

Judul Naskah Publikasi

(Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Dengan Kejadian *Dismenore* Pada Remaja Putri Di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe)

Article Title in English

(The Relationship Between Fast Food Consumption and the Incidence of Dysmenorrhea in Adolescent Girls at MTs Negeri 1, Lhokseumawe City)

Amelia Zahara*¹, Rizki Maulidya², Khadijatul Musanna³

¹Corresponding author affiliation, with address (ameliazahara439@gmail.com STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe)

^{2,3}STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe, S1 Gizi (Center, Cambria 12)

*) Corresponding author: Amelia Zahara S.Tr.Gz.,MKM
E-mail : meliazahara439@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: *Dismenore* adalah nyeri haid yang sering dialami remaja putri MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe dan dapat mengganggu aktivitas. Salah satu penyebabnya adalah pola konsumsi *fast food* yang tinggi lemak, gula, dan garam, namun rendah serat, sehingga memicu peningkatan prostaglandin dan kontraksi rahim berlebih. Remaja MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe usia 13-15 tahun berada pada masa remaja tengah yang mudah terpengaruh teman sebaya, sehingga cenderung mengonsumsi *fast food* berlebihan dan berisiko mengalami *dismenore*. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe. **Metode:** Yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan sampel remaja putri 108 responden menggunakan teknik *random sampling*. Pengumpulan data melalui kuesioner *FFQ* yang mencakup frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dan Kuesioner *NRS* untuk menilai nyeri haid yang dialami. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* ($p = 0,001$) artinya ada hubungan dengan kejadian *dismenore*. *Dismenore* dapat dipengaruhi oleh frekuensi konsumsi *fast food*. **Kesimpulan:** Semakin sering remaja putri MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), maka semakin banyak yang mengalami *dismenore* ringan, karena kandungan dalam makanan cepat saji (*fast food*) dapat memicu peradangan dan gangguan hormonal. **saran:** kepada remaja putri MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe untuk mengurangi makanan cepat saji (*fast food*) dan beralih pada pola makan sehat yang kaya akan sayur, buah, serta makanan bernutrisi lainnya, agar terhindar dari kejadian *dismenore*.

Kata Kunci: Makanan Cepat Saji, *Dismenore*, Remaja Putri

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

ABSTRAK

Background: Dysmenorrhea is a menstrual pain commonly experienced by female adolescents at MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe, which can interfere with daily activities. One of the contributing factors is the consumption pattern of fast food, which is high in fat, sugar, and salt but low in fiber, leading to increased prostaglandin production and excessive uterine contractions. Adolescents aged 13–15 years at MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe are in the middle adolescence stage, which makes them easily influenced by peers and more likely to consume fast food excessively, thus increasing the risk of dysmenorrhea. **Objective:** This study aims to determine the relationship between fast food consumption and the incidence of dysmenorrhea among female adolescents at MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe. **Methods:** This research employed a cross-sectional design with a sample of 108 female adolescents selected using random sampling. Data were collected using the FFQ questionnaire to assess the frequency of fast food consumption and the NRS questionnaire to measure menstrual pain. Data analysis was conducted using univariate and bivariate tests with chi-square. **Results:** The findings showed a significant relationship between the frequency of fast food consumption and the incidence of dysmenorrhea ($p = 0.001$). Dysmenorrhea can be influenced by the frequency of fast food consumption. **Conclusion:** The more frequently female adolescents at MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe consume fast food, the more likely they are to experience mild dysmenorrhea, as the contents of fast food can trigger inflammation and hormonal imbalances. **Suggestion:** Female adolescents at MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe are advised to reduce fast food consumption and adopt a healthy diet rich in vegetables, fruits, and other nutritious foods to prevent dysmenorrhea.

Keyword: Fast Food, Dysmenorrhea, Adolescent Girls

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase kehidupan di mana seseorang mengalami proses kematangan emosional, psikosial, dan seksual, yang ditandai dengan mulai berfungsinya organ reproduksi beserta segala dampaknya. Remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (13-14 tahun), remaja tengah (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Pada tahap remaja tengah dan akhir, sekitar 75% remaja putri mengalami gangguan terkait menstruasi, seperti menstruasi yang tertunda, tidak teratur, nyeri, dan pendarahan yang berlebihan. Menstruasi ini merupakan tanda seksual sekunder pada remaja, dan sebagian remaja mengalami gangguan berupa nyeri saat menstruasi atau yang dikenal sebagai dismenore (Suryana et al., 2022).

Dismenore adalah rasa sakit pada perut yang berasal dari kontraksi rahim selama menstruasi. Nyeri ini muncul bersamaan dengan permulaan menstruasi dan bisa berlangsung beberapa jam hingga beberapa hari, mencapai puncaknya saat menstruasi berlangsung. Dismenore terbagi menjadi dua jenis, yaitu dismenore

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

primer yang terjadi tanpa kondisi medis yang mendasari, dan dismenore sekunder yang disebabkan oleh kondisi medis tertentu, seperti endometriosis atau kista ovarium. Biasanya, wanita merasakan nyeri atau kram perut yang dimulai sehari sebelum menstruasi dan dapat berlangsung selama 2-3 hari (Aulia et al., 2024).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2020, kejadian dismenorea adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenorea, dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia tahun 2016 angka dismenore terjadi sebesar 64,25% yang dibagi menjadi dua yaitu dismenore primer sebesar 54,89% dan dismenore sekunder sebesar 9,36%. Biasanya gejala dismenore primer terjadi pada wanita usia produktif 1-5 tahun setelah mengalami haid pertama dan wanita yang belum pernah hamil (Herman et al., 2024)

Di Provinsi Aceh angka kejadian dismenorea sebanyak 85,% mengeluhkan nyeri haid, dan lamanya nyeri haid bervariasi antara 1 hingga 5 hari dengan mayoritas nyeri haid berlangsung selama 1 hari (57,5%). Usia adalah salah satu faktor penentu nyeri haid, gejala dismenorea primer terlihat lebih jelas pada usia remaja dibandingkan saat usia dewasa. Dari 80 remaja putri, sebanyak 68 remaja putri (85%) mengeluhkan nyeri haid. Di Kabupaten Aceh Barat Daya menurut data sensus terakhir, remaja putri usia 9-15 tahun berjumlah kurang lebih 13.299. Angka kejadian dismenorea 67%. Remaja putri banyak memperoleh informasi tentang dismenorea dari media yaitu sebanyak (43,9%), orang tua sebanyak (33,3%), tenaga kesehatan sebanyak (12,1%), dan teman (10,6%) (Smp et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Medika Suherman menunjukkan bahwa sebanyak 78 orang (93,6%) dari responden yang sering mengonsumsi makanan cepat saji mengalami dismenore. Sementara itu, sebanyak 33 responden (76,7%) yang jarang mengonsumsi makanan cepat saji juga mengalami dismenore, dengan nilai signifikansi $p = 0,016$ ($p < 0,05$). Nilai ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dan kejadian dismenore. Makanan cepat saji sendiri merupakan jenis makanan yang diproses

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

secara efisien dan praktis, dirancang untuk penyajian yang cepat. Produk ini biasanya dikemas menarik, disajikan dengan cara sederhana, dan diproduksi menggunakan teknologi modern oleh industri makanan (Ufrida & Harianto, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada 10 orang siswi di MTs Negeri 1 Kota Lhoksemawe terdapat 5 orang siswi yang sering mengonsumsi *fast food* dan 3 orang siswi yang mengalami dismenore dan 2 siswi yang tidak sering mengonsumsi *fast food*. Hasil wawancara yang didapatkan bahwa banyak dari siswi yang tidak mengetahui apa saja jenis-jenis makanan *fast food*, bahaya mengonsumsi *fast food*, dan teman sebaya sangat berpengaruh dalam ajakan mengonsumsi *fast food*. Dengan mempertimbangkan latar belakang ini, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana menjaga pola makan sehat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai Upaya pencegahan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *dismenore* melalui edukasi gizi dan penerapan pola makan sehat di sekolah.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasi dengan metode pendekatan cross- sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswi MTs 1 Kota Lhokseumawe, yang berusia 13-15 tahun yang berjumlah 310 Siswi dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability* yaitu *proportionate stratified* random sampling. Penelitian ini menggunakan kuesioner *FFQ* dan kuesioner *Numeric Rating Scale (NRS)*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Demografi Responden

| No | Data Demografi | f | % |
|----|----------------|------------|------------|
| 1. | Umur responden | | |
| | 13 tahun | 43 | 39 |
| | 14 tahun | 60 | 55.6 |
| | 15 tahun | 5 | 4.6 |
| | <i>Total</i> | <i>108</i> | <i>100</i> |
| 2. | Kelas | | |
| | VIII | 62 | 57.4 |
| | IX | 46 | 42.6 |

Berdasarkan table 4.1 diatas dapat dilihat bahwa dari 108 responden, umur terbanyak yaitu 14 tahun sebanyak 60 responden (55.6%), Sedangkan umur 13 tahun yaitu 43 responden (39%), yang paling sedikit umur 15 tahun. Dilihat dari Tingkat kelas mayoritas responden berada di kelas VIII yaitu sebanyak 62 responden (57.4%), dan di kelas IX yaitu 46 responden (42.6%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Konsumsi *Fast food* (n = 108)

| Kategori | Frekuensi | Persentase% |
|--------------|-----------|-------------|
| Sering | 66 | 61.1 |
| Tidak sering | 42 | 38.9 |

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

| | | |
|-------|-----|-----|
| Total | 108 | 100 |
|-------|-----|-----|

Berdasarkan table 4.2 diatas dapat diketahui bahwa Sebagian Remaja putri MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe Memiliki kategori sering konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) sebanyak 66 responden (61.1%) dan kategori tidak sering sebanyak 42 responden (38.9%).

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Kejadian *Dismenore* (n = 108)

| kategori | Frekuensi | Persentase% |
|-------------------------|-----------|-------------|
| Tidak <i>Dismenore</i> | 7 | 6.5 |
| <i>Dismenore</i> Ringan | 84 | 77.8 |
| <i>Dismenore</i> Berat | 17 | 15.7 |
| Total | 108 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat dilihat bahwa dari 108 responden, Sebagian besar memiliki kategori *Dismenore* ringan yaitu sebanyak 84 responden (77.8%), sedangkan *Dismenore* berat 17 responden (15.7%) dan terkecil tidak *dismenore* 7 responden (6.5%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Distribusi Hubungan Frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*Fast food*) dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di MTs Negeri 1 kota Lhokseumawe

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

Berdasarkan tabel 4.4 data yang di peroleh sebagian responden yang sering konsumsi *fast food* mengalami dismenore ringan sebanyak 49 responden (74,9%). Sementara itu, responden yang tidak sering konsumsi *fast food* sebanyak 35 responden (83,3). Hasil uji Pearson *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara frekuensi *fast food* dengan kejadian *dismenore*. Dengan demikian, frekuensi konsumsi *fast food* yang sering dapat berkontribusi dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri.

| Frekuensi konsumsi | Tidak <i>Dismenore</i> | <i>Dismenore</i> Ringan | <i>Dismenore</i> Berat | Total |
|--------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|-------|
| Sering | 1 (1.5%) | 49 (74.2%) | 16 (24.2%) | 66 |
| Tidak Sering | 6 (14.3%) | 35 (83.3%) | 1(2.4%) | 42 |
| Total | 7 | 84 | 17 | 108 |
| P-value | | | | 0,001 |

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe, diketahui bahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 66 responden (61,1%), memiliki kebiasaan yang cukup sering dalam mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), dan 42 responden (38,9%) tercatat jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Sementara itu mengalami dismenore ringan, yaitu sebanyak 84 responden atau 77,8% dari total responden, dan terdapat 17 responden (15,7%) yang mengalami *dismenore* berat, dan yang tidak mengalami *dismenore* berjumlah 7 orang (6,5%).

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

Temuan dalam penelitian ini di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe, mengindikasikan bahwa meskipun kekuatannya tidak terlalu besar, terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *dismenore*. Artinya, semakin sering seseorang konsumsi *fast food*, maka semakin besar kemungkinan ia mengalami nyeri haid. Hal ini dapat disebabkan oleh kandungan dalam makanan cepat saji seperti lemak trans, gula, dan garam yang tinggi, yang dapat memicu peradangan serta ketidakseimbangan hormon dalam tubuh. Kondisi tersebut dapat memperparah gejala *dismenore*, seperti kram perut dan nyeri hebat saat menstruasi. Sebaliknya, responden yang jarang mengonsumsi *fast food* lebih sedikit mengalami *dismenore*, yang menguatkan dugaan bahwa pola makan berperan penting dalam memengaruhi kesehatan reproduksi remaja putri MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatif dari konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan.

Untuk mengetahui statistik menggunakan uji Chi-square menunjukkan hasil yang signifikan $p = 0,001$ ($P < 0,05$). Hal ini menandakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe.

Banyaknya keberadaan restoran dan jajanan *fast food* di sekitar lingkungan sekolah MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe membuat para remaja cenderung memilih jenis makanan tersebut, baik saat berada di sekolah maupun ketika berkumpul bersama teman. Makanan cepat saji dikenal karena kepraktisannya, harga yang terjangkau, dan cita rasanya yang digemari. Namun, pilihan ini umumnya didasarkan pada selera, bukan kebutuhan gizi. Remaja cenderung mengutamakan rasa tanpa mempertimbangkan kandungan nutrisi dalam makanan yang dikonsumsi. Hal ini diperparah dengan kecenderungan remaja untuk mengikuti tren makanan kekinian, yang membuat mereka semakin rentan terhadap pengaruh gaya hidup modern. Jenis makanan seperti kebab, batagor, siomay, tahu crispy, pentol, es krim, mie instan dll, jenis makanan ini menjadi pilihan yang paling sering dikonsumsi oleh para remaja putri MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan hasil studi sebelumnya yang menyoroti hubungan antara konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dan kejadian

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

dismenore pada remaja putri. Misalnya, penelitian oleh Indahwati dkk. (2017) di SMPN 1 Ponorogo menemukan bahwa terdapat korelasi antara konsumsi *fast food* dan meningkatnya kejadian *dismenore*. Hal ini menunjukkan bahwa pola makan yang tidak sehat dapat memengaruhi kesehatan menstruasi remaja putri. Selain itu, penelitian oleh Purwati (2020) juga mendukung temuan tersebut. Dalam studinya tentang gaya hidup dan kejadian *dismenore* pada remaja putri, ditemukan bahwa kebiasaan Konsumsi *fast food* memiliki hubungan signifikan dengan peningkatan kejadian *dismenore*. Ini menegaskan bahwa pola makan yang kurang sehat, seperti konsumsi makanan cepat saji, dapat berdampak negatif pada kesehatan reproduksi remaja putri.

Pada masa remaja, kebutuhan nutrisi khususnya kalori, protein, dan mikronutrien meningkat secara signifikan karena percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik yang memerlukan asupan gizi lebih. Selain itu, perubahan gaya hidup dan pola makan turut memengaruhi seberapa baik remaja memenuhi kebutuhan gizinya. Mengingat remaja sering terlibat dalam berbagai aktivitas fisik, perhatian khusus terhadap asupan energi dan zat gizi makro serta mikro menjadi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan performa harian yang optimal (Batu, 2021)

Kekurangan berbagai nutrisi penting termasuk vitamin B6, C, dan E, serta magnesium, zat besi, seng, mangan, dan asam lemak linoleate dapat memperparah gejala sindrom pramenstruasi (PMS) dan meningkatkan intensitas nyeri haid atau *dismenore*. Pada remaja putri, status gizi yang buruk tidak hanya menekan pertumbuhan fisik tetapi juga mengganggu fungsi reproduksi, yang kemudian meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan menstruasi. Namun, kondisi ini dapat membaik apabila asupan nutrisinya tercukupi dengan baik (Aulya et al., 2021). Menurut Peneliti bahwa makanan adalah kebutuhan dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan termasuk bagi remaja. Jika asupan makanannya tidak mencukupi baik dari segi jumlah maupun kualitas, proses metabolik tubuh bisa terganggu dan berpotensi meningkatkan risiko penyakit seperti Obesitas, diabetes, penyakit jantung, kanker dll. Oleh karena itu, menerapkan pola hidup sehat sejak dini dan memahami potensi risiko *dismenore* penting sebagai langkah

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

pengecehan. Saat ini, makanan cepat saji semakin marak di sekitar MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe, dikonsumsi karena harga terjangkau dan kemudahan akses. Akibatnya, konsumsi ini cepat menjadi kebiasaan hidup sehari-hari, tanpa disadari mulai membentuk pola makan yang kurang sehat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada remaja putri di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe menunjukkan bahwa dari 108 responden mayoritas yang memiliki frekuensi konsumsi cepat saji (*fast food*) yang sering sebanyak 66 responden (74.2%).

Kejadian *dismenore* pada remaja putri di MTs Negeri 1 Kota Lhokseumawe bahwa dari 108 responden mayoritas yang memiliki kategori *dismenore* ringan yaitu sebanyak 49 (74.2%) responden. Hasil uji korelasi menemukan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *dismenore*.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi institusi Pendidikan untuk melakukan edukasi gizi yang lebih intensif mengenai makanan cepat saji (*fast food*) dan pencegahannya, agar siswa dapat lebih memahami dan menerapkan Langkah-langkah pencegahan yang tepat.

REFERENSI

- 1) Aulia, D. N., Riyana, S., & Anisa, D. N. (2024). *Hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMP N 2 Sleman The relationship between fast food consumption and primary dysmenorrhea pain in adolescent girls At SMP N 2 Sleman*. 2(September), 79–83.
- 2) Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21. Batu, L. H. S. (2021). STIKES Santa Elisabeth Medan. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Perkembangan Personal Sosial Pada Anak Prasekolah Di TK Cerdas Rantauprat Tahun 2020, 1–78.
- 3) Gurusinga, S. E. B., Carmelita, A. B., & Jabal, A. R. (2021). Literature Review: Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Dismenore Primer Pada Remaja. *Jurnal*

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

- 4) Kedokteran Universitas Palangka Raya, 9(1), 1266-1274.
- 5) Herman, H., Dewanti, R., Ishak, S., Rate, S., & Dewi, A. P. (2024). *Hubungan Kadar HB dan Junk Food dengan Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri*. 14(2), 41–46.
- 6) Indahwati, A.N., Muftiana, E. dan Purwaningroom, D.L. 2017.
- 7) Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMP N 1 Ponorogo, Indonesian Journal for Health Sciences, 1(2), pp.7–13
- 8) Smp, D., Jeumpa, N., & Barat, A. (2022). *Universitas Abulyatama Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Puteri Tentang Nyeri Haid Dengan Pemeriksaan Kepelayanan Kesehatan*. 4(1), 1–9.
- 9) Purwati, A. E., Srinayanti, Y., Rosmiati, & Badriah, L. S. A. (2020). Gaya Hidup dan Kejadian Dysmenorrhea pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Nurul Huda Bantarcingin Ciharalang Kabupaten Ciamis.
- 10) Tunas-Tunas Riset Kesehatan, 10, 59–66. Ufrida, K., & Harianto, S. (2022). Konsumerisme Makanan Siap Saji Sebagai Gaya Hidup Remaja Di Kota Surabaya: Studi Kasus Siswi Sma Muhammadiyah 4 Kota Surabaya

Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>