

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN *MENARCHE* PADA
REMAJA PUTRI DI MTS EX PGA PROYEK UNIVA
MEDAN TAHUN 2022**



Oleh:

TANIA PUTRI SINAGA
NIM. P07524521082

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KESEHATAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN KELAS ALIH
JENJANG KEBIDANAN JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2022**

SKRIPSI

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI MTS EX PGA PROYEK UNIVA MEDAN TAHUN 2022

DIAJUKAN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT UNTUK MEMPEROLEH
GELAR SARJANA TERAPAN



Oleh:

TANIA PUTRI SINAGA
NIM. P07524521082

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KESEHATAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN KELAS ALIH
JENJANG KEBIDANAN JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Status Gizi Dengan *Menarche* Pada Remaja Putri Di
MTS Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022
Nama : Tania Putri Sinaga
NIM : P07524521082

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Pada Ujian Sidang
Jurusan D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan
Tanggal 16 Januari 2023

Oleh :

Pembimbing Utama



Melva Simatupang, S.ST, M.Kes
NIP. 196104231986032003

Pembimbing Pendamping



Arihta Sembiring, S.ST, M.Kes
NIP.197002131998032001

Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Betty Magallani, SST, M.Keb
NIP. 6609101994032001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Judul : Hubungan Status Gizi Dengan *Menarche* Pada Remaja Putri Di
MTS Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022
Nama : Tania Putri Sinaga
NIM : P07524521082

**Telah Berhasil Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Dan Diterima
Sebagai Bagian Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan Pada Program Studi Diploma IV Jurusan
Kebidanan**

Di Poltekkes Kemenkes Medan

Dewan penguji

Melva Simatupang, S.ST.,M.Kes

()

Arihta Sembiring, S.ST.,M.Kes

()

Rismahara Lubis, S.SiT, M.Kes

()

**Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



Betty Mangkuji, SST, M.Keb
NIM. 196609101994032001

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI MTS EX PGA PROYEK UNIVA MEDAN TAHUN 2022

TANIA PUTRI SINAGA

Poltekkes Kemenkes Medan
Prdi D-IV Alih Jenjang Kebidanan
Email : taniaputri271@gmail.com

ABSTRAK

Menurut WHO sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 12-16 tahun mengalami perubahan usia *menarche*. Laporan responden yang sudah mengalami *menarche* di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang 9 tahun. Rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan status gizi dengan *menarche* pada remaja putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022. Desain penelitian adalah survey analitik dengan metode *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel secara Total Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 46 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 46 responden terdapat 29 remaja putri yang mengalami status gizi tidak normal sebanyak 24(82,8%) remaja putri yang mengalami *menarche* tidak normal. 17 remaja putri yang mengalami gizi normal sebanyak 8(47,1%) yang mengalami *menarche* tidak normal. Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui *P-Value* = 0,011, terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* artinya remaja putri dengan status gizi normal akan lebih cepat atau normal *menarche* daripada remaja putri yang memiliki status gizi tidak normal. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara Status Gizi dengan *Menarche* pada remaja putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan. Disarankan bagi remaja putri agar tetap memenuhi asupan zat-zat gizi yang seimbang sesuai kebutuhan yang dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan yang normal

Kata Kunci : Status Gizi, *Menarche*

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI MTS EX PGA PROYEK UNIVA MEDAN TAHUN 2022

TANIA PUTRI SINAGA

Poltekkes Kemenkes Medan
Prdi D-IV Alih Jenjang Kebidanan
Email : taniaputri271@gmail.com

ABSTRACT

According to WHO, around one-fifth of the world's population are teenagers aged 12-16 years experiencing a change in the age of menarche. Respondents report that they have experienced menarche in Indonesia for 13 years (20%) with an earlier occurrence at less than 9 years of age. The average age of menarche is 13-14 years, occurring in 37.5% of children. The aim of this research is to determine the relationship between nutritional status and menarche in adolescent girls at MTs Ex PGA Univa Medan Project in 2022. The research design is an analytical survey with a cross sectional method with a total sampling technique with a sample size of 46 people. The results of the study showed that of the 46 respondents there were 29 adolescent girls who experienced abnormal nutritional status, 24 (82.8%) of the adolescent girls experienced abnormal menarche. Of the 17 teenage girls who experienced normal nutrition, 8 (47.1%) experienced abnormal menarche. Based on the test results using Chi-Square, it is known that the P-Value = 0.011, there is a relationship between nutritional status and age at menarche, meaning that adolescent girls with normal nutritional status will menarche faster or more normally than adolescent girls who have abnormal nutritional status. Conclusions in the research This is that there is a significant relationship between nutritional status and menarche in young women at MTs Ex PGA Univa Medan Project. It is recommended for young women to maintain a balanced intake of nutritional substances according to their needs which can help normal growth and development.

Keywords: Nutritional Status, Menarche

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas semua berkat dan rahmat-Nya sehingga dapat terselesaikannya Proposal Skripsi yang berjudul **“Hubungan Status Gizi Dengan Menarche Pada Remaja Putri Di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022”**, sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan Pada Program Studi D-IV Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dra. Ida Nurhayati, SST, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Betty Mangkuji, SST, M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ka Prodi D-IV Alih Jenjang Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberikan kesempatan menyusun Proposal Skripsi ini.
4. Melva Simatupang, SST, M.Kes selaku Pembimbing I dan Ketua Penguji yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis sehingga Proposal Skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Arihta Sembiring, SST, M.Kes selaku pembimbing II dan Penguji II yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis sehingga Proposal Skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Rismahara Lubis, SST, M.Kes selaku Penguji I yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis sehingga Proposal Skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Dra. Setiawaty selaku Kepala Sekolah Madrasah Tsanawiyah Ex PGA Proyek Univa Medan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.

8. Teristimewa kepada orang tua penulis, Ayahanda tersayang Arianto Sinaga dan Ibunda tercinta Leni Marlina Silaban serta adik-adik saya terkasih yang selalu membawa nama penulis dalam setiap sujud dan doa-doanya dan selalu memberi semangat dan dukungan material maupun moral sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh keluarga dan sahabat yang telah mendoakan dan memberikan semangat kepada penulis.

Medan, Desember 2022

Tania Putri Sinaga

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR SINGKATAN	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
C.1 Tujuan Umum	3
C.2 Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
D.1 Manfaat teoritis.....	4
D.2 Manfaat praktis	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. <i>Menarche</i>	9
A.1 Pengertian	9
A.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi	9
A.3 Usia Terjadinya <i>Menarche</i>	1
B. Status Gizi.....	12
B.1 Pengertian.....	12
B.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi	14
B.3 Manfaat Zat Gizi	15
B.4 Penilaian Status Gizi	19
B.5 Cara Menentukan Status Gizi.....	21
B.6 Pengaruh Gizi dengan <i>Menarche</i>	22
C. Konsep Remaja.....	23
D. Kerangka Teori	24
E. Kerangka Konsep	25
F. Hipotesis	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	26
B. Populasi Dan Sampel.....	26
C. Lokasi Dan Waktu Penelitian	27
D. Definisi Operasional	28
E. Teknik Pengumpulan Data	28
F. Metode Pengolah Data.....	29

G. Analisa Data	30
H. Etika Penelitian.....	31

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	32
A.1 Analisa Univariat.....	32
A.2 Analisa Bivariat	33
B. Pembahasan.....	
B.1 Distribusi frekuensi Status Gizi pada Remaja Putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022	35
B.2 Distribusi frekuensi Usia <i>Menarhe</i> pada Remaja Putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022	36
B.3 Hubungan Status Gizi dengan <i>Menarche</i> pada Remaja Putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022	36

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	41
B. Saran	41

DAFTAR PUSTAKA	42
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Rumus Mengukur IMT	22
Tabel 3.1 Defenisi Operasional	28
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Remaja Putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022	32
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Usia <i>Menarche</i> pada Remaja Putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022	33
Tabel 4.3 Hubungan Status Gizi dengan <i>Menarche</i> pada Remaja Putri di MTs Ex PGA Proyek Univa Medan Tahun 2022	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Teori	24
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian

Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian

Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4 Informed Consent

Lampiran 5 Lembar Kuesioner

Lampiran 6 Master Tabel

Lampiran 7 Uji *Chi-Square*

DAFTAR SINGKATAN

BMI	: Body Massa Indeks
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
DEPKES	: Departemen Kesehatan
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin Releasing Hormone</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KEP	: Kurang Energi Protein
LH	: <i>Luteinizing Hormone (LH)</i>
LILA	: Lingkar Lengan Atas
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: World Health Organization