

SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 9 PADANG

Penelitian Keperawatan Maternitas



**AMALIA HAFNI
NIM. 2211313046**

Dosen Pembimbing:

- 1. Dr. Ns. Lili Fajria, S.Kep., M.Biomed**
- 2. Ns. Mutia Farlina, M.Kep., Sp.Kep.An**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
FEBRUARI 2026**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
Februari 2026

Nama : Amalia Hafni
NIM : 2211313046

Hubungan Konsumsi *Junk Food* dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS)
pada Remaja Putri di SMA Negeri 9 Padang

ABSTRAK

Premenstrual syndrome (PMS) merupakan gejala umum yang dialami perempuan sebelum dan sesudah menstruasi, namun gejala yang semakin berat dan terjadi secara berulang akan mempengaruhi proses ovulasi. Remaja saat ini sering mengonsumsi *junk food* karena mudah ditemukan dan banyak dijual lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian PMS pada remaja putri di SMA Negeri 9 Padang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswi remaja putri kelas X dan XI di SMA Negeri 9 Padang dengan jumlah sampel 250 yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF). Data dianalisis dengan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kebermaknaan ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (63,2%) mengonsumsi *junk food* dalam kategori sering dan hampir separuh responden (48,8%) mengalami PMS kategori sedang, serta terdapat hubungan signifikan antara konsumsi *junk food* dengan kejadian PMS ($p = 0,006$). Berdasarkan hasil penelitian ini, pihak sekolah dapat berkolaborasi dengan tenaga kesehatan dalam mendukung pengelolaan kantin sehat dan higienis serta penyediaan visual informatif terkait dampak konsumsi *junk food* terhadap kejadian PMS.

Kata kunci : *Junk food*, konsumsi, *premenstrual syndrome*, remaja putri

Daftar Pustaka: 86 (2011 – 2025)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
February 2026

Name : Amalia Hafni
Student ID : 2211313046

*The Relationship Between Junk Food Consumption and Occurrence of
Premenstrual Syndrome (PMS) Among Adolescent Girls
at SMA Negeri 9 Padang*

ABSTRACT

Premenstrual syndrome (PMS) is commonly condition experienced by females before and after menstruation, however severe and recurrent symptoms may potentially affect the ovulation process. Adolescents tend consume junk food frequently due to its high availability in the surrounding school. This study aimed to determine the relationship between junk food consumption and the occurrence of PMS among adolescent girls at SMA Negeri 9 Padang. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The study population consisted of girl students in grades X and XI at SMA Negeri 9 Padang, with a total sample of 250 respondents selected using simple random sampling. The research instruments included the Food Frequency Questionnaire (FFQ) and the Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF). Data were analyzed using the Chi-Square test with a significance level of ($p < 0.05$). The results showed that more than half of respondents (63.2%) frequently consumed junk food, and nearly half of the respondents (48.8%) experienced moderate PMS. Furthermore, there was a statistically significant relationship between junk food consumption and the occurrence of PMS ($p = 0.006$). Based on the results of this study, schools are encouraged to collaborate with healthcare professionals to support the implementation of healthy and hygienic school canteen management and the provision of informative visual materials related to the impact of junk food consumption on the occurrence of PMS.

Keywords : Adolescent girls, consumption, junk food, premenstrual syndrome

References : 86 (2011 – 2025)