

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di zaman sekarang ini makanan cepat saji menjadi salah satu jenis makanan yang banyak digemari oleh masyarakat khususnya remaja. Berdasarkan data Kementrian Pertanian, makanan cepat saji pada saat ini menyumbang 28% dari semua kalori yang dikonsumsi oleh penduduk perkotaan (Hartono, 2019) Dengan demikian data ini juga menunjukkan konsumsi makanan cepat saji di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Hasil survei Kurious dari *Katadata Insight Center (KIC)* menunjukkan, mayoritas masyarakat Indonesia mengonsumsi makanan cepat saji lebih dari satu kali dalam sepekan. Tercatat, perempuan yang mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak satu kali dalam seminggu sebanyak 55,5%, sedangkan pria hanya 44,5%. Lalu, perempuan yang mengonsumsi makanan cepat saji 2-3 kali seminggu mencapai 53,8%, sedangkan laki-laki 46,2%. (Cindy Mutia Annur, 2023).

Makanan ini sangat beragam dari mulai makanan ringan hingga makanan yang termasuk dalam makanan utama, karena di dalam kemasan sering kita lihat bahan yang disertakan mengandung karbohidrat. Tetapi makanan ini belum tentu bergizi bagi tubuh kita karena kita tidak mengetahui apa saja bahan yang terkandung di dalamnya (Hidajahturrokhmah dkk., 2018). Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar bersosialisasi untuk kesenangan diri sendiri. Perubahan gaya hidup pada remaja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebiasaan makannya. Remaja juga lebih suka mencoba-coba makanan baru, salah satunya adalah makanan cepat saji (Uswatun dkk., 2018).

Beberapa faktor yang memengaruhi kebiasaan remaja mengkonsumsi makanan cepat saji diantaranya, perubahan gaya hidup serta kemajuan teknologi mendorong terjadinya perubahan pola makan serta kebiasaan makan pada remaja. Adanya kenaikan penghasilan keluarga secara bertahap dapat memengaruhi pola makan dan kebiasaan makan makanan cepat saji pada remaja. Pergaulan dengan teman sebaya serta kemampuan membeli makanan cepat saji mendorong remaja untuk dapat mengkonsumsi berbagai jenis makanan yang diinginkan. Media massa, baik media cetak maupun elektronik dapat dikatakan juga sebagai salah satu faktor yang dapat menyebabkan penyimpangan perilaku makan pada remaja (Putri Afifah dkk., 2017). Penyimpangan perilaku makan pada remaja khususnya perempuan mengakibatkan gangguan pada menstruasi, salah satunya adalah terjadinya *dismenorea*.

Dismenorea merupakan kram yang berasal dari uterus yang terjadi selama menstruasi yang terjadi pada perut bagian bawah namun dapat menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggul, pinggang, paha atas dan betis. Sebagian besar wanita menstruasi mengalami *dismenorea* dalam tingkat keparahan yang berbeda - beda pada setiap individu yang mengalaminya (Sinaga dkk, 2017). Dampak terjadinya *dismenorea* pada wanita sangat memengaruhi aktivitas yang dilakukannya sehari-hari, contohnya kurang fokus belajar.

Angka kejadian *dismenorea* di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri menstruasi. Menurut data didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dismenorea*, dengan 10-15% mengalami *dismenorea* berat. Di Malaysia prevalensi *dismenore* pada remaja sebanyak 62,3%, di Amerika Serikat, Klein dan Litt melaporkan prevalensi *dismenorea* mencapai 59,7%. Di Indonesia angka kejadian nyeri menstruasi berkisar 55%, Jawa Tengah mencapai 56%, Jawa Barat sebanyak 54,9%, di Kota Sukabumi sebanyak 63,2%

remaja mengalami *dismenorea* (Diana dkk., 2023). Disminore primer dirasakan bagi 60-70% remaja putri, tiga perempat sebab jumlah remaja tertera mengalami intensitas nyeri ringan sampai sedang serta seperempat lagi mengalami nyeri berat. Sekitar 7-15% remaja putri yang merasakan disminore tidak bisa berangkat ke sekolah serta tidak bisa melakukan aktifitas produktif (Haerani, 2020).

Makanan cepat saji (fast food) merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya dismenore. Dalam Qur'an Surat Al – Baqarah Ayat 168 disebutkan “Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik dan janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata.” Melalui ayat tersebut, Allah SWT tidak hanya perintahkan memakan yang halal, tetapi juga menyantap yang baik karena tidak semua makanan yang halal adalah baik untuk kesehatan; contohnya makanan cepat saji.

Makanan cepat saji (fast food) dapat diartikan sebagai makanan yang dapat disiapkan dan disajikan dengan cepat. Beberapa makanan yang tergolong makanan cepat saji yang ditemukan di pesantren antara lain mie instan, bakso, cireng, gorengan, ayam *crispy*, energen dan bubur seduh. Menurut hasil penelitian yang diteliti oleh (Diana dkk., 2023) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi makanan cepat saji dengan dismenore di SMPN 01 Sukalarang Sukabumi.

Hasil survey yang dilakukan oleh peneliti di Pondok Modern Assalam melalui wawancara terhadap beberapa remaja didapatkan hasil bahwa 6 dari 10 remaja mengatakan seminggu bisa sampai 4 kali makan mie instan karena mie instan adalah solusi untuk makan siang yang praktis. Selain itu, makanan selingannya adalah gorengan yang dijual seribuan ketika jam istirahat. Terdapat hasil bahwa 9 dari 10 remaja tersebut juga mengalami dismenore setiap datang bulan.

Sehubungan dengan itu maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian *Dismenorea* Pada Remaja Putri di Pondok Modern Assalam Sukabumi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap *Dismenorea* pada Remaja Putri di Pondok Modern Assalam Sukabumi?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan perilaku konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri di Pondok Modern Assalam

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada remaja putri di Pondok Modern Assalam.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kejadian *dismenorea* pada remaja putri di Pondok Modern Assalam.
- c. Untuk menganalisis hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri di Pondok Modern Assalam tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan masukan dalam upaya pengembangan ilmu dan penelitian berikutnya yang berhubungan dengan dismenore. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan untuk menyusun hipotesis baru dalam merancang penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi profesi kebidanan

Dapat digunakan sebagai masukan untuk bahan referensi untuk memberikan informasi atau penyuluhan mengenai hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore

b. Bagi institusi pendidikan

Dapat digunakan sebagai salah satu sumber referensi dan untuk menambah keragaman hasil penelitian dalam dunia kesehatan.

c. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan salah satu acuan yang dapat membantu meminimalkan kejadian dismenore dengan tidak mengkonsumsi makanan cepat saji.

d. Bagi tempat penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk bahan acuan yang dapat membantu santriwati meminimalisir perilaku konsumsi makanan cepat saji.

E. Sistematika Penulisan

Agar mempermudah dalam mengetahui tentang pembahasan yang ada pada skripsi ini secara menyeluruh maka sistematika penulisannya adalah sebagai berikut:

1. Bagian utama skripsi

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan, dan materi skripsi.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisikan landasan teoritis, hasil penelitian yang relevan, kerangka pemikiran, kerangka konseptual dan hipotesis penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini berisikan penelitian, variable penelitian, definisi konseptual, definisi operasional, kriteria inklusi, eksklusi, Teknik pengumpulan data, instrument penelitian, validitas dan reliabilitas, pengolahan dan analisis data, prosedur penelitian, waktu dan lokasi penelitian, dan etika penelitian.

2. Bagian Akhir Skripsi terdiri dari daftar pustaka dan lampiran