

# HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI, ASUPAN KALSIMUM, MAGNESIUM DAN IMT/U DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA DI SMAN 2 GUNUNGPOTRI TAHUN 2021

Shella Yehovani

## Abstrak

Menstruasi merupakan salah satu proses tumbuh kembang seorang wanita yang telah mengalami pematangan organ reproduksi. Bersamaan dengan proses tumbuh kembang, dapat terjadi perubahan hormon dalam tubuh yang dapat membuat seseorang rentan mengalami gangguan siklus menstruasi. Keseimbangan hormon dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, beberapa diantaranya adalah frekuensi konsumsi makanan cepat saji, asupan kalsium dan magnesium serta status gizi. Tujuan penelitian untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji, asupan kalsium, magnesium dan IMT/U dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Gunungputri. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat observasional analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 55 responden yang diambil secara acak. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data berupa Kuesioner, Formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaire*), dan Formulir SQ FFQ (*Semiquantitative Food Frequency Questionnaire*). Uji statistik yang digunakan untuk analisis data adalah uji *chi-square*. Berdasarkan analisis bivariat, terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Gunungputri (p-value = 0,009) dan tidak terdapat hubungan asupan kalsium (p-value=0,170), asupan magnesium (p-value=0,948) dan IMT/U (p-value=0,938) dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Gunungputri.

**Kata Kunci:** Makanan Cepat Saji, Kalsium, Magnesium, IMT/U, Siklus Menstruasi.

# **THE RELATIONSHIP OF FAST FOOD CONSUMPTION FREQUENCY, INTAKE OF CALCIUM, MAGNESIUM AND BMI FOR AGE WITH MENSTRUAL CYCLE ON ADOLESCENT AT SMAN 2 GUNUNGPUTRI IN 2021**

**Shella Yehovani**

## **Abstract**

Menstruation is one of the processes of growth and development of a woman who has experienced the maturation of the reproductive organs. Along with the process of growth and development, hormonal changes can occur in the body that can make a person susceptible to menstrual cycle disorders. Hormone balance can be influenced by many factors, some of which are consumption of fast food, intake of calcium and magnesium and nutritional status. The purpose of this study is to know and analyze the relationship between fast food consumption frequency, intake of calcium, magnesium and BMI for age with the menstrual cycle in adolescent girls at SMAN 2 Gunungputri. This study is a quantitative study that uses an analytic observational method with a cross sectional design. The sampling technique is stratified random sampling with total sample of 55 respondents that was taken randomly. All of the data taken using questionnaires, FFQ (Food Frequency Questionnaire) forms, and SQ FFQ (Semiquantitative Food Frequency Questionnaire) forms. The statistical test uses the chi-square test. Based on bivariate analysis, there is a relationship between fast food consumption frequency with menstrual cycle in adolescent girls at SMAN 2 Gunungputri (p-value = 0.009) and there is no relationship between calcium intake (p-value = 0.170), magnesium intake (p-value = 0,948) and BMI for age (p-value = 0,938) with menstrual cycles in adolescent girls at SMAN 2 Gunungputri.

**Keywords:** Fast Food, Calcium, Magnesium, BMI For Age, Menstrual Cycle.