

**HUBUNGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DENGAN USIA TERJADINYA
MENARCHE PADA SISWI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

ENGLISH APRILIA PRAJAWATI
J 310 090 067

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

**HUBUNGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DENGAN USIA TERJADINYA
MENARCHE PADA SISWI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Dalam Memperoleh Gelar S1 Gizi

Disusun Oleh :

ENGLISH APRILIA PRAJAWATI
J 310 090 067

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

ENGLISH APRILIA PRAJAWATI. J 310 090 067

**HUBUNGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DENGAN USIA TERJADINYA
MENARCHE PADA SISWI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**

Pendahuluan : *Menarche* adalah masa seorang perempuan mengalami menstruasi yang pertama kalinya sebagai puncak kedewasaannya atau puber dari segi biologis yang dialami. Status gizi remaja salah satu faktor yang mempengaruhi usia *menarche*. Anak perempuan yang gemuk cenderung akan mendapatkan haid lebih awal dibandingkan teman-temannya yang sebaya. Pada remaja yang memiliki status gizi lebih biasanya mengalami *menarche* lebih awal dari yang diperkirakan dan remaja yang memiliki status gizi kurang atau bahkan status gizi buruk biasanya mengalami *menarche* lebih lambat. Terjadinya pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda juga membutuhkan perhatian yang cukup untuk kesiapan mental remaja tersebut dalam menghadapi *menarche*. Dampak dari *menarche* awal antara lain terhambatnya pertumbuhan, stress emosional dan peningkatan resiko terjadinya kanker payudara serta meningkatnya penyakit menular seksual

Tujuan : Menganalisis hubungan status gizi remaja putri dengan usia terjadinya *menarche* pada siswa SMP Muhammadiyah 10 Surakarta

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode *Cross Sectional*. Sampel yang diambil adalah remaja putri sebanyak 73 orang dengan teknik *simple random sampling*. Menentukan status gizi menggunakan pengukuran antropometri yang meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan, serta usia *menarche* menggunakan kuesioner. Hasil dianalisis dengan uji *Chi Square*

Hasil : Terdapat 23 orang (31,5%), siswi yang mengalami *menarche* normal dengan usia 11-14 sebanyak 32 orang (43,7%) dan siswi yang mengalami *menarche* lambat dengan usia >14 tahun sebanyak 18 orang (24,6%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* diketahui p value sebesar 0,000 $p < 0,05$ H_0 ditolak

Kesimpulan : Ada hubungan antara status gizi remaja putri dengan usia terjadinya *menarche* pada siswi di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta.

Kata kunci : **Status Gizi, Menarche**
Kepustakaan : 22 : 2003-2012

NUTRITION PROGRAM STUDY
HEALTH SCIENCE FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
BACHELOR THESIS

ABSTRACT

ENGLISH APRILIA PRAJAWATI. J 310 090 067

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE NUTRITIONAL STATUS OF TEENAGE GIRL WITH THE AGE OCCURE *MENARCHE* IN STUDENT OF JUNIOR HIGH SCHOOL OF MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA.

Introduction : *Menarche* is a phase when a women has a menstruation for the first time as the peak pf her adult or puberty of in terms of biological experienced. Nutritional status of teenager is one of the factors that affect the age of *menarche*. Fat teenage girls tend to get menstruation earlier than their peers. On the nutritional status of adolescents who have more usually experienced *menarche* earlier than expected and nutritional status of adolescents who have less or even poor nutritional status is usually experienced *menarche* slower. *Menarche* age shift to younger age also requires enough attention to adolescent mental readiness in the face of *menarche*. The impact of early *menarche* among others, growth retardation, emotional stress and increased risk of breast cancer and increased sexually transmitted diseases.

Objective : Analyzing the relationship between the nutritional status of teenage girl with the age occure *menarche* in student of Junior High School of Muhammadiyah 10 Surakarta.

Research method : This research uses cross sectional method. Samples taken are 73 teenage girls with simple random. Determine the nutritional status using anthropometric measurements, including measurement of weight and height, and age of *menarche* using questionnaires. The result is analyzed by Chi Square test.

Results : They were 23 subjects (31,5%) who had normal *menarche* at the age 11-14 as many as 32 students (42,7%) and the student who had slow *menarche* at the age > 14 as many as 18 students (24,6%). Based on the statistic test by using Chi Square was known that p value of 0,000 <0,05 Ho rejected.

Conclusion : there are relationship between the nutritional status of teenage girl with the age occure *menarche* in student of Junior High School of Muhammadiyah 10 Surakarta.

Keywords: Nutritional status, *menarche*

Bibliography: 22: 2003-2012

**HUBUNGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DENGAN USIA TERJADINYA
MENARCHE PADA SISWI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Dalam Memperoleh Gelar S1 Gizi

Disusun Oleh :

ENGLISH APRILIA PRAJAWATI
J 310 090 067

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Status Gizi Remaja Putri Dengan Terjadinya
Usia *Menarche* Pada Siswi SMP Muhammadiyah 10
Surakarta

Nama Mahasiswa : English Aprilia Prajawati

NIM : J. 310 090 067

Telah Diuji Dan Dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada Tanggal Juli 2013 dan Telah Diperbaiki
Sesuai Dengan Masukan Dari Tim Penguji

Surakarta, Juli 2013

Menyetujui,

Pembimbing I

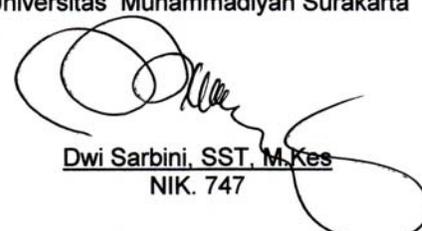
Pembimbing II


Ir. Listyani Hidayati, M.Kes
NIK. 673


Susi Dyah Puspowati, M.Si
NIP. 19740517 200501 2007

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


Dwi Sarbini, SST, M.Kes
NIK. 747

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi Remaja Putri Dengan
Terjadinya Usia *Menarche* Pada Siswi SMP
Muhammadiyah 10 Surakarta
Nama Mahasiswa : English Aprilia Prajawati
NIM : J. 310 090 067

Telah Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Tanggal Juli 2013
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Surakarta, Juli 2013

Penguji I : Ir. Listyani Hidayati, M.Kes

Penguji II : Dwi Sarbini, SST, M.Kes

Penguji III : Endang Nur W, SST. M.Si Med

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan



Arif Widodo, A.Kep., M.Kes
NIK : 630

MOTTO

"Allah SWT tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya"
(Terjemahan QS. Al-Baqarah : 286).

"Carilah dunia untuk kepentingan akhirat dan *Rabb-mu*, simpanlah dunia ditangan dan jangan disimpan di hati, bersabarlah ketika dunia terlepas dari genggaman kita dan bersyukurlah ketika mendapatkannya"

"Bersikaplah kukuh seperti batu karang
Yang tidak putus-putusnya dipukul ombak.
Ia tidak saja tetap berdiri kukuh, bahkan ia menenteramkan amarah ombak dan gelombang itu (Arcus Aurelius)"

"Ada dua jenis kegagalan.
Pertama adalah orang yang berpikir tetapi tak pernah berbuat
Yang kedua adalah orang yang berbuat tetapi tidak pernah berpikir
(William Feather)"

"Kesuksesan bukan diukur dengan apa yang seseorang capai,
Melainkan apa ia temui dan keberanian yang membuatnya mampu mempertahankan perjuangan melawan demikian banyaknya rintangan yang dihadapi (Charles Lindbergh)"

"Nothing is impossible.
Tidak ada yang tidak mungkin di dunia ini,
Semuanya mungkin apabila kamu percaya pada Allah SWT"

"Optimisme yang tidak disertai dengan usaha
hanya merupakan pemikiran semata yang tidak menghasilkan sesuatu
(Edward L.Curtis)"

"Tidak ada harga atas waktu, tetapi waktu sangat berharga.
Memiliki waktu tidak menjadikan kita kaya,
Tetapi menggunakannya dengan baik adalah sumber dari semua kekayaan
(Mario Teguh)"

PERSEMBAHAN

Karya sederhana nan mungil ini kupersembahkan untuk :

"Allah SWT"

Yang telah memberikan kesempatan ini dalam segalanya

"Papa dan Mama"

Yang selalu meberikan semangat, dorongan dan motivasi agar selalu terus berusaha dan tidak menyerah dalam keadaan apapun

"Suami dan Anakku"

Nur Arik Saputro dan anakku Maritza Aqila yang selalu memberikan semngat dan motivasi agar dapat menyelesaikan tugas-tugas yang dijalani meski jarak memisahkan kita

"Keluarga besarku"

Kalian selalu mendukung untuk selalu tidak menyerah dan sabar menghadapi masalah apapun.

"Sahabat-Sahabatku"

Latifah, Alfian, Fajar Ardha, Himmatunisak, Tria yang selalu siaga dan membantu keperluanku dalam keadaan apapun

"Teman-Teman Seperjuangan dan Seangkatan Gizi 2009"

Yang telah memberi banyak inspirasi setiap hari, memberikan hari-hari begitu indah yang tidak dapat dilupakan

"Barudak Karizvina"

Yuanita, Dhani Ist, Festi, Lia, Novya, Dhany Argyianti, Alis, Tutut, Winda yang selalu menghibur, membantu, semangat yang positif dalam keadaan apapun selama berada di kost

"Almamaterku Universitas Muhammadiyah Surakarta"

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Juli 2013

Hormat Saya



ENGLISH APRILIA PRAJAWATI

RIWAYAT HIDUP

Nama : English Aprilia Prajawati

Tempat/Tanggal Lahir : Kebumen, 5 April 1991

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Perumahan Manisrejo 2 Jl. Sanggar Manis Ib/13,
RT 052 RW 012, Kel. Manisrejo, Kec. Taman,
Kota Madiun

Riwayat Pendidikan :

1. Lulus TK Dharma Wanita 2 Madiun tahun 1997
2. Lulus SD Negeri Klegen 2 Madiun tahun 2003
3. Lulus SMP Negeri 1 Madiun tahun 2006
4. Lulus SMA Negeri 6 Madiun tahun 2009
5. Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan Tahun 2009 sampai 2013

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan ridhoNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : ” **HUBUNGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DENGAN USIA TERJADINYA MENARHE PADA SISWI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**”. Salam dan shalawat tak lupa penulis sampaikan kepada teladan dalam hidup ini yakni Rasulullah Muhammad SAW.

Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi kewajiban penulis dalam melengkapi syarat guna memperoleh gelar sarjana gizi pada Program Studi S.1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulisan skripsi ini banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung, oleh karena itu sudah sepantasnya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan penguji yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Ir. Listyani Hidayati, M.Kes selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

4. Ibu Susi Dyah Puspowati, M.Si, selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Endang Nur W, SST. M.Si Med, selaku penguji yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen serta asisten dosen Program Studi Gizi S.1 FIK UMS, terima kasih atas semua ilmu pengetahuan yang telah diberikan selama ini.
7. Bapak Kepala Sekolah dan guru-guru SMP Muhammadiyah 10 Surakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
8. Keluarga besarku atas dukungan moral, spiritual maupun material.
9. Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Angkatan 2009.
10. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, terima kasih atas bantuannya.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi para pembaca dan dunia ilmu pengetahuan pada umumnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN JUDUL	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
PERNYATAAN KEASLIAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	6
1. Remaja.....	6
2. <i>Menarche</i>	9
3. Status Gizi	13
4. Hubungan Status Gizi dengan <i>Menarche</i>	18
B. Kerangka Teori	20
C. Kerangka Konsep	20
D. Hipotesis	21
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	22
B. Lokasi Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Variabel Penelitian	24
1. Jenis Variabel.....	24
2. Definisi Operasional	25
E. Pengumpulan Data	25
F. Langkah-Langkah Penelitian.....	26
G. Pengolahan Data	28

H. Analisis Data.....	29
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum	30
B. Karakteristik Subjek Penelitian	31
1. Usia Siswi	31
2. Status Gizi.....	31
3. Usia <i>Menarche</i>	32
C. Hubungan Status Gizi Remaja Putri dengan Usia Terjadinya Menarche Pada Siswi	34
D. Keterbatasan Penelitian.....	37
BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan	38
B. Saran	38

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Status Gizi	16
Tabel 2. Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	17
Tabel 3. Definisi Operasional	25
Tabel 4. Karakteristik Penelitian Berdasarkan Umur Siswi	31
Tabel 5. Karakteristik Penelitian Berdasarkan Status Gizi	31
Tabel 6. Karakteristik Penelitian Berdasarkan Usia <i>Menarche</i>	33
Tabel 7. Karakteristik Penelitian Berdasarkan Kategori Usia <i>Menarche</i>	33
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Usia <i>Menarche</i> Berdasarkan Status Gizi.....	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	20
Gambar 2. Kerangka Konsep	20

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Form Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Kuesioner Identitas Diri Responden
- Lampiran 3. Master Data Penelitian (Pengukuran Antropometri dan *Menarche*)
- Lampiran 4. Hasil Uji *Chi-Square*