

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE*
PADA REMAJA PUTRI DI MTsN 1 LANGKAT
TAHUN 2025**



ELIZA NUR OKTAVIANI

NIM. P07524421060

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI MTsN 1 LANGKAT TAHUN 2025

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



ELIZA NUR OKTAVIANI

NIM. P07524421060

Pembimbing I : Elizawarda, SKM, M.Kes

Pembimbing II : Suswati, SST, M.Kes

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Eliza Nur Oktaviani

NIM : P07524421060

Tanggal : Mei 2025

Yang Menyatakan,

(Eliza Nur Oktaviani)

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI MTSN 1 LANGKAT TAHUN 2025

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Tanggal, Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Elizawarda, SKM, M.Kes

NIP. 196307101983022001

Pembimbing Pendamping



Suswati, SST, M.Kes

NIP. 196505011988032001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan Medan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



(Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes)

NIP. 197002121998032001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh,

Nama : Eliza Nur Oktaviani
NIM : P07524421060
Program Studi/Jurusan : Sarjana Terapan/Kebidanan
Judul Tugas Akhir : Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.

DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji	: Elizawarda, SKM, M.Kes NIP. 196307101983022001	()
Penguji Utama	: Fitriyani Pulungan, SST, M.Kes NIP. 198008132002122003	()
Penguji Pendamping	: Suswati, SST, M.Kes NIP. 196505011988032001	()

Mengetahui

Ketua Jurusan Kebidanan Medan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan


Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI MTsN 1 LANGKAT TAHUN 2025

ELIZA NUR OKTAVIANI

Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Email : elizanuroktaviani@gmail.com

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) menyatakan beberapa dekade menunjukkan usia *menarche* ialah 13 tahun, sedangkan 200 tahun yang lalu usia *menarche* adalah 17 tahun. Studi yang dipublikasikan dalam *Cardio Renal Medicine* menyebutkan wanita yang mengalami menstruasi terlalu dini rentan mengalami beberapa penyakit seperti stroke, penyakit jantung, histerektomi (pengangkatan jantung), serta komplikasi kehamilan. Usia *menarche* merupakan salah satu indikator Kesehatan reproduksi yang perlu diperhatikan. Status gizi termasuk kedalam faktor yang memengaruhi usia *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri di MTsN 1 Langkat tahun 2025. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri di MTsN 1 Langkat sesuai kriteria yang telah ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah 84 remaja putri. Data dalam penelitian menggunakan data primer yang dikumpulkan menggunakan lembar observasi kemudian dianalisis dengan analisis univariat dan bivariat melalui uji Chi-Square. Penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri di MTsN 1 Langkat dengan $p\text{-value} = 0.034$ ($0.034 < 0.005$).

Kata kunci : Menarche, Status Gizi, Menstruasi, Indeks Massa Tubuh

***THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND
MENARCHE AGE IN TEENAGE GIRLS AT MTsN 1 LANGKAT IN 2025***

ELIZA NUR OKTAVIANI

***Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery***

Email: elizanuroktaviani@gmail.com

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) stated that several decades showed that menarche age was 13 years, while 200 years ago that the menarche age was 17 years. A study published in Cardio Renal Medicine stated that women who experience menstruation too early are susceptible to several diseases such as stroke, heart disease, hysterectomy (heart removal), and pregnancy complications. The menarche age is one of the indicators of reproductive health that needs to be considered. Nutritional status is included in the factors that influence of menarche age. This study aims to determine the relationship between nutritional status and menarche age in teenage girls at MTsN 1 Langkat in 2025. This type of research is observational analytic with a cross-sectional approach. The population in this study were teenage girls at MTsN 1 Langkat according to predetermined criteria using a purposive sampling technique with a total of 84 teenage girls. The data in the study used primary data collected using observation sheets then analyzed by univariate and bivariate analysis through the Chi-Square test. This study shows a significant relationship between nutritional status and menarche age in teenage girls at MTsN 1 Langkat with $p\text{-value} = 0.034$ ($0.034 < 0.005$).

Keywords: Menarche, Nutritional Status, Menstruation, Body Mass Index

CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

**Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health**

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025”**. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan. Skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan Bapak/Ibu dan untuk itu rasa terimakasih saya ucapkan kepada Bapak/Ibu pembimbing, atas jerih payah beliau dalam membimbing skripsi ini hingga selesai.

Pada kesempatan ini saya juga mengucapkan terimakasih kepada :

1. Tengku Sri Wahyuni, SSiT, M.Keb selaku PLT. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan yang telah memberikan kepada saya untuk menyusun skripsi ini
2. Arihta Br. Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan
4. Elizawarda, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan serta motivasi kepada saya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
5. Suswati, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan dan motivasi kepada saya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
6. Fitriyani Pulungan, SST, M.Kes selaku Penguji Utama yang telah menguji dan memberikan masukan serta bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Seluruh Dosen Pengajar dan Staff Administrasi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan yang telah memberi banyak ilmu dan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

8. Samsul Bahri, S.Pd, M.Pd selaku Kepala Sekolah MTsN 1 Langkat beserta Bapak/Ibu Guru di MTsN 1 Langkat yang telah memberikan izin dan dukungannya kepada peneliti untuk melakukan penelitian di MTsN 1 Langkat.
9. Bapak Adi Santoso, Ibu Mariyani dan Darin Atsilah Adiyani, orangtua dan adik kandung saya yang selalu menjadi tujuan, penyemangat dan pelipur lara ketika dunia saya sedang tidak baik-baik saja. Terimakasih mak, pak untuk semua kepercayaan yang diberikan, untuk segala hal yang diusahakan sampai akhirnya kita ada di titik ini. Setiap lelah dan rasa jenuh melanda hati saya maka saya akan mendengar kalimat *“Melakukan sesuatu itu harus dengan hati yang ikhlas supaya ga berat dijalani, ingat gak ada hal yang sia-sia di dunia ini”* itu akan selalu Iza yakini mak dimanapun kaki ini berpijak. Semoga Ridho Allah selalu menyertai keluarga kita, Aamiin.
10. Sahabat saya Nadila, Juli, dan Salsabila serta rekan-rekan seperjuangan saya yang telah kebersamai saya selama proses perkuliahan ini.
11. PMB Yuhanna Tarigan, Kak Riska dan Kak Icha yang telah banyak memberikan dukungan dan motivasi serta ilmunya untuk saya, saya yang hanya mahasiswi dapat diterima dengan baik serta diberi kesempatan untuk praktek langsung, Ibu Yuhanna yang berhati besar memberi saya tempat untuk tinggal dan belajar dengan nyaman, kakak-kakak tidak sedarah yang secara tidak sengaja bertemu berujung menjadi rumah tempat saya berani mengekspresikan diri. Semoga dimanapun sekarang kakak-kakak berada kesuksesan dan kebahagiaan selalu menyertai.
12. Sahabat Hispiyaya (Vany Mutia, Masya Pratiwi, Dinda Irwani, Zalfa Ashila Nst, Lily Anggraeni Wijaya, dan Indira), sahabat saya sejak berada di bangku SMP yang sekarang hobinya *“p siapa lagi stay di tanjung kumpul yok”*
13. Terakhir saya ingin berterimakasih untuk diri saya sendiri, terimakasih telah bertahan dan banyak menekan ego untuk tetap fokus pada tujuan ini. Terimakasih masih tetap percaya bahwa suatu saat akan ada gilirannya kita yang menjadi pemenang setelah banyaknya kekalahan kita lalui. Terimakasih telah berani beranjak dari zona nyaman meski hasilnya banyak memberi rasa sakit. Dan maaf terlalu sering memaksa diri dalam hal apapun.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan, Mei 2025

Eliza Nur Oktaviani

P07524421060

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Ruang Lingkup.....	7
E. Manfaat Penelitian	8
F. Keaslian Penelitian	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 12
A. Konsep Remaja	12
B. Menstruasi	19
C. <i>Menarche</i>	22
D. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Menarche	25
E. Status Gizi	29
F. Penilaian Status Gizi	39
G. Hubungan Status Gizi berdasarkan IMT dengan Usia Menarche.....	43
H. Kerangka Teori	44
I. Kerangka Konsep.....	45
J. Hipotesis	45
 BAB III METODE PENELITIAN	 46
A. Jenis dan Desain Penelitian	46
B. Populasi dan Sampel	46
C. Tempat dan Waktu Penelitian	48
D. Variabel Penelitian	48
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	49
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	54
G. Instrument dan Bahan Penelitian	54
H. Prosedur penelitian	54
I. Manajemen Data	55
J. Etika Penelitian	57
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 60

A. Hasil	60
B. Pembahasan	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2.1 Perubahan-Perubahan yang dipengaruhi Hormon.....	14
Tabel 2.2 Klasifikasi IMT menurut WHO.....	38
Tabel 2.3 Klasifikasi IMT Nasional	38
Tabel 2.4 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak	38
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian.....	49
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia Menarche	59
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri.....	59
Tabel 4.3 Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche	60

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	44
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis	73
Lampiran 2 <i>Ethical Clearance</i>	74
Lampiran 3 Surat Izin Survey Penelitian	75
Lampiran 4 Surat Balasan Survey Penelitian	76
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian.....	77
Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian	78
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i>	79
Lampiran 8 Lembar Observasi.....	80
Lampiran 9 Master Tabel	81
Lampiran 10 Hasil Pengolahan Data	83
Lampiran 11 Draft Jurnal	85
Lampiran 12 Hasil Turnitin.....	92
Lampiran 13 Waktu Penelitian.....	94
Lampiran 14 Kartu Bimbingan Skripsi.....	95
Lampiran 15 Dokumnetasi.....	100
Lampiran 16 Riwayat Hidup Peneliti.....	101