

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DAN  
AKTIFITAS FISIK PADA REMAJA PUTRI  
DENGAN KEJADIAN DISMENORE  
DI SMAN 13 PADANG**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**(KTI)**



**Oleh :**

**HERDI ULFIANA**  
**NPM : 2110070130026**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN FAKULTAS VOKASI  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH PADANG**

**2024**

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN  
FAKULTAS VOKASI UNIVERSITAS BAITURRAHMAH  
Karya Tulis Ilmiah (KTI), Juli 2024  
Herdi Ulfiana**

**Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Aktifitas Fisik Pada Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore di SMAN 13 Padang**

vii + 65 halaman, 8 tabel, 2 gambar, 7 lampiran

**ABSTRAK**

Angka kejadian dismenore tahun 2018 di Indonesia cukup tinggi yaitu menunjukkan penderita dismenore mencapai 60-70% wanita di Indonesia. Angka kejadian dismenore tipe primer di Indonesia adalah 54,89%, sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe sekunder. Berdasarkan survey awal melalui wawancara pada remaja putri didapatkan banyaknya remaja putri yang tidak mengetahui makanan cepat saji, aktifitas fisik dan dismenore. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan cepat saji dan aktifitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMAN 13 Padang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Penelitian ini dilakukan di SMAN 13 Padang pada bulan Januari sampai April, sampel berjumlah 29 orang remaja putri. Teknik pengambilan sampel adalah teknik proporsional random sampling. Alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner yang diisi oleh responden. Selanjutnya analisa data dilakukan dengan analisa Univariat dan Bivariat, data diolah menggunakan Uji Chi-Square.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (79,3%) responden mengalami dismenore, sering mengonsumsi makanan cepat saji (75,9%), sering melakukan aktifitas fisik (79,3%).

Kesimpulan dengan menggunakan uji Chi-Square Test didapatkan p-value  $< 0,001$ ,  $< (0,05)$  artinya terdapat hubungan konsumsi makanan cepat saji dan aktifitas fisik dengan dismenore. Saran pada penelitian ini diharapkan pada remaja putri agar mengurangi mengonsumsi makanan cepat saji karena kandungan gizi yang terdapat dalam makanan tersebut sangat sedikit dan rajin untuk melakukan aktifitas fisik atau berolahraga.

**Kata Kunci : Makanan Cepat Saji, Dismenore  
Daftar Baca (2016-2023)**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan  
Aktifitas Fisik Pada Remaja Putri Dengan  
Kejadian Dismenore di SMAN 13 Padang.

Nama : Herdi Ulfiana

NPM : 2110070130026

Karya Tulis Ilmiah (KTI) Ini Telah Diperiksa, Disetujui Untuk  
Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah (KTI) Program Studi  
D III Kebidanan Universitas Baiturrahmah.

Padang, 4 Juli 2024

Mengetahui

Ketua Program Studi

Pembimbing



Hendri Devita, SKM, M. Biomed



Hendri Devita, SKM, M. Biomed

## PERNYATAAN PENGESAHAN

Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan  
Aktifitas Fisik Pada Remaja Putri Dengan  
Kejadian Dismenore di SMAN 13 Padang.

Nama : Herdi Ulfiana

NPM : 2110070130026

Karya Tulis Ilmiah (KTI) Ini Telah Diperiksa, Disetujui, Dan Dipertahankan  
Di Hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah (KTI) Program Studi D III Kebidanan  
Universitas Baiturrahmah Dan Dinyatakan Lulus Pada Tanggal 18 Juli 2024.

Mengetahui

Ketua Program Studi

Pembimbing



Hendri Devita, SKM, M. Biomed



Hendri Devita, SKM, M. Biomed

Dekan Fakultas Vokasi



Oktavia Puspita Sari, Dipl. Rad. S. Si. M. Kes

**TIM PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH (KTI)  
PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN FAKULTAS VOKASI  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

**Padang, 18 Juli 2024**

**Moderator**



**( Hendri Devita, SKM, M. Biomed )**

**Penguji I**



**(Bdn. Dian Eka Nursyam, S.ST. M.Keb )**

**Penguji II**



**(Bdn. Novi Maya Sari, S.SiT. M.Keb )**