BAB IV
HASIL PENELITIAN

Bab ini menyajikan mengenai hasil penelitian tentang hubungan mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai tahun 2020. Penelitian ini dilakukan tanggal 18 Juni s/d 30 Juni 2020, dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 79 orang. Adapun hasil yang didapat dari penelitian ini akan dikelompokkan berdasarkan kategori dalam bentuk tabel frekuensi sebagai berikut :

A. Analisa Univariat

Analisis data dilakukan secara analisis univariat yaitu dengan menilai persentase data yang dikumpulkan dan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi analisis data, dengan karakteristik mahasiswi yang meliputi umur, semester, jenis tinggal, usia menarche, dan lama menstruasi. Hasil analisa dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

1. Karakteristik Subjek Penelitian

Tabel 4.1 : Distribusi Frekuensi Mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Berdasarkan Umur, semester, jenis tinggal, usia menarche, lama menstruasi.

No.	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase %
1.	Umur		
	Remaja akhir (17-25 Tahun)	79	100
Total		79	100
2.	Semester		
	2	26	32,9
	4	12	15,2
	6	19	24,1
	8	22	27,8
Total		79	100
3.	Tempat Tinggal		
	Orang Tua	72	91,1
	Wali	3	3,8
	Kos	3	3,8
	Lainnya	1	1,3
Total		79	100
4.	Usia Menarche		
	11 Tahun	6	7,6
	12 Tahun	18	22,8
	13 Tahun	26	32,9
	14 Tahun	17	21,5
	15 Tahun	12	15,2
Total		79	100
5.	Lama Menstruasi		
	Tidak Normal (< 3 hari atau > 8 hari)	8	10,1
	Normal (3-8 hari)	71	89,9
Total		79	100

Sumber: Penyebaran Kuesioner

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 79 subjek penelitian berada pada rentang umur remaja akhir (17-25 tahun) sebanyak 79 orang (100%). Sebagian besar subjek penelitian berada pada semester 2 sebanyak 26 orang (32,9%). Sebagian besar subjek penelitian pada umumnya tinggal dengan orang tua sebanyak 72 orang (91,1%). Sebagian besar subjek penelitian mengalami menarche pada usia 13 tahun sebanyak 26 orang

(32,9%) dan sebagian besar subjek penelitian mengalami lama menstruasi pada rentang normal (3-8 hari) sebanyak 71 orang (89,9%).

2. Konsumsi *Fast Food*

Tabel 4.2 : Distribusi Frekuensi Mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Berdasarkan Konsumsi *Fast Food.*

No	Konsumsi *Fast Food*	Frekuensi (f)	Persentase %
1.	Jarang (<12)	32	40,5
2.	Sering (12-18)	47	59,5
	Total	**79**	**100**

Sumber: Penyebaran Kuesioner

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 79 subjek penelitian sebagian besar sering mengkonsumsi *fast food* sebanyak 47 orang (59,5%).

3. Kejadian Dismenore

Tabel 4.3 : Distribusi Frekuensi Mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Berdasarkan Kejadian Dismenore.

No	Dismenore	Frekuensi (f)	Persentase %
1.	Tidak	22	27,8
2.	Ya	57	72,2
	Total	**79**	**100**

Sumber: Penyebaran Kuesioner

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 79 subjek penelitian sebagian besar mengalami dismenore sebanyak 57 orang (72,2%).

B. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara dua variabel, yaitu variabel independen (konsumsi *fast food*) dan variabel dependen (kejadian dismenore). Uji statistik yang

digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi-square.* Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 4.4 berikut ini :

Tabel 4.4 : Hubungan Mengkonsumsi *Fast Food* Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Fakultas Ilmu Pendidkan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020.

No	Konsumsi *Fast Food*	Kejadian Dismenore				Total		P. Value	POR
		Tidak		Ya					
		N	%	N	%	N	%		
1.	**Jarang**	14	43,8	18	56,2	32	100	0,019	3,79
2.	**Sering**	8	17,0	39	83,0	47	100		
	Total	22	27,8	57	72,2	79	100		

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 32 subjek penelitian yang jarang mengkonsumsi *fast food* terdapat 18 orang (56,2%) yang mengalami dismenore, sedangkan dari 47 subjek penelitian yang sering mengkonsumsi *fast food* terdapat 8 orang (17,0%) yang tidak mengalami dismenore.

Hasil analisa statistik diperoleh nilai signifikan p *value* = 0,019 (p value ≤ α 0,05). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada responden dengan nilai POR = 3,79 artinya bahwa mahasiswi yang sering mengkonsumsi *fast food* berpeluang 3,79 kali mengalami dismenore.

BAB V
PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan analisa hubungan mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Fakultas Ilmu Pendidikan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dari 32 subjek penelitian yang jarang mengkonsumsi *fast food* terdapat 18 orang (56,2%) yang mengalami dismenore, sedangkan dari 47 subjek penelitian yang sering mengkonsumsi *fast food* terdapat 8 orang (17%) tidak mengalami dismenore.

Menurut asumsi peneliti, alasan responden yang jarang mengkonsumsi *fast food* namun tetap mengalami dismenore, disebabkan oleh adanya faktor lain yang membuat subjek penelitian mengalami dismenore. Seperti jarang atau tidak pernah berolahraga. Jarang olahraga menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun, sehingga aliran darah dan sirkulasi oksigen pada uterus berkurang dan menyebabkan nyeri. Usia menarche dini (<12 tahun). Status gizi yang rendah. Stress yang mengganggu keseimbangan, stress ini menyebabkan ketidakseimbangan kimia dalam otak yang mengakibatkan haid tidak teratur atau kram menstruasi. Emosional yang tidak stabil, merokok dan lamanya menstruasi.

Sedangkan subjek penelitian yang sering mengkonsumsi *fast food* namun tidak mengalami dismenore. Disebabkan oleh adanya faktor lain yang membuat subjek penelitian tidak mengalami dismenore. Seperti subjek penelitian memiliki kebiasaan rutin berolahraga. Memiliki tingkat stress yang ringan, yang memungkinan subjek penelitian dapat meyeimbangkan antara konsumsi *fast food* dengan makanan sehat.

Peneliti menyimpulkan bahwa pada orang yang sering mengkonsumsi *fast food* cenderung untuk mengalami dismenore. Semakin banyak seseorang tersebut mengkonsumsi *fast food* maka semakin besar resiko orang tersebut mengalami dismenore. Dikarenakan didalam *fast food* terdapat kandungan asam lemak trans yang merupakan salah satu sumber radikal bebas. Salah satu efek dari radikal bebas adalah kerusakan membran sel. Membran sel memiliki beberapa komponen, salah satunya adalah fosfolipid. Salah satu fungsi fosfolopid adalah sebagai penyedia asam arakidonat yang akan disintesis menjadi prostaglandin (Satyanarayana, 2014) dalam Ismalia (2017). Jika tubuh semakin banyak mengkonsumsi fast food maka akan semakin banyak prostaglandin dalam tubuh yang akan menyebabkan terjadinya *dismenore.*

Dismenore memiliki efek negatif yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, sehingga bisa menyebabkan terganggunya proses belajar mengajar, memiliki banyak hari libur (tidak masuk kuliah), konflik emosional, ketegangan, kecemasan dan tidak bisa melakukan pekerjaan sehari-hari.

Beberapa cara penatalaksanaan dismenore adalah memberikan bantalan hangat atau berendam di air hangat. Hal ini bisa untuk mengurangi kram dengan meningkatkan vasodilatasi dan relaksasi otot serta mengurangi iskemia pada uterus. Pijatan pada pinggang bagian bawah, pijatan ini dapat mengurangi nyeri melalui relaksasi otot paravertebrata dan meningkatkan suplai darah panggul. Olahraga, berolahraga membantu mengurangi rasa tidak nyaman pada menstruasi, prostaglandin akan tertekan dan darah akan mengalir dari dalam organ, sehingga mengurangi kongesti panggul. Mempertahankan nutrisi pada saat menstruasi, mengurangi asupan garam dan gula yang telah diproses 7-10 hari sebelum haid terjadi dapat mengurangi retensi cairan. Tarik nafas dalam-dalam secara perlahan untuk relaksasi dan Terapi alternatif seperti pijat, latihan relaksasi dan sentuhan terapeutik telah digunakan untuk mengobati nyeri pinggul (Dehlin dan Schuiling, 2006) dalam lowdermilk dkk (2013).

Hasil analisa statistik diperoleh nilai signifikan p *value* = 0,019 (p value $\leq$ α 0,05). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada mahasiswi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dengan nilai POR = 3,79 artinya mahasiswi yang sering mengkonsumsi *fast food* berpeluang 3,79 kali mengalami dismenore.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Indahwati,dkk (2017) tentang hubungan mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMPN 1 Ponorogo, terhadap 63 responden. Hasil menggunakan uji *chi-square*, diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,025) < (α = 0,05), maka Ho ditolak dan H1 diterima yang berarti ada hubungan antara mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore.

Hal ini didukung dari penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2014) dalam penelitiaanya, menunjukkan bahwa 53 reponden menunjukkan bahwa yang paling banyak mengonsumsi *fast food* kategori sering sebanyak 42 responden (79.25%) dan 11 responden dalam kategori jarang sebesar (20.75%). Menurut asumsi peneliti, remaja mudah sekali terpengaruh mengikuti zaman seperti *mode* dan *trend* yang sedang berkembang di masyarakat khususnya dalam hal makanan modern. Remaja cenderung untuk memilih makanan yang disukai yaitu *fast food*. Kegemaran terhadap *fast food* disebabkan karena tidak membutuhkan waktu lama dalam pengolahan, mudah didapatkan dan harganya murah dan terjangkau. Sehingga banyak remaja yang lebih suka menggonsumsi makanan cepat saji dibandingkan makanan lainnya.

BAB VI
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar responden sering mengkonsumsi makanan cepat saji *(fast food)*
2. Sebagian besar responden mengalami kejadian dismenore.
3. Terdapat hubungan antara mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian dismenore.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswi

   Penelitian ini diharapkan sebagai pengetahuan yang baru dan sebagai bahan masukan bagi mahasiswi agar lebih meningkatkan kesadaran terhadap perlunya mengkonsumsi makanan sehat dan untuk mengurangi konsumsi makanan siap saji (*fast food)* yang dianggap tidak baik untuk kesehatan yang salah satu dampaknya akan menimbulkan dismenore.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki dan mengantisipasi segala kelemahan yang ada dalam penelitian ini serta diharapkan dapat mengembangkan dan melanjutkan penelitian dengan meneliti faktor-faktor lain penyebab dismenore. Sehingga dapat memperoleh data yang lebih akurat, serta melakukan metode pengumpulan data dengan desain yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Asnaini, S. A. (2017). *Perilaku Konsumsi Fast Food pada Anak dengan Kelebihan Berat Badan di SD Islam Athirah I Kota Makassar Tahun 2016*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.

Ayu, I. R. (2018). *Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Siswi Di SMAN 1 Bangkinang Kota Tahun 2017.* Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Hidayat, A. Aziz Alimul. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.

Indahwati, A. N., Muftiana, E., & Purwaningroom, D. L. (2017). *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), 7-13.

Ismalia, N. (2017). *Hubungan Gaya Hidup Dengan Dismenore Primer Pada Mahasisiwi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Angkatan 2015*. Skripsi. Universitas Lampung.

Jamila, F., A'yun, S. Q. (2018). *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi (Disminorea) Primer Pada Remaja Putri Di Mts Nurul Hikmah Kota Surabaya Tahun 2018*. *Infokes*, *8*(02), 1-7.

Kurniawan, F. A. (2015). *Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Semester VIII Dalam Menyusun Skripsi Di STIKes Tuanku Tambusai Riau.* Skripsi. STIKes Tuanku Tambusai Riau.

Kusumayanti, E. (2015). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Di SMAN 5 Pekanbaru. Jurnal Keperawatan STIKes Tuanku Tambusai Riau.*

Lowdermilk, Perry, Cashion. (2013). *Keperawatan maternitas* Edisi 8 Buku 1. Singapore : Elsevier.

Lubis, L. R. (2018). *Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji (Fast Food) Dengan Siklus Menstruasi Siswi Kelas IX Di SMP Yayasan Perguruan Panca Budi Medan Tahun 2018*. Skripsi. Institut Kesehatan Helvetia Medan.

Lubis, N. L. (2013). *Psikologi Kespro Wanita & Perkembangan Reproduksinya.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Marlinda, R, dkk. (2013). *Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di Desa Sidoharjo Kecamatan Pati*. *Jurnal keperawatan maternitas*, *1*(2).

Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Pertiwi, H. (2019). *Hubungan Lama Penggunaan Smartphone Sebelum Tidur Dengan Gejala Insomnia Pada Siswa/Siswi Di SMAN 1 Kampar.* Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Purwaningsih, W., & Fatmawati, S. (2010). *Asuhan Keperawatan Maternitas.* Yogyakarta: Nuha Medika.

Ramadona, N. (2018). *Pengaruh Pemberian Susu Coklat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Di SMAN 2 Tambang Tahun 2017*. Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Ratnawati, A. (2018). *Asuhan Keperawatan Maternitas.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Rosneli, (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Dismenorea Dengan Konsentrasi Belajar Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Salo Tahun 2017*. Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Safitri, R. D. (2019). *Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMK 2 Muhammadiyah Pekanbaru.* Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Saleh, A. J. (2019). *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji (Fast Food), Status Gizi Dan Kejadian Hipertensi Dengan Fungsi Kognitif Pada Remaja*. Tesis. Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Soviyati, E., & Nurjannah, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Makanan Cepat Saji (Fast Food) Dengan Kejadian Dismenorhoe Pada Siswi Kelas VII di SMPN 2 Jalaksana Kecamatan Jalaksana Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, *10*(1), 28-33.

Sukarni, I., & Wahyu, P. (2013). Buku Ajar *Keperawatan Maternitas.* Yogyakarta: Nuha Medika.

Suprapto, H. (2017). *Metodologi Penelitian untuk Karya Ilmiah*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

Tariandini, N. M. E. (2018). *Hubungan Pola Konsumsi Fast Food Dan Kebiasaan Olahraga Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Di SMA Dwijendra Denpasar Provinsi Bali*. Skripsi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Tsamara, G., Raharjo, W., & Putri, E. A. (2020). *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura*. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, *2*(3), 130-140.