

## ABSTRAK

**Criswinaningrum, Janny Ayu. 2020. *Gambaran Konsumsi Junk food, Status Gizi dan Usia Menarche pada Remaja Putri di SMPN 1 Cimahi*. Tugas Akhir. Program Diploma 3. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing: Ir. Mimin Aminah, M.Kes**

Pada era globalisasi sekarang ini semakin beraneka ragam jenis makanan yang bisa dinikmati di Indonesia. Salah satunya adalah mengonsumsi makanan bergaya barat seperti *junk food* yang sudah menjadi kebiasaan bagi para remaja pada umumnya. Kebiasaan mengonsumsi *junk food* ini berpengaruh terhadap peningkatan gizi remaja. Kandungan gizi dalam *junk food* dapat mempengaruhi kerja hormon sehingga bisa menyebabkan terjadinya pubertas dini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran konsumsi *junk food*, status gizi dan usia *menarche* pada remaja putri di SMPN 1 Cimahi. Desain penelitian yang digunakan *Cross Sectional* dengan jumlah sampel 69 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan *proporsional random sampling*. Variable yang dianalisis adalah konsumsi frekuensi *junk food*, status gizi terhadap usia *menarche*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* pada remaja putri SMPN 1 Cimahi yaitu 10,36 tahun. Terdapat kecenderungan bahwa konsumsi *junk food* dengan frekuensi sering ada 19 sampel (37,7%) yang mengalami status gizi lebih dibandingkan dengan konsumsi *junk food* dengan frekuensi jarang tidak ada yang mengalami status gizi lebih. Terdapat kecenderungan bahwa siswi yang mengonsumsi *junk food* dengan frekuensi sering memiliki proporsi usia *menarche* dini (39,2%) lebih tinggi dibandingkan siswa yang mengonsumsi *junk food* dengan frekuensi jarang (11,1%). Terdapat kecenderungan bahwa siswi yang memiliki status gizi gemuk memiliki proporsi usia *menarche* dini (57,9%) lebih tinggi dibandingkan siswi dengan status gizi tidak gemuk atau normal (23,4%). Pemberian edukasi kepada siswi tentang makanan gizi seimbang dan menghindari konsumsi *junk food* untuk mencegah terjadinya kegemukan dan *menarche dini*.

Kata Kunci: Konsumsi *Junk food*, Status Gizi, Usia *Menarche*