



HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI KOTA BANDUNG

DONNA OLIVIA VIOLETA



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di Kota Bandung” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2025

Donna Olivia Violeta
I1401211032

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

DONNA OLIVIA VIOLETA. Hubungan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di Kota Bandung. Dibimbing oleh KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi fast food dan tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di Kota Bandung. Penelitian dilakukan pada November 2024 dengan desain *cross sectional* melibatkan 84 siswi kelas X SMAN 5 Bandung yang dipilih melalui *random sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara dan kuesioner: FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) untuk konsumsi *fast food*, ESSA (*Educational Stress Scale for Adolescent*) untuk tingkat stres, kuesioner karakteristik menstruasi, serta VAS (*Visual Analogue Scale*) untuk intensitas nyeri. Hasil menunjukkan 96,4% responden mengalami dismenore primer, dengan nyeri sedang sebagai kategori terbanyak (50,0%). Sebanyak 50,0% responden sering mengonsumsi fast food, 53,6% memiliki tingkat stres sedang, dan 50,0% memiliki riwayat dismenore pada ibu. Uji statistik menunjukkan hubungan signifikan antara frekuensi konsumsi *fast food* ($p=0,034$), tingkat stres ($p<0,001$; $r=0,567$), dan riwayat keluarga ($p<0,001$) dengan kejadian dismenore primer. Kesimpulan: Konsumsi *fast food* dan stres yang tinggi berperan dalam peningkatan risiko dismenore primer. Saran: Remaja perlu mengurangi konsumsi *fast food* dan mengelola stres melalui aktivitas relaksasi, sedangkan sekolah dan tenaga kesehatan dapat menyediakan edukasi gizi serta manajemen stres terstruktur.

Kata kunci: dismenore primer, *fast food*, stres, remaja putri, riwayat keluarga

ABSTRACT

DONNA OLIVIA VIOLETA. The Relationship Between Fast Food Consumption Frequency and Stress Levels with the Incidence of Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls in Bandung City. Supervised by KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

This study was aimed to analyze the relationship between fast food consumption frequency and stress levels with the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls in Bandung City. Conducted in November 2024, it employed a cross-sectional design involving 84 tenth-grade students of SMAN 5 Bandung selected through random sampling. Data were collected via interviews and questionnaires: FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) for fast food consumption, ESSA (*Educational Stress Scale for Adolescent*) for stress levels, menstrual characteristics questionnaire, and VAS (*Visual Analogue Scale*) for pain intensity. Results showed that 96.4% experienced primary dysmenorrhea, with moderate pain being the most common (50.0%). Half of respondents frequently consumed fast food, 53.6% had moderate stress, and 50.0% reported a maternal history of dysmenorrhea. Statistical analysis revealed significant associations between fast food consumption ($p=0.034$), stress level ($p<0.001$; $r=0.567$), and

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

family history ($p < 0.001$) with primary dysmenorrhea. Conclusion: High fast food intake and elevated stress levels contribute to increased risk of primary dysmenorrhea. Suggestion: Adolescents should limit fast food intake and manage stress through relaxation activities, while schools and health professionals should provide structured nutrition and stress management education.

Keywords: adolescent girls, family history, fast food, primary dysmenorrhea, stress

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2025
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI KOTA BANDUNG

DONNA OLIVIA VIOLETA

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

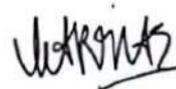


Judul Skripsi : Hubungan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di Kota Bandung
Nama : Donna Olivia Violeta
NIM : 11401211032

@Hak cipta milik IPB University

Pembimbing :
Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi.

Disetujui oleh



Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001



Tanggal Ujian:
Agustus 2025

Tanggal Lulus: 15 AUG 2025

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di Kota Bandung”.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Mira Dewi, M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah mendidik dan memberikan bimbingan selama masa perkuliahan.
2. Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing, memberi saran, motivasi, kritik, dan dukungan selama menyelesaikan skripsi.
3. Prof. drh. Muhamad Rizal Martua Damanik, Mrep.Sc, Ph.D. selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukkan dalam penyempurnaan penulisan skripsi.
4. Kedua orang tua penulis, Bapak Dwi Winarto dan Ibu Magdalena, abang Angga Andhika Palasara, serta seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan dukungan, kasih sayang, motivasi, dan doa kepada penulis.
5. Teman-teman “Malioboro” yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepada Penulis.
6. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 58 yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
7. SMAN 5 Bandung dan pihak lain yang telah membantu penelitian dan selalu memberikan doa dan dukungannya kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan sangat jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu, penulis berharap adanya kritik, saran dan masukan yang positif dan membangun. Akhir kata, terima kasih atas segala sesuatu yang telah diberikan kepada penulis. Semoga Allah SWT memberikan berkah dan rahmat serta pahala yang setimpal atas segala kebaikan yang telah Anda buat, dan semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Bogor, Agustus 2025

Donna Olivia Violeta



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Hipotesis Penelitian	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Teknik Penarikan Contoh	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	7
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.5 Definisi Operasional	11
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	13
4.1 Karakteristik Subjek dan Keluarga	13
4.2 Karakteristik Menstruasi	16
4.3 Dismenore Primer	17
4.4 Frekuensi Konsumsi <i>Fast food</i>	20
4.5 Tingkat Stres Subjek	23
4.6 Hubungan Frekuensi Konsumsi <i>Fast food</i> dengan Dismenore Primer	25
4.7 Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenore Primer	27
4.8 Hubungan Riwayat keluarga dengan Dismenore Primer	28
V SIMPULAN DAN SARAN	30
5.1 Simpulan	30
5.2 Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	31
LAMPIRAN	39
RIWAYAT HIDUP	50

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



DAFTAR TABEL

1	Perhitungan besar sampel	7
2	Jenis dan cara pengumpulan data	8
3	Kategori tingkat stress berdasarkan ESSA	9
4	Kategori intensitas dismenore primer	10
	Pengategorian variabel penelitian	10
5	Sebaran subjek dan keluarga berdasarkan karakteristik	13
6	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik menstruasi	16
7	Sebaran subjek berdasarkan intensitas nyeri dismenore primer	18
8	Sebaran subjek berdasarkan keluhan menstruasi	19
9	Sebaran subjek berdasarkan konsumsi obat dan efeknya terhadap nyeri	19
10	Sebaran subjek berdasarkan frekuensi konsumsi <i>fast food</i>	21
11	Distribusi frekuensi konsumsi jenis makanan <i>fast food</i>	21
12	Sebaran subjek berdasarkan tingkat stres	23
13	Sebaran subjek berdasarkan pertanyaan ESSA	24
14	Hasil uji korelasi antara status frekuensi konsumsi <i>fast food</i> dengan nyeri dismenore primer	26
15	Hasil uji korelasi antara tingkat stres dengan nyeri dismenore primer	27
16	Hasil uji korelasi antara riwayat keluarga dengan dismenore primer	28

DAFTAR LAMPIRAN

1	<i>Ethical Clearance</i>	40
2	<i>Informed Consent</i>	41
3	<i>Informed Assent</i>	42
4	Lembar <i>Screening</i>	43
5	Cover Kuesioner Penelitian	44
6	Kuesioner Karakteristik Siswi dan Karakteristik Keluarga	45
7	Kuesioner Karakteristik Menstruasi	46
8	Kuesioner Frekuensi Konsumsi <i>Fast food</i>	48
9	Kuesioner Tingkat Stres	49