

**HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN  
MENARCHE PADA SISWI KELAS VII  
DI SMP N 18 MEDAN  
TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

Oleh :

**GUSNI ARNI SIHOMBING**  
**1701032066**



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (D4)  
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2018**

**HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN  
MENARCHE PADA SISWI KELAS VII  
DI SMP N 18 MEDAN  
TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) Pada Program Studi D4 Kebidanan  
Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Umum  
Institut Kesehatan Helvetia

**GUSNI ARNI SIHOMBING**  
1701032066



**PROGRAM STUDI D4 KEBIDANAN  
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2018**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Judul Skripsi** : **HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD  
DENGAN MENARCHE PADA SISWI KELAS  
VII DI SMP NEGERI 18 MEDAN TAHUN  
2018**  
**Nama Mahasiswa** : **GUSNI ARNI SIHOMBING**  
**Nomor Induk Mahasiswa** : **1701032066**

**Menyetujui :**

**Komisi Pembimbing  
Medan, Oktober 2018**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**(Ida Lestari Tampubolon, SKM, M.Kes)**

**(Marlina, SKM, M.K.M)**

**Mengetahui :**

**Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Umum  
Institut Kesehatan Helvetia Medan  
Dekan,**

**( Darwin Syamsul, S.Si, M.Si, Apt)**

**Telah diuji pada tanggal : 02 Oktober 2018**

---

**PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**Ketua : Ida Lestari Tampubolon, SKM, M.Kes**

**Anggota : 1. Marlina, SKM, M.K.M**

**2. Fina Kusuma Wardani, SST, M.Kes**

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb), di Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan masukkan tim penelaah/tim penguji.
3. Isi Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan ini.

Medan, Oktober 2018  
Yang membuat pernyataan,

( Gusni Arni Sihombing)  
NIM 1701032066

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN *MENARCHE* PADA SISWI KELAS VII DI SMP N 18 MEDAN TAHUN 2018

GUSNI ARNI SIHOMBING  
1701032066

#### PROGRAM STUDI D4 KEBIDANAN INKES HELVETIA

Saat ini anak perempuan banyak yang mengalami pubertas pada usia dini. Di Indonesia berkisaran 20,9% anak perempuan telah mengalami *menarche* yang lebih cepat salah satu penyebabnya adalah tingginya pengkonsumsian *junk food* khususnya pada kalangan remaja putra dan putri. Terdapat 69% masyarakat di Indonesia yang mengkonsumsi *junk food* baik sebagai makan pagi, siang, malam, atau bahkan pelengkap makan saja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui frekuensi konsumsi *junk food* dan hubungan konsumsi *junk food* dengan *menarche* pada siswi kelas VII di SMP N 18 Medan tahun 2018.

Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 90 orang dengan total population. Teknik dan cara pengumpulan data dengan data primer melalui lembar checklist yang dibagikan pada seluruh responden. Data analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian responden yang mengkonsumsi *junk food* usia *menarche* ideal sebanyak 25 responden (27,8 %) dan *menarche* cepat sebanyak 42 responden (46,7 %) sedangkan yang tidak mengkonsumsi *junk food* dan mengalami *menarche* lambat sebanyak 1 responden (1,1 %). Hasil analisa *chi-square* diketahui bahwa nilai probabilitasnya  $(0,023) < \text{sig}_\alpha = 0,05$ ,

Kesimpulan dari penelitian ini Ada hubungan konsumsi *junk food* dengan *menarche* pada Siswi remaja putri di SMP N 18 Medan Tahun 2018 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan responden untuk lebih memperhatikan tindakannya dalam mengkonsumsi *junk food* dan lebih meningkatkan pengetahuannya tentang bahaya *junk food*, sehingga siswa dapat memilih secara cerdas makanan yang layak untuk dikonsumsi.

**Kata kunci** : *Junk food, Menarche*  
**Daftar Pustaka** : 8 buku dan 13 jurnal (2011-2017)

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan anugerah-Nya yang berlimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN *MENARCHE* PADA SISWI KELAS VII DI SMP N 18 MEDAN TAHUN 2018”**.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb.) pada Program Studi D4 Kebidanan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak, baik dukungan moril, materil dan sumbangan pemikiran. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc., M.Kes., selaku Pembina Yayasan Helvetia Medan.
2. Iman Muhammad, S.E.,S.Kom.,M.M.,M.Kes., selaku Ketua Yayasan Helvetia Medan
3. Dr. H. Ismail Effendy, M.Si., selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia.
4. Dr. dr. Arifah Devi Fitriani, M.kes, selaku Wakil Rektor 1 Institut Kesehatan Helvetia.
5. Darwin Syamsul, S,Si.M.Si,Apt selaku Dekan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia.
6. Elvi Era Liesmayani, S.Si.T.M.Keb, selaku Ketua Program Studi D4 Kebidanan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia.
7. Ida Lestari Tampubolon, S,K.M, M.Kes , selaku dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan memberikan pemikiran dalam membimbing penulis selama penyusunan Skripsi ini.
8. Marlina, S.K.M., M.K.M selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan memberikan pemikiran dalam membimbing penulis selama penyusunan Skripsi ini.

9. Fina Kusuma Wardani, SST., M.Kes, selaku Dosen Penguji III yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran yang membangun dalam penyempurnaan Skripsi ini.
10. Seluruh Dosen Program Studi D4 Kebidanan yang telah mendidik dan mengajarkan berbagai ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
11. Teristimewa kepada Keluarga, Teman dan orang di sekeliling saya yang selalu memberikan pandangan, dukungan baik moril maupun materil, dan mendoakan dan selalu memotivasi penulis dalam penyelesaian Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan.

Medan, Oktober 2018

Penulis,

Gusni Arni Sihombing



## DAFTAR ISI

Halaman

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b>	
<b>LEMBAR PANITIA PENGUJI</b>	
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	7
1.3. Tujuan Penelitian .....	7
1.4. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>9</b>
2.1. Tinjauan Peneliti Terdahulu .....	9
2.2. Telaah Teori.....	11
2.2.1. Pengertian <i>Menarche</i> .....	11
2.2.2. Usia <i>Menarche</i> .....	13
2.2.3. <i>Menarche</i> Dini .....	14
2.2.4. Efek Jangka Panjang dari <i>Menarche</i> Dini .....	15
2.2.5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Usia <i>Menarche</i> Dini .....	15
2.3. <i>Junk food</i> .....	17
2.3.1. Pengertian <i>Junk food</i> .....	17
2.3.2. Beberapa Golongan yang Termasuk <i>Junk food</i> .....	21
2.3.3. Kandungan <i>Junk food</i> dan Dampak yang Dihasilkan. ....	22
2.3.4. Gizi Seimbang Masa Remaja.....	26
2.4. Metode FFQ .....	27
2.5. Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>30</b>
3.1. Desain Penelitian .....	30
3.2. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	30
3.1.1. Lokasi Penelitian .....	30
3.1.2. Waktu Penelitian .....	30

3.3.	Populasi Dan Sampel .....	30
3.3.1.	Populasi .....	30
3.3.2.	Sampel .....	31
3.4.	Kerangka Konsep .....	31
3.5.	Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran .....	32
3.5.1.	Definisi Operasional .....	32
3.5.2.	Aspek Pengukuran .....	32
3.6.	Metode Pengumpulan Data .....	33
3.7.	Metode Pengolahan Data .....	34
3.8.	Analisa Data .....	35
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
4.1.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	37
4.1.1.	Letak Geografis .....	37
4.1.2.	Visi Misi SMP N 18 Medan .....	37
4.2.	Hasil Penelitian .....	38
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
5.1.	Kesimpulan .....	49
5.2.	Saran .....	49

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 3.1. Gambar Kerangka Konsep .....	31

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 3.1. Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran .....	33
Tabel 4.1 Tabel Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Junk food</i> .....	38
Tabel 4.2 Tabel Distribusi Frekuensi <i>Menarche</i> .....	38
Tabel 4.3 Tabel Tabulasi silang Konsumsi <i>Junk food</i> dengan <i>Menarche</i> .....	39

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Lembar Kuesioner
- Lampiran 2 : Master Tabel
- Lampiran 3 : Hasil Pengolahan Data SPSS
- Lampiran 4 : Surat Pengajuan Judul Proposal
- Lampiran 5 : Surat Izin survey Awal dari Institut Kesehatan Helvetia Medan Tahun 2018
- Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 8 : Lembar Bimbingan Pembimbing I
- Lampiran 9 : Lembar Bimbingan Pembimbing II
- Lampiran 10 : Dokumentasi