

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

Larasia Gloria Ayu Manila¹, Dwi Yati²

INTISARI

Latar Belakang: Penumpukan prostaglandin selama menstruasi mengakibatkan hiperkontraksi uterus dan menimbulkan nyeri. Prevalensi dismenoreia primer di Indonesia sekitar 54,89%. Dampak dari dismenoreia primer jika tidak segera ditangani adalah terganggunya aktivitas belajar. Makanan cepat saji berperan dalam faktor risiko terjadinya dismenoreia primer.

Tujuan: Mengetahui hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan dismenoreia primer pada remaja putri di SMK

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri SMK Koperasi Yogyakarta yang berjumlah 63. Sampel ditentukan dengan teknik *stratified random sampling* dengan jumlah 54 remaja putri. Pengambilan data dilakukan pada bulan Juni 2024. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner *FFQ* dan kuesioner dismenoreia. Analisa data dilakukan menggunakan uji statistik *Spearman Rank*.

Hasil: Konsumsi makanan cepat saji mayoritas dalam kategori sering yaitu 29 responden (53,7%), dismenoreia mayoritas dalam kategori berat yaitu 28 responden (51,9%). Hasil uji statistik diperoleh *p-value* 0,001 ($<0,05$) dengan keeratan hubungan sangat kuat (0,833). Arah korelasi positif berarti semakin sering konsumsi makanan cepat saji maka semakin berat dismenoreia yang dialami.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara makanan cepat saji dengan dismenoreia primer pada remaja putr. Sebaiknya remaja putri menghindari konsumsi makanan cepat saji dan beralih pada makanan sehat sehingga dapat mengurangi dismenoreia primer saat menstruasi.

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

THE ASSOCIATION BETWEEN FAST FOOD CONSUMPTION AND PRIMARY DYSMENORRHOEA IN ADOLESCENT GIRLS IN VOCATIONAL HIGH SCHOOLS

Larasia Gloria Ayu Manila¹, Dwi Yati²

ABSTRACT

Background: The accumulation of prostaglandins during menstruation results in uterine hypercontraction and causes pain. The prevalence of primary dysmenorrhea in Indonesia is around 54.89%. The impact of primary dysmenorrhea, if not treated immediately, is the disruption of learning activities. Fast food plays a role in the risk factor for primary dysmenorrhea.

Objective: To determine the relationship between fast food consumption and primary dysmenorrhea in adolescent girls in vocational schools

Methods: This type of study is quantitative with a *cross sectional* approach. The population in this study is 63 young women of the Yogyakarta Cooperative Vocational School. The sample was determined by *stratified random sampling* technique with a total of 54 adolescent girls. Data collection will be carried out in June 2024. The instruments used were the *FFQ* questionnaire and the dysmenorrhea questionnaire. Data analysis was carried out using the *Spearman Rank* statistical test.

Results: The majority of fast food consumption was in the frequent category, namely 29 respondents (53.7%), the majority of dysmenorrhea was in the severe category, namely 28 respondents (51.9%). The results of the statistical test obtained a *p-value* of 0.001 (<0.05) with a very strong relationship (0.833). The direction of positive correlation means that the more often you consume fast food, the more severe the dysmenorrhea experienced.

Conclusion: There is an association between fast food and primary dysmenorrhea in adolescents. Adolescent women should avoid consuming fast food and switch to healthy foods so that they can reduce primary dysmenorrhea during menstruation.

Keywords: *Fast Food, Primary Dysmenorrhea, Adolescent Women*