

SKRIPSI

**HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN
*MENARCHE***

Di SMP Muhammadiyah 1 Ponorogo



Oleh:

**BRINDA SHINTIA RIFAI
NIM 14631446**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2021**

**HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN
*MENARCHE***

Di SMP Muhammadiyah 1 Ponorogo

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh :

**BRINDA SHINTIA RIFAI
NIM 14631446**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2021**

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa SKRIPSI ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi Manapun

Ponorogo, 12 Agustus 2021

Yang Menyatakan



Brinda Shintia Rifai

NIM 14631446



LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI *JUNKFOOD* DENGAN KEJADIAN
MENARCHE

Brinda Shintia Rifai
NIM 14631446

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL 12 Agustus 2021

Oleh :
Pembimbing I



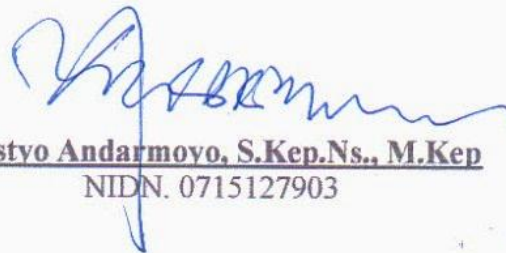
Laily Isro'in, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0704057002

Pembimbing II



Sholihatul Magfirah, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0726058701

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0715127903

HALAMAN PENGESAHAN

Telah di uji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Skripsi di Fakultas Ilmu
Kesehatan Program Studi S-1 Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal 12 Agustus 2021

PANITIA SKRIPSI

Ketua : Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns., M.Kep

Anggota : 1. Yayuk Dwirahayu, S.Kep., Ns., M.Kes

2. Laily Isro'in, S.Kep.,Ns., M.Kep

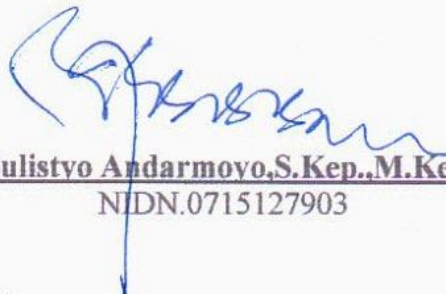
Tanda tangan



Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo


Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., M.Kes
NIDN.0715127903

ABSTRAK

HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN *MENARCHE*

Oleh: BRINDA SHINTIA RIFAI

Perkembangan jaman semakin modern mempengaruhi pola makan salah satunya mengkonsumsi makanan bergaya barat seperti *junk food* yang sudah menjadi kebiasaan bagi para remaja. Kebiasaan mengkonsumsi *junk food* di kalangan remaja modern akan mempengaruhi peningkatan gizi yang disebabkan kandungan lemak, protein hewani, dan trans lemak yang terdapat dalam *junk food* akan memicu pengeluaran hormon-hormon yang berpengaruh terhadap terjadinya *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku konsumsi *junk food* dengan kejadian *menarche*.

Desain penelitian ini adalah korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi Seluruh siswi putri di SMP Muhammadiyah 1 Ponorogo dengan besar sampel sebesar 41 responden. Sampling menggunakan *Total Sampling*. Teknis pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan Uji *Chi Square* dengan Signifikansi 0,05.

Hasil penelitian Perilaku Remaja diinterpretasikan sebagian besar 26 responden (63,4%) responden berperilaku negatif tentang Mengkonsumsi *Junk Food*. Pada Variabel kejadian *Menarche* diinterpretasikan bahwa sebagian besar 28 responden (68,3%) Kejadian *Menarche* Tarda dan hampir setengahnya 13 responden (31,7%) Kejadian *Menarche* Prekoks.. Berdasarkan hasil analisa uji statistik *Chi-Square* diperoleh *p value* = 0,024 yang berarti lebih kecil dari $\alpha=0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada Hubungan. Pada keeratan hubungan dengan nilai *Contingency Coefficient* =0,333 kategori rendah maka disimpulkan ada keeratan hubungan rendah antara Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi *Junk Food* Dengan Kejadian *Menarche*.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden berperilaku negatif tentang Mengkonsumsi *Junk Food* yang dikhawatirkan menjadi kebiasaan dan pola hidup yang berakibat pada gizi dan kejadian *menarche*, maka saran Peneliti selanjutnya meneliti tentang analisis perbandingan pengaruh teman sebaya dan iklan terhadap perilaku Mengkonsumsi *Junk Food*.

Kata kunc: perilaku, konsumsi, *junk food*, *menarche*.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF JUNK FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR WITH THE EVENT OF MENARCHE

By: BRINDA SHINTIA RIFAI

The development of an increasingly modern era affects eating patterns, one of which is consuming western-style foods such as junk food which has become a habit for teenagers. The habit of consuming junk food among modern adolescents will affect the increase in nutrition due to the fat content, animal protein, and trans fat contained in junk food will trigger the release of hormones that affect the occurrence of menarche. This study aims to determine the relationship between junk food consumption behavior and the incidence of menarche.

The design of this research is correlation with cross sectional approach. Population All female students in SMP Muhammadiyah 1 Ponorogo with a large sample of 41 respondents. Sampling using Total Sampling. Technical data collection using a questionnaire and analyzed using the Chi Square Test with a significance of 0.05.

The results of the research on Adolescent Behavior are interpreted by the majority of 26 respondents (63.4%) of respondents having negative behavior about consuming Junk Food. In the Menarche incident variable, it is interpreted that most of the 28 respondents (68.3%) Tarda Menarche Incidence and almost half of the 13 respondents (31.7%) Precocious Menarche Incidence. Based on the results of the Chi-Square statistical test analysis obtained p value = 0.024 which means smaller than $= 0.05$ thus it can be said that there is a relationship. In the close relationship with the Contingency Coefficient value = 0.333 in the low category, it is concluded that there is a low close relationship between Adolescent Behavior in Consuming Junk Food and Menarche Incidence.

The results showed that most of the respondents behaved negatively about consuming junk food which was feared to be a habit and lifestyle that resulted in nutrition and the incidence of menarche, so the suggestion for further research is to examine the comparative analysis of the influence of peers and advertisements on the behavior of consuming junk food.

Keywords: behavior, consumption, junk food, menarche.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahNya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Perilaku Konsumsi *Junk food* dengan Kejadian *Menarche* di Smp Muhammadiyah 1 Ponorogo” . Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersama ini perkenankan saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A, Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku pejabat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku Kaprodi S1 Keperawatn yang telah memberikan kemudahan dalam penyusunan SKRIPSI.
4. Laily Isro'in, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan SKRIPSI ini.
5. Sholihatul Magfirah, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku pembimbing II yang juga telah banyak membantu memberikan kritik dan saran serta masukan dalam penyusunan SKRIPSI ini.

6. Kepala SMP Muhammadiyah 1 Ponorogo yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
7. Bapak dan ibu dosen pengajar S1 Keperawatan yang tanpa bosan memberikan semangat.
8. Ayah, Ibu, Suami dan Keluargaku yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan.
9. Teman-temanku di Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo dan semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan SKRIPSI ini.

Dalam penulisan ini, penulis menyadari bahwa SKRIPSI ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Ponorogo, 12 Agustus 2021

Penulis,

Brinda Shintia Rifai
NIM 14631446

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Dasar Perilaku	9
2.1.1 Definisi Perilaku.....	9
2.1.2 Faktor Terjadinya Perilaku.....	10
2.1.3 Prosedur Pembentukan Perilaku.....	11
2.1.4 Bentuk Perilaku.....	12
2.1.5 Perilaku Kesehatan.....	13
2.1.6 Bentuk-Bentuk Perilaku.....	14
2.1.7 Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku	15
2.2 Konsep Dasar Junk Food.....	15
2.2.1 Definisi <i>Junk Food</i>	15
2.2.2 Jenis <i>Junk Food</i>	16
2.2.3 Bahaya <i>Junk Food</i>	18
2.2.4 Dampak <i>Junk Food</i>	19
2.3 Konsep Menarche.....	21
2.3.1 Definisi <i>Menarche</i>	21
2.3.2 Fisiologi <i>Menarche</i>	22
2.3.3 Macam-macam <i>Menarche</i>	29
2.3.4 Usia terjadinya <i>Menarche</i>	29
2.3.5 Faktor yang mempengaruhi <i>menarche</i>	30
2.4 Konsep Remaja	34
2.4.1 Definisi Remaja.....	34

2. 4. 2	Ciri-ciri Perkembangan Remaja.....	35
2. 4. 3	Pertumbuhan dan perkembangan remaja	37
2. 4. 4	Perilaku makan remaja	40
2. 4. 5	Kebutuhan Gizi pada Remaja	43
2. 5	Kerangka Teori Penelitian.....	48
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN		49
3. 1	Kerangka Konseptual Penelitian	49
3. 2	Hipotesis	50
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		51
4. 1.	Desain Penelitian.....	51
4. 2.	Kerangka Operasional.....	51
4. 3.	Sampling Desain	52
4.3.1	Populasi.....	52
4.3.2	Sampel.....	53
4.3.3	Sampling	53
4. 4.	Variable Penelitian.....	53
4.4.1	Variabel Independen.....	54
4.4.2	Variabel Dependen	54
4. 5.	Definisi Operasional.....	54
4. 6.	Waktu dan Lokasi Penelitian.....	55
4.6.1	Waktu.....	55
4.6.2	Lokasi.....	56
4. 7.	Pengumpulan, Prosedur Pengumpulan Data, dan Instrumen Penelitian.....	56
4. 7. 1.	Pengumpulan Data	56
4. 7. 2.	Prosedur Pengumpulan Data	56
4. 7. 3.	Instrumen Penelitian.....	57
4. 7. 4.	Pengolahan data.....	58
4. 8.	Analisa Data.....	61
4. 8. 1.	Data Umum	61
4. 8. 2.	Analisis Bivariat	62
4. 9.	Etika Penelitian	63
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		64
5. 1.	Gambaran Lokasi	64
5. 2.	Keterbatasan Penelitian	65

5. 3. Hasil Penelitian	66
5. 3. 1. Data Umum	66
5. 3. 2. Data Khusus	67
5. 4. Pembahasan.....	69
5. 4. 1. Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi <i>Junk Food</i> Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.	70
5. 4. 2. Kejadian <i>Menarche</i> Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.....	74
(BRINDA SHINTIA RIFAI)	88
Lampiran 4.....	89
KISI-KISI KUESIONER	89
HALAMAN JUDUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL DALAM	ii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penulisan.....	7

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 <i>Junk food</i>	9
2.1.1 Pengertian <i>Junk food</i>	9
2.1.2 Jenis – Jenis <i>Junk food</i>	10
2.1.3 Bahaya <i>Junk food</i>	12
2.1.4 Dampak <i>Junk food</i>	13
2.2 <i>Menarche</i>	14
2.2.1 Pengertian <i>Menarche</i>	15
2.2.2 Fisiologi <i>Menarche</i>	17
2.2.3 Macam-macam <i>Menarche</i>	21
2.2.4 Usia Terjadinya <i>Menarche</i>	22
2.2.5 Faktor yang mempengaruhi <i>Menarche</i>	23
2.3. Remaja	26
2.3.1 Pengertian Remaja	26
2.3.2 Ciri-ciri Perkembangan Remaja.....	28
2.3.3 Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja	29
2.3.4 Perilaku Makan Remaja	33
2.3.5 Kebutuhan Gizi pada Remaja	36
2.4 Kerangka Teori	40
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN ANALISIS PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konseptual	41
3.2 Hipotesis	43
BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian	44
4.2 Kerangka Operasional	45
4.3 Definisi Operasional	46
4.4 Sampling Desain.....	47
4.4.1 Populasi	47
4.4.2 Sample	47
4.4.3 Besar Sample	48
4.4.4 Sampling	48
4.5 Variable Penelitian	48

4.5.1 Variabel Independen.....	48
4.5.2 Variabel Dependen	49
4.6 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data	49
4.6.1 Teknik Prngumpulan Data.....	49
4.6.2 Instrumen Penelitian	50
4.6.3 Prosedur Pengumpulan Data	50
4.6.4 Waktu dan Tempat Penelitian.....	51
4.7 Analisa Data	51
4.7.1 Data Umum.....	51
4.7.2 Data Khusus.....	53
4.8 Etika Penelitian.....	50
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
5.1 Gambaran Lokasi.....	69
5.2 Keterbatasan Penelitian	70
5.3 Hasil Penelitian.....	70
5.3.1 Data Umum.....	70
5.3.2 Data Khusus.....	73
5.4. Pembahasan	76
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan.....	88
6.2 Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	56

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional Hubungan Perilaku Konsumsi *Junkfood*
Dengan Kejadian *Menarche* 46



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Hubungan Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> Dengan Kejadian <i>Menarche</i>	40
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> Dengan Kejadian <i>Menarche</i>	41

