



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIFITAS FISIK
DENGAN USIA *MENARCHE* SISWI DI MTSN MODEL PADANG
DAN SMPN 16 PADANG TAHUN 2018**

Oleh :

FITRI NIA

No. BP: 1611226014

PEMBIMBING 1 : DR. Azrimaidaliza, SKM, MKM

PEMBIMBING 2 : dr. Rauza Suka Rita, Ph.D

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG, 2018**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Juli 2018
FITRI NIA, No.BP 1611226014**

**HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIFITAS FISIK DENGAN
USIA *MENARCHE* SISWI DI MTSN MODEL PADANG DAN SMPN 16
PADANG TAHUN 2018**

xi+ 86 halaman, 49 tabel, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi zat gizi *fast food* dan aktivitas fisik dengan usia *menarche* siswi di MTsN Model Padang dan SMPN 16 Padang tahun 2018.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study*. Tempat penelitian di MTsN Model Padang dan SMPN 16 Padang. Jumlah responden penelitian ini adalah 159 orang. Pengambilan data primer dilakukan dengan cara wawancara, angket dan pengukuran status gizi. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat, bivariat (uji *chi-square*) dan multivariat (regresi logistic berganda dengan model faktor risiko).

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 76,7% siswi mengalami *menarche* normal dengan rata-rata usia $12,60 \pm 0,70$ tahun. Variabel yang memiliki hubungan yang bermakna dengan usia *menarche* adalah asupan protein ($p=0,0001$), asupan lemak ($p=0,0001$), frekuensi konsumsi *fast food* ($p=0,0001$), dan aktivitas fisik ($p=0,041$). Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energy dan karbohidrat *fast food*. Hasil uji multivariate didapatkan usia *menarche* ibu merupakan *confounding* variabel asupan energy *fast food* (OR= 2,608), karbohidrat *fast food* (OR=2,286), frekuensi konsumsi *fast food* (OR=12,386) dan aktivitas fisik (OR= 3,238). Variabel status gizi tidak memiliki efek *confounding* dalam penelitian ini.

Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini terdapat hubungan antara asupan protein *fast food*, lemak *fast food*, dan frekuensi konsumsi *fast food* serta aktivitas fisik dengan usia *menarche*. Usia *menarche* ibu merupakan variabel *confounding*. Saran bagi pihak sekolah adalah bekerja sama dengan Universitas (Fakultas Kesehatan Masyarakat) untuk mengadakan penyuluhan rutin terkait dengan kesehatan remaja terutama kesehatan reproduksi. Saran bagi responden untuk mengurangi konsumsi *fast food* ≤ 2 kali seminggu dengan 1-2 jenis *fast food* dan meningkatkan aktivitas fisik dengan melakukan olahraga sekurangnya 3-4 kali seminggu.

Daftar Pustaka : 39 (1995-2017)

Kata Kunci : Konsumsi *fast food*, Aktivitas Fisik, dan Usia *Menarche*

**PUBLIC HEALTH FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, July 2018
FITRI NIA, No.BP 1611226014**

**THE ASSOCIATION OF FAST FOOD CONSUMPTION AND PHYSICAL
ACTIVITY OF MENARCHE TO GIRLS STUDENT IN MTSN MODEL
PADANG AND JUNIOR HIGH SCHOOL 16 OF PADANG IN 2018**

xi+86 pages, 49 tables, 10 appendix

ABSTRACT

Objective

This study aims to know the association of fast food consumption and physical activity with menarche age to girls student in MTsN Model Padang and Junior High School 16 of Padang in 2018.

Methods

The study using cross sectional design with total samples of 159 girls adolescents. It conducted at the MTsN Model Padang and Junior High School 16 of Padang. Primary data obtained by interviews, and measurement. Statistical analysis using univariat, bivariat (chi-square) and multivariate (multiple regression logistic with risk factor model).

Result

The result showed that 76,7% respondents suffered of menarche at normal with the average $12,6 \pm 0,70$ years old. There was a significant different between menarche with protein intake ($p=0,0001$), fat intake ($p=0,0001$), fast food frequency ($p=0,0001$), and physical activity ($p=0,041$). There was no significant association between menarche with energy intake and carbohydrate intake. Based on the multivariate analysis showed that menarche age of mothers was counfounding variabel of energy intake (OR=2,608), carbohydrate intake (OR=2,286), fast food frequency (OR=12,389), and physical activity (OR=3,238) and nutritional status was not a confounding variabel among variabel in study.

Conclusions

It can be concluded that there was a significant association between menarche with protein, fat, frequence of fast food and physical activity. Menarche age of mothers is a confounding variabel. Suggestions for the school is to cooperate with the university (Public Health Faculty) to held routine counseling related to adolescent health, especially reproductive health. Suggestions for respondents to reduce fast food consumption ≤ 2 times a week with 1-2 types of fast food and increase physical activity by doing sports at least 3-4 times a week.

References : 39 (1995-2017)

Key Words : Fast food Consumption, Physical Activity, and Menarche