

**HUBUNGAN MENGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI  
(JUNKFOOD) DENGAN DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI  
KELAS VII DI SMP ISLAM AL-IRSYAD CILACAP  
TAHUN 2025**

**SKRIPSI**



**JULIANA DWI RAHMAWATI**

**NIM.110121006**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP**

**2025**

**HUBUNGAN MENGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI  
(JUNKFOOD) DENGAN DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI  
KELAS VII DI SMP ISLAM AL-IRSYAD CILACAP  
TAHUN 2025**

**SKRIPSI**



**Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana  
Kebidanan (S.Keb) pada Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu  
Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap**

**JULIANA DWI RAHMAWATI**

**NIM.110121006**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP  
2025**

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU  
KEASLIAN PENELITIAN**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Juliana Dwi Rahmawati

NIM : 110121006

Cilacap, 12 Mei 2025

Juliana Dwi Rahmawati

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN MENGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI  
(JUNKFOOD) DENGAN *DISMINOREA* PADA REMAJA PUTRI  
KELAS VII DI SMP ISLAM AL-IRSYAD CILACAP  
TAHUN 2025**

**SKRIPSI**

Disusun Oleh:

JULIANA DWI RAHMAWATI

NIM. 110121006

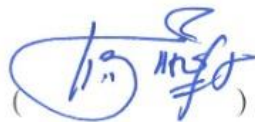
Skripsi ini telah disetujui

Tanggal

Pembimbing Utama : Sujianti, S.ST., M.Kes

(  )

Pembimbing Anggota : Tri Budiarti, S.ST.,Bdn, M.K.M

(  )

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Kebidanan



Susilawati, S.ST, M.Keb

NP. 10310 09 684

**SURAT PERNYATAAN**  
**LAYAK UJI SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Juliana Dwi Rahmawati  
NIM : 110121006  
Judul proposal skripsi : Hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji  
(*junkfood*) dengan *disminorea* pada remaja putri kelas  
VII di SMP Islam Al-Irsyad Cilacap  
Hp/ Telp. : 085314063839  
Nama penguji 1 : Susanti,S.ST.M.Keb

Dinyatakan telah layak untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Ujian skripsi,  
Fakultas ilmu kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap, Tahun Akademik  
2025/2026.

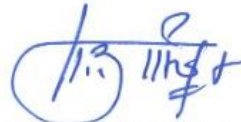
Cilacap, 2025

Pembimbing 1



Sujianti, S.ST.M.Kes

Pembimbing 2



Tri Budiarti, S.ST.Bdn., M.K.M

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Juliana Dwi Rahmawati  
NIM : 110121006  
Program studi : S1 Kebidanan  
Judul skripsi : Hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji (*junkfood*) dengan *disminorea* pada remaja putri kelas VII di SMP Islam Al-Irsyad Cilacap

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan pada program studi S1 Kebidanan fakultas ilmu kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

### DEWAN PENGUJI

Penguji Utama Susanti, S.ST. Bdn., M.Keb (  )

Penguji Anggota I Sujianti, S.ST.M.Kes (  )

Penguji Anggota II Tri Budiarti, S.ST. Bdn., M.KM (  )

Ditetapkan di ;

Tanggal ;

Mengesahkan,

Dewan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Johariyah, M. Keb  
NIP. 10310 03 470

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana kebidanan pada program studi S1 Kebidanan fakultas ilmu kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Sarwa, AMK, S.PD., M.Kes, selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Dr Johariyah, M. Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Susilawati, S.ST., M.Keb. Selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Sujianti, S.ST., M.Kes. Selaku Dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
5. Tri Budiarti, S.ST., Bdn., M.K.M Selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
6. SMP Al-Irsyad Cilacap yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan

7. Kepada kedua orang tua tercinta bapak Sarijan dan ibu Warisah serta keluarga yang telah mendoakan, memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman S1 Kebidanan tahun 2021 yang sedang berjuang bersama, sehingga saling memberikan semangat dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Tidak ada yang dapat penulis berikan kepada mereka selain iringan do'a yang tulus dan ikhlas. Penulis berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa mengaruniakan rahmat dan hidayah-nya kepada mereka semua dan semoga amal ibadah baik mereka diterima dan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT.

Tidak lupa saran dan kritik yang sangat penulis harapkan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu kebidanan.

Cilacap 12 Mei 2025

Penulis



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Juliana Dwi Rahmawati

NIM : 110121006

Program studi : S1 Kebidanan

Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN MENGKONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (*JUNKFOOD*)  
DENGAN *DISMINOREA* PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMP  
ISLAM AL-IRSYAD CILACAP.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di :

Pada tanggal :

# **HUBUNGAN MENGGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (*JUNKFOOD*) DENGAN *DISMINOREA* PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMP ISLAM AL-IRSYAD CILACAP**

The Relationship Between Consuming Fast Food (Junk Food) And Dysmenorrhea In Female  
Adolescents In Grade VII At Al-Irsyad Islamic Junior High School Cilacap

**Juliana Dwi Rahmawati<sup>1</sup>, Sujianti<sup>2</sup>, Tri Budiarti<sup>3</sup>**

Universitas Al-Irsyad Cilacap  
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap  
[Julianadwirahmawati29@gmail.com](mailto:Julianadwirahmawati29@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenoreia pada remaja putri kelas VII di SMP Islam Al-Irsyad Cilacap. Desain penelitian menggunakan metode analitik korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah 61 siswi yang telah mengalami menstruasi, dengan sampel sebanyak 54 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan hadir saat pengambilan data pada 16 Juni 2025. Instrumen penelitian berupa kuesioner frekuensi konsumsi junk food dan kuesioner dismenoreia yang telah dimodifikasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden jarang mengonsumsi *junk food* (57,4%), sedangkan sisanya sering (42,6%). Mayoritas responden mengalami *dismenoreia* sedang (66,7%), diikuti *dismenoreia* berat (27,8%) dan ringan (5,6%). Hasil uji Spearman menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dan kejadian *dismenoreia* ( $p = 0,707$ ;  $r = -0,052$ ). Kesimpulan, konsumsi junk food tidak berhubungan dengan dismenoreia, sehingga faktor lain seperti aktivitas fisik, stres, dan status gizi kemungkinan lebih berperan.

**Kata Kunci:** *Dismenoreia, Makanan Cepat Saji, Remaja Putri*

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between fast food consumption and the incidence of dysmenorrhea among seventh-grade female students at SMP Islam Al-Irsyad Cilacap. This research employed a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The study population consisted of 61 students who had experienced menstruation, with a sample of 54 respondents who met the inclusion criteria and were present during data collection on June 16, 2025. The research instruments included a modified food frequency questionnaire and a dysmenorrhea questionnaire. Data were analyzed using the Spearman correlation test. The results showed that most respondents rarely consumed fast food (57.4%), while the remaining 42.6% consumed it frequently. The majority of respondents experienced moderate dysmenorrhea (66.7%), followed by severe (27.8%) and mild dysmenorrhea (5.6%). Spearman's test revealed no significant relationship between fast food consumption and dysmenorrhea ( $p = 0.707$ ;  $r = -0.052$ ). In conclusion, fast food consumption is not associated with dysmenorrhea, suggesting that other factors such as physical activity, stress, and nutritional status may play a more significant role.*

**Keywords:** *Dysmenorrhea, Fast Food, Adolescent Girls*

## DAFTAR ISI

|                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|
| HALAMAN JUDUL.....                                                   | ii        |
| HALAMAN_PERNYATAAN ORISINALITAS.....                                 | iii       |
| HALAMAN PERSETUJUAN.....                                             | iv        |
| SURAT PERNYATAAN LAYAK UJI SKRIPSI.....                              | v         |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                              | vi        |
| KATA PENGANTAR .....                                                 | vii       |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....                        | ix        |
| TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....                         | ix        |
| ABSTRAK.....                                                         | x         |
| DAFTAR ISI.....                                                      | xi        |
| DAFTAR TABEL .....                                                   | xiii      |
| DAFTAR BAGAN .....                                                   | xiv       |
| DAFTAR GAMBAR .....                                                  | xv        |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                                 | xvi       |
| <b>BAB I.....</b>                                                    | <b>1</b>  |
| <b>PENDAHULUAN.....</b>                                              | <b>1</b>  |
| A. Latar Belakang .....                                              | 1         |
| B. Rumusan Masalah .....                                             | 6         |
| C. Tujuan Penelitian .....                                           | 6         |
| D. Manfaat Penelitian .....                                          | 6         |
| E. Keaslian Penelitian.....                                          | 8         |
| <b>BAB II .....</b>                                                  | <b>10</b> |
| <b>TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....</b>                      | <b>10</b> |
| A. Tinjauan Pustaka .....                                            | 10        |
| B. Kerangka Teori.....                                               | 34        |
| <b>BAB III.....</b>                                                  | <b>35</b> |
| <b>METODE PENELITIAN .....</b>                                       | <b>35</b> |
| A. Kerangka Konsep .....                                             | 35        |
| B. Hipotesis Penelitian.....                                         | 35        |
| C. Variabel Penelitian .....                                         | 36        |
| D. Variabel Operasional, Variabel Penelitian, Skala Pengukuran ..... | 37        |

|                                                      |                                     |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| E. Desain Penelitian.....                            | 37                                  |
| F. Populasi dan Sampel .....                         | 38                                  |
| G. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian .....      | 39                                  |
| H. Etika Penelitian .....                            | 40                                  |
| I. Teknik Pengumpulan Data.....                      | 41                                  |
| J. Prosedur dan Pengumpulan Data .....               | 44                                  |
| K. Analisis Data .....                               | 46                                  |
| <b>BAB IV .....</b>                                  | <b>49</b>                           |
| <b>HASIL PENELITIAN .....</b>                        | <b>49</b>                           |
| A. Analisis Univariat.....                           | 49                                  |
| B. Analisis Bivariat.....                            | 53                                  |
| <b>BAB V.....</b>                                    | <b>56</b>                           |
| <b>PEMBAHASAN .....</b>                              | <b>56</b>                           |
| A. Interpretasi dan Diskusi Analisis Univariat ..... | 56                                  |
| B. Interpretasi dan Diskusi Analisis Bivariat.....   | 62                                  |
| C. Keterbatasan Penelitian.....                      | 66                                  |
| D. Implikasi penelitian.....                         | 66                                  |
| <b>BAB VI.....</b>                                   | <b>68</b>                           |
| <b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Simpulan .....                                    | 68                                  |
| B. Saran.....                                        | 69                                  |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                          | <b>71</b>                           |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                 | <b>76</b>                           |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1.1 Daftar penelitian terdahulu.....                                                                                                                                                                                  | 8  |
| Tabel 3.1 Variabel Operasional, Variabel Penelitian, Skala Pengukuran.....                                                                                                                                                  | 37 |
| Tabel 3.2 <i>Scoring</i> .....                                                                                                                                                                                              | 46 |
| Tabel 3.3 <i>Coding</i> .....                                                                                                                                                                                               | 47 |
| Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan usia menarche, lama menstruasi, siklus menstruasi, berat badan, tinggi badan, indeks massa tubuh (IMT) pada remaja putri kelas VII di SMP Islam Al-Irsyad Cilacap (n=54) .... | 50 |
| Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan Kategori <i>Junkfood</i> dan <i>Dismenorea</i> pada remaja putri kelas VII di SMP Islam Al-Irsyad Cilacap (n=54) ....                                                         | 52 |
| Tabel 4.3 Tabel silang hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji ( <i>junkfood</i> ) dengan <i>dismenorea</i> pada remaja putri kelas VII di SMP Islam Al-Irsyad Cilacap (n=54) .....                                        | 53 |

## DAFTAR BAGAN

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| Bagan 2.1 Kerangka Teori .....             | 34 |
| Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian ..... | 35 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Proses Menstruasi.....                  | 11 |
| Gambar 2. 2 <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....   | 27 |
| Gambar 2. 3 <i>Verbal Rating Scale</i> .....        | 27 |
| Gambar 2. 4 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS). .... | 28 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian..... | 76 |
| Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....      | 77 |
| Lampiran 3. Informed Consent .....          | 78 |
| Lampiran 4. Instrumen Penelitian .....      | 80 |
| Lampiran 5. Hasil Uji Statistik.....        | 83 |
| Lampiran 6. Lembar Konsultasi.....          | 87 |
| Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....     | 89 |
| Lampiran 8. Tabulasi Data.....              | 90 |