perubahan antara masa anak-anak dengan masa dewasa yang terjadi antara usia 10-18 tahun. Sebelum memasuki masa remaja, seseorang akan mengalami pubertas terlebih dahulu. Periode pubertas ini yang akan menjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik dari anak-anak menjadi dewasa. Ditandai dengan kematangan reproduksi yaitu pertumbuhan fisik yang sangat cepat, perubahan psikologis, ciri-ciri kelamin sekunder dan *menarche*.<sup>1</sup>

*Menarche* merupakan menstruasi yang pertama kali dialami wanita, ditandai dengan keluarnya darah dari vagina akibat peluruhan lapisan endometrium. *Menarche* terjadi pada periode pertengahan pubertas atau biasa terjadi 6 bulan setelah mencapai puncak percepatan pertumbuhan. Banyak hal yang mempengaruhi *menarche*, antara lain adanya perubahan hormon yang mempengaruhi kematangan sel. Remaja yang memiliki riwayat *menarche* yang terlalu dini menyebabkan remaja tersebut terpapar hormon estrogen yang lebih lama dibandingkan dengan remaja yang *menarche* nya normal. Di Amerika Serikat, sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat *menarche*. Di Maharashtra, India rata-rata usia *menarche* pada anak perempuan adalah 12,5 tahun. 24,92% *menarche* dini

(10-11 tahun, 64,77% *menarche* ideal (12-13 tahun) dan 10,30 % *menarche* terlambat (14-15 tahun).<sup>2</sup>

Di Indonesia usia remaja pada waktu *menarche* bervariasi antara 10 tahun sampai 16 tahun dan rata-rata *menarche* pada usia 12,5 tahun. Usia *menarche* lebih dini pada remaja yang terjadi di daerah perkotaan dari pada remaja yang tinggal di daerah pedesaan.<sup>2</sup> Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 diketahui bahwa 20,9% anak perempuan di Indonesia telah mengalami *menarche* di umur kurang dari 12 tahun. Membaihnya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia *menarche* ke usia yang lebih muda ( *menarche* dini). Hal ini dikatakan dengan pubertas prekoks yang terjadi pada anak di usia kurang dari 12 tahun. Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun per dekade. Pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stress emosional. Lebih dari setengah abad, rata-rata *menarche* mengalami penurunan dari usia 16 tahun menjadi rata-rata 13 tahun .<sup>3</sup>

fenomena *menarche* dini terjadi pada usia kurang dari 11 tahun. Remaja yang memiliki riwayat *menarche* yang terlalu dini menyebabkan remaja tersebut terpapar hormon estrogen yang lebih lama dibandingkan dengan remaja yang *menarche* nya normal. Hal ini dipengaruhi oleh peningkatan aktivitas hormon-hormon reproduksi.<sup>4</sup>

Penurunan usia *menarche* dihubungkan karena beberapa faktor yang meliputi keadaan gizi, genetik, konsumsi makanan, hormon, sosial, ekonomi, keterpaparan media masa orang dewasa (pornografi), perilaku seksual dan gaya hidup. Gaya hidup merupakan kebiasaan sehari-hari yang dilakukan remaja putri yang berkaitan dengan olahraga, konsumsi *soft drink* dan makan makanan *fast food*.<sup>2</sup>

*Fast food* disebut sebagai makanan cepat saji. Makanan cepat saji yang dimaksud adalah sejenis makanan yang dikemas, mudah disajikan, praktis, atau diolah dengan cara sederhana. Makanan tersebut umumnya diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi dan memberikan berbagai zat adiktif untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa bagi produk tersebut. Makanan cepat saji biasanya berupa lauk pauk dalam kemasan, mie instan, nugget, atau juga *com flakes* sebagai makanan untuk sarapan.<sup>5</sup>

Makanan yang disenangi remaja adalah makanan yang cepat saji (*fast food*). *Fast food* merupakan makanan cepat saji yang mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak. *Fast food* memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang yaitu mengandung kalori tinggi, lemak tinggi, rendah serat dan gula tinggi. Makanan yang tergolong *fast food* antara lain kentang goreng, *hamburger*, *soft drink*, *pizza*, *hotdog*, *fried chicken*, *spagetti*, mie instan, donat dan lain-lain. Makanan *fast food* banyak mengandung pemanis buatan, lemak, dan zat aditif bisa menyebabkan *menarche* lebih awal.<sup>3</sup>

Frekuensi remaja yang tinggi dalam mengkonsumsi *fast food* dapat meningkatkan timbunan kalori dalam tubuh yang menyebabkan peningkatan nilai IMT ( gizi lebih). *Fast food* dipandang negatif karena kandungan gizi di dalamnya yang tidak seimbang yaitu lebih banyak mengandung karbohidrat, lemak, kolestrol, dan garam<sup>5</sup>

Di Amerika Serikat sebanyak 55% orang mengonsumsi aneka cemilan *fast food*. Sebuah survei juga menunjukkan bahwa 96% anak sekolah AS mengenal dan mengonsumsi *fast food* . Sementara di Balikpapan, remaja berusia 15-17 tahun memiliki kebiasaan sering mengonsumsi *fast food* sebanyak 77,3% dan di Lampung frekuensi remaja dalam mengonsumsi makanan cepat saji di restoran waralaba berkisar antara 1-10 kali dalam sebulan .<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SDN Polisi 1 dari 15 responden 8 yang mengalami menstruasi di usia 12 tahun , ada 5 orang pada usia 11 tahun, pada usia 9 tahun ada 2 orang yang mengalami menstruasi. Untuk variabel frekuensi makanan cepat saji ( *fast food*) terdapat 10 orang yang sering megkonsumsi makanan cepat saji, 3 orang yang kadang-kadang mengkonsumsi makanan cepat saji, terdapat 2 orang yang jarang mengkonsumsi makanan cepat saji ( *fast food* ). Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka pelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dengan Kejadian *Menarche* pada siswi kelas 4-6 SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “ Adakah Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dengan Kejadian *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019”?.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui hubungan frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi tentang frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019.
- b. Diketahui distribusi frekuensi tentang kejadian *menarche* dini pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019.
- c. Diketahui analisa hubungan frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Ilmu Pengetahuan ( *Scientific*)

Untuk mengembangkan konsep dan kajian yang mendalam serta dapat menambah ilmu pengetahuan materi pembelajaran komunitas dan Maternitas mengenai Kejadian *Menarche*.

2. Bagi Pengguna ( *Consumer*)

Bagi SDN Polisi 1

Penelitian ini sebagai tambahan ilmu pengetahuan terutama bagi siswi, guru, dan para orang tua untuk mengetahui penyebab *menarche* yang terjadi pada perempuan.

#### **E. Ruang Lingkup**

1. Ruang Lingkup Materi

Ruang lingkup materi yaitu makanan cepat saji (*fast food*) dengan Kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor.

2. Ruang lingkup responden

Responden yang diambil siswi kelas 4-6

3. Ruang lingkup Waktu

Waktu dalam penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei - September 2019

4. Ruang Lingkup Tempat

Tempat penelitian di SDN Polisi 1 Kota Bogor.

### 5. Ruang Lingkup Masalah

Penelitian ini didasarkan pada permasalahan siswi kelas 4-6 pada anak yang mengalami *menarche*

### 6. Ruang Lingkup Metodologi

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*.

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian<sup>237</sup>

| No | Nama Peneliti | Judul                                                                                                                      | Variabel                                                                                                    | Desain                                                                                                                 | Hasil                                                                                                                                                                                                |
|----|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Fahmi (2016)  | Hubungan antara status gizi dengan <i>menarche</i> dini pada remaja putri di SMP Ummi Kulsum Banjaran Kab.Bandung Provinsi | Variabel independen : status gizi pada remaja putri.<br>Variabel dependen : Menarche dini pada remaja putri | Penelitian yang digunakan adalah penelitian pendekatan analitik kuantitatif dengan menggunakan pendekatan <i>cross</i> | Hasilnya yaitu usia <i>menarche</i> paling banyak yaitu usia <i>menarche</i> dini 11 tahun sebanyak (43,3%) ,remaja yang selalu mengkonsumsi <i>fast food</i> sebanyak (56,7%) dan remaja putri yang |

|    |                              |                                                                                                          |                                                                                                                         |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                              | Jawa Barat                                                                                               |                                                                                                                         | <i>sectional.</i>                                                                                                        | mempunyai status gizi gemuk sebanyak (51,1%)                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 2. | Yuni Uswatun Khasanah (2016) | Hubungan frekuensi konsumsi <i>fast food</i> dengan kejadian <i>menarche</i> pada siswi usia 10-12 tahun | Variabel Independen : frekuensi konsumsi <i>fast food</i><br><br>Variabel dependen: kejadian <i>Menarche</i> pada siswi | Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional.</i> | Hasilnya yaitu ada hubungan antara frekuensi konsumsi <i>fast food</i> dengan kejadian <i>menarche</i> dengan hasil $r$ hitung $(27,977) > r$ tabel $(3,481)$ dengan nilai $p$ -value ( <i>Asymp.sig</i> ) 0,00 lebih kecil dari 0,05 $p$ -value < 0,05). Responden yang sudah <i>menarche</i> 19 siswi (48,7%) siswa yang |

|    |                           |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                           |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                        | sering<br>mengkonsumsi<br>fast food (53,8%).                                                                                                                                                                                          |
| 3. | Melyta<br>Rahmi<br>(2017) | Hubungan<br>kebiasaan<br>konsumsi<br>mie instan<br>dengan usia<br>menarche<br>pada siswi<br>SMP Negeri<br>Palembang | Variabel<br>Independen :<br><br>1.Frekuensi<br>konsumsi mie<br>instan<br><br>2.Status gizi<br><br>Variabel<br>Dependen :<br><br><i>Usia<br/>menarche</i> | Penelitian<br>yang<br>digunakan<br>adalah<br>penelitian<br>observasional<br>analitik<br>demham<br>pendekatan<br><i>cross sectional</i> | Hasilnya yaitu<br>didapatkan 69,4%<br>siswi mengalami<br><i>menarche</i> di usia<br>normal, dan<br>97,2% dari siswi<br>yang mengalami<br><i>menarche</i> di usia<br>normal adalah<br>siswi yang jarang<br>mengkonsumsi<br>mie instan. |

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kejadian *Menarche***

##### **1. Definisi *Menarche***

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasanya terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* merupakan suatu tanda awal adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis, dan aksila, serta distribusi lemak pada daerah pinggul.<sup>8</sup>

*Menarche* merupakan adanya suatu perubahan status sosial dari anak-anak ke dewasa. *Menarche* merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormon yang normal yang di buat oleh *hipothalamus* dan kemudian di teruskan pada ovarium dan uterus. Selama sekitar dua tahun hormon-hormon ini akan merangsang pertumbuhan tanda-tanda seks sekunder seperti pertumbuhan payudara, perubahan-perubahan kulit, perubahan siklus, pertumbuhan rambut ketiak dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi menjadi bentuk tubu wanita yang ideal.<sup>9</sup>

*Menarche* adalah haid yang pertama terjadi, yang merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil. Status

gizi remaja wanita sangat mempengaruhi terjadinya *menarche* baik dari faktor usia terjadinya *menarche*.<sup>10</sup>

Jadi peneliti menyimpulkan bahwa kejadian *Menarche* adalah fenomena periode menstruasi pertama yang terjadi pada masa pubertas seorang wanita, dengan tanda awal adanya pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut dibagian pubis, dan pinggul membesar.

## 2. Usia Terjadi *Menarche*

Usia saat seorang anak perempuan mulai mendapat menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia yang lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapat menstruasi pertama kali, tapi ada juga yang 8 tahun sudah mulai siklusnya. Bila usia 16 tahun baru mendapat menstruasi pun dapat terjadi.<sup>11</sup>

Usia untuk mencapai fase terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor suku, genetik, gizi, sosial, ekonomi, gaya hidup, dll.

*Menarche* biasanya terjadi antara tiga sampai delapan hari, namun rata-rata lima setengah hari. Dalam satu tahun setelah terjadinya *menarche*, ketidakaturan menstruasi masih sering di jumpai. Ketidakaturan terjadinya menstruasi adalah kejadian yang biasa dialami oleh para remaja putri, namun demikian hal ini dapat menimbulkan keresahan pada diri remaja itu sendiri. Sekitar dua tahun

setelah *menarche* akan terjadi ovulasi. Ovulasi ini tidak harus terjadi setiap bulan tetapi dapat terjadi setiap dua atau tiga bulan dan secara berangsur siklusnya akan menjadi lebih teratur. Dengan terjadinya ovulasi, spasmodik dismenorhea dapat timbul.

Macam-macam usia *menarche*:<sup>12</sup>

a. *Menarche* dini normal

*Menarche* adalah haid yang pertama yang terjadi pada seseorang wanita pada usia 12-14 tahun.

b. *Menarche* dini ( *menarche* prekoks )

Pada *menarche* dini hormon gonadotropin diproduksi sebelum anak berumur 8 tahun sudah ada haid sebelum usia 10 tahun.

c. *Menarche* lambat (tarda)

*Menarche* tarda adalah *menarche* yang baru datang setelah usia 14 tahun.

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Menarche*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *menarche* sebagai berikut : <sup>1</sup>

a. Genetik

Oettle dalam penelitiannya di Swedia mengatakan ada korelasi antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* anak. Menurut Abdurrahman mengungkapkan bahwa usia *menarche* ibu yang cepat akan mempengaruhi status *menarche* anak putrinya sehingga cepat juga. Faktor genetik disini berperan terhadap

percepatan dan perlambatan *menarche* yaitu antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* anaknya.

b. Status gizi

Status gizi merupakan hal yang sangat penting berperan dalam penurunan umur *menarche* pada remaja putri. Dewasa ini, standar kehidupan amat berpengaruh dengan perbaikan gizi masyarakat yang pada akhirnya akan berdampak pada menurunnya usia *menarche*. Hal yang dapat mempengaruhi pembentukan hormon adalah asupan gizi dengan asupan gizi yang baik dapat mempercepat pembentukan hormon-hormon yang mempengaruhi datangnya *menarche*. Perbaikan gizi atau asupan yang baik dapat menyebabkan umur *menarche* menjadi lebih cepat. Remaja yang tinggi dan mempunyai berat badan lebih dengan massa tubuh yang besar akan mengalami usia *menarche* yang cenderung cepat. Remaja dengan status gizi gemuk memiliki resiko 2,42 kali mengalami *menarche* dini dibandingkan dengan siswi status gizi normal. Kelebihan pada nutrisi ( kelebihan berat badan ) pada remaja diasosiasikan dengan kadar Leptin di perifer yang juga memacu peningkatan serum LH, baik pada siang maupun malam hari. LH merupakan hormon yang dihasilkan di hipofisis anterior, serum LH yang meningkat lebih dini dari seharusnya mengakibatkan

peningkatan serum ekstradiol yang kemudian berakhir dengan *menarche* dini.

c. Keadaan keluarga

Keharmonisan hubungan dalam keluarga dapat menjadi salah satu faktor terjadinya *menarche* dini pada remaja. Dimana keluarga yang tidak harmonis dilihat dari ketidak hadirannya seorang ayah ketika ia masih kecil, adanya tindakan kekerasan seksual pada anak dan adanya konflik dalam keluarga merupakan faktor yang berperan penting terhambatnya fase perkembangan pada anak. Pengaruh faktor psikologis ini akan menimbulkan munculnya interaksi yang aktif dan mapan yang terjadi pada hipotalamus, kelenjar pituitari dan gonad pada masa pubertas

d. Tempat tinggal

*Menarche* lebih cepat di daerah perkotaan daripada pedesaan, karena pengetahuan seorang remaja di perkotaan akan lebih meluas dan kesempatan untuk melibatkan diri dalam kegiatan sosial semakin kuat, pergaulan lebih bebas dan di perkotaan seorang remaja akan lebih mudah mendapatkan informasi seperti tontonan dari film-film atau internet berlabel dewasa, vulgar, atau mengumbar sensualitas.

e. Gaya Hidup

Gaya hidup yang berhubungan dengan kejadian *menarche* dini meliputi kegiatan fisik (olahraga), mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), dan mengkonsumsi minuman bersoda (*soft drink*). Latihan fisik yang berat pada masa pra pubertas, telah menunda usia *menarche*. Diperkirakan bahwa latihan fisik yang berat dapat menunda *menarche* melalui mekanisme hormonal karena menurunkan produksi progesteron dan akibatnya kematangan endometrium (lapisan dalam dinding rahim) menjadi tertunda saat menjelang usia *menarche*. Kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yang mengandung tinggi gula, garam, zat adiktif dan juga terdapat sedikit vitamin dan serat yang dapat mempengaruhi kejadian *menarche* dini.

## **B. Menstruasi**

### **1. Definisi Menstruasi**

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarah yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya remaja yang mengalami *menarche* adalah pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya.

Menstruasi yang terjadi pada saat pertama kali merupakan pertanda bahwa seorang remaja sedang mengalami pubertas. Menstruasi atau haid adalah kejadian alamiah yang terjadi pada wanita normal. Hal ini terjadi karena terlepasnya lapisan endometrium uterus. Haid biasanya terjadi setiap bulan ( dengan siklus setiap orang berbeda, ada yang 28 hari, ada pula yang kurang atau lebih dari itu) antara usia remaja sampai menopause<sup>13</sup>

## 2. Siklus menstruasi

Hari pertama terjadinya perdarahan dihitung sebagai awal setiap siklus menstruasi ( hari ke-1). Siklus menstruasi berkisar antara 21-40 hari. Hanya 10-15 % wanita yang memiliki siklus 28 hari. Pada awalnya, sebagian anak perempuan mengalami menstruasi tidak teratur, tidak dapat diprediksi, tidak nyeri, dan tidak mengandung telur. Setelah satu tahun atau lebih, berkembang suatu irama hipofisis-hipotalamus, dan ovarium memproduksi estrogen siklik yang adekuat untuk mematangkan ovum. Periode ovulasi cenderung teratur, dipantau oleh progesteron. Beberapa wanita saat periode ovulasi dikaitkan dengan dismenore ( kram uterus yang menimbulkan nyeri), yang mungkin merupakan efek progesteron atau prostaglandin atau keduanya.

a. Siklus endometrium

Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 tahun setelah ovulsi. Hari pertama keluarnya rabas menstruasi ditetapkan sebagai hari pertama siklus endometrium. Lama aliran menstruasi rata-rata 5 hari (dengan rentan 3-6 hari) dan jumlah darah yang hilang rata-rata 50 ml (rentang 20-80 ml). Darah menstruasi membeku didalam uterus, tetapi biasanya bekuan mencair sebelum keluar dari uterus. Selain darah, rabas uterus juga mengandung lendir dan sel epitel. Siklus menstruasi merupakan rangkaian peristiwa yan kompleks dan saling mempengaruhi di endometrium, hipotalamus-hipofisis serta ovarium. Siklus menstruasi endometrium terdiri dari empat fase, yaitu (1) fase menstruasi , (2) fase proliferasi, (3) fase sekresi, (4) fase iskemi. Fase *proliferasi* merupakan pertumbuhan cepat yang berlangsung sekitar hari kelima hingga ovulasi. Permukaan endometrium secara lengkap kembali normal sekitar 4 hari atau menjelang pendarahan berhenti. Sejak saat ini, terjadi penebalan 8 sampai 10 kali lipat, yang berakhir saat ovulasi. Fase proliferasi bergantung pada stimulasi estrogen yang berasal dari folikel ovarium (*graaf*).

Fase sekresi berlangsung sejak hari ovulasi sampai sekitar 3 h hari sebelum periode menstruasi berikutnya. Setelah ovulasi progesteron diproduksi lebih banyak dan entometrium terlihat

edematosa, vaskular dan fungsional. Pada akhir fase sekresi, endometrium sekretorius yang matang dengan sempurna mencapai ketebalan seperti beludru yang tebal dan halus. Endometrium menjadi kaya darah dan sekresi kelenjar, tempat yang sesuai untuk melindungi dan memberi nutrisi ovum dan dibuahi. Implantasi ovum yang dibuahi terjadi 7-10 hari setelah ovulasi, apabila tidak terjadi pembuahan dan implantasi, korpus luteum yang menyekresi ekstrogen dan progesteron menyusut. Seiring penurunan kadar progesterin dan estrogen yang cepat, arteri spinal menjadi spasme. Selama fase iskemik, suplai darah ke endometrium fungsional berhenti dan menjadi nekrosis. Lapisan fungsional berpisah dari lapisan tebal dan perdarahan menstruasi dimulai yang menandai hari pertama siklus berikutnya.

b. Siklus hipotalamus-hipofisis

Menjelang siklus menstruasi kadar estrogen dan progesteron menurun. Kadar hormon ovarium yang rendah dalam darah menstimulasi hipotalamus untuk menyekresi gonadotropin-releasing hormone ( Gn-Rh). Gn-Rh menstimulasi sekresi hipofisis anterior FSH. Kemudian FSH menstimulasi perkembangan *folikel de Graaf* ovarium dan produksi estrogennya. Kadar estrogen mulai menurun dan Gn-Rh memicu hipofisis anterior mengeluarkan luteinizing hormone (LH). Lonjakan LH yang menyolok dan kadar estrogen yang berada di bawah puncak ini

mewakili ekspulsi ovum dan folikel de Graaf dalam 24-36 jam. LH mencapai puncak pada hari ke 13 atau hari ke 14 pada siklus 28 hari. Apabila tidak terjadi fertilisasi dan implanisasi ovum, korpus luteum akan menyusut, oleh karena itu kadar progesteron dan estrogen menurun. Terjadi menstruasi, dan hipotalamus sekali lagi distimulasi untuk menyekresi Gn-Rh. Proses ini disebut siklus hipotalamus-hipofisis.

c. Siklus Ovarium

Folikel primer berisi oosit tidak matur (ovum primordial). Sebelum ovulasi, 1 sampai 30 folikel mulai matur di dalam ovarium di bawah pengaruh FSH dan estrogen. Lonjakan LH sebelum terjadi ovulasi mempengaruhi folikel yang terpilih. Di dalam folikel yang terpilih, oosit matur, terjadi ovulasi, dan folikel yang kosong memulai transformasinya menjadi korpus luteum. Lama fase folikular (*fase preovulasi*) bervariasi pada setiap wanita. Setelah ovulasi, kadar estrogen turun. Pada 90% wanita, pengeluaran darah hanya sedikit, sehingga tidak disadari. Pada 10% wanita terjadi perdarahan yang cukup sehingga dapat dilihat dan mengakibatkan perdarahan di pertengahan siklus (*midcycle bleeding*).

Fase luteal dimulai segera setelah ovulasi dan berakhir pada awal menstruasi. Fase pascaovulasi pada siklus ovarium ini biasanya berlangsung selama 14 hari (rentang 13-15 hari).

Korpus luteum mencapai puncak aktivitas fungsional 8 hari setelah ovulasi, menyekresi baik hormon estrogen steroid maupun progesteron steroid. Bersamaan dengan waktu fungsi luteal puncak ini, telur yang dibuahi bernidasi di endometrium. Apabila tidak terjadi implantasi, korpus luteum berkurang dan kadar steroid menurun. Dan minggu setelah ovulasi, jika tidak terjadi fertilisasi dan implantasi, lapisan fungsional endometrium uterus tanggal selama menstruasi.

### 3. Faktor yang Memengaruhi Menstruasi<sup>14</sup>

#### a. Faktor Hormon

Hormon-hormon yang memengaruhi terjadinya haid pada seorang wanita yaitu *Follide Stimulating Hormone* (FSH) yang dikeluarkan oleh hipofisis, estrogen yang dihasilkan oleh ovarium, *Luteinizing Hormone* (LH) yang dihasilkan oleh hipofisis, serta progesteron yang dihasilkan oleh ovarium.

#### b. Faktor Enzim

Enzim hidrolitik yang terdapat dalam endometrium merusak sel yang berperan dalam sintesis protein, yang mengganggu metabolisme sehingga mengakibatkan regresi endometrium dan perdarahan.

#### c. Faktor vaskular

Saat fase proliferasi, terjadi pembentukan sistem vaskularisasi dalam lapisan fungsional endometrium. Pada pertumbuhan

endometrium ikut tumbuh pula arteri-arteri, vena-vena, dan hubungan di antara keduanya. Dengan regresi endometrium, timbul statis dalam vena-vena serta salura-saluran yang menghubungkannya dengan arteri, dan akhirnya terjadi nekrosis dan perdarahan dengan pembentukan hematoma, baik dari arteri maupun vena.

d. Faktor prostaglandin

Endometrium mengandung prostaglandin E2 dan F2. Dengan adanya desintegrasi endometrium, prostaglandin terlepas dan menyebabkan kontraksi miometrium sebagai suatu faktor untuk membatasi perdarahan pada haid.

Beberapa tanda-tanda adanya masalah dalam menstruasi yang perlu dikonsumsi kepada dokter ahlinya, antara lain:<sup>15</sup>

- d. Apabila haid itu tidak pernah teratur sejak semula walau telah melewati tahun-tahun “belajar” *menarche* (haid yang pertama).
- e. Timbul nyeri hebat terutama jika baru muncul kemudian yang diperkirakan ada gangguan dalam organ reproduksi, terutama jika rasa nyeri itu semakin lama semakin bertambah intensitasnya.
- f. Satu hal yang perlu diwaspadai adalah jika darah mengalir sangat berlebihan sehingga membutuhkan pembalut lebih dari selusin dalam sehari.
- g. Panjang hari haid lebih sembilan hari.
- h. Muncul noktah darah antara dua siklus haid (*spotting*).

- i. Warna darah kelihatan tidak seperti biasa, menjadi lebih kecoklatan atau merah darah segar.

### C. Frekuensi Makanan Cepat Saji

#### 1. Definisi Makanan Cepat Saji

Makanan cepat saji adalah makanan yang tersedia dalam waktu cepat dan siap disajikan, seperti *fried chicken*, *humberger*, dan *pizza*. Makanan cepat saji mudah diperoleh di pasaran kuliner atau tempat-tempat khusus yang sudah menyediakannya. Tersediannya variasi pangan sesuai selera dan daya beli. Selain itu, pengolahan dan penyajiannya lebih mudah dan cepat. Cocok bagi mereka yang memiliki kesibukan dalam pekerjaan.<sup>16</sup>

Konsumsi adalah cara yang ditempuh seseorang atau sekelompok orang untuk memilih makanan dan memngkonsumsinnya sebagai reaksi terhadap pengaruh-pengaruh fisiologis, psikologis, budaya, dan sosial. Bahan makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat sangat beragam, frekuensi penggunaan makanan cepat saji yang dikonsumsi dapat menggambarkan frekuensi penggunaan makanan cepat saji selama periode tertentu. Penilaian frekuensi menggunakan makanan cepat saji menggunakan *food frequency* yang memuat daftar makanan cepat saji beserta frekuensi penggunaan makanan cepat saji tersebut dalam periode tertentu.<sup>17</sup>

Industri makanan cepat saji di Indonesia sangat mempengaruhi pola makan para remaja. Restoran makanan cepat saji merupakan

tempat yang tepat untuk bersantai dan menghabiskan waktu bersama teman sebaya. Makanan di restoran siap saji menawarkan harga terjangkau dengan uang saku yang mereka miliki. Penyajian yang cepat dan jenis makanan yang bervariasi sehingga memenuhi selera pembelinya. Pada umumnya makanan cepat saji mengandung kalori, kadar lemak, gula dan sodium (Na) yang tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium dan folat. Makanan cepat saji merupakan gaya hidup remaja masa kini.<sup>17</sup>

Keberadaan restoran-restoran makanan cepat saji di Indonesia semakin menjamur terutama di kota besar, makanan yang disajikan berupa makanan tradisional seperti restoran Padang dan makanan berat seperti *kentucky fried chicken*, *california fried chicken* yang terkenal dengan ayam gorengnya. Dengan manajemen yang handal misalnya pelayanan yang praktis, desain interior restoran yang rapi, menarik dan bersih tanpa meninggalkan unsur kenyamanan, serta rasanya yang lezat membuat mereka yang sibuk dalam pekerjaan memilih alternatif untuk mengonsumsi jenis makanan cepat saji, karena lebih cepat. Pada masa libur banyak keluarga yang memilih makan diluar dengan mengonsumsi makanan cepat saji.<sup>17</sup>

Kelebihan makanan cepat saji adalah penyajian cepat sehingga hemat waktu dan dapat dihidangkan kapan dan dimana saja, tempat penyajian yang higienis, makanan bergengsi, makanan modern, juga makanan gaul bagi anak remaja. Makanan cepat saji yang dimaksud

adalah jenis makanan yang dikemas, mudah disajikan dan praktis. Pada umumnya makanan diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi dan memberikan berbagai zat adiktif untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa pada produk tersebut.

frekuensi konsumsi dikelompokkan menjadi 6 yaitu: lebih dari 1 kali per hari ( $>1x/hari$ ) artinya bahwa makanan dikonsumsi setiap kali makan : satu kali perhari ( $1x$  per hari), bahan makanan dikonsumsi 4 sampai 6 kali perminggu : satu sampai tiga kali per minggu ( $1-3$  kali/minggu), bahan makanan dikonsumsi 1 sampai tiga kali per bulan ( $1-3$  kali/bulan) , bahan makanan jarang dikonsumsi dan tidak pernah (Suharjo,2006).

Frekuensi makanan cepat saji adalah seberapa sering mengkonsumsi makanan yang di siapkan dengan waktu yang cepat dan siap untuk disantap.

## **2. Kandungan Gizi Makanan Cepat Saji**

Pada umumnya makanan cepat saji mengandung kalori, kadar lemak, gula, dan sodium (Na) yang tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium dan folat. Menurut Mulianya bahwa gambaran kandungan nilai gizi dari beberapa jenis makanan cepat saji yang saat ini banyak dikonsumsi oleh masyarakat karena pengaruh tren globalisasi seperti :<sup>18</sup>

Tabel 2.1 Kandungan Gizi Makanan Cepat Saji

| No. | Nama Makanan<br>Cepat Saji  | Komposisi Gizi                                                                                                    |
|-----|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | <i>Pizza</i> (100g)         | Kalori (483 kkal), Lemak (48g), Kolesterol (52mg), Karbohidrat (3g), Gula (3g), Protein (3g).                     |
| 2.  | <i>Hamburger</i> (100g)     | Kalori (267 kkal), Lemak (10g), Kolesterol (29mg), Protein (11g), Karbohidrat (33g), Serat Kasar (3g), Gula (7g). |
| 3.  | <i>Fried Chicken</i> (100g) | Kalori (298 kkal), Lemak (16,8g), Protein (34,2g), Karbohidrat (0,1g)                                             |
| 4.  | Mie Instan (1 bungkus)      | Kalori (330 kkal),                                                                                                |
| 5.  | <i>Chicken Nugget</i>       | Protein (15,5%), Lemak (9,7%), Karbohidrat (66,7%).                                                               |

### 3. Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Makanan Cepat Saji

Terdapat empat faktor yang dapat berpengaruh terhadap konsumsi *fast food* yaitu :<sup>19</sup>

- a. Akses ke Sumber Makanan Kemudahan akses untuk memperoleh makanan *fast food* dapat mempengaruhi kebiasaan atau frekuensi konsumsi *fast food* seseorang.,

menyebutkan bahwa lokasi di mana makanan diperoleh mungkin tidak mempertimbangkan kualitas makanan yang dikonsumsi. Pola diet barat diluar restoran *fast food* berhubungan dengan kelebihan berat badan, meskipun makanan tersebut diperoleh dari toko kelontong. Supermarket yang menyediakan produk segar, tetapi juga menyediakan minuman manis dan keripik dapat berkontribusi terhadap pola pembelian makanan yang sehat dan tidak sehat. Makanan yang diperoleh dari toko makanan ritel Amerika Serikat ditemukan mirip makanan *fast food* dilihat dari segi total lemak dan kandungan gulanya.

b. Uang Saku

Remaja yang memiliki pola sarapan kurang baik lebih banyak ditemukan pada remaja dengan uang saku tergolong besar dibandingkan pada remaja dengan kategori uang saku kecil. Remaja usia sekolah pada umumnya memiliki uang saku. Dari uang saku ini tercermin kondisi sosial ekonomi keluarga. Remaja yang memiliki uang saku besar tentu memiliki pilihan lebih banyak terkait makanan yang ingin ia beli, terlepas dari makanan tersebut sehat atau tidak. Remaja yang memiliki uang saku besar cenderung melewati sarapan karena berpikir dapat membeli sarapan di luar dengan menggunakan uang saku yang dimiliki. Besar uang saku juga

merupakan pertimbangan orangtua saat tidak dapat menyiapkan sarapan di rumah. Orangtua yang tidak sempat menyiapkan sarapan karena bekerja cenderung memberikan uang saku yang lebih besar agar anak dapat membeli sarapan di luar berupa makanan siap saji (*fast food*) sehingga menyebabkan kelebihan berat badan.

c. Pengetahuan

remaja dengan pengetahuan yang rendah tentang ilmu gizi dapat berpengaruh terhadap kebiasaan dalam mengonsumsi *fast food* tanpa memperhatikan kandungan gizi yang terdapat di dalamnya hanya dengan alasan rasanya yang enak

d. Ketersediaan Makan di Rumah

Fase remaja memiliki hubungan dengan konsumsi *fast food* yang tinggi, dikarenakan hasil diet yang kurang baik. Ketersediaan makan di rumah (minuman soda, keripik dan rendahnya mengonsumsi sayuran dan susu) dapat mempengaruhi seseorang dalam hal frekuensi mengonsumsi *fast food*

#### 4. Dampak negatif makanan cepat saji

Makanan cepat saji yang dikonsumsi terus menerus akan berdampak terhadap kesehatan. Ada beberapa dampak negatif mengonsumsi makanan cepat saji yaitu sebagai berikut : <sup>20</sup>

- a. Meningkatkan resiko serangan jantung : makana cepat saji memiliki kandungan kolesterol yang tinggi sehingga dapat mengakibatkan penyumbatan pembuluh darah. Pembuluh darah yang tersumbat akan membuat aliran darah tidak lancar dan dapat mengakibatkan terjadinya serangan jantung koroner.
- b. Membuat ketagihan : makan cepat saji mengandung adiktif yang dapat membuat ketagihan dan merangsang ingin terus memakannya sesering mungkin.
- c. Meningkatkan berat badan : seringnya mengkonsumsi makan cepat saji dan jarang berolahraga, akan mengalami penambahan berat badan yang tidak sehat. Hasil lemak dari mengkonsumsi makan cepat saji tidak digunakan dengan baik oleh tubuh sehingga lemak inilah yang kemudian tersimpan dan menumpuk yang mengakibatkan obesitas.
- d. Meningkatkan resiko kanker : makana cepat saji mengandung lemak yang tinggi sehingga mengakibatkan resiko kanker, terutama kanker payudara dan usus besar.
- e. Memicu diabetes : makana cepat saji mengandung kalori dan lemak jenuh yang tinggi dan akan memicu terjadinya resistensi insulin yang berujung pada penyakit diabetes. resistensi insulin terjadi ketika sel-sel tidak merespon insulin sehingga menurunkan penyerapan glukosa yang menyebabkan banyak glukosa menumpuk di aliran darah.

- f. Memicu tekan darah tinggi : garam dapat membuat masakan menjadi jauh lebih nikmat. Hampir semua makan cepat saji mengandung garam yang tinggi. Garam mengandung natrium, ketika kadar natrium dalam darah tinggi dan tidak dapat dikeluarkan oleh ginjal, volume darah meningkat karena natrium bersifat menarik dan menahan air. Peningkatan ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengalirkan darah keseluruhan tubuh yang menyebabkan tekanan darah tinggi.

#### **D. Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian *Menarche***

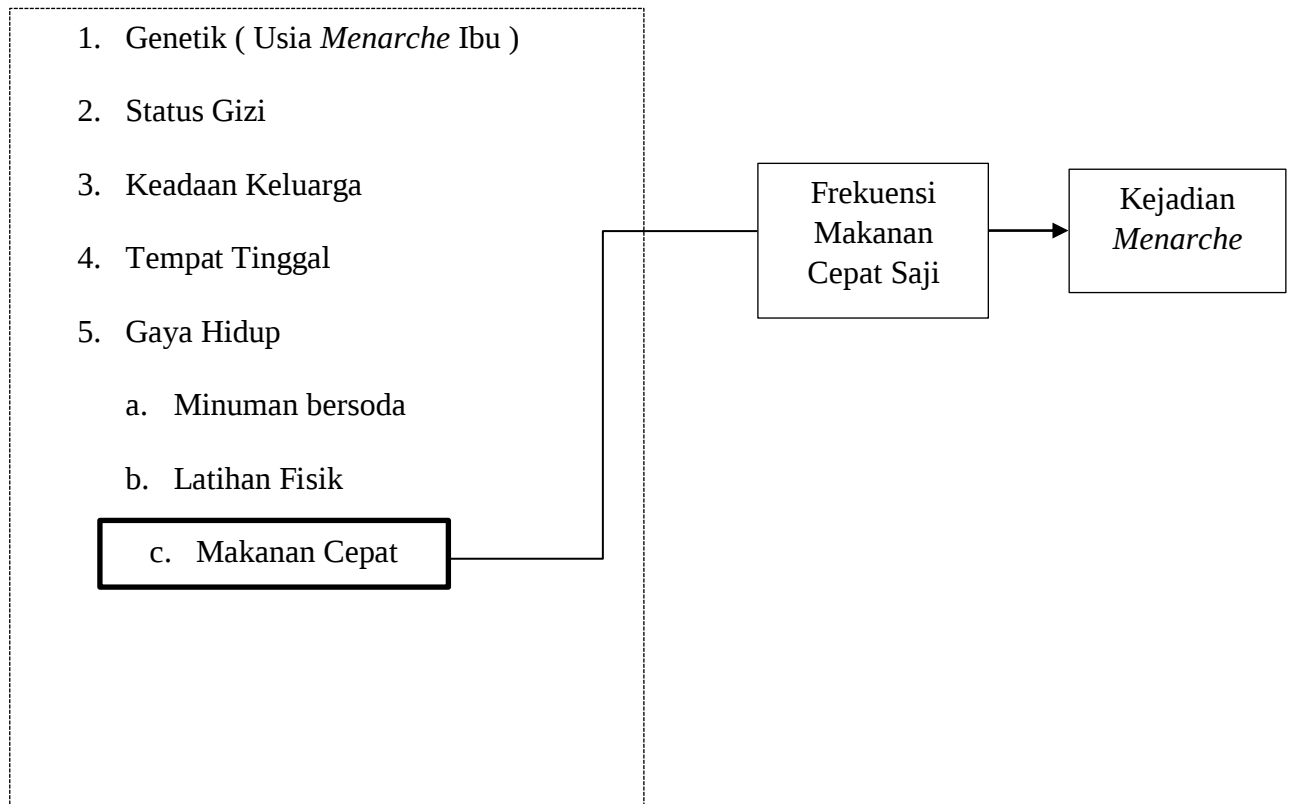
Setiap wanita akan mengalami perkembangan seks, baik seks primer maupun seks sekunder. *Menarche* pada remaja putri merupakan ciri seks primer yang biasanya akan terjadi mulai dari usia 10-12 tahun. *Menarche* adalah haid pertama kali dimana terjadinya proses keluarnya darah dari uterus atau endometrium yang memiliki banyak pembuluh darah.<sup>3</sup>

Makanan yang disenangi remaja adalah makanan yang cepat saji (*fast food*). *Fast food* merupakan cepat saji yang mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak. *Fast food* memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang yaitu mengandung kalori tinggi, lemak tinggi, rendah serat dan gula tinggi.<sup>20</sup>

Banyak hal yang mempengaruhi terjadinya *menarche* diantaranya riwayat kebiasaan makan, dan frekuensi asupan makanan yang berkalori tinggi yang menyebabkan asupan energi melebihi kebutuhan, salah satunya adalah gaya hidup masa kini yaitu anak suka makan *fast food* yang berkalori tinggi seperti *pizza*, *fried chicken*, kentang goreng, es krim, dan aneka mie.<sup>7</sup>

### E. Kerangka Teori

Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi *Menarche*<sup>1</sup>



Keterangan :



Diteliti



Tidak Diteliti

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

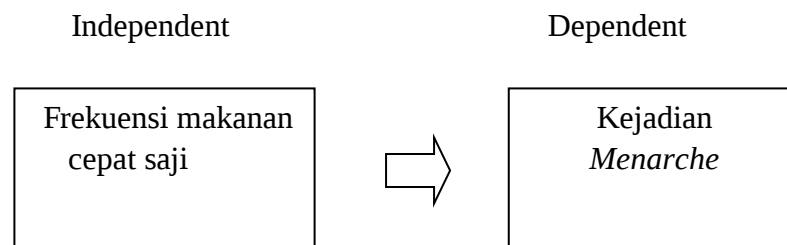
Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *deskriptif analitik* yaitu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat mendeskripsikan tentang suatu keadaan secara obyektif kemudian dianalisa untuk mencari hubungan antara dua variabel.<sup>21</sup>

Untuk desain penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor dengan efek, dengan cara pendekatan, pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Artinya subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan.<sup>21</sup>

##### **B. Kerangka Konsep**

Kerangka konsep pada penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan hubungan frekuensi makanan cepat saji dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi Kota Bogor tahun 2019

Berdasarkan konsep diatas, kerangka konseptual pada penelitian ini menjelaskan variabel-variabel yang akan diamati melalui penelitian yang akan dilakukan.



Bagan 3.1 Kerangka Konsep

### C. Variabel Penelitian

#### 1. Definisi

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.<sup>21</sup>

#### 2. Macam Variabel

- a. Variabel independent (variabel bebas)<sup>21</sup> yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel independen yang terdapat pada penelitian ini yaitu frekuensi makanan cepat saji.
- b. Variabel dependent (variabel terikat) variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel

bebas. Variabel dependen yang terdapat pada penelitian ini yaitu kejadian *menarche* .

#### D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah batasan ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel yang diamati atau diteliti dan bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrumen.<sup>22</sup>

Tabel 3.1 Definisi operasional

| N<br>o | Variabel                           | Definisi<br>operasional                                                                                                              | Alat<br>ukur     | Cara ukur                                                                                                                                         | Hasil ukur                                                                    | Skala<br>ukur |
|--------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 1.     | Frekuensi<br>Makanan<br>Cepat Saji | Frekuensi<br>makanan<br>cepat saji<br>adalah<br>seberapa<br>sering<br>mengkonsum<br>si makanan<br>yang di<br>siapkan<br>dengan waktu | Lembar<br>ceklis | Lembar ceklist<br>yang terdiri 1<br>pertanyaan<br>tentang<br>frekuensi<br>makanan cepat<br>saji.<br><br>0. Tidak<br>pernah<br>1. Sangat<br>jarang | 0. Tidak sering<br>nilainya <<br>31,9<br>1. Sering jika<br>nilainya ≥<br>31,9 | Nominal       |

|    |                             |                                                                                                                                                                                       |                |                                                                                                                        |                   |         |
|----|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------|
|    |                             | yang cepat                                                                                                                                                                            |                | 2. Jarang<br>3. Kadang-<br>kadang<br>4. Sering<br>5. Sangat<br>sering                                                  |                   |         |
| 2. | Kejadian<br><i>Menarche</i> | Jadi peneliti menyimpulkan bahwa kejadian <i>Menarche</i> adalah fenomena periode menstruasi pertama yang terjadi pada seorang wanita, dengan tanda awal adanya pertumbuhan payudara, | Lembar ceklist | Memberikan tanda silang pada kolom yang sudah disediakan berupa pertanyaan tentang menstruasi dan usia <i>menarche</i> | 0. Tidak<br>1. Ya | Nominal |

|  |  |                                                                        |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
|  |  | pertumbuhan<br>rambut<br>dibagian<br>pubis, dan<br>pinggul<br>membesar |  |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

### E. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara dari pertanyaan penelitian. Biasanya hipotesis ini dirumuskan dalam bentuk hubungan antara dua variabel, variabel bebas dan variabel terikat.<sup>22</sup> Berdasarkan kerangka konsep diatas, maka hipotesis penelitian ini adalah :  $H_a$  : Ada hubungan antara frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019 dengan nilai  $p \text{ value } 0,000 \leq 0,05$ .

### F. Populasi Dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi merupakan seluruh subjek yang akan diteliti dan memenuhi karakteristik yang ditentukan oleh peneliti sebelumnya.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor dengan jumlah 282 orang.

#### 2. Sampel

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.<sup>22</sup> Jika jumlah populasi  $>100$ , maka dapat diambil 10-25% sebagai sampel. Dalam penelitian ini peneliti mengambil 25% dari populasi (282), berarti jumlah sampel adalah  $25\% \times 282$

Hasil perhitungan menunjukkan jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebanyak 71 responden dengan mengambil 25% dari populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan cara acak tanpa memperlihatkan strata yang ada dalam anggota populasi.

a. Kriteria Inklusi

- 1) Siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor
- 2) Siswi yang bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Siswi Kelas 1-3 di SDN Polisi 1 Kota Bogor
- 2) Remaja yang tidak bersedia menjadi responden
- 3) Remaja yang tidak hadir pada saat penelitian

## **G. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Polisi 1 Kota Bogor

## **H. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2019

## **I. Etika Penelitian**

Dalam menjalankan tugasnya peneliti memegang teguh sikap ilmiah (*scientife attitude*) serta berpegang teguh pada etika penelitian. Dalam penelitian ini peneliti mengajukan persetujuan, hendaknya peneliti dapat menekankan masalah etika, yaitu :

1. *Informed Consent* (lembar persetujuan)

Lembar persetujuan penelitian akan diberikan kepada responden, responden diharapkan membaca terlebih dahulu. Tujuannya adalah agar agar responden tahu maksud dan tujuan penelitian serta dampak selama pengumpulan data. Jika responden berpartisipasi maka mendatangi lembar persetujuan.

2. *Privacy* (kerahasiaan identitas)

*Anonimity* merupakan etika penelitian dimana peneliti tidak mencantumkan nama responden dan tandatangan pada alat ukur, tetapi hanya menuliskan nomer responden pada lembar pengumpulan data.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan informasi)

Kerahasiaan informasi yang diberikan telah dijamin peneliti dengan tidak memberikan informasi apapun kepada orang yang tidak memiliki kepentingan dengan penelitian. Lembar kuesioner akan dimusnahkan setelah penelitian selesai.

## **J. Alat Dan Metode Pengumpulan Data**

### **1. Alat Pengumpulan Data**

Lembar *checklist* dalam hal ini responden diminta untuk memberikan jawaban yang telah disediakan didalam format pertanyaan tentang hal yang berkaitan tentang tentang frekuensi makanan cepat saji (*fast Food*) Dengan Kejadian *Menarche*. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebarkan kepada siswi kela 4-6 SDN Polisi 1 Kota Bogor yang berisikan beberapa pertanyaan tentang kejadian *menarche* dan makanan cepat saji. Pertanyaan- pertanyaan tersebut disusun berdasarkan definisi operasional masing-masing variabel.

## 2. Jenis Data

### a) Data primer

Data primer merupakan data yang dikumpulkan langsung dari responden dengan pengisian kuesioner tentang frekuensi makanan cepat saji dan kejadian *menarche*. Data primer yang dikumpulkan meliputi identitas sampel penelitian (nama, umur, tanggal lahir, kelas), dan kejadian *menarche* dan frekuensi makanan cepat saji (*fast Food*)

### b) Data sekunder

Data sekunder merupakan data pendukung atau penunjang dari data primer khususnya yang memiliki relevansi dengan topik penelitian yang dibahas. Data sekunder yang dikumpulkan meliputi keadaan sekolah, jumlah siswa, dan banyak kelas di SDN Polisi 1 Kota Bogor

## 3. Prosedur Penelitian

a. Tahap Persiapan

a) Persiapan Administrasi

Peneliti mengajukan surat izin survey studi pendahuluan yang dikeluarkan oleh ketua yayasan STIKes Wijaya Husada Bogor dan ditujukan kepada SDN Polisi 1 Kota Bogor.

b) SDN Polisi 1 Kota Bogor memberikan surat balasan yang berisi tentang pemberian izin penelitian dan tembusnya dikirim kepada ketua yayasan STIKes Wijaya Husada Bogor.

c) Persiapan Instrument pada tahap ini, peneliti mempersiapkan instrumen untuk pengumpulan data yang meliputi :

1) Lembar *checklist*

Dalam lembar kuesioner ini didapatkan data Frekuensi makanan cepat saji (*Fast Food*). Alat yang digunakan pada instrument ini berupa : lembar *checklist*.

2) Lembar *checklist* ini untuk menentukan kejadian *menarche*

b. Tahap pelaksanaan proses penelitian

Pada tahap kedua ini, peneliti melakukan pengumpulan data dengan langkah-langkah sebagai berikut :

(a) Melakukan *inform consent*

Dalam tahap ini, peneliti memberikan kuisisioner kepada sampel yaitu sebanyak 71 orang terkait dengan Frekuensi makanan cepat saji ( *Fast Food*) dengan kejadian *menarche*.

Jika sampel menyetujui maka sampel menandatangani lembar *inform consent* yang telah disediakan oleh peneliti.

- (b) Melakukan kontrak dan waktu pengisian lembar ceklis yang akan dilaksanakan pada bulan Agustus 2019.
- (c) Melakukan pembagian kuesioner kepada 71 anak SDN kelas 4-6 yang sebelumnya dijelaskan dan dibimbing saat mengisinya.
- (d) Data yang telah didapat kemudian ditabulasi data untuk dianalisa data.

#### K. Metode Pengolahan Data

Proses yang dilakukan dalam pengolahan data primer dari variabel dependen dan variabel independen adalah sebagai berikut :<sup>23</sup>

1. Menyunting data (*data editing*), yaitu kuesioner yang telah diisi dilihat kelengkapan jawabannya. Sebelum dilakukan proses pemasukan data kedalam komputer.
2. Mengkode data (*data coding*), yaitu membuat klasifikasi data dan memberi kode pada jawaban dari setiap pertanyaan kuesioner.
  - a. Variabel frekuensi maknaan cepat saji
    - Koding 0 : Tidak sering < 31,9
    - Koding 1 : Sering  $\geq$  31,9
  - b. Variabel kejadian *menarche*
    - Koding 0 : Tidak
    - Koding 1 : Ya

3. Membuat struktur data dan file data (*data structure*), yaitu membuat template sesuai dengan format lembar ceklis yang digunakan.
4. Memasukkan data (*entry data*), yaitu dilakukan pemasukan data kedalam template yang telah dibuat.
5. Membersihkan data (*data cleaning*), yaitu data yang telah *dientry* dicek kembali untuk memastikan bahwa data tersebut bersih dari kesalahan, baik kesalahan pengkodean maupun kesalahan dalam membaca kode. Dengan demikian diharapkan data tersebut benar-benar siap untuk dianalisis.

#### **L. Analisa Data**

Analisa data yang akan dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk mencari ada tidaknya dan seberapa besar hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Dengan menggunakan perangkat lunak program komputer SPSS. Analisa data yang akan dilakukan adalah analisis univariat dan bivariat sebagai berikut :

##### **1. Analisis Univariat**

Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran data yang berupa distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel.<sup>23</sup> Variabel independen yaitu frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dan variabel dependen yaitu kejadian *menarche* pada siswi

kelas 4-6 . Keseluruhan data yang ada dalam kuesioner diolah dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dengan rumus:<sup>23</sup>

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Besar presentasi jawaban

F : Frekuensi responden untuk setiap pertanyaan.

N : Jumlah responden

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat yaitu analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi.<sup>24</sup> Analisis ini berguna untuk melihat hubungan dua variabel atau bivariat. Hubungan dua variabel mempunyai tiga kemungkinan: pertama, ada hubungan tetapi sifatnya simetris, yaitu tidak saling mempengaruhi; kedua, dua variabel itu memiliki hubungan dan saling mempengaruhi; ketiga, sebuah variabel mempengaruhi variabel yang lain. Analisis dapat dilanjutkan untuk mengetahui perbedaan atau pengaruh di antara variabel.

Analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan frekuensi makan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian

*menarche* . Analisis bivariat menggunakan uji *Cramer's V* dengan rumus:

$$C = \sqrt{\frac{x^2}{n(t-1)}}$$

Keterangan :

$C$  : *Cramer*

$x^2$  : statistik chi kuadrat

$n$  : Ukuran contoh total

$t$  : Banyak baris atau kolom yang lebih kecil

Ketentuan yang ditetapkan yaitu hipotesis nol ditolak bila *p-value*  $\leq 0,05$  berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel independen yaitu frekuensi makan cepat saji (*fast food*) dengan variabel dependen yaitu kejadian *menarche*, hipotesis nol diterima bila *p-value*  $> 0,05$  yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Penelitian**

Bab ini menguraikan hasil dari penelitian yang dilaksanakan di SDN Polisi 1 Kota Bogor pada tanggal 29-30 Agustus 2019. Peneliti datang ke SDN Polisi 1 Kota Bogor 09:00 WIB, peneliti terlebih dahulu memberikan *informed consent* kepada responden dengan dibantu oleh 2 asisten peneliti. Setelah itu membagikan lembar *checklist* sebanyak 71 kepada responden siswi kelas 4-6 .

Pengambilan data dalam penelitian menggunakan teknik *simple random sampling* dengan 71 responden siswi kelas 4-6, pendekatan penelitian dengan *Cross Sectional*, alat yang digunakan adalah lembar *checklist* dengan menggunakan uji analisis *Cramer's V*.

Hasil yang didapatkan dalam penelitian yang berjudul Hubungan frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019 adalah sebagai berikut:

## B. Karakteristik Responden

### 1. Usia

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

| No           | Usia     | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------|----------|-----------|----------------|
| 1            | 11 Tahun | 16        | 42,1           |
| 2            | 12 Tahun | 22        | 57,9           |
| <b>Total</b> |          | <b>31</b> | <b>100</b>     |

Sumber : Pengolahan Data Komputer

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui sebagian besar responden berusia 12 tahun (57,9%).

## C. Hasil Penelitian

### 1. Analisa Univariat

#### a. Frekuensi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Pada Siswi Kelas 4-6

Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Makanan Cepat Saji pada siswi kelas 4-6

Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019

| No | Frekuensi makanan cepat saji | Frekuensi | Presentase (%) |
|----|------------------------------|-----------|----------------|
| 1  | Sering                       | 46        | 64,8           |
| 2  | Tidak Sering                 | 25        | 35,2           |

|              |           |            |
|--------------|-----------|------------|
| <b>Total</b> | <b>71</b> | <b>100</b> |
|--------------|-----------|------------|

Sumber : Pengolahan data komputer

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui distribusi frekuensi makanan cepat saji terdapat 46 (64,8%) responden dengan frekuensi makanan cepat saji sering.

**b. Kejadian *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019**

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Kejadian *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019

| <b>No</b>    | <b>Kejadian<br/><i>Menarche</i></b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase<br/>(%)</b> |
|--------------|-------------------------------------|------------------|---------------------------|
| 1            | Ya                                  | 38               | 53,3                      |
| 2            | Tidak                               | 33               | 46,5                      |
| <b>Total</b> |                                     | <b>71</b>        | <b>100</b>                |

Sumber : Pengolahan data komputer

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui distribusi frekuensi kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 terdapat 38 (53,3%) responden yang mengalami *menarche*.

## 2. Analisa Bivariat

### a. Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji (*fast food*) Dengan Kejadian *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019

Tabel 4.4

Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji (*fast food*) Dengan Kejadian *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019

| Makanan<br>Cepat Saji | Kejadian <i>Menarche</i> |      |    |      |       |      | P<br>Value | Nilai<br>OR |
|-----------------------|--------------------------|------|----|------|-------|------|------------|-------------|
|                       | Tidak                    |      | Ya |      | Total |      |            |             |
|                       | F                        | %    | F  | %    | F     | %    |            |             |
| Tidak Sering          | 21                       | 29,6 | 4  | 5,6  | 25    | 35,2 | 0,000      | 14,875      |
| Sering                | 12                       | 16,9 | 34 | 47,9 | 46    | 64,6 |            |             |
| Total                 | 33                       | 46,5 | 38 | 53,3 | 71    | 100  |            |             |

Sumber : Pengolahan data komputer

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui hubungan frekuensi makanan cepat saji pada remaja siswi kelas 4-6 di Kota Bogor terdapat 34 (47,9%) responden mengalami kejadian *menarche* dengan frekuensi makanan cepat saji yang sering.

Nilai hubungan signifikan dengan menggunakan komputerisasi didapatkan  $p\text{ value } 0,000 \leq 0,05$  ( $\alpha$ ), artinya  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dari nilai tersebut maka hasil analisa menyatakan adanya hubungan frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor tahun 2019.

Dan hasil analisa juga di peroleh nilai *Odd Ratio (OR)* sebesar 14,875 artinya frekuensi makanan cepat saji sering yang mempengaruhi kejadian *menarche* akan berpeluang 14,875 kali lebih besar dibanding dengan jarang mengkonsumsi makanan cepat saji.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Analisa Univariat**

Berdasarkan hasil univariat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel independent (frekuensi makanan cepat saji) dan variabel dependen (kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 ) maka dapat dijelaskan sebagai berikut :

##### **a. Kejadian *Menarche***

Berdasarkan hasil penelitian dari 71 responden, menyatakan bahwa sebagian besar kejadian *menarche* memiliki frekuensi makanan cepat sering yaitu sebanyak 38 responden (53,5%) dan 33 (46,5%) responden yang belum mengalami *menarche*

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasanya terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah

masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* merupakan suatu tanda awal adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis, dan aksila, serta distribusi lemak pada daerah pinggul.<sup>8</sup>

Usia saat seorang anak perempuan mulai mendapat menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia yang lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapat menstruasi pertama kali, tapi ada juga yang 8 tahun sudah mulai siklusnya. Bila usia 16 tahun baru mendapat menstruasi pun dapat terjadi.<sup>11</sup>

Faktor-faktor yang mempengaruhi *menarche* sebagai berikut :<sup>1</sup>  
 genetik ada korelasi antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* anak, status gizi perbaikan gizi atau asupan yang baik dapat menyebabkan umur *menarche* menjadi lebih cepat, keadaan keluarga keharmonisan hubungan dalam keluarga dapat menjadi salah satu faktor terjadinya *menarche*, tempat tinggal mempengaruhi *menarche* lebih cepat di daerah perkotaan daripada pedesaan, karena pengetahuan seorang remaja di perkotaan, gaya hidup yang berhubungan dengan kejadian *menarche* ini meliputi kegiatan fisik (olahraga), mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) , dan mengkonsumsi minuman bersoda (*soft drink* ).

Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya dengan judul hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* dini remaja putri di

SMP Umi kulsum Banjaran Kab. Bandung provinsi Jawa Barat Tahun 2016, Hasilnya yaitu usia *menarche* paling banyak yaitu usia *menarche* dini 11 tahun sebanyak (43,3%) ,remaja yang selalu mengkonsumsi *fast food* sebanyak (56,7%).<sup>2</sup>

Berdasarkan teori dan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di SDN Polisi 1 Kota Bogor dengan jumlah responden 71, bahwa sebagian besar responden yang *menarche* yaitu sebanyak 38 (53,3%), hal itu diperkuat dari hasil item lembar *checklist* dengan indikator kejadian *menarche* yang telah peneliti berikan kepada responden.

Menurut peneliti kejadian *menarche* merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan, namun pola hidup yang baik akan mempengaruhi mempengaruhi *menarche* dini, *menarche* normal atau *menarche* lambat. Namun perlu juga dibarengi dengan olahraga agar *menarche* leebih lancar dan tubuh sehat, tubu yang senat membuat siklus *menarche* tepat waktu dan lancar. Perlu juga dibatasi konsumsi makanan cepat saji karena memang penyebab dari tidak lancarnya *menarche* salah satunya dari makanan cepat saji.

#### **b. Frekuensi Makanan Cepat Saji (*fast food*)**

Berdasarkan hasil penelitian dari 71 responden, menyatakan bahwa sebagian besar sisiwi yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji yaitu sebanyak 46 (64,8%).

Makanan cepat saji adalah makanan yang tersedia dalam waktu cepat dan siap disajikan, seperti *fried chicken*, *humberger*, dan *pizza*. Makanan cepat saji mudah diperoleh di pasaran kuliner atau tempat-tempat khusus yang sudah menyediakannya. Tersediannya variasi pangan sesuai selera dan daya beli. Selain itu, pengolahan dan penyajiannya lebih mudah dan cepat. Cocok bagi mereka yang memiliki kesibukan dalam pekerjaan.<sup>16</sup>

Konsumsi adalah cara yang ditempuh seseorang atau sekelompok orang untuk memilih makanan dan memngkonsumsinya sebagai reaksi terhadap pengaruh-pengaruh fisiologis, psikologis, budaya, dan sosial. Bahan makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat sangat beragam, frekuensi penggunaan makanan cepat saji yang dikonsumsi dapat menggambarkan frekuensi penggunaan makanan cepat saji selama periode tertentu. Penilaian frekuensi menggunakan makanan cepat saji menggunakan *food frequency* yang memuat daftar makanan cepat saji beserta frekuensi penggunaan makanan cepat saji tersebut dalam periode tertentu.<sup>17</sup>

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji yaitu : akses ke sumber makanan , uang saku, pengetahuan, ketersediaan makanan di rumah.<sup>19</sup> Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang sudah *menarache* 19 siswi (48,7%) siswa yang sering mengkonsumsi *fast food*.<sup>3</sup>

Berdasarkan teori hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di SDN Poisi 1 Kota Bogor dengan jumlah 71, bahwa sebagian besar responden sering mengkonsumsi makanan cepat saji yaitu sebanyak 46 (64,8%), hal itu diperkuat dari hasil item lembar *checklist* dengan indikator makanan cepat saji yang telah peneliti berikan kepada responden.

Menurut peneliti makanan cepat saji memang gampang didapatkan, selain rasanya yang enak juga beragam macamnya. Anak yang sering mengkonsumsi fast food itu adalah salah satu kesalahan orangtua yang tidak berperan banyak terhadap anaknya misal : dengan membawakan bekal makanan, atau dengan memberitahukan bahwa makanan cepat saji jika dikonsumsi terlalu sering berdampak pada kesehatan yang buruk terhadap anaknya. Dan benar saja, makanan cepat saji tidak baik dikonsumsi secara berlebihan selain peningkatan berat badan yang drastis haid yang tidak teratur serta gangguan penyakit lainnya yang lebih berbahaya yang akan terasa beberapa tahun kedepan.

## **2. Analisa Bivariat Hubungan frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019.**

Hasil analisa bivariat diperoleh hasil dari 71 responden, terdapat 38 (53,3%) responden yang *menarche* dengan frekuensi makanan sering 46 (64,6%) dengan nilai p value  $0,000 \leq 0,05$ . Yang artinya ada hubungan antara kejadian *menarche* dengan frekuensi makanan cepat saji pada siswi

kelas 4-6, dan didapatkan nilai *Odd Ratio* (OR) sebesar 14,875 yang artinya frekuensi makanan cepat saji sering mempengaruhi kejadian *menarche* dengan peluang 14,875 kali lebih besar dibanding jarang mengkonsumsi makanan cepat saji

Hubungan antara frekuensi makanan cepat saji dengan kejadian *menarche* banyak hal yang mempengaruhi terjadinya *menarche* diantaranya riwayat kebiasaan makan, dan frekuensi asupan makanan yang berkalori tinggi yang menyebabkan asupan energi melebihi kebutuhan, salah satunya adalah gaya hidup masa kini yaitu anak suka makan *fast food* yang berkalori tinggi seperti *pizza*, *fried chicken*, kentang goreng, es krim, dan aneka mie.<sup>7</sup>

Setiap wanita akan mengalami perkembangan seks, baik seks primer maupun seks sekunder. *Menarche* pada remaja putri merupakan ciri seks primer yang biasanya akan terjadi mulai dari usia 10-12 tahun. *Menarche* adalah haid pertama kali dimana terjadinya proses keluarnya darah dari uterus atau endometrium yang memiliki banyak pembuluh darah.<sup>3</sup>

Makanan yang disenangi remaja adalah makanan yang cepat saji (*fast food*). *Fast food* merupakan cepat saji yang mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak. *Fast food* memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang yaitu mengandung kalori tinggi, lemak tinggi, rendah serat dan gula tinggi.<sup>20</sup>

Dari hasil penelitian sebelumnya dengan judul Hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian *menarche* pada siswi usia 10-12 tahun, frekuensi konsumsi *fast food* mayoritas dalam kategori sering, didapatkan hasil  $r$  hitung (27,977) >  $r$  tabel (3,481) dengan nilai  $p$ -value (*Asymp.sig*) 0,00 lebih kecil dari 0,05  $p$ -value < 0,05), Responden yang sudah *menarche* 19 siswi (48,7%) siswa yang sering mengkonsumsi *fast food*.<sup>3</sup>

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat keselarasan antara teori dengan hasil penelitian yaitu bahwa frekuensi makanan cepat saji berpengaruh terhadap kejadian *menarche* , karena semakin sering mengkonsumsi makanan cepat saji maka akan mempengaruhi percepatan kejadian *menarche* dan terdapat hubungan antara frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang peneliti lakukan bahwa 34 (47,9%) responden yang *menarche* dengan frekuensi makanan cepat saji yang sering.

Disimpulkan bahwa jika mengkonsumsi makanan cepat saji jangan terlalu berlebihan dikarenakan dapat mengakibatkan kejadian *menarche* . Banyak hal yang mempengaruhi terjadinya *menarche* diantaranya riwayat kebiasaan makan, dan frekuensi asupan makanan yang berkalori tinggi yang menyebabkan asupan energi melebihi kebutuhan, salah satunya adalah gaya hidup masa kini yaitu anak suka makan *fast food* yang

berkalori tinggi seperti *pizza*, *fried chicken*, kentang goreng, es krim, dan aneka mie.

#### **E. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini memiliki berbagai keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain :

- a. Peneliti memiliki keterbatasan pada variabel *independent*, dimana peneliti hanya melakukan penelitian pada faktor frekuensi makanan cepat saji saja, sedangkan faktor yang mempengaruhi variabel *dependent* banyak tidak hanya frekuensi makanan cepat saja, diantaranya yaitu Genetik ( Usia *Menarche* Ibu ) ,Status Gizi,Keadaan Keluarga ,Tempat Tinggal,Gaya Hidup (Minuman bersoda, latihan Fisik). Diharapkan pada penelitian selanjutnya bisa melakukan penelitian pada faktor-faktor yang lainnya.
- b. Kesulitan untuk mengumpulkan responden di aula dikarenakan sedang dalam kegiatan belajar mengajar dan susah untuk diatur.

#### **F. Implikasi**

- a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Dapat dijadikan sebagai bahan bacaan Khasanah ilmiah di bidang ilmu kesehatan khususnya keperawatan, dapat dijadikan informasi dan digunakan untuk mengembangkan keilmuan tentang frekuensi makanan cepat saji (*fast food*) dan kejadian *menarche* pada perempuan, serta

sebagai bahan dan sumber bahasan untuk memperluas hasil-hasil penelitian yang telah ada sebelumnya.

b. Bagi Tenaga Pengajar di SDN Polisi 1 Kota Bogor

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi tenaga pengajar di SDN Polisi 1 Kota Bogor tentang kejadian *menarche* , dapat memberikan penyuluhan kepada wali murid untuk memberikan pendidikan mengenai bahaya makanana cepat saji yang berdampak pada kejadian *menarche* bagi siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan seperti yang diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Diketahui distribusi frekuensi makanan cepat saji terdapat 46 (64,8%) responden dengan frekuensi makanan cepat saji sering.
2. Diketahui distribusi frekuensi kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 terdapat 38 ( 53,5%) responden yang sudah mengalami *menarche*
3. Diketahui hubungan frekuensi makanan cepat saji ( fast food) dengan kejadian *menarche* pada siswi kelas 4-6 di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019 terdapat terdapat 34 (47,7%) responden memiliki kejadian *menarche* dengan frekuensi makanan cepat saji sering 46 (64,8%).

#### B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memberikan bahan referensi dan bahan bacaan mata kuliah keperawatan maternitas, keperawatan komunitas dan frekuensi makanan cepat saji , serta sebagai referensi dalam melaksanakan penelitian lebih lanjut terhadap kejadian *menarche*.

## 2. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan sebagai panduan untuk dapat memberikan ilmu mengenai dampak mengenai makanan cepat saji dengan kejadian *menarche* sehingga dapat memberikan pengertian yang baik bagi siswi di SDN Polisi 1 Kota Bogor tentang siklus menstruasi pada wanita.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aisya,M. 2016. *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Menarche*. Surabaya.Universitas Airlangga
2. Fuadah,F. 2016. *Hubungan Antara Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja putri*. Bandung : Jurnal Ilmu Kesehatan Volume 10.Nomor, Desember 2016
3. Khasanah,Y.U .2016.*Hubungan Frekuensi Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Menarche Pada Siswi Usia 10-12 tahun*.
4. Ismail,S.D. 2015. *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Menarche Dini Pada Remaja*. Gorontalo : Universiitas Negeri Gorontalo
5. Suhardjo . 2006. *Perencanaan Pangan Dan Gizi*.Jakarta.: Bumi Aksara.
6. Susanti.T.2016. *Hubungan Pola Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta*
7. Sari,M. 2016. *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Mie Instan Dengan Usia Menarche* . Palembang: Universitas Muhammadiyah Palembang.
8. Misaroh. 2013. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika.
9. Sukarni, Wahyu. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*.Jakarta : Nuha Medika.
10. Prabasiswi,A. 2011. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Menarche*.Diakses Pada Tanggal 17 Juli 2019, 08.36.
11. Proverawati, Misaroh. 2013. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika

12. Hubungan antara usia *menarche* dengan usia menopause  
.https//digilib.uns.ac.id. Diakses pada tanggal 20 Agustus 2019, 12:23
13. Yani, S. 2011. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya
14. Fitri,I. 2017. *Lebih Dekat Dengan Sistim Reproduksi Wanita*. Yogyakarta :  
Gosyen Publising
15. Sibagarian,E dkk. 2010. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Trans Info Media:  
Jakarta
16. Sinaga,L. 2016. *Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap  
Kadar Kolestrol*. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma. Diakses pada  
tanggal 23 Juli 2019, 12:23.
17. Widyastuti,A. 2017. *Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Mahasiswa Boga  
Universitas negeri Yogyakarta Tentang Konsumsi Makanan Cepat Saji (*  
*Fast Food)*. Diakses pada Tanggal 25 Juli 2019, 19:23.
18. Suswanti,I. 2012. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan  
Makanan Cepat Saji*. Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah . Diakses Pada  
Tanggal 26 Juli 2019, 05:30.
19. Cahaya,A. 2018. *Perilaku Remaja Tentang Konsumsi Makanan Cepat  
Saji ( Fast Food )*. Sumatera Utara : Universitas Sumatra Utara. Diakses  
Pada Tanggal 26 Juli 2019, 19: 30.
20. Susanti.T.2016. *Hubungan Pola Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian  
Obesitas Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta*
21. Sujarweni,V. 2014. *Metidologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta :  
Gava Media

22. Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
23. Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
24. Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung : Alfabeta.

# LAMPIRAN

## LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Yang terhormat,  
Calon responden penelitian  
di SDN Polisi 1 Kota Bogor

Dengan Hormat,

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Nur Azizah Munahar

NIM : 201513035

Telepon : 085889569042

Adalah mahasiswi STIKes Wijaya Husada Bogor Program Studi S1 Keperawatan yang akan mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan Frekuensi makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019”. Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan di STIKes Wijaya Husada Bogor.

Dalam penelitian ini dibutuhkan partisipasi Anda, informasi yang Anda berikan nanti akan terjamin kerahasiaannya, sangat diusahakan tidak ada orang lain untuk kepentingan penelitian.

Apabila Anda setuju berpartisipasi maka saya mohon untuk bersedia mendatangi lembar persetujuan menjadi responden. Atas perhatian dan partisipasi Anda, saya ucapkan terimakasih.

Bogor, Agustus 2019

Peneliti

(Nur Azizah Munahar)

**LEMBAR PERSETUJUAN(INFORM CONCENT)**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :  
Inisial responden :  
No. Responden :

Dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Wijaya Husada Bogor atas nama Nur Azizah Munahardengan judul “Hubungan Frekuensi makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota Bogor Tahun 2019”.

Demikian surat persetujuan ini saya tandatangani dengan sukarela, tanpa paksaan dari pihak manapun.

Bogor, September 2019

Responden

(.....)

## FORMAT KUISIONER

### Data Responden

Nama :

Kelas :

Tanggal Lahir :

Umur :

Petunjuk : Berikan Tanda Cheklist (✓) pada kolom yang kalian pilih

### KEJADIAN MENARCHE

1. Apakah kamu sudah mengalami haid ( menstruasi ) ?

☐ Sudah

☐ Belum

2. Jika sudah ,usia berapa anda mengalami menstruasi pertama kali

(*menarche*) ?

☐ Pada usia 8-9

☐ Pada usia 10-11

☐ Pada usia 12

## FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI

Petunjuk : Berikan Tanda (√) pada kolom yang kalian pilih

0 = Tidak Pernah

1 = Sangat Jarang

2 = Jarang

3 = Kadang-kadang

4 = Sering

5 = Sangat Sering

| No  | Bahan Jajanan                           | Berapa kali anda mengkonsumsi fast food dalam satu bulan terakhir? |          |              |              |             |              |
|-----|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------|--------------|--------------|-------------|--------------|
|     |                                         | >1x /hari                                                          | 1x /hari | 4-6x /minggu | 1-3x /minggu | 1-3x /bulan | Tidak Pernah |
| 1.  | <i>Fried Chicken</i>                    |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 2.  | <i>Hamburger</i>                        |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 3.  | <i>pizza</i>                            |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 4.  | Donat                                   |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 5.  | Siomay                                  |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 6.  | Bakso                                   |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 7.  | Batagor                                 |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 8.  | Roti                                    |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 9.  | Pempek                                  |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 10. | Nugget                                  |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 11. | Puding                                  |                                                                    |          |              |              |             |              |
| 12. | <i>French freis</i><br>(kentang Goreng) |                                                                    |          |              |              |             |              |

MASTER TABEL  
BIVARIAT

| R  | U | K | Kejadian Menarche | Frekuensi Makanan Cepat Saji |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |   | Total        | Kategori |  |
|----|---|---|-------------------|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|---|--------------|----------|--|
|    |   |   |                   | Pernyataan                   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |   |              |          |  |
|    |   |   |                   | 1                            | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |    |   |              |          |  |
| 1  | 3 | 3 | 1                 | 4                            | 1 | 2 | 2 | 4 | 0 | 4 | 5 | 2 | 3  | 4  | 3  | 34 | 1 | Sering       |          |  |
| 2  | 3 | 3 | 1                 | 4                            | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3  | 3  | 3  | 34 | 1 | Sering       |          |  |
| 3  | 3 | 3 | 1                 | 3                            | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3  | 36 | 1 | Sering       |          |  |
| 4  | 3 | 3 | 1                 | 3                            | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4  | 2  | 3  | 34 | 1 | Sering       |          |  |
| 5  | 1 | 1 | 0                 | 3                            | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3  | 2  | 2  | 33 | 1 | Sering       |          |  |
| 6  | 1 | 1 | 0                 | 2                            | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3  | 2  | 1  | 28 | 0 | Tidak Sering |          |  |
| 7  | 2 | 2 | 1                 | 5                            | 3 | 1 | 2 | 1 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2  | 2  | 3  | 34 | 1 | Sering       |          |  |
| 8  | 1 | 1 | 0                 | 2                            | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5  | 2  | 1  | 35 | 1 | Sering       |          |  |
| 9  | 1 | 1 | 0                 | 3                            | 2 | 2 | 2 | 0 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3  | 3  | 3  | 27 | 0 | Tidak Sering |          |  |
| 10 | 1 | 1 | 0                 | 2                            | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3  | 2  | 2  | 26 | 0 | Tidak Sering |          |  |
| 11 | 1 | 1 | 0                 | 3                            | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2  | 3  | 4  | 37 | 1 | Sering       |          |  |
| 12 | 3 | 3 | 1                 | 3                            | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4  | 3  | 3  | 35 | 1 | Sering       |          |  |
| 13 | 1 | 1 | 0                 | 3                            | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4  | 3  | 2  | 34 | 1 | Sering       |          |  |

|           |   |   |          |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |          |                     |
|-----------|---|---|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----------|---------------------|
| <b>14</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 4 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>15</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 1 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>16</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>17</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 5 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 38 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>18</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 5 | 0 | 1 | 0 | 3 | 5 | 4 | 2 | 0 | 2 | 2 | 26 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>19</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 3 | 0 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 30 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>20</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 4 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 27 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>21</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 4 | 0 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 25 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>22</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 25 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>23</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 36 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>24</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 0 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 28 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>25</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 2 | 0 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 29 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>26</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 | 4 | 30 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>27</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>28</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 33 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>29</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 37 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>30</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>31</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 28 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |

|           |   |   |          |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |          |                     |
|-----------|---|---|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----------|---------------------|
| <b>32</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>33</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 3 | 1 | 0 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 27 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>34</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 23 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>35</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>36</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>37</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 33 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>38</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>39</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>40</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 25 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>41</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 30 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>42</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>43</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>44</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 36 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>45</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 37 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>46</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 5 | 1 | 24 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>47</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 24 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>48</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 23 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>49</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>50</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>51</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 5 | 5 | 33 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |

|           |   |   |          |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |          |                     |
|-----------|---|---|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----------|---------------------|
| <b>52</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 5 | 3 | 4 | 5 | 2 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>53</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 26 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>54</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 36 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>55</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 5 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>56</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 37 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>57</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>58</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 36 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>59</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 30 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>60</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 27 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>61</b> | 2 | 2 | <b>0</b> | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>62</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>63</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 26 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>64</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 33 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>65</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>66</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>67</b> | 2 | 2 | <b>1</b> | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 28 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>68</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>69</b> | 1 | 1 | <b>0</b> | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 26 | <b>0</b> | <b>Tidak Sering</b> |
| <b>70</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 34 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |
| <b>71</b> | 3 | 3 | <b>1</b> | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 5 | 35 | <b>1</b> | <b>Sering</b>       |

**Keterangan :**

**Usia**

**1 : 10 tahun**

**2 : 11 Tahun**

**3 : 12 tahun**

**Kelas**

**1 : kelas 4**

**2 : kelas 5**

**3 : kelas 6**

**Mean**

**: 31,9**

**Tidak Sering < mean**

**Sering > mean**

## LAMPIRAN HASIL ANALISA UNIVARIAT

### Frequencies

#### Statistics

|   |         | Kejadian<br>Menarche | Frekuensi<br>Makanan<br>Cepat Saji |
|---|---------|----------------------|------------------------------------|
| N | Valid   | 71                   | 71                                 |
|   | Missing | 0                    | 0                                  |

### Frequency Table

#### Kejadian Menarche

|       |       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative<br>Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | Tidak | 33        | 46.5    | 46.5          | 46.5                  |
|       | Ya    | 38        | 53.5    | 53.5          | 100.0                 |
|       | Total | 71        | 100.0   | 100.0         |                       |

**Frekuensi Makanan Cepat Saji**

|       |              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative<br>Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | Tidak Sering | 25        | 35.2    | 35.2          | 35.2                  |
|       | Sering       | 46        | 64.8    | 64.8          | 100.0                 |
|       | Total        | 71        | 100.0   | 100.0         |                       |

## LAMPIRAN HASIL ANALISA BIVARIAT

### Crosstabs

#### Case Processing Summary

|                                                        | Cases |         |         |         |       |         |
|--------------------------------------------------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|                                                        | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|                                                        | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| Kejadian Menarche *<br>Frekuensi Makanan<br>Cepat Saji | 71    | 100.0%  | 0       | .0%     | 71    | 100.0%  |

#### Kejadian Menarche \* Frekuensi Makanan Cepat Saji Crosstabulation

|                   |       |                                       | Frekuensi Makanan Cepat Saji |        | Total  |
|-------------------|-------|---------------------------------------|------------------------------|--------|--------|
|                   |       |                                       | Tidak Sering                 | Sering |        |
| Kejadian Menarche | Tidak | Count                                 | 21                           | 12     | 33     |
|                   |       | Expected Count                        | 11.6                         | 21.4   | 33.0   |
|                   |       | % within Kejadian Menarche            | 63.6%                        | 36.4%  | 100.0% |
|                   |       | % within Frekuensi Makanan Cepat Saji | 84.0%                        | 26.1%  | 46.5%  |

|       |                                       |            |        |        |        |
|-------|---------------------------------------|------------|--------|--------|--------|
|       |                                       | % of Total | 29.6%  | 16.9%  | 46.5%  |
| Ya    | Count                                 |            | 4      | 34     | 38     |
|       | Expected Count                        |            | 13.4   | 24.6   | 38.0   |
|       | % within Kejadian Menarche            |            | 10.5%  | 89.5%  | 100.0% |
|       | % within Frekuensi Makanan Cepat Saji |            | 16.0%  | 73.9%  | 53.5%  |
|       | % of Total                            |            | 5.6%   | 47.9%  | 53.5%  |
| Total | Count                                 |            | 25     | 46     | 71     |
|       | Expected Count                        |            | 25.0   | 46.0   | 71.0   |
|       | % within Kejadian Menarche            |            | 35.2%  | 64.8%  | 100.0% |
|       | % within Frekuensi Makanan Cepat Saji |            | 100.0% | 100.0% | 100.0% |
|       | % of Total                            |            | 35.2%  | 64.8%  | 100.0% |

### Chi-Square Tests

|                  | Value | Exact Sig. (2-sided) |
|------------------|-------|----------------------|
| McNemar Test     |       | .077 <sup>a</sup>    |
| N of Valid Cases | 71    |                      |

a. Binomial distribution used.

### Symmetric Measures

|                      |                      | Value | Asymp. Std. Error <sup>a</sup> | Approx. T <sup>b</sup> | Approx. Sig.      |
|----------------------|----------------------|-------|--------------------------------|------------------------|-------------------|
| Nominal by Nominal   | Phi                  | .555  |                                |                        | .000              |
|                      | Cramer's V           | .555  |                                |                        | .000              |
| Interval by Interval | Pearson's R          | .555  | .096                           | 5.536                  | .000 <sup>c</sup> |
| Ordinal by Ordinal   | Spearman Correlation | .555  | .096                           | 5.536                  | .000 <sup>c</sup> |
| Measure of Agreement | Kappa                | .540  | .098                           | 4.673                  | .000              |
|                      | N of Valid Cases     | 71    |                                |                        |                   |

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

### Risk Estimate

|                                               |        | 95% Confidence Interval |        |
|-----------------------------------------------|--------|-------------------------|--------|
|                                               |        | Value                   | Upper  |
| Odds Ratio for Kejadian Menarche (Tidak / Ya) | 14.875 | 4.238                   | 52.208 |

|                                                        |       |       |        |
|--------------------------------------------------------|-------|-------|--------|
| For cohort Frekuensi Makanan Cepat Saji = Tidak Sering | 6.045 | 2.310 | 15.823 |
| For cohort Frekuensi Makanan Cepat Saji = Sering       | .406  | .255  | .647   |
| N of Valid Cases                                       | 71    |       |        |

#### Tests of Homogeneity of the Odds Ratio

|             | Chi-Squared | df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|-------------|-------------|----|-----------------------|
| Breslow-Day | .000        | 0  | .                     |
| Tarone's    | .000        | 0  | .                     |

#### Tests of Conditional Independence

|                 | Chi-Squared | df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|-----------------|-------------|----|-----------------------|
| Cochran's       | 21.838      | 1  | .000                  |
| Mantel-Haenszel | 19.296      | 1  | .000                  |

### Tests of Conditional Independence

|                 | Chi-Squared | df | Asymp. Sig.<br>(2-sided) |
|-----------------|-------------|----|--------------------------|
| Cochran's       | 21.838      | 1  | .000                     |
| Mantel-Haenszel | 19.296      | 1  | .000                     |

Under the conditional independence assumption, Cochran's statistic is asymptotically distributed as a 1 df chi-squared distribution, only if the number of strata is fixed, while the Mantel-Haenszel statistic is always asymptotically distributed as a 1 df chi-squared distribution. Note that the continuity correction is removed from the Mantel-Haenszel statistic when the sum of the differences between the observed and the expected is 0.

### Mantel-Haenszel Common Odds Ratio Estimate

|                                   |                   |             |        |
|-----------------------------------|-------------------|-------------|--------|
| Estimate                          |                   |             | 14.875 |
| ln(Estimate)                      |                   |             | 2.700  |
| Std. Error of<br>ln(Estimate)     |                   |             | .641   |
| Asymp. Sig. (2-sided)             |                   |             | .000   |
| Asymp. 95%<br>Confidence Interval | Common Odds Ratio | Lower Bound | 4.238  |
|                                   |                   | Upper Bound | 52.208 |

|                          |             |       |
|--------------------------|-------------|-------|
| ln(Common Odds<br>Ratio) | Lower Bound | 1.444 |
|                          | Upper Bound | 3.955 |

The Mantel-Haenszel common odds ratio estimate is asymptotically normally distributed under the common odds ratio of 1,000 assumption. So is the natural log of the estimate.

JADWAL PENELITIAN HUBUNGAN FREKUENSI MAKANAN CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN  
*MENARCHE* PADA REMAJA SISWI KELAS 4-6 DI SDN POLISI 1 KOTA BOGOR TAHUN 2019

| Kegiatan                          | 2019 |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |
|-----------------------------------|------|---|---|---|------|---|---|---|------|---|---|---|---------|---|---|---|-----------|---|---|---|
|                                   | Mei  |   |   |   | Juni |   |   |   | Juli |   |   |   | Agustus |   |   |   | September |   |   |   |
|                                   | 1    | 2 | 3 | 4 | 1    | 2 | 3 | 4 | 1    | 2 | 3 | 4 | 1       | 2 | 3 | 4 | 1         | 2 | 3 | 4 |
| Pengajuan Judul                   |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |
| Pengurusan Ijin Studi Pendahuluan |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |
| Penyusunan Proposal               |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |
| Ujian Proposal                    |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |
| Revisi Sidang Proposal            |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |
| Acc Proposal                      |      |   |   |   |      |   |   |   |      |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |

[illegible]

## LAMPIRAN DOKUMENTASI PENELITIAN



**LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL**

Nama Mahasiswa : Nur Azizah Munahar  
 Nim : 201513035  
 Program Studi : S1 Keperawatan  
 Pembimbing : Ns. Hanifatun Fajria, S.Kep., M.Kes.  
 Judul Penelitian : Hubungan Frekuensi makanan Cepat Saji  
 (*Fast Food*) Dengan Kejadian *Menarche* Pada  
 Remaja Siswi Kelas 4-6 Di SDN Polisi 1 Kota  
 Bogor Tahun 2019

| No | Hari/Tanggal Konsultasi | Materi Konsultasi | Catatan Keterangan                                                                                       | Paraf Pembimbing |
|----|-------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1  | Selasa, 21 Mei 2019     | Pengajuan Judul   | Cari judul yang lain                                                                                     |                  |
| 2  | Kamis, 23 Mei 2019      | Pengajuan Judul   | ACC judul                                                                                                |                  |
| 3  | Senin, 17 Juni 2019     | BAB I             | Penambahan materi frekuensi, penulisan ruang lingkup 5w+1h, lampirkan footnote, lanjut studi pendahuluan |                  |
| 4  | Senin, 29 Juli 2019     | BAB I, II         | Perbaiki BAB I, II                                                                                       |                  |
| 5  | Jumat, 9 Agustus 2019   | BAB I, II,        | Perbaiki BAB I, II, lanjut BAB III                                                                       |                  |
| 6  | Kamis, 15 Agustus 2019  | BAB I, II, III    | Perbaiki Definisi Operasional, perbaiki kuesioner                                                        |                  |

|    |                                 |                            |                                           |  |
|----|---------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------|--|
| 7  | Senin, 19<br>Agustus 2019       | BAB I, II, III<br>Lampiran | ACC                                       |  |
| 8  | Senin , 26<br>Agustus 2019      | Proposal                   | Revisi bab II,III                         |  |
| 9  | Selasa , 27<br>Agustus 2019     | Proposal                   | ACC                                       |  |
| 10 | Selasa, 03<br>September<br>2019 | BAB IV, V                  | Perbaiki, buat<br>abstrak dan<br>lampiran |  |
| 11 | Senin, 09<br>September<br>2019  | BAB I-V,<br>Lampiran       | ACC                                       |  |
| 12 |                                 |                            |                                           |  |
| 13 |                                 |                            |                                           |  |
| 14 |                                 |                            |                                           |  |
| 15 |                                 |                            |                                           |  |
| 16 |                                 |                            |                                           |  |
| 17 |                                 |                            |                                           |  |
| 18 |                                 |                            |                                           |  |
| 19 |                                 |                            |                                           |  |
| 20 |                                 |                            |                                           |  |

