

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN FREKUENSI
KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI TERHADAP
SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI UNIVERSITAS
SRIWIJAYA**



OLEH

NAMA : SITI ZAHARA

NIM : 10021382025088

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2024

SKRIPSI

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI TERHADAP SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar
(S1) Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : SITI ZAHARA

NIM : 10021382025088

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2024

GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi. 02 Agustus 2024

Siti Zahara; Dibimbing oleh Widya Lionita, S.KM., M.PH

Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya

xv + 71 halaman + 17 tabel + 5 bagan + 10 lampiran

ABSTRAK

Menstruasi adalah suatu kondisi di mana permukaan bagian dalam rahim yang telah terbentuk mengalami degenerasi. Siklus menstruasi yang termasuk normal berlangsung sekitar 21-35 hari. Berdasarkan Riskedas (2018) terdapat 13,7% remaja putri di Indonesia mengalami gangguan terkait dengan siklus menstruasi. Ketidakteraturan siklus menstruasi dikaitkan dengan peningkatan resiko penyakit *infertilitas* atau kemandulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji terhadap siklus menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 99 orang dengan metode yang digunakan adalah *cluster sampling*. Data frekuensi konsumsi makanan cepat saji dan siklus menstruasi menggunakan kuisioner dan data status gizi menggunakan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden berusia 19 tahun, status gizi dengan kategori normal yaitu sebanyak 59 responden (59,6%), dikategorikan sering mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yaitu sebanyak 50 responden (50,5%), dan mengalami siklus menstruasi teratur yaitu sebanyak 56 responden. Terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya dengan *p-value* (0,000). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya dengan *p-value* (0,930). Remaja diharapkan untuk memantau secara rutin perubahan siklus menstruasi setiap bulannya, serta mengatur pola makan dengan mengurangi konsumsi makanan cepat saji.

Kata Kunci: Makanan Cepat Saji, Siklus Menstruasi, Status Gizi

Kepustakaan: 55 (2013-2023)

NUTRITION

SRIWIJAYA UNIVERSITY FACULTY OF PUBLIC HEALTH

Thesis, 02 August 2024

Siti Zahara, Supervised by Widya Lionita, S.KM., M.PH

The Relationship between Nutritional Status and Frequency of Fast Food Consumption on the Menstrual Cycle of Sriwijaya University Students

xiv + 71 pages + 17 table + 5 image + 10 attachments

ABSTRACT

Menstruation is a condition in which the inner surface of the uterus that has formed experiences degeneration. A normal menstrual cycle lasts around 21-35 days. Based on Riskedas (2018), 13.7% of adolescent girls in Indonesia experience disorders related to the menstrual cycle. Menstrual cycle irregularities are associated with an increased risk of infertility or infertility. This study aims to determine the relationship between nutritional status and frequency of fast food consumption on the menstrual cycle of female students at Sriwijaya University. The type of research used is analytical observational research with a cross sectional design. The research sample consisted of 99 people with the method used was cluster sampling. Data on the frequency of fast food consumption and menstrual cycles using a questionnaire and data on nutritional status using measurements of body weight and height. Based on the research results, the majority of respondents were 19 years old, nutritional status in the normal category, namely 59 respondents (59.6%), categorized as frequently consuming fast food, namely 50 respondents (50.5%), and experiencing regular menstrual cycles, namely 56 respondents. After carrying out statistical analysis using the chi square test, it was found that there was a significant relationship between Nutritional Status and the Menstrual Cycle of Sriwijaya University Students with a p-value (0.000). There is no significant relationship between the Frequency of Fast Food Consumption and the Menstrual Cycle of Sriwijaya University Students with p-value (0.930). Teenagers are expected to be able to regularly control changes in the menstrual cycle every month, as well as regulate their diet by reducing consumption of fast food.

Keywords: Fast Food, Menstrual Cycle, Nutritional Status

References: 55 (2013-2023)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 02 Agustus 2024

Yang bersangkutan,



Siti Zahara

NIM. 10021382025088

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

Oleh:

SITI ZAHARA

10021382025088

Indralaya, 02 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M.
NIP. 197606092002122001

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Widya Lionita, is written above the name and NIP.

Widya Lionita, S.K.M., M.PH
NIP. 199004192020122014

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini dengan judul "Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya" telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 02 Agustus 2024

Indralaya, 02 Agustus 2024

Tim Penguji Skripsi



Ketua :

1. Yuliarti, S.KM., M.Gizi
NIP. 198807102019032018

()

Anggota :

2. Fenny Etrawati, S.KM., M.KM
NIP. 198905242014042001
3. Widya Lionita, S.KM., M.PH
NIP. 199004192020122014

()
()

Indralaya, 02 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M.
NIP. 197606092002122001

Ketua Jurusan Gizi



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001

RIWAYAT HIDUP

Nama : Siti Zahara
NIM : 10021382025088
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
TTL : Palembang, 06 November 2002
Alamat : Jalan pangeran sidi ing laut an lorong manggis no.31 RT.02
RW.01 Kelurahan 36 ilir Kecamatan gandus, Palembang,
Sumatera Selatan
No. Telp/HP : 081279042753
Email : sitizahara033@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. 2009 - 2014 : SDN 35 Palembang
2. 2014 - 2017 : SMPN 05 Palembang
3. 2017 - 2020 : SMAN 12 Palembang
4. 2020 - 2024 : Universitas Sriwijaya

Riwayat Organisasi

1. LDF FKM Adz-Dzikra (2020-2023)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis haturkan kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya”** Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana (S1) Gizi khususnya bagi para mahasiswa dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya. Penulis menyadari tanpa bantuan serta dukungan dari berbagai pihak, tidak banyak yang bisa penulis lakukan dan berikan secara maksimal dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah memberikan nikmat sehat, memberikan kemudahan, memberikan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini dengan baik.
2. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Widya Lionita, S.KM., M.PH selaku dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu, motivasi, masukan, saran, dan arahan dalam penyusunan skripsi ini, serta telah meluangkan waktunya untuk membimbing saya dengan ikhlas dan sabar.
5. Ibu Yuliarti, S.KM., M.Gizi dan ibu Fenny Etrawati, S.KM., M.KM selaku dosen penguji 1 dan dosen penguji 2 yang telah memberikan arahan serta saran untuk memperbaiki skripsi ini.
6. Staf dan karyawan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah memberikan bantuan selama proses penulisan skripsi ini.
7. Terima kasih yang tak terhingga kepada saudara serta cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Holidi dan Ibunda Mardiah, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik, memotivasi, dan memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.

8. Tidak lupa juga terima kasih kepada ujuk Emilia, yang telah berjasa dalam masa perkuliahan sampai saat ini, yang telah memberikan motivasi, dukungan, harapan, dan do'a nya selama ini dalam kelancaran penulis memperoleh gelar sarjana (S1) Gizi.
9. Trio Macan (Sinta dan Yuyun) dan Trimera (Mega dan Putri) yang telah menemani masa kuliah dan yang tidak pernah bosan mendengarkan keluh kesah. Terima kasih selalu menjadi garda terdepan saat penulis membutuhkan bantuan, memberikan motivasi bahwa semua akan berakhir dengan kebahagiaan.
10. Teman-teman satu angkatan gizi 2020, yang telah memberikan inspirasi, motivasi, bantuan dan kebersamaannya selama ini.
11. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, terima kasih sudah selalu berusaha menjadi yang terbaik walaupun terkadang apa yang diinginkan tidak tercapai, terima kasih sudah selalu mencoba bangkit ketika kecewa, terima kasih untuk semua hal-hal yang tidak bisa diceritakan, terima kasih sudah memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan semaksimal mungkin. Ini merupakan pencapaian yang patut di rayakan untuk diri sendiri.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima terhadap semua kritik dan saran yang membangun sebagai bahan evaluasi dan pembelajaran di masa yang akan datang. Semoga Allah Subhanahu wa ta'ala membalas kebaikan bagi seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini.

Indralaya, 02 Agustus 2024



Penulis

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Siti Zahara
NIM : 10021382025088
Program Studi : S1 Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non exclusive Royalty Free Right)** atau karya ilmiah saya yang berjudul :

”Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswa Universitas Sriwijaya”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formalkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya
Pada Tanggal : 02 Agustus 2024
Yang menyatakan

Siti Zahara
NIM. 10021382025088

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACK	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	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	7
1.4.1 Bagi Peneliti	7
1.4.2 Bagi FKM Unsri	7
1.4.3 Bagi Masyarakat	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	7
1.5.1 Lingkup Lokasi	7
1.5.2 Lingkup Materi	7
1.5.3 Lingkup Waktu	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Menstruasi	8
2.1.1 Definisi Menstruasi	8
2.1.2 Siklus Menstruasi	8

2.1.3	Gangguan Menstruasi	9
2.1.4	Faktor Resiko Gangguan Menstruasi	9
2.1.5	Dampak Siklus Menstruasi Tidak Teratur	9
2.2	Status Gizi	12
2.2.1	Definisi Status Gizi	12
2.2.2	Cara Mengukur Status Gizi	12
2.2.3	Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi	14
2.3	Makanan Cepat Saji	15
2.3.1	Definisi Makanan Cepat Saji	15
2.3.2	Jenis-jenis Makanan Cepat Saji	16
2.3.3	Zat-zat yang Terkandung Dalam Makanan Cepat Saji	18
2.3.4	Dampak Konsumsi Makanan Cepat Saji Secara Berlebihan	19
2.3.5	Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> Dengan Siklus Menstruasi	21
2.4	Penelitian Terkait	22
2.5	Kerangka Teori	24
2.6	Kerangka Konsep	26
2.7	Definisi Operasional	27
2.8	Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN		30
3.1	Desain Penelitian	30
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.2.1	Populasi Penelitian	30
3.2.2	Sampel Penelitian	30
3.3	Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data	33
3.3.1	Jenis Data	33
3.3.2	Cara Pengumpulan Data	33
3.3.3	Alat Pengumpulan Data	34
3.4	Pengolahan Data	36
3.5	Validitas Data	37
3.5.1	Uji Validitas	37
3.5.2	Uji Reliabilitas	37
3.6	Analisis Dan Penyajian Data	38

3.6.1 Analisis Univariat	38
3.6.2 Analisis Bivariat	38
3.6.3 Penyajian Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	40
4.1 Gambaran Tempat Penelitian	40
4.1.1 Lokasi Penelitian	40
4.1.2 Fasilitas Universitas Sriwijaya	41
4.1.3 Kasus Penularan Penyakit Hepatitis A di Universitas Sriwijaya ..	42
4.2 Analisis Univariat	43
4.2.1 Analisis Univariat Karakteristik Responden	43
4.2.2 Analisis Univariat Status Gizi Responden	44
4.2.3 Analisis Univariat Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji	45
4.2.4 Analisis Univariat Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	49
4.3 Analisis Bivariat	50
4.3.1 Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Universitas Sriwijaya	50
4.3.2 Hubungan Frekuensi Makanan Cepat Saji dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Universitas Sriwijaya	51
BAB V PEMBAHASAN	53
5.1 Keterbatasan Penelitian	53
5.2 Pembahasan	53
5.2.1 Karakteristik Responden	53
5.2.2 Siklus Menstruasi	54
5.2.3 Status Gizi	56
5.2.4 Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji	59
BAB VI KESIMPULAN	65
6.1 Kesimpulan	65
6.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Standar Acuan IMT Menurut Kemenkes 2014	13
Tabel 2.2 Klasifikasi Standar Acuan IMT Menurut WHO	14
Tabel 2.3 Penelitian Terkait	22
Tabel 2.4 Defisini Operasional	27
Tabel 3.1 Penentuan Besar Sampel	31
Tabel 3.2 Jumlah Sampel Penelitian Masing-masing Fakultas	32
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Mahasiswi Universitas Sriwijaya	43
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswi Universitas Sriwijaya ...	44
Tabel 4.3 Distribusi Indeks Massa Tubuh Mahasiswi Universitas Sriwijaya	44
Tabel 4.4 Distribusi Status Gizi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	45
Tabel 4.5 Distribusi Jawaban Responden pada Pertanyaan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Mahasiswi Universitas Sriwijaya	45
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Mahasiswi Universitas Sriwijaya	48
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Pola Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	49
Tabel 4.8 Distribusi Pola Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	49
Tabel 4.9 Distribusi Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	50
Tabel 4.10 Hubungan Status Gizi terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	50
Tabel 4.11 Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi Universitas Sriwijaya	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	24
Gambar 2.2 Kerangka Teori	25
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	26
Gambar 4.1 Peta Universitas Sriwijaya	40
Gambar 4.2 Ketersediaan Makanan Cepat Saji Universitas Sriwijaya	48
Gambar 4.3 Fasilitas Penjangkauan Makanan Cepat Saji Universitas Sriwijaya .	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel Penelitian	74
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian	82
Lampiran 3. Informed Consent	84
Lampiran 4. Lembar Data Karakteristik Responden	85
Lampiran 5. Formulir FFQ Modifikasi	87
Lampiran 6. Analisis Data	89
Lampiran 7. Surat Izin Kaji Etik	108
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian	109
Lampiran 9. Pemilihan Sampel Penelitian	110
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian	115

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja dapat diartikan sebagai proses perpindahan dari masa usia kanak-kanak ke masa dewasa yang ditunjukkan dengan adanya perubahan baik secara fisik, biologis, kognitif, sosial, emosional maupun psikis (Maedy, 2022). Menurut BKKBN, usia yang termasuk dalam kategori remaja adalah jika seseorang telah memasuki usia 10 sampai 24 tahun dan tak hanya itu, yang bisa disebut dalam kategori remaja menurut BKKBN adalah jika seseorang belum menikah (BKKBN, 2015). Jumlah remaja Indonesia pada tahun 2021 sebanyak 46 juta remaja dan 48% diantaranya adalah remaja putri (UNICEF, 2021). Seiring dengan kemajuan perkembangan biologis saat ini, remaja putri akan melewati suatu tahapan yang disebut dengan pubertas dimana terjadinya tahapan kematangan pada organ-organ reproduksi yang berkemampuan untuk memproduksi. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan perubahan pada hormonal yang merupakan jalan terjadinya menstruasi (Hukmiyah Aspar, 2021).

Menstruasi adalah suatu kondisi di mana permukaan bagian dalam rahim yang telah terbentuk mengalami degenerasi karena sel sperma tidak dibuahi. Siklus menstruasi yang termasuk normal berlangsung sekitar 4 sampai 6 hari, dan jumlah darah yang keluar ketika terjadinya menstruasi kurang lebih mencapai 20 sampai 60 mililiter, dengan intervalnya sekitar 21-35 hari (Rahma, 2021). Ketidakteraturan menstruasi yang dialami remaja putri diseluruh dunia, pada tahun 2018 sebanyak 80% remaja putri mengalami ketidakteraturan pada siklus menstruasi (WHO, 2018). Dan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dalam beberapa tahun terakhir telah banyak penelitian yang telah dilakukan di beberapa negara seperti Turki, dilaporkan bahwa terdapat 31,2% remaja putri di Turki yang memiliki gangguan pada menstruasi yaitu siklus menstruasi yang tidak berjalan dengan teratur (Cakir *et al.*, 2015). Hal tersebut membuktikan bahwa prevalensi gangguan pada siklus menstruasi yang dialami pada remaja putri masih tinggi pada beberapa negara. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) terdapat 13,7% remaja putri di Indonesia yang mengalami gangguan pada siklus

menstruasi, kemudian terdapat 75% wanita yang berada pada golongan usia remaja akhir mengalami gangguan pada menstruasi, dan presentase tertinggi yang mengalami gangguan pada menstruasi di semua Provinsi di Indonesia berada di Provinsi Gorontalo yaitu sebanyak 23,3%.

Menurut laporan Riskedas 2013 dan Riskedas 2018 prevalensi siklus menstruasi tidak teratur tidak terjadi penurunan dan tetap berada di angka 11,7% perempuan di Sumatera Selatan yang mengalami gangguan kesehatan pada reproduksi, yaitu ketidakteraturan siklus menstruasi di setiap bulannya. Dari data tersebut membuktikan bahwa masih tingginya prevalensi kejadian masalah pada siklus menstruasi di Sumatera Selatan dari 13,7% prevalensi masalah pada siklus menstruasi yang dialami remaja putri di Indonesia (Riskedas, 2018), sedangkan berdasarkan laporan rutin tahunan yang diperoleh dari RS Ernaldi Bahar Provinsi Sumatera Selatan, didapatkan data prevalensi kunjungan pasien rawat jalan pada tahun 2018 sebanyak 14,7% atau sekitar 2.002 pasien yang mengalami permasalahan gangguan pada menstruasi. Pada tahun 2019, data pasien rawat jalan RS Ernaldi Provinsi Sumatera Selatan menunjukkan diangka 18% atau sebanyak 2.132 pasien yang mengalami permasalahan gangguan pada menstruasi. Dari laporan tersebut menunjukkan terjadinya peningkatan prevalensi permasalahan menstruasi dari tahun 2018 sampai tahun 2019 yaitu sebanyak 4% (Profil RS Ernaldi Bahar, 2019).

Gangguan menstruasi tersebut adalah salah satu dari masalah kesehatan pada sistem reproduksi dan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami remaja putri di Indonesia. Oleh karena itu, pemerintah maupun masyarakat luas harus mengambil alih dan tanggung jawab untuk mengurangi permasalahan kesehatan reproduksi perempuan baik di pedesaan maupun perkotaan di Indonesia. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir tahun 2018 prevalensi gangguan menstruasi di Ogan Ilir menempati urutan pertama terbanyak gangguan menstruasi di Provinsi Sumatera Selatan yaitu sebesar 64,3% dan pada tahun 2020 angka kejadian gangguan menstruasi di Ogan Ilir mengalami peningkatan yaitu berada diangka 66,3% (Dinkes Kabupaten Ogan Ilir, 2020), sedangkan presentase gangguan menstruasi di Kabupaten Lahat sebesar 60,2% dan presentase gangguan menstruasi di Kota Palembang sebesar 64,3% (Dinkes

Sumatera Selatan, 2020). Data tersebut menunjukkan bahwa masih tingginya angka kejadian gangguan menstruasi di Ogan Ilir jika dibandingkan dengan Kabupaten lain di Sumatera Selatan.

Gangguan pada siklus menstruasi adalah parameter penting yang dapat menunjukkan bahwa terjadinya masalah pada sistem reproduksi dan berhubungan dengan peningkatan risiko berbagai penyakit pada sistem reproduksi, termasuk *infertilitas* atau yang bisa disebut dengan kemandulan (Gudmundsdottir *et al.*, 2011). *Infertilitas* dapat terjadi ketika terdapat masalah pada siklus yaitu berupa ketidakteraturan pada siklus menstruasi sehingga dapat mempengaruhi ovulasi dan menyebabkan ketidakseimbangan hormon yang sangat mempengaruhi pada proses ovulasi (Ilmi & Selasmi, 2019). Menurut WHO, prevalensi infertilitas mencapai 60 hingga 80 juta orang di seluruh dunia dan meningkat 2 juta orang setiap tahunnya, dan di negara berkembang angka infertilitas pada pasangan usia subur adalah sebesar 17 hingga 26%. Sementara menurut data Riskesdas, prevalensi infertilitas di Indonesia adalah 15-25% pada tahun 2013.

Menstruasi yang tidak teratur pada remaja putri merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian lebih karena dapat menimbulkan permasalahan lain di kemudian hari yang dapat mempengaruhi kualitas hidup remaja putri di masa depan (Sharma *et al.*, 2014). Terdapat beberapa faktor risiko yang menyebabkan ketidakteraturan pada siklus menstruasi antara lain ketidakseimbangan hormon, status gizi, stres atau gangguan psikis, aktivitas fisik, penyakit kronis, dan penggunaan obat-obatan tertentu (Salsabila & Farhat, 2022). Faktor yang paling besar pengaruhnya terhadap ketidakteraturan pada siklus menstruasi yaitu ketidakseimbangan hormon. Ketidakseimbangan hormon dipengaruhi oleh status gizi, sehingga status gizi berdampak besar pada siklus menstruasi, yang mana ukuran tubuh berkorelasi dengan ketidakteraturan menstruasi (Octavia & Amelia, 2020).

Status gizi dapat didefinisikan sebagai ukuran kondisi tubuh manusia dan dapat diukur dari makanan yang dikonsumsi seseorang serta pemanfaatan zat gizi dalam tubuh manusia (Felicia, 2015). Asupan nutrisi yang kurang dapat mempengaruhi ketidakteraturan pada siklus menstruasi pada sebagian besar remaja putri (Chomaria, 2017). Seorang yang berstatus gizi lebih atau kelebihan

berat badan otomatis juga memiliki jumlah sel lemak yang berlebih sehingga dengan berlebihnya sel lemak, maka tubuh akan memproduksi estrogen secara berlebih, sedangkan pada seseorang yang berstatus gizi kurang atau yang memiliki berat badan kurang akan menyebabkan kelainan pada siklus menstruasi karena sel lemaknya tidak cukup untuk menghasilkan estrogen yang memiliki peranan penting untuk proses ovulasi dan proses terjadinya menstruasi, sehingga ketika estrogen tidak cukup untuk melakukan kerjanya, maka dapat menyebabkan ketidakteraturan pada siklus menstruasi (Amperaningsih *et al.*, 2018). Hal ini sejalan dengan temuan pada penelitian tahun 2017 yang dilakukan oleh Sunarshi tentang hubungan status gizi dengan keteraturan menstruasi pada mahasiswa program studi kebidanan Universitas Malahayati. Didapatkan mayoritas responden yaitu 56,1% responden didapatkan memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur dan mayoritas responden berjumlah 51,2% mempunyai status gizi tidak normal yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara keteraturan siklus menstruasi dengan status gizi seseorang.

Salah satu faktor yang berkontribusi dan memberikan pengaruh terhadap status gizi pada remaja adalah kebiasaan makan yang tidak sehat, salah satunya adalah konsumsi makanan cepat saji yang tengah menjadi tren dalam kehidupan generasi muda saat ini, sehingga remaja kurang menyadari dan memperhatikan terhadap makanan yang dikonsumsinya (Felicia *et al.*, 2015). Remaja saat ini lebih memilih dan lebih suka mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan dengan makanan rumahan, hal ini karena ketersediaan dan promosi makanan yang lebih mengutamakan rasa daripada gizi, yang mana jika kondisi ini berlangsung lama, maka kualitas gizi remaja dapat memburuk (Miraturofiah, 2020). *Fast food* atau makanan yang cepat saji sering menimbulkan ketidakseimbangan gizi karena kandungan pada makanan cepat saji mengandung tinggi kalori, lemak dan gula serta mengandung rendah serat (Hayya, 2023).

Makanan cepat saji atau disebut juga dengan *fast food* merupakan salah satu produk makanan yang awalnya berasal dari Amerika Serikat dan kini *fast food* terus berkembang dan sudah menjadi bagian dari gaya hidup remaja Indonesia yang tidak bisa dipisahkan (Ayu *et al.*, 2017). Makanan cepat saji tidak hanya mempengaruhi status gizi pada remaja, banyak masalah lain yang akan

ditimbulkan jika sering mengonsumsi makanan cepat saji salah satunya adalah makanan cepat saji dapat menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan pada siklus menstruasi sehingga menyebabkan siklus menstruasi menjadi tidak teratur, hal ini disebabkan karena kandungan asam lemak yang tinggi pada *fast food* yang dapat mempengaruhi metabolisme progesteron pada fase luteal dari siklus menstruasi, sehingga mengonsumsi makanan cepat saji secara berlebihan berpengaruh terhadap siklus menstruasi pada remaja putri (Ratnawati, 2016). Penelitian pada tahun 2021 yang dilakukan oleh Rahma menemukan adanya korelasi antara konsumsi makanan cepat saji dengan siklus menstruasi yang dilakukan pada siswi SMAN 12 Bekasi, seseorang yang sering dalam mengonsumsi makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko terjadinya kelainan pada siklus menstruasi sebanyak 5 kali lebih besar jika dibandingkan dengan seseorang yang mengonsumsi makanan cepat saji dalam kategori jarang.

Para remaja khususnya kalangan mahasiswa indekost yang biasanya sering mengonsumsi makanan cepat saji karena kesibukannya sebagai mahasiswa dan berorganisasi. Makanan cepat saji didefinisikan sebagai suatu makanan alternatif yang bisa didapatkan dengan mudah dan cepat, apalagi pada usia mahasiswa umumnya mudah sekali mengikuti trend yang sedang terjadi, seperti memakan kudapan dan camilan yang cepat dalam penyajiannya dan harganya cocok di kantong mahasiswa yang didukung oleh lingkungannya untuk mendapatkan makanan tersebut dengan mudah dan cepat (Fadillah, 2023). Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tiara, 2022 didapatkan bahwa 75% mahasiswa Universitas Sriwijaya termasuk kedalam kategori sering mengonsumsi makanan cepat saji.

Universitas Sriwijaya merupakan perguruan tinggi negeri terbesar di seluruh Provinsi Sumatera Selatan dengan jumlah mahasiswa sebanyak 30.736 orang (Kemendikbud, 2020). Jumlah mahasiswa yang banyak tersebut dapat memungkinkan terdapat masalah ketidakteraturan pada siklus menstruasi pada mahasiswi di Universitas Sriwijaya, sehingga memberikan sampel minimal yang cukup untuk penelitian ini. Dari latar belakang yang telah dipaparkan diatas peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan status gizi dengan frekuensi

konsumsi makanan cepat saji terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa Universitas Sriwijaya.

1.2 Rumusan Masalah

Menstruasi merupakan fenomena yang bersifat fisiologis yang terjadi pada semua remaja putri. Meskipun begitu pada kenyataannya, banyak remaja putri yang mengalami masalah ketidakteraturan pada siklus menstruasi. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap ketidakteraturan pada siklus menstruasi adalah status gizi dan mengkonsumsi makanan cepat saji yang dikonsumsi secara berlebihan. Jika ketidakteraturan menstruasi tidak ditangani dengan segera maka tubuh bisa kehilangan banyak darah dan keluar secara berlebih, sehingga meningkatkan risiko anemia dan berbagai penyakit pada sistem reproduksi, seperti *infertilitas* atau biasa disebut dengan kemandulan. Oleh karena itu, gangguan siklus menstruasi pada remaja putri merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian lebih karena dapat mempengaruhi kualitas hidup remaja di kemudian hari (Sharma *et al.*, 2014).

Dari uraian diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara status gizi dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji terhadap siklus menstruasi mahasiswi Universitas Sriwijaya Indralaya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan status gizi dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji terhadap siklus menstruasi mahasiswi Universitas Sriwijaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik responden (umur, usia menarche, tinggi badan, berat badan), status gizi, siklus menstruasi, dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji mahasiswi Universitas Sriwijaya
2. Menganalisis hubungan status gizi dengan siklus menstruasi mahasiswi Universitas Sriwijaya

3. Menganalisis hubungan frekuensi makanan cepat saji dengan siklus menstruasi mahasiswi Universitas Sriwijaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk memperluas pengalaman, memperluas pengetahuan dan menambah wawasan tentang hubungan status gizi dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada siklus menstruasi mahasiswa Universitas Sriwijaya. Selain itu juga dapat digunakan sebagai bahan kajian atau bahan referensi untuk mengembangkan penelitian yang lebih spesifik dan mendalam.

1.4.2 Bagi FKM Unsri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan untuk memperluas pengetahuan mahasiswa, menambah bahan referensi perpustakaan, dan menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya khususnya di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat luas khususnya pada remaja putri tentang hubungan status gizi dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji terhadap siklus menstruasi.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Universitas Sriwijaya yang terletak di Jalan Raya Palembang Prabumulih KM. 32, Kecamatan Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan.

1.5.2 Lingkup Materi

Penelitian dilakukan untuk menemukan hubungan status gizi dan frekuensi makanan cepat saji terhadap siklus menstruasi mahasiswi Universitas Sriwijaya.

1.5.3 Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei - Juni 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-saad, E. 2016, 'Causes And Effects Of Fast Food'. *International Journal o Scientific & Technology Research*, vol. 4, no. 8., pp. 279–280.
- Amperaningsih, Yuliati & Nurul Fathia. 2018. 'Hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja di bandar lampung', vol 14, no. 2, pp. 194.
- Anggreni, D. 2022, "Metode Penelitian Kesehatan". *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- Azzahra, N. *et al.* 2022, 'Hubungan Berat Badan dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Biologi Kelas C Angkatan 2019 Universitas Negeri Padang. *UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, pp. 499–507.
- Azis, A. A., Kurnia, N., Hartati, & Purnamasari, A. B. 2018, 'Menstrual Cycle Length in Women Ages 20-30 years in Makassar'. *Journal of Physics: Conference Series*, vol. 1028, no.1, pp. 2.
- Balasubramaniam, S. M. *et.al.* 2013, 'Risk factors of female breast carcinoma: case control study at Puducherry'. *Indian Journal of Cancer*, [on line], vol. 50, no.1., pp. 65–70. Dari: <https://doi.org/10.4103/0019-509X.112307>
- Badaan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). 2015, "Siapa itu remaja?". Dari: <https://flipbook.bkkbn.go.id/index.php /flipbook /show /TFL-4396-182507-084156>.
- Cakir, M. *et al.*, 2015, 'Menstrual pattern and common menstrual disorders among university students in Turkey'. *Pediatrics International*, [on line], vol 49, no 6., pp. 938–942.
- Chomaria, N. 2017, Hubungan antara Status (Ngobrolin Pubertas Buat Remaja Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Islam). (A. Najmuddin, Ed) Solo: Samudra.
- Dinkes OI 2021. Data Kesehatan Ogan Ilir.
- Duke, C *et al.*, 2020, 'Chi-square', *Basic Quantitative Research Methods for Urban Planners*, pp. 133–149. Dari: 10.4324/9780429325021-8.
- Dya, N. M. & Adiningsih, S. 2019, 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi MAN 1 Lamongan', *Amerta Nutrition*, [on line], vol. 3, no. 4, pp. 310. Dari: 10.20473/amnt.v3i4.2019.310-314.

- El Alasi, Z.Y. & Hamdani, I. 2017. 'Hubungan Indeks massa tubuh terhadap keteraturan siklus menstruasi pada siswi Madrasah Aliyan negeri Dolok Masihul di kecamatan Dolok Masihul'. *Ibnu Sina Biomedika*, [on line vol. 1, no. 1., pp.40-48.
- Fadillah, A. N & Puspitasari, D. I. 2023, 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta', *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, 1(1), pp. 25–34. Dari: 0.56303/jdik.v1i1.104.
- Maedy, F. S., Permatasari, T. A. E. and Sugiatmi, S. 2022, 'Hubungan Status Gizi dan Stres terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri di Indonesia', *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), p. 1.
- Felicia *et al*, 2015, 'Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di PSIK FK UNSRAT Manado', *Jurnal Keperawatan*, [on line], vol. 3, no. 1, pp. 1–7.
- Gudmundsdottir, S. L., Flanders, W. D., & Augestad, L. B, 2011, 'A longitudinal study of physical activity and menstrual cycle characteristics in healthy Norwegian women-The Nord-Trøndelag Health Study'. *Norsk Epidemiologi*, vol 20 no 2., pp.163–171.
- Grieger, J. A., & Norman, R. J. 2020, 'Menstrual cycle length and patterns in a global cohort of women using a mobile phone app: Retrospective cohort study'. *Journal of Medical Internet Research*, vol. 22, no. 6., pp. 12.
- Harzif, A. K., Silvia, M., & Wiweko, B. 2018, 'Fakta-Fakta Mengenai Menstruasi pada Remaja'. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hayya, R. F., Wulandari, R. and Sugesti, R. 2023, 'Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa', *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), pp. 1338–1355. doi: 10.55681/sentri.v2i4.751.
- Hukmiyah Aspar, A. 2021, 'Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mizanul ' Ulum Sanrobone Kabupaten Takalar Tahun 2021', *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, [on line], vol. 5, no. 1, pp. 55–60.

- Ilmi, A. F. & Selasmi, E. W. 2019, 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 6 Tangerang Selatan', *Edu Masda Journal*, [on line], vol. 3, no. 2., pp. 175.
- Larasati, T. A., & Alatas, F. 2016, "Dismenore Primer Dan Faktor Risiko Dismenore Primer Pada Remaja". *Jurnal Majority*, vol. 5, no. 3, pp. 79–84.
- Lestari, M., & Amal, F. (2019), 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan Siklus Haid Tidak Teratur Pada Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jaya Pura'. *Jurnal Sehat Mandiri*, vol. 14, no. 2.
- Miraturofiah. 2020, 'Kejadian Gangguan Menstruasi Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja'. *Jurnal Asuhan Ibu & Anak (JAIA)*. Vol 5, no 2., pp.31-42.
- Mohamadirizi, S., & Kordi, M. 2013. Association between menstruation signs and anxiety, depression, and stress in school girls in Mashhad in 2011-2012. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, [on line], vol. 18, no.5., pp. 402-407.
- Novita, R. 2018, 'Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya'. *Amerta Nutrition*, vol. 2, no. 2., pp. 172. Dari: <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.172-181>
- Oktavia, L. & Amelia, W. 2022, 'Analisis Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri', *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma'arif Baturaja*, vol. 7, no. 2, pp. 100–106.
- Pibriyanti, K., Nufus, N. T., & Luthfiya, L. 2021. 'The Relationship of The Menstrual Cycle, Menstrual Length, Frequency Of Menstruation, And Physical Activities With The Incident Of Anemia In Adolescents Girls At Islamic Boarding School'. *Journal Of Nutrition College*, vol. 10, no.2., pp. 112–119. Dari: <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i2.29855>
- Pamelia, I. 2018, 'Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Dan Dampaknya Bagi Kesehatan', *Jurnal Ikesma*, [on line], vol. 14, no. 2, pp. 144. Dari: [10.19184/ikesma.v14i2.10459](https://doi.org/10.19184/ikesma.v14i2.10459).
- Par'I, Holil, M *et al.*, 2017. Penilaian Status Gizi. Kemenkes RI.
- Profil RS Ernaldi Bahar. Profil RS Ernaldi Bahar Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2019.

- Puspita, D.P & Tingubun, S. (2017), 'Hubungan antara Status Gizi dan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri, *Jurnal Ilmu kebidanan*, vol. 3, no. 2.
- Qin, L. L. *et al.* 2020, 'Association between cigarette smoking and the risk of dysmenorrhea: A meta-analysis of observational studies'. *Plos One*, [on line], vol. 15, no. 4), pp. 1–13.
- Reuter, P. G. *et al.* 2019, 'Young children are the main victims of *fast food*
- Rahma, B. (2021), 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* Dan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sman 12 Kota Bekasi'. *Jurnal Health Sains*, [on line], vol. 2, no. 4., pp. 432–443.
- Ratnawati, A. E. 2023, 'Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri '. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, [on line], vol. 13, no. 4, pp. 48–54.
- Revi, M *et al.* 2023, 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Sekolah Menengah Atas', *Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, vol. 8, no. 1, pp. 10–27.
- Reyza, N. F & Sulistiawati, A. C. (2022) 'Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Smpn 1 Rambah Tahun 2021', *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, [on line], vol. 5, no. 2, pp. 136–140.
- (RISKESDAS) Riset Kesehatan Dasar. 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- (RISKESDAS) Riset Kesehatan Dasar. 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- Riskawati, Y. K., Prabowo, E. D. & Al-Rasyid, H. (2018), 'Physical Activity Level of the Second , Third , and Fourth Years Students At Study Program of Medicine', *Majalah Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya*, 5(1), pp. 26–32.
- Sachithanathan, V. (2015), 'Effect of fast food consumption on the body Mass Index status of Adolescent Girls-A Review'. *International Journal of Advanced Research in Biological Sciences*, vol 2, no. 3, pp. 20–24.

- Safitri, D. E. (2021) 'Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Menstruasi pada Wanita Usia Subur', *Tirtayasa Medical Journal*, [on line], vol. 1, no. 1, pp. 8.
- Sarkiala, E. M. *et al.* (2016) 'The efficacy of tinidazole in naturally occurring periodontitis in dogs: bacteriological and clinical results', *Veterinary Microbiology*, vol. 36, no. 3–4, pp. 273–288.
- Salsabila, D & Farhat, Y. 2022, 'Hubungan Status Gizi, Tingkat Konsumsi Fe Dan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Remaja (Studi Di Sma Negeri 2 Banjarbaru)', *Jurnal Skala Kesehatan*, [on line], vol. 13, no. 2., pp. 82–90.
- Setyawan, Aditya, D. 2018, *Statistika Kesehatan Analisis Bivariat Pada Hipotesis Kesehatan* [on line]. Tahta Media Group, dari: https://www.researchgate.net/publication/362127493_BUKU_AJAR_STATISTIKA_KESEHATAN_Analisis_Bivariat_pada_Hipotesis_Penelitian [13 Januari 2024].
- Sharma, N. *et al.* 2014. 'A Cross sectional Study Of Knowledge, Attitude And Practices Of Menstrual Hygiene Among Medical Students In North India'. *The Journal of Phytopharmacology*, vol. 2, no. 5., pp. 28–37.
- Sitoayu, L. *et al.*, (2017), 'Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stres, dan siklus menstruasi pada remaja'. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, vol. 13, no. 3., pp. 121-128.
- Suleman, N. A. *et al.* (2023) 'Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri', *Cendekia Medika : Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, vol. 2, no. 2, pp. 43–49.
- Sunarsih. 2017, 'Hubungan Status Gizi Dan Aktifitas Fisik Terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi Mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati Tahun 2017', *Jurnal Kebidanan*, vol. 3, no. 4, pp. 190–195.

- Suryatno, H. *et al.* (2023) 'Hubungan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di SMAN 7 Mataram', *Prima*, vol. 9, no. 2.
- Susanti, E., Sudiana, I. K., & Hendarto, H. 2020, 'Smoke Effects of Disturbances Folliculogenesis (Mda, GnRH, Hsp70, Apoptosis, and Follicles) in Ovarian on Mice Balb/C'. *Journal of International Dental and Medical Research*, [on line], vol. 13, no. 2., pp. 774-777.
- Resmasari, Y. R. *et al.* (2023) 'Hubungan Antara Status Gizi dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Perempuan di Desa Woro Kecamatan Kragan Kabupaten Rembang', *Jurnal Penelitian Pendidikan Bidan*, vol. 1, no. 2., pp. 141–149.
- Ufrida, K & Harianto, S. (2022) 'Konsumerisme Makanan Siap Saji Sebagai Gaya Hidup Remaja Di Kota Surabaya: Studi Kasus Siswi Sma Muhammadiyah 4 Kota Surabaya'. *Jurnal Analisa Sosiologi*, vol. 11, no. 1, pp. 137-156.
- UNICEF. 2021, Profil Remaja 2021. Unicef, 917(2016), 1–2. [https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil Remaja.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf)
- Utami, R. W. *et al.* (2022) 'Indeks Massa Tubuh dan Siklus Menstruasi', *Jurnal Elektronik*, vol. 12, no. 1, pp. 301–306.
- Yuniyanti, A. F *et al.* (2022), 'Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Status Gizi, Aktifitas Fisik terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswi di Universitas Muhadi Setiabudi'. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, vol. 3, no. 2., pp. 76–81.
- Yani, W., & Rahayu, B. 2023, 'Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta', *Jurnal Kebidanan*, [on line], vol. 12, no. 2, pp. 68–74.