

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, F.D., Hikmawati, N. and Wahyuningsih, S. (2023) 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas 4,5, dan 6 SDN Dawuhan Lor 01 Kecamatan Sukodono Lumajang', *Jurna Ilmiah Obsgin*, 3, pp. 3–7.
- Arban, M., Adnin, N. and Nurbaya (2024) 'HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 8 MAKASSAR TAHUN 2023', *Jurnal Riset Kesehatan Terapan*, 06(03), pp. 1–11.
- Aurelia Noa, Marselinus Laga Nur and Daniela L. A. Boeky (2024) 'Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Kabupaten Ngada', *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), pp. 389–397. Available at: <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3486>.
- BPS (2023) 'Dalam Angka Dalam Angka', *Kota Kediri Dalam Angka*, pp. 1–68.
- Dewi, A.S. and Rosida, L. (2024) 'The Relationship Between Nutritional Status and Age of Menarche in Female Adolescent at SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta', pp. 38–49. Available at: <https://jurnal.iakmikudus.org/index.php/mjhs>.
- Dwi Anggraini, F., Hikmawati, N. and Wahyuningsih, S. (2023) 'The Correlation between Nutritional Status and Age of Menarche among Adolescent Students', *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(5), pp. 479–484. Available at: <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i5.93>.
- Enggar, E., Suastuti, N.P. and Rosiyana, N.M. (2022) 'Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche', *Jurnal Bidan Cerdas*, 4(1), pp. 32–38. Available at: <https://doi.org/10.33860/jbc.v4i1.596>.
- Fadhilah, N.N. *et al.* (2021) *Determinan Menarche Dini*, Strada Press.
- I Gusti Ayu Istri Pradnya Dewi (2024) 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Menstruasi Dini Pada Siswi di SD Saraswati 3 Denpasar', *Aesculapius Medical Journal*, 4(1), pp. 22–28. Available at: <https://doi.org/10.22225/amj.4.1.2024.22-28>.
- Jumadin, L. and Wahyuni, S. (2023) 'Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Remaja Putri Smpn 5 Kendari', *Jurnal Alumni Pendidikan Biologi*, 8(1), pp. 54–60. Available at: <http://dx.doi.org/10.36709/ampibi.v8i1.12>.
- Kholifah, M. (2024) 'NUTRIZIONE (Nutrition Research and Development Journal)', 04, pp. 32–49.
- Lia Wandari, Yasrida Nadeak and Rosmani Sinaga (2024) 'Hubungan Nilai Indeks Massa Tubuh dengan Usia Menarche pada Remaja di SMPN Abulyatama

- Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Provinsi Aceh', *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(3), pp. 286–290. Available at: <https://doi.org/10.55606/detector.v2i3.4216>.
- Oklaini, S.T. *et al.* (2022) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas Viii Di Sekolah Menengah Pertama (Smp) Negeri 07 Seluma Tahun 2020', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 9(2), pp. 855–860. Available at: <https://doi.org/10.33024/jikk.v9i2.5377>.
- Rahayu, Herwinda, Hindarta, N. (2023) *Gizi dan Kesehatan Remaja*.
- Rahayu, E. *et al.* (2023) 'Hubungan status gizi dengan usia menarche pada remaja putri', *Jurnal Kesehatan Wira Buana*, 14(7), pp. 2541–5387.
- Rahmawati, E. (2024) 'Hubungan Gizi Dengan Infertilas Dan Menarche', *Journal Nutrizione*, 1(1), pp. 15–19. Available at: <https://doi.org/10.62872/2gqr0p20>.
- Rasmaniar *et al.* (2023) *Kesehatan dan Gizi Remaja, Yayasan Kita Menulis*. Available at: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTA_RI.
- Rodiyah, Andayani, S.R.D. and Anis Satus Syarifah (2023) 'Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pandanwangi Jombang', *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), pp. 137–146. Available at: <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.175>.
- UNICEF (United Nations Children's Fund) (2021) 'Profil Remaja 2021', *Unicef*, 917(2016), pp. 1–9.
- Villasari, A. (2021) *Fisiologi Menstruasi*, Strada Press.

L A M P I R A N

Lampiran 1

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Medan, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

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

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Medan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :
Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025.

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Medan berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan pada Tanggal :
Mei 2025

Yang menyatakan

(Eliza Nur Oktaviani)

Lampiran 2



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.01.26.1823/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Eliza Nur Oktaviani
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025"

"The Relationship between Nutritional Status and Menarche Age in Adolescent Girls in MTsN 1 Langkat in 2025"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 07 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 07 Agustus 2026.

This declaration of ethics applies during the period August 07, 2025 until August 07, 2026.



August 07, 2025
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

00125/EA/2025/0159231271

Lampiran 3

**Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Poitekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poitekkes-medan.ac.id>

21 November 2024

Nomor : PP.03.04/F.XXII.10/8638/2024
Perihal : Izin Melakukan Survei Penelitian

Yang terhormat,
Kepala Sekolah MTsN 1
Langkat
di-
Tempat

Dengan hormat,
Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Eliza Nur Oktaviani
NIM : P07524421060
Judul Penelitian : Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan
Ketua,

Arianta Br. Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197003151998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ttd.keminfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 4



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN LANGKAT
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 1 LANGKAT
Jalan. Pembangunan No. 3 Desa Pekubuan Kec. Tanjung Pura 20853
Telepon. (061) 8960221
e-mail : mtsn.tanjungpura@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 445/MTs.02.02.9/KS.02/12/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Langkat, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Eliza Nur Oktaviani
NIM : P07524421060
Judul Skripsi : **"Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri"**

sesuai dengan Surat Ketua Politekkes Medan Nomor : PP.03.04/F.XXII.10/8638/2024 Tanggal 21 November 2024, tentan Izin Melakukan Survei Penelitian, maka dengan ini kami menerangkan bahwa benar nama tersebut diatas telah melaksanakan penelitian di MTs. Negeri 1 Langkat pada tanggal : 09 Desember 2024.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.



Tanjung Pura, 10 Desember 2024
Kepala

Syamsul Bahri, S.Pd, M.Pd
NIP.197810042005011008

Lampiran 5



Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8363633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1128/2025
Perihal : Izin Penelitian

07 Maret 2025

Yang terhormat,
Kepala Sekolah MTsN 1 Langkat
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan
Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian.
Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu
untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Eliza Nur Oktaviani
NIM : P07524421060
Judul Penelitian : "Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada
Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025"

Jurusan Kebidanan
Kepala,

Anhta br.Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.keminfo.go.id/verifyPDE>.



Lampiran 6



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN LANGKAT
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 1 LANGKAT
Jalan. Pembangunan No. 3 Desa Pekubuan Kec. Tanjung Pura 20853
Telepon. (061) 8960221
e-mail : mtsn.tanjungpura@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 139 /MTs.02.02.9/KS.02/05/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Langkat, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Eliza Nur Oktaviani
NIM : P07524421060
Judul Skripsi : "Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025"

sesuai dengan Surat Ketua Politekkes Medan Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1128/2025 Tanggal 07 Maret 2025, tentan Izin Melakukan Survei Penelitian, maka dengan ini kami menerangkan bahwa benar nama tersebut diatas telah melaksanakan penelitian di MTs. Negeri 1 Langkat pada tanggal : 17 – 18 April 2025.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Tanjung Pura, 15 Mei 2025
Kepala


Syamsul Bahri, S.Pd. M.Pd
NIP.197810042005011008

Lampiran 7

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa :

Saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Eliza Nur Oktaviani, mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan dengan judul “Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat”

Saya telah diberitahu dan mengerti bahwa tujuan penelitian ini akan sangat bermanfaat. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Tanjung Pura, 2025

Peneliti

Responden

(Eliza Nur Oktaviani)

()

Lampiran 8

LEMBAR OBSERVASI

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

No. Responden :

Petunjuk pengisian kuisioner :

1. Bacalah petunjuk pengisian dengan cermat
2. Isi biodata responden dengan benar
3. Selanjutnya pada responden akan dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan
4. Catat hasil pengukuran yang didapat pada tempat yang disediakan di lembar ini dengan benar

Nama :

Usia :

Kelas :

A. Status Menstruasi

1. Pada usia berapakah anda pertama kali menstruasi/haid?

Jawaban :

2. Apakah sejak menstruasi pertama kali berat badan anda bertambah?

(tuliskan jika ingat BB saat pertama kali menstruasi :)

- ☐ Bertambah berat
- ☐ Tetap
- ☐ Turun

3. Apakah sejak menstruasi pertama kali tinggi badan anda bertambah?

(tuliskan jika ingat TB saat pertama kali menstruasi :)

- ☐ Bertambah tinggi
- ☐ Tetap

B. Indeks Massa Tubuh

BB :

IMT :

TB :

Lampiran 9

MASTER TABEL

No	Nama	Usia	Usia Menarche	Tinggi Badan	Berat Badan	IMT	Kategori
1	Siti Aulia	13	12 Tahun	164 cm	43,3 Kg	16,1	Sangat kurus
2	Maulida Azzahra	12	11 Tahun	150 cm	40,2 Kg	17,8	Kurus
3	Khairunisha	13	12 Tahun	153 cm	41,6 Kg	17,7	Kurus
4	Ayatun Mahfuzha	12	12 Tahun	149 cm	43,3 Kg	19,5	Normal
5	Puan Maharani	12	12 Tahun	154 cm	46 Kg	19,4	Normal
6	Nadia Meutia Hafizah	12	12 Tahun	155 cm	38,6 Kg	16	Sangat kurus
7	Celline Endrian Natasha	12	12 Tahun	138 cm	34,6 Kg	18,2	Kurus
8	Malika Althafunnisa	13	13 Tahun	146 cm	45,6 Kg	21,4	Normal
9	Nabila Askia Sembiring	12	12 Tahun	150 cm	37,2 Kg	16,5	Sangat kurus
10	Rasyifa Balqis	12	12 Tahun	158 cm	62,3 Kg	25	Normal
11	Icha Purnama	12	11 Tahun	154 cm	44 Kg	18,5	Normal
12	Kayla Khansa Alfya	12	11 Tahun	152 cm	38 Kg	16,4	Sangat kurus
13	Afiqah Zahra Akeila	13	12 Tahun	153 cm	69 Kg	29,4	Obesitas
14	Naila Aulia Saffana	13	12 Tahun	146 cm	34,1 Kg	16	Sangat kurus
15	Salwa Yumna Meydi	12	12 Tahun	152,5 cm	56,4 Kg	24,4	Normal
16	Nabila Salsabila	13	12 Tahun	145 cm	36,5 Kg	17,3	Kurus
17	Intan Syaqla	12	12 Tahun	147 cm	34,6 Kg	16	Sangat kurus
18	Azizi Syaffilah	13	13 Tahun	147 cm	37 Kg	17,2	Kurus
19	Haura Aqila Amri	12	12 Tahun	149 cm	42,2 Kg	19	Normal

20	Khairani Zahara	12	12 Tahun	156 cm	74,4 Kg	30,6	Obesitas
21	Safa Salsabila	13	13 Tahun	146 cm	41,1 Kg	19,2	Normal
22	Aisyah Huriyah Husna	13	12 Tahun	147 cm	50,2 Kg	23,2	Normal
23	Atihfah Aurelia Sahat Hutapea	13	13 Tahun	144 cm	39,5 Kg	19	Normal
24	Delisha Hasya Putri	13	13 Tahun	152 cm	39,2 Kg	16,9	Sangat kurus
25	Hilma Tahura Lubis	12	11 Tahun	155,5 cm	75,1 Kg	31,2	Obesitas
26	Naura Avina	12	11 Tahun	148 cm	50,5 Kg	23	Normal
27	Hafiza Afrilla	13	13 Tahun	149 cm	43,1 Kg	19,4	Normal
28	Rizqa Aulia Az-Zakiyah	12	11 Tahun	152 cm	42,4 Kg	18,3	Kurus
29	Zafira Bilqis Ilmira	13	13 Tahun	146 cm	46 Kg	21,5	Normal
30	Alfizha Syahputri	13	13 Tahun	144 cm	37,8 Kg	18,2	Kurus
31	Youra Aqilah	12	12 Tahun	153 cm	45,7 Kg	19,5	Normal
32	Ulan Sahadah	13	12 Tahun	149 cm	40 Kg	18	Kurus
33	Qistina Atiqah	12	12 Tahun	152 cm	45 Kg	19,4	Normal
34	Nazwa	12	12 Tahun	147 cm	40,5 Kg	18,7	Normal
35	Heni Dian Pertiwi	12	12 Tahun	137 cm	41 Kg	21,9	Normal
36	Qafka Zani	13	12 Tahun	147 cm	39,5 Kg	18,2	Kurus
37	Anisa Fadya Farhana	13	13 Tahun	150 cm	40 Kg	17,7	Kurus
38	Nurmala Sari	13	13 Tahun	140 cm	34 Kg	17,3	Kurus
39	Zanjabila Afisyanindi Lbs	13	12 Tahun	139 cm	37 Kg	19,1	Normal

40	Meli Yunita	13	12 Tahun	141 cm	35 Kg	17,6	Kurus
41	Nabila	12	12 Tahun	138 cm	39,3 Kg	20,6	Normal
42	Salwa Amira	13	12 Tahun	136 cm	38 Kg	20,6	Normal
43	Laila Hasanah Hrp	13	13 Tahun	155 cm	39 Kg	16,2	Sangat kurus
44	Azita Azka	12	12 Tahun	137 cm	40 Kg	21,3	Normal
45	Yaumi Aflah	13	12 Tahun	140 cm	35,7 Kg	18,2	Kurus
46	Iftira Azzahra	12	12 Tahun	151 cm	48 Kg	21	Normal
47	Shabrina Zhafira Arigusti	12	11 Tahun	147 cm	58 Kg	26,8	Gemuk
48	Vania Ramadhani	13	13 Tahun	149 cm	40 Kg	18	Kurus
49	Putri Balqis Syah	13	12 Tahun	140 cm	35 Kg	17,8	Kurus
50	Alya Maura Siregar	13	13 Tahun	155 cm	36 Kg	15,3	Sangat kurus
51	Azzahra Lady First	14	13 Tahun	149 cm	40 Kg	18	Kurus
52	Tiara Putri Kania	13	12 Tahun	135 cm	37 Kg	20,3	Normal
53	Annur Raisya Ramadhani	12	12 Tahun	138 cm	49 Kg	25,7	Gemuk
54	Aprilia Zatayumni	13	13 Tahun	145 cm	38 Kg	18	Kurus
55	Delisha Hasya Putri	13	12 Tahun	149 cm	53 Kg	23,8	Normal
56	Nur Aqila	12	12 Tahun	133 cm	46 Kg	26,1	Gemuk
57	Zahra Naomi	13	13 Tahun	150 cm	41 Kg	18,2	Kurus
58	Isma Yulaika	12	12 Tahun	140 cm	38 Kg	19,3	Normal
59	Alfizha Syahputri	12	12 Tahun	154 cm	52 Kg	21,9	Normal
60	Fitri Ramadani	14	13 Tahun	149 cm	40 Kg	18	Kurus
61	Safira Amanda	12	12 Tahun	152 cm	46 Kg	19,9	Normal
62	Claira Bunga Andara Lbs	13	12 Tahun	140 cm	36,9 Kg	18,8	Normal

63	Ismi Ariyani	13	13 Tahun	142 cm	30,1 Kg	14,9	Sangat kurus
64	Yuti Yulanda	13	13 Tahun	145 cm	36,3 Kg	17,2	Kurus
65	Suri Kayla	12	12 Tahun	140 cm	35 Kg	17,8	Kurus
66	Salva Aqilah	12	12 Tahun	135 cm	40 Kg	21,9	Normal
67	Khairunnisa	13	13 Tahun	156 cm	43 Kg	17,6	Kurus
68	Syahira	14	14 Tahun	138 cm	34 Kg	17,8	Kurus
69	Maulida Azzahra	13	12 Tahun	157 cm	56 Kg	22,7	Normal
70	Lyana Putri	12	12 Tahun	160 cm	76 Kg	29,6	Obesitas
71	Adelia Rizka	12	12 Tahun	132 cm	37 Kg	21,2	Normal
72	Nuriza Aini	13	12 Tahun	137 cm	40 Kg	21,3	Normal
73	Atika	14	14 Tahun	150 cm	40 Kg	17,7	Kurus
74	Nissa Aulia	14	13 Tahun	160 cm	50 Kg	19,5	Normal
75	Hani Mahira Hasibuan	14	14 Tahun	140 cm	36 Kg	18,3	Kurus
76	Zihan Azzahra	13	13 Tahun	144 cm	43 Kg	20,7	Normal
77	Siti Khaira	14	13 Tahun	145 cm	45 Kg	21,4	Normal
78	Nazwa Aulia	14	14 Tahun	135 cm	30 Kg	16,4	Sangat kurus
79	Azura Ifanni	15	14 Tahun	147 cm	39 Kg	18	Kurus
80	Fitri Zahira	14	14 Tahun	151 cm	40 Kg	17,5	Kurus
81	Callista Alhumaira	13	13 Tahun	162 cm	76 Kg	29	Obesitas
82	Farah Alya	14	13 Tahun	154 cm	52 Kg	21,9	Normal
83	Aini Husna Hrp	14	14 Tahun	152 cm	41 Kg	17,7	Kurus
84	Alya Aurora	13	13 Tahun	139 cm	41 Kg	21,2	Normal

Lampiran 10

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Usia Menarche * Indeks Massa Tubuh	84	100.0%	0	0.0%	84	100.0%

Usia Menarche * Indeks Massa Tubuh Crosstabulation

			Indeks Massa Tubuh					Total
			Sangat Kurus	Kurus	Normal	Gemuk	Obesitas	
Usia Menarche {11-13 Tahun}	Normal	Count	10	22	36	4	5	77
		% within Usia Menarche	13.0%	28.6%	46.8%	5.2%	6.5%	100.0%
		% within Indeks Massa Tubuh	90.9%	78.6%	100.0%	100.0%	100.0%	91.7%
		% of Total	11.9%	26.2%	42.9%	4.8%	6.0%	91.7%
	Lambat {>13 Tahun}	Count	1	6	0	0	0	7
		% within Usia Menarche	14.3%	85.7%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Indeks Massa Tubuh	9.1%	21.4%	0.0%	0.0%	0.0%	8.3%
		% of Total	1.2%	7.1%	0.0%	0.0%	0.0%	8.3%
Total		Count	11	28	36	4	5	84
		% within Usia Menarche	13.1%	33.3%	42.9%	4.8%	6.0%	100.0%
		% within Indeks Massa Tubuh	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

% of Total	13.1%	33.3%	42.9%	4.8%	6.0%	100.0%
------------	-------	-------	-------	------	------	--------

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	10.385 ^a	4	.034
Likelihood Ratio	12.390	4	.015
Linear-by-Linear Association	4.014	1	.045
N of Valid Cases	84		

a. 7 cells (70.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .33.

Lampiran 11

DRAFT JURNAL

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

Eliza Nur Oktaviani¹

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

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

¹ Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan

nutritional status and menarche age in teenage girls at MTsN 1 Langkat with p-value = 0.034 (0.034 < 0.005).

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

1. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja (adolescence) adalah tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada periode ini, remaja putri akan mulai mengalami pubertas, yang umumnya terjadi antara usia 9 hingga 13 tahun. Masa ini ditandai oleh perkembangan sistem reproduksi yang disertai dengan perubahan fisik dan psikologis. Salah satu tanda utama bahwa seorang anak perempuan telah memasuki masa remaja adalah menstruasi, yaitu keluarnya darah dari vagina akibat peluruhan lapisan dinding rahim karena sel telur yang tidak dibuahi dalam siklus bulanan (Anggraini, Hikmawati and Wahyuningsih, 2023).

Dalam Keputusan Menteri Kesehatan 320 Tahun 2020 tentang Standar Profesi Bidan disebutkan bahwa salah satu cakupan layanan bidan adalah memberikan perhatian kepada remaja perempuan dalam rangka mempersiapkan kesehatan reproduksi yang optimal. Hal ini merupakan bagian dari strategi untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi, serta mencegah kecacatan pada ibu hamil dan bayi yang baru lahir. Kesehatan reproduksi merupakan elemen penting dalam menunjang kesejahteraan individu maupun masyarakat. Salah satu aspek yang berperan dalam kesehatan reproduksi adalah menarche, yang menandai dimulainya fungsi reproduksi pada perempuan (Rahmawati, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO), usia rata-rata *menarche* saat ini berada pada angka 13 tahun. Sebagai perbandingan, sekitar 200 tahun yang lalu, *menarche* umumnya terjadi pada usia 17 tahun. Semmel Weiss mencatat bahwa sekitar satu abad lalu, remaja perempuan di Wina mengalami

menarche pada rentang usia 15 hingga 19 tahun. Di Indonesia sendiri, data historis menunjukkan adanya tren percepatan usia *menarche* pada remaja putri berdasarkan berbagai hasil penelitian (Rayburn, 2019 dalam Jumadin and Wahyuni, 2023)

Menarche yang terjadi pada usia dini dapat menimbulkan kekhawatiran bagi sebagian remaja putri, terutama karena secara psikologis mereka belum siap menghadapinya. Kondisi ini kerap memunculkan reaksi emosional negatif, seperti rasa cemas, takut, gelisah, bahkan hingga depresi pada saat mengalami menstruasi pertama. (Dewi and Rosida, 2024).

Terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor genetik, pola makan, aktivitas fisik, persentase lemak tubuh, serta kondisi sosial ekonomi. (Soetjiningsih, 2010 dalam Enggar, Suastuti and Rosiyana, 2022). Selain itu, kekurangan asupan gizi dapat mengakibatkan keterlambatan *menarche* dan menghambat pertumbuhan pada remaja putri. Berbagai hasil penelitian di sejumlah negara menunjukkan bahwa remaja dengan status gizi rendah cenderung mengalami menstruasi pertama pada usia yang lebih lambat dibandingkan dengan mereka yang gizinya tercukupi. ((Dewi and Rosida, 2024)

Status gizi seseorang dapat diketahui melalui penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT), yang didasarkan pada perbandingan antara berat badan dan tinggi badan. IMT merupakan metode antropometri yang digunakan untuk memantau status gizi, khususnya pada kelompok remaja. Selain itu, nilai IMT juga menunjukkan perbedaan yang signifikan antara remaja yang belum dan yang sudah mengalami menstruasi, di

mana remaja putri yang telah mengalami menarche cenderung memiliki IMT yang lebih tinggi. (Kholifah, 2024)

Penelitian ini berangkat dari fenomena penurunan usia menarche pada remaja putri di lingkungan sekitar peneliti yang berujung dilakukannya penelitian ini.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi usia menarche dan status gizi remaja di lokasi penelitian serta ada atau tidaknya hubungan antara status gizi dengan usia menarche pada remaja putri di MTsN 1 Kabupaten Langkat Tahun 2025.

C. Manfaat penelitian

Adapun penelitian ini bermanfaat sebagai bahan informasi ilmu kebidanan mengenai kaitan status gizi dan usia *menarche* pada remaja putri khususnya sebagai bentuk peran bidan mempersiapkan reproduksi yang sehat sebagai bagian dari upaya menurunkan AKI dan AKB.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu dengan melakukan pengukuran/pengamatan pada saat bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di MTsN 1 Kabupaten Langkat Tahun 2025 Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik non-probability sampling yaitu purposive sampling berjumlah 84 orang. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi yang disusun untuk mempermudah pendataan IMT sampel. Analisis data yang digunakan ialah Uji Chi-Square.

3. HASIL

Analisis Univariat

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025

Kategori Menarche	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Normal	77	91.7
Lambat	7	8.3
Total	84	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami *menarche* di usia normal yaitu sebanyak 77 orang (91.7 %).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Status Gizi berdasarkan IMT pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025

Status Gizi	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Sangat Kurus	11	13.1
Kurus	28	33.3
Normal	36	42.9
Gemuk	4	4.8
Obesitas	5	6.0
Total	84	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas siswi memiliki status gizi yang normal yaitu sebanyak 42.9%.

Analisis Bivariat

Tabel 4.4 Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025

Status Gizi	Kategori Menarche				Total		P Value
	Normal		Lambat				
	F	%	F	%	F	%	
Sangat Kurus	10	11.9	1	1.2	11	13.1	0.034
Kurus	22	26.2	6	7.1	28	33.3	
Normal	36	42.9	0	0	36	42.9	
Gemuk	4	4.8	0	0	4	4.8	
Obesitas	5	6	0	0	5	6	
Total	77	91.7	7	8.3	84	100	

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh hasil dari analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0.034$ ($0,034 < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia menarche pada remaja putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025.

4. PEMBAHASAN

a. Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami menstruasi pertama kali (menarche) di usia normal. Namun ada beberapa responden yang mengalami keterlambatan menarche-nya.

Menurut Kholifah, 2024 ada beberapa faktor yang memengaruhi usia menarche pada remaja yaitu usia menarche ibu, status gizi, gaya hidup, dan pendapatan orang tua. Usia menarche ibu digunakan untuk memprediksi usia menarche keturunannya dikarenakan adanya reseptor estrogen yang merupakan gen spesifik penentu usia menarche diwariskan dari ibu. Sedangkan status gizi dapat mempengaruhi usia menarche berkaitan dengan kadar leptin yang dihasilkan oleh kelenjar adiposa. Kenaikan kronik konsentrasi leptin memicu peningkatan hormon Luteinizing Hormon (LH) dalam serum. Peningkatan dini kadar LH mengakibatkan peningkatan kadar estradiol yang mengakibatkan menstruasi pertama kali.

Dalam penelitian Arban, Adnin and Nurbaya (2024) menyatakan bahwa usia menarche dikategorikan menjadi 3 yaitu : menarche cepat (< 11 tahun), menarche normal ($11 - 13$ tahun) dan menarche lambat (> 13 tahun). Masa pubertas ditandai dengan terjadinya menstruasi pertama melalui pengaruh hormon estrogen dan progesterone. Dimana hormon estrogen berfungsi untuk mengatur siklus haid sedangkan hormon progesterone membantu mengurangi

kontraksi selama siklus haid. Agar keluhan-keluhan selama menarche dapat dihindari, sebaiknya remaja putri tersebut mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang agar kondisi status gizinya baik.

b. Status Gizi berdasarkan IMT pada Remaja di MTsN 1 Langkat Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa responden memiliki status gizi yang beragam. Mayoritas responden memiliki status gizi normal namun ada beberapa responden yang memiliki status gizi tidak normal.

Status gizi di klasifikasikan menjadi lima yaitu sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas. Menilai status gizi dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan rumus matematis setelah mendapatkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan. Hasil pengukuran IMT untuk mengklasifikasi status gizi dinilai secara kuantitas lebih baik daripada lingkaran pinggang, *skinfold test*, atau lingkaran lengan atas (LILA) (Prathita, dkk 2017 dalam Arban, Adnin and Nurbaya, 2024)

Status gizi dikatakan baik apabila nutrisi yang diperlukan, baik protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral maupun air digunakan tubuh sesuai kebutuhan. Gizi yang kurang atau terbatas akan memengaruhi pertumbuhan, fungsi organ, dan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini akan berdampak pada gangguan haid, tetapi akan membaik jika asupan nutrisinya diperbaiki (Ariani, Ayu Putri, 2019)

c. Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di MTsN 1 Tahun 2025

Hasil dari analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0.034$ ($0,034 < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia menarche pada

remaja putri di MTsN 1 Langkat Tahun 2025.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aurelia Noa, Marselinus Laga Nur and Daniela L. A. Boeky, 2024 yang menyatakan bahwa gizi kurang dengan siswi usia menarche tidak normal dengan presentase sebesar 74,47%, status gizi normal pada siswi usia menarche normal dengan persentase sebesar 61,70% dan status gizi kurang dengan usia menarche normal dengan presentase 38,30%. Sedangkan paling rendah adalah status gizi normal dengan usia menarche tidak normal (25,53%). Hasil analisis hubungan dengan usia menarche menggunakan uji chi square diperoleh nilai Asymptotic Significance sebesar 0,000 ($p > 0,05$). Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia menarche pada siswi SMP di Kabupaten Ngada.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Rahmawati, E. 2024 yang menunjukkan bahwa kejadian menarche berhubungan dengan status gizi remaja. Semakin baik status gizi remaja kejadian menarche akan semakin cepat, begitu sebaliknya. Status gizi remaja sendiri bisa diketahui melalui nilai LILA diatas 23,5 cm dan IMT 18,5-25. Penilaian status gizi pada remaja dilakukan minimal 1 tahun sekali agar diketahui system reproduksi berkembang sebagaimana mestinya.

Hasil penelitian Dewi, A.S. and Rosida, L Tahun 2024 didapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan usia menarche, artinya semakin baik status gizi maka semakin baik usia menarchenya. Namun penelitian ini juga memaparkan hasil uji koefisien kontigensi yang menunjukkan keeratan hubungan variabel tersebut. Hasilnya adalah 0.499 yang berarti indeks massa tubuh dan usia menarche memiliki keeratan hubungan yang sedang karena masih ada faktor lain seperti

genetik, status sosial ekonomi, dan faktor lain yang tidak dikendalikan peneliti.

Menurut peneliti ada beberapa faktor yang memengaruhi usia menarche pada remaja putri yaitu status gizi, genetic, gaya hidup dan status ekonomi keluarganya. Namun dalam penelitian ini peneliti hanya mengendalikan 2 variabel saja yaitu status gizi yang diukur melalui indeks massa tubuh dan usia menarchenya. Dapat disimpulkan bahwa, semakin besar indeks massa tubuh seorang remaja putri maka akan semakin cepat remaja tersebut mendapatkan menstruasi pertamanya. Sebaliknya semakin rendah indeks massa tubuh seorang remaja putri maka semakin lama remaja tersebut mendapatkan menstruasi pertamanya.

5. KESIMPULAN

Simpulan

Status gizi pada remaja putri di MTsN 1 Kabupaten Langkat memiliki presentase remaja dengan status gizi normal yaitu sebesar ... lebih banyak dibandingkan dengan presentase siswi berstatus gizi sangat kurus, kurus, gemuk maupun obesitas. Usia menarche pada remaja putri di MTsN 1 Kabupaten Langkat juga mayoritas berada dalam usia normal menarche yaitu Angka ini lebih besar dibandingkan remaja putri yang mengalami keterlambatan menarche. Hasil analisis bivariat dengan menggunakan Uji Chi-Square didapatkan nilai P sebesar 0,034 ($< 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia menarche di MTsN 1 Kabupaten Langkat Tahun 2025.

Saran

Peneliti sangat berharap bahwa pada penelitian selanjutnya variabel yang dilihat tidak sesempit yang dilakukan peneliti ini. Peneliti selanjutnya diharapkan bisa melihat faktor lain yang kemungkinan bisa saja menjadi bias dalam penelitian ini yang sebenarnya dapat memengaruhi usia menarche

seperti faktor genetic, lingkungan, dan sosial ekonomi.

6. DAFTAR PUSTAKA

1. Anggraini, F.D., Hikmawati, N. and Wahyuningsih, S. (2023) 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas 4,5, dan 6 SDN Dawuhan Lor 01 Kecamatan Sukodono Lumajang', *Jurna Ilmiah Obsgin*, 3, pp. 3–7.
2. Arban, M., Adnin, N. and Nurbaya (2024) 'HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 8 MAKASSAR TAHUN 2023', *Jurnal Riset Kesehatan Terapan*, 06(03), pp. 1–11.
3. Aurelia Noa, Marselinus Laga Nur and Daniela L. A. Boeky (2024) 'Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Kabupaten Ngada', *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), pp. 389–397. Available at: <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3486>.
4. BPS (2023) 'Dalam Angka Dalam Angka', *Kota Kediri Dalam Angka*, pp. 1–68.
5. Dewi, A.S. and Rosida, L. (2024) 'The Relationship Between Nutritional Status and Age of Menarche in Female Adolescent at SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta', pp. 38–49. Available at: <https://jurnal.iakmikudus.org/index.php/mjhs>.
6. Dwi Anggraini, F., Hikmawati, N. and Wahyuningsih, S. (2023) 'The Correlation between Nutritional Status and Age of Menarche among Adolescent Students', *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(5), pp. 479–484. Available at: <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i5.93>.
7. Enggar, E., Suastuti, N.P. and Rosiyana, N.M. (2022) 'Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche', *Jurnal Bidan Cerdas*, 4(1), pp. 32–38. Available at: <https://doi.org/10.33860/jbc.v4i1.596>.
8. Fadhillah, N.N. *et al.* (2021) *Determinan Menarche Dini*, Strada Press.
9. I Gusti Ayu Istri Pradnya Dewi (2024) 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Menstruasi Dini Pada Siswi di SD Saraswati 3 Denpasar', *Aesculapius Medical Journal*, 4(1), pp. 22–28. Available at: <https://doi.org/10.22225/amj.4.1.2024.22-28>.
10. Jumadin, L. and Wahyuni, S. (2023) 'Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Remaja Putri Smpn 5 Kendari', *Jurnal Alumni Pendidikan Biologi*, 8(1), pp. 54–60. Available at: <http://dx.doi.org/10.36709/ampibi.v8i1.12>.
11. Kholifah, M. (2024) 'NUTRIZIONE (Nutrition Research and Development Journal)', 04, pp. 32–49.
12. Lia Wandari, Yasrida Nadeak and Rosmani Sinaga (2024) 'Hubungan Nilai Indeks Massa Tubuh dengan Usia Menarche

- pada Remaja di SMPN Abulyatama Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar Provinsi Aceh', *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(3), pp. 286–290. Available at: <https://doi.org/10.55606/detector.v2i3.4216>.
13. Oklaini, S.T. *et al.* (2022) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas Viii Di Sekolah Menengah Pertama (Smp) Negeri 07 Seluma Tahun 2020', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 9(2), pp. 855–860. Available at: <https://doi.org/10.33024/jikk.v9i2.5377>.
 14. Rahayu, Herwinda, Hindarta, N. (2023) *Gizi dan Kesehatan Remaja*.
 15. Rahayu, E. *et al.* (2023) 'Hubungan status gizi dengan usia menarche pada remaja putri', *Jurnal Kesehatan Wira Buana*, 14(7), pp. 2541–5387.
 16. Rahmawati, E. (2024) 'Hubungan Gizi Dengan Infertilitas Dan Menarche', *Journal Nutrizione*, 1(1), pp. 15–19. Available at: <https://doi.org/10.62872/2gqr0p20>.
 17. Rasmaniar *et al.* (2023) *Kesehatan dan Gizi Remaja, Yayasan Kita Menulis*. Available at: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUS_AT_STRATEGI_MELESTARI.
 18. Rodiyah, Andayani, S.R.D. and Anis Satus Syarifah (2023) 'Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pandanwangi Jombang', *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), pp. 137–146. Available at: <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.175>.
 19. UNICEF (United Nations Children's Fund) (2021) 'Profil Remaja 2021', *Unicef*, 917(2016), pp. 1–9.
 20. Villasari, A. (2021) *Fisiologi Menstruasi*, Strada Press.

Lampiran 12



Page 2 of 84 · Integrity Overview

Submission ID: trm:oid::1:3300309387

20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

- 18%  Internet sources
 - 11%  Publications
 - 9%  Submitted works (Student Papers)
-

Top Sources

18% Internet sources
 11% Publications
 9% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	
	Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan	2%
2	Internet	
	docplayer.info	1%
3	Internet	
	digilibadmin.unismuh.ac.id	<1%
4	Internet	
	es.scribd.com	<1%
5	Internet	
	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id	<1%
6	Internet	
	id.123dok.com	<1%
7	Internet	
	eprints.poltekkesjogja.ac.id	<1%
8	Internet	
	www.scribd.com	<1%
9	Internet	
	repository.unjaya.ac.id	<1%
10	Internet	
	eprints.walisongo.ac.id	<1%
11	Internet	
	journal.literasisains.id	<1%

Lampiran 13

WAKTU PENELITIAN

No	Jadwal Kegiatan	Bulan Pelaksanaan																											
		Nov-24				Des-2024				Jan-25				Feb-25				Mar-25				Apr-25				Mei-25			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan judul																												
2	Pembuatan proposal																												
3	Ujian proposal																												
4	Perbaikan proposal																												
5	Penelitian																												
6	Ujian akhir skripsi																												
7	Penjilidan																												

Lampiran 14



Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
 Medan, Sumatera Utara 20137
 (061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Eliza Nur Oktaviani
 NIM : P07524421060
 Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche*
 pada Remaja Putri di MTsN 1 Langkat Tahun
 2025
 Pembimbing Utama : Elizawarda, SKM, M.Kes
 Pembimbing Pendamping : Suswati, SST, M.Kes

No	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Hasil	Paraf
1	Jum'at, 20/09/2024	Konsultasi masalah atau fenomena yang akan diangkat dalam penelitian	Arahan untuk mengamati dan perbanyak membaca jurnal sebagai referensi.	 Elizawarda, SKM, M.Kes
2	Rabu, 25/09/2024	Pengajuan judul penelitian	Membuat 5W+1H untuk melengkapi data-data penelitian.	 Elizawarda, SKM, M.Kes
3	Kamis, 26/09/2024	ACC Penelitian	Perbanyak mencari data dari fenomena atau masalah penelitian melalui e-book dan jurnal terdahulu.	 Elizawarda, SKM, M.Kes

erian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap
 ifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi
 lian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



No	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Hasil	Paraf
4	Senin, 21/10/2024	ACC Penelitian oleh pembimbing pendamping	Pengerjaan proposal harus disesuaikan dengan buku panduan, data survey awal, WHO, Riskesdas dan data wilayah	 Suswati, SST, M.Kes
5	Jum'at, 15/11/2024	Konsultasi proposal penelitian	Revisi Bab I-III	 Elizawarda, SKM, M.Kes
6	Rabu, 20/11/2024	Konsultasi penulisan proposal	Menyesuaikan dengan buku panduan, serta lihat buku posyandu remaja sebagai acuan.	 Suswati, SST, M.Kes
7	Jum'at, 06/12/2024	Konsultasi proposal penelitian	Revisi Bab II & III	 Elizawarda, SKM, M.Kes

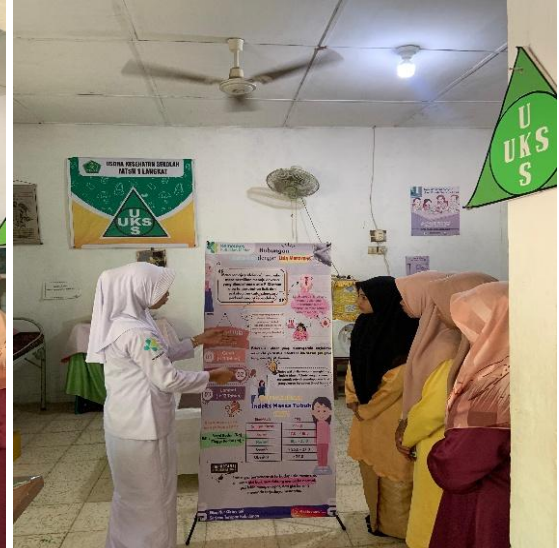
No	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Hasil	Paraf
8	Selasa, 10/12/2024	Konsultasi proposal penelitian	Revisi Bab III	 Elizawarda, SKM, M.Kes
9	Rabu, 11/12/2024	Konsultasi	ACC Seminar Proposal	 Elizawarda, SKM, M.Kes
10	Kamis, 12/12/2024	Melengkapi syarat-syarat untuk ujian proposal	ACC Seminar Proposal	 Suswati, SST, M.Kes
11	Senin, 14/04/2025	Konsultasi revisian proposal	Lanjutkan ke Bab selanjutnya	 Elizawarda, SKM, M.Kes
12	Rabu, 16/04/2025	Konsultasi penulisan proposal	Lanjutkan ke Bab selanjutnya	 Suswati, SST, M.Kes

No	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Hasil	Paraf
13	Kamis, 08/05/2025	Konsultasi Bab IV-V	Perbaikan	 Elizawarda, SKM, M.Kes
14	Jum'at, 09/05/2025	Konsultasi hasil penelitian	ACC Seminar Hasil	 Elizawarda, SKM, M.Kes
15	Rabu, 14/04/2025	Konsultasi penulisan	ACC Seminar Hasil	 Suswati, SST, M.Kes
16	Kamis, 26/06/2025	Konsultasi revisi seminar hasil dari Bab 1-5	ACC revisi seminar hasil	 Elizawarda, SKM, M.Kes
17	Senin, 30/06/2025	Konsultasi revisi seminar hasil	ACC revisi seminar hasil	 Suswati, SST, M.Kes

No	Tanggal	Uraian Kegiatan Bimbingan	Hasil	Paraf
18	Selasa, 01/07/2025	Konsultasi	ACC dan silahkan jilid lux	 Elizawarda, SKM, M.Kes

Lampiran 15

Dokumentasi



Lampiran 16

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

Nama : Eliza Nur Oktaviani
NIM : P07524421060
Tempat/Tanggal Lahir : Suka Maju/ 29 Oktober 2003
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Jumlah Saudara : I (Satu)
Kandung
Status dalam Keluarga : Anak ke-1 dari dua bersaudara
Alamat : Dusun IV Desa Suka Maju Kecamatan Tanjung Pura Kabupaten Langkat Provinsi Sumatera Utara
Email : elizanuroktaviani@gmail.com

B. Nama Orang Tua

Ayah : Adi Santoso
Ibu : Mariyani

C. Riwayat Pendidikan

- a. 2008 – 2009 TK RA Al-Firdaus
- b. 2009 – 2015 SDN 057757 Paluh Tanda
- c. 2015 – 2018 SMPN 2 Tanjung Pura
- d. 2018 – 2021 SMAN 1 Tanjung Pura
- e. 2021 – 2025 Poltekkes Kemenkes Medan