

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI SMP PGRI DI KOTA PAGAR ALAM



NAMA : RINA ALFITRI

NIM : 10021281823029

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI SMP PGRI DI KOTA PAGAR ALAM

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi**



NAMA : RINA ALFITRI

NIM : 10021281823029

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

GIZI

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
SKRIPSI, 18 Juli 2023**

Rina Alfitri , dibimbing oleh: Indah Yuliana, S. Gz, M.Si

Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Status Gizi Dengan Usia *Menarche* Pada Remaja Putri SMP PGRI Kota Pagar Alam.

xiii +62 Halaman ,14 tabel, 2 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Status gizi dan pengetahuan gizi merupakan faktor penyebab utama dalam menentukan cepat atau lambatnya terjadi usia *menarche* pada remaja putri. Asupan gizi seorang remaja putri akan berpengaruh pada hormon pertumbuhan tubuh, khususnya mempercepat kematangan hormon reproduksi yang dapat menyebabkan *menarche* dini atau *menarche* normal. Pengetahuan gizi di nilai menjadi faktor yang paling penting dalam mempengaruhi status gizi remaja putri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri di SMP PGRI Di kota Pagar Alam. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Pengolahan data menggunakan dan dilakukan analisis univariat dan bivariate uji Chi-Square. Berjumlah 62 orang dengan teknik sampel *purposive sampling*. Hasil univariat pengetahuan gizi kurang sebanyak 21 orang (33,9 %), status gizi gemuk 37 orang (59,7 %), usia *menarche* dini sebanyak 29 orang (46,8 %). Untuk hasil analisis bivariat penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan usia *menarche* pada remaja putri 2023 ($\rho=0,002$) nilai PR 6, 892 interpretasi remaja putri dengan persentasi cukup berpeluang 6 kali memiliki usia *menarche* normal dibandingkan dengan remaja putri yang pengetahuannya kurang. Dan ada hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri SMP PGRI Di Kota Pagar alam Tahun 2023 ($\rho=0,007$) nilai PR 5,023 remaja putri yang memiliki status gizi normal mempunyai peluang 5 usia *menarche* normal dibandingkan remaja putri yang memiliki status gizi gemuk. Diharapkan SMP PGRI dan tenaga kesehatan di kota Pagar alam hendaknya memberikan sosialisasi kepada remaja putri yang telah menstruasi untuk menjaga kesehatan hygiene dan sanitasi organ reproduksi.

Kata Kunci: Pengetahuan Gizi, Status Gizi , Usia *Menarche*.

Kepustakaan: 29 (2003-2021)

Ketua Jurusan Gizi

Pembimbing



Indah Purnama Sari, S.KM.,M.KM
NIP. 198604252014042001

Indah Yuliana, S.Gz ., M.Si
NIP. 198804102019032018

NUTRITION

FACULTY OF PUBLIC HEALTH

SRIWIJAYA UNIVERSITY

THESIS, 18 July 2023

Rina Alfitri , guided by: Indah Yuliana, S. Gz, M.Sc

The Relationship between Nutritional Knowledge and Nutritional Status with Menarche Age in Young Girls at SMP PGRI Pagar Alam City.

xiii + 62 pages, 3 pictures, 7 attachments

ABSTRACT

Nutritional status and nutritional knowledge are the main factors in determining whether menarche occurs sooner or later in adolescent girls. A teenage girl's nutritional intake will affect the body's growth hormones, in particular accelerating the maturity of reproductive hormones which can cause early menarche or normal menarche. Nutritional knowledge is considered to be the most important factor in influencing the nutritional status of adolescent girls. The aim of this research was to determine the relationship between nutritional knowledge and nutritional status with the age of menarche among adolescent girls at PGRI Middle School in Pagar Alam City. This research is quantitative with a cross sectional design. Data processing used statistical software programs and univariate and bivariate Chi-Square tests were carried out. This sample consisted of 62 people using a purposive sampling technique. Univariate results showed that 21 people (33.9%) lacked nutritional knowledge, 37 people (59.7%) had obesity nutritional status, 29 people (46.8%) had early menarche age. The results of the bivariate analysis of this study show that there is a relationship between knowledge and age of menarche in young women in 2023 ($\rho=0.002$). And there is a relationship between nutritional status and age of menarche in young women at PGRI Middle School in Pagar Alam City in 2023 ($\rho=0.007$). It is hoped that PGRI Middle Schools and health workers in the city of Pagar Alam will provide socialization in the form of animated media to female students regarding menstruation and good foods to consume before and after menstruation to avoid early menarche in young women.

Keywords: Knowledge of Nutrition, Nutritional Status, Age of *Menarche*.

Head Of Nutrion Departement

Supervisor



Indah Purnama Sari, S.KM.,M.KM

Indah Yuliana, S.Gz ., M.Si

NIP. 198604252014042001

NIP. 198804102019032018

HALAMAN PERSETUJUAN

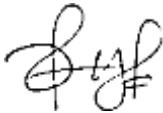
Karya tulis berupa skripsi ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Usia *Menarche* Pada Remaja Putri SMP PGRI Di Kota Pagar Alam” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 26 September 2023.

Indralaya, September 2023

Tim Penguji Skripsi:

Ketua:

1. (Yuliarti, S.K.M., M. Gizi)
NIP. 198807102019032018

()

Penguji :

1. (Widya Lionita, SKM, M. PH)
NIP. 199004192020122014

()

2. (Indah Yuliana. S.Gz., M.Si)
NIP. 198804102019032018

()

Mengetahui ,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Koordinator Program Studi Gizi



Dr. Misnaniarti , S.KM.,M.KM
NIP.197606092002122001



Indah Purnama Sari, S.KM.,M.KM
NIP. 198604252014042001

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN STATUS GIZI DENGAN USIA
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP PGRI DIKOTA PAGAR
ALAM**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana

Oleh:

RINA ALFITRI

NIM. 10021281823029

Indralaya, September 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Pembimbing



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 1976060920022122001

Indah Yuliana, S. Gz M. Si
NIP. 198804102019032018

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Rina Alfitri
Nim : 10021281823029
Tempat , Tanggal lahir : Petani 09 Januari 2000
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jalan Ais Nasution Dusun Petani RW 02 , RT 01
Kelurahan Alun Dua, Kecamatan Pagar Alam
Selatan
Email : rinaalfitri090100@gmail.com
No HP : 082213092716

Orang Tua
Ayah : Kasimudin S.E
Ibu : Eta Herlini



RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 2004 : TK Muhammadiyah Kota Pagar Alam
Tahun 2005-2011 : SD Negeri 7 Kota Pagar Alam
Tahun 2011-2014 : SMP PGRI Kota Pagar Alam
Tahun 2014-2017 : SMK Farmasi Muhammadiyah Kota Pagar Alam
Tahun 2018- Sekarang : S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya

LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indaralaya, September 2022

Yang bersangkutan,


Rina Alfitri



10021281823029

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan berkat dan rahmat- Nya serta hidayah sehingga saya sebagai penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ” Hubungan Status Gizi Dan Pengetahuan Gizi Dengan Usia *Menarche* Pada Remaja Putri SMP PGRI Di Kota Pagar Alam “ Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan rendah hati , dalam kesempatan ini mengucapkan banyak rasa terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, Allah Subhanahu Wata“ala yang memberikan nikmat dan sehat serta kelancaran dalam proses pembuatan skripsi ini.
2. Ibu Misnaniarti, S.KM., M.KM Selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya .
3. Ibu Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM Selaku Ketua Jurusan S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Indah Yuliana, S. Gz., M.Si Selaku dosen pembimbing yang luar biasa karena telah memberikan begitu banyak pengetahuan dan motivasi serta selalu meluangkan waktu untuk memberikan arahan, dukungan dan bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Yuliarti . S.K.M., M. Gizi Selaku dosen penguji 1 yang banyak memberikan bimbingan, arahan, masukan dalam pembuatan skripsi ini.
6. Ibu Widya Lionita. SKM, M. PH Selaku dosen penguji 2 yang telah mengarahkan dan memberikan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Para dosen , karyawan dan seluruh civitas akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat .
8. Keluarga tercinta papa Kasimudin , Mama Eta Herlini dan kakak perempuan saya Ira Oktarina , adik perempuan saya Yolanda Junita serta keponakan saya Zayyan Rafif Athallah yang selalu memahami dan membantu dalam setiap perjalanan studi sampai selesai nya skripsi ini senantiasa mendoakan dan memberikan semangat serta dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Terimakasih kepada diriku yang sudah bertahan selama ini kamu hebat Rina telah sampai di titik ini.

10. Yesi, Tesa, Dini, Zahara, Fia, Salsabila Erian, Deni, Nadya, dika teman seperjuangan di FKM dan para sahabat-sahabatku yang selalu menyemangati, menghibur, selalu mendengarkan keluh kesah penulis dan menjadi diskusi dalam mengerjakan skripsi.
11. Seluruh teman di Gizi 2018 yang selalu kebersamai dan mendukung penulis dalam mengerjakan skripsi.

Palembang ,.....2023

Penulis



RINA ALFITRI
NIM 10021281823029

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1. Manfaat bagi peneliti	5
1.4.2. Manfaat Bagi Responden.....	5
1.4.3. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Remaja	7
2.2 <i>Menarche</i>	7
2.2.1 Pengertian Menarche	7

2.2.2	Usia <i>Menarche</i>	8
2.2.3	Dampak <i>menarche</i> dini.....	8
2.3.	Status Gizi.....	9
2.3.1	Pengertian Status Gizi.....	9
2.3.2	Pengukuran Antropometri.....	11
2.4	Pengertian Pengetahuan.....	13
2.5.	Pengetahuan Gizi.....	14
2.6.	Pengetahuan Gizi Seimbang Remaja.....	15
2.7	Nutrisi Sebelum Dan Selama <i>Menarche</i>	24
2.8.	Penelitian Terkait.....	27
2.9.	Kerangka Teori.....	30
2.10.	Kerangka Konsep.....	31
2.11.	Definisi Operasional.....	32
2.12.	Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....		35
3.1.	Desain Penelitian.....	35
3.2.	Tempat Dan Waktu Penelitian.....	35
3.3.	Populasi Dan Sampel.....	35
3.3.1.	Populasi.....	35
3.3.2	Sampel.....	35
3.3.3.	Besar Sampel.....	36
3.3.4	Teknik Pengambilan Sampel.....	37
3.4	Jenis,Cara dan Alat Pengumpulan Data.....	37
3.4.1	Jenis Data.....	37
3.4.2	Cara Pengumpulan data.....	37
3.4.3	Alat Pengumpulan Data.....	37

3.5.	Pengolahan Data	38
3.6.	Uji Validitas Dan Reliabilitas Data.....	39
3.6.1.	Uji Validitas.....	39
3.6.2	Uji Reliabilitas	40
3.7	Analisis Dan Penyajian Data	41
3.7.1.	Analisis Univariat	41
3.7.2	Analisis Bivariat.....	41
4.I	Penyajian Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN		42
4.1.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	42
4.2	Hasil Penelitian	43
4.2.1	Analisa Univariat	43
4.2.2	Analisis Bivariat	47
BAB V PEMBAHASAN		50
5.1.	Keterbatasan Penelitian.....	50
5.2.	Pembahasan.....	50
5.2.1	Pengetahuan	50
5.2.2	Status Gizi.....	51
5.2.3	Usia <i>Menarche</i>	52
5.2.4	Hubungan Pengetahuan Dengan Usia <i>Menarche</i>	53
5.2.5	Hubungan Status Gizi Dengan Usia <i>Menarche</i>	57
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		60
6.1	Kesimpulan	60
6.2	Saran.....	60
6.2.1	Untuk SMP PGRI Kota Pagar Alam.....	60
6.2.3	Untuk Peneliti Selanjutnya	61

DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	66
Lampiran 1. Informed Consent	67
Lampiran 3. Kuisioner Pengetahuan Gizi	69
Lampiran 4. Analisis Univariat SPSS	73
Lampiran 6 surat lampiran kaji etik	78
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Dari FKM.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2 Penelitian Terkait	27
Tabel 2.3. Definisi Operasional... ..	32
Tabel 3.1 Perhitungan sampel.....	36
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas variabel Pengetahuan Gizi... ..	40
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Pengetahuan Giz.....	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di SMP PGRI Kota Pagar Alam Tahun 2023... ..	43
Tabel 4.2 Distribusi Pengetahuan Gizi.....	44
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi Di SMP PGRI Kota Pagar Alam Tahun 2023... ..	45
Tabel 4.4 Distribusi Status Gizi Responden Berdasarkan Tinggi Badan.....	46
Tabel 4.5 Distribusi Status Gizi Responden Berdasarkan Berat Badan.....	46
Tabel 4.6 Distribusi Status Gizi Responden Berdasarkan Z-Score.....	46
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi menurut Usia Menarche.....	47
Tabel 4.8 Hubungan Pengetahuan Dengan Usia <i>Menarche</i> Pada Remaja Putri di SMP PGRI Kota Pagar Alam Tahun 2023.....	48
Tabel 4.9 Hubungan Status Gizi Dengan Usia <i>Menarche</i> Pada Remaja Putri di SMP PGRI Kota Pagar Alam Tahun 2023.....	

BAB I

PENDAHULUAN

I.I Latar Belakang

Berdasarkan data demografi dunia, remaja merupakan populasi yang besar. Menurut World Health Organization (WHO) remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun. Mengacu pada data yang termaksud dalam pencatatan demografi Amerika Serikat menerangkan kalau jumlah remaja dengan kisaran umur 10 sampai 19 tahun memperoleh besaran persentase yakni 15% dari akumulasi populasi secara menyeluruh. Sementara di kawasan Asia Pasifik sendiri total untuk penduduknya memperoleh persentase sebanyak 60% yang mana mengacu pada penduduk dunia dan 1/5 termasuk kategori remaja dengan kisaran usia 10 sampai 19 tahun. Sedangkan mengacu pada data BPS (Badan Pusat Statistik) khususnya di tahun 2018 memuat komposisi penduduk Indonesia menunjukkan kalau sebanyak 22,87 juta jumlah penduduk kategori remaja awal di usia 10 sampai 14 tahun dari total penduduk secara menyeluruh.

Remaja putri termasuk kelompok yang rentan karena remaja putri mengalami menstruasi awal dalam fase hidupnya. Dalam hal ini, menstruasi menuntut kebutuhan gizi dan zat besi yang lebih banyak. Minimnya kesadaran akan pemenuhan zat gizi pada remaja putri munculnya berbagai penyakit seperti gizi seperti, gizi kurang dan gizi lebih. Seiring dengan peningkatan populasi remaja putri Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi dewasa (Rachmayani Andina Siti, dkk. 2018). *Menarche* merupakan menstruasi yang pertama kali pada remaja putri di anggap penting karena puncak dari serangkaian remaja putri dari masa anak-anak menuju dewasa. *Menarche* ditandai dengan keluarnya darah dari vagina jika sel telur yang tidak buahi pada akan melebur sehingga terjadinya haid pertama (Larasati, N. et al 2019).

Menarche terjadi pada usia remaja yang mengalami masih peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Di beberapa negara usia *menarche* mengalami penurunan, seperti di Negara Amerika Serikat penurunan usia *menarche* pada

tahun 1900 rata-rata 14,2 tahun menjadi 12,45 di tahun 2010. Di Kanada penurunan usia *menarche* rata-rata sebesar 8,8 bulan dalam kurun waktu 18 tahun (Biro *et al.*, 2018). Studi populasi penurunan usia *menarche* di Portugal dari umur 15 tahun menjadi 12,03 tahun dalam kurun waktu 90 tahun (Biro *et al.*, 2018) . Di Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah melaporkan terjadinya penurunan usia *menarche*, Data Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskeddas) tahun 2010 diketahui bahwa sekitar 22,4 % , remaja telah *menarche* pada usia 9-13 tahun. Sementara temuan riset dalam tajuk riskeddas di tahun 2018 menerangkan kalau 70,1% remaja putri yang berkisar 10 sampai 19 tahun sudah mengalami yang namanya *menarche* dengan persentase yakni 29,9%, hal ini menunjukkan bahwa usia *menarche* semakin menurun. Data Hasil Riset Kesehatan Dasar (2010) , Provinsi Sumatera Selatan menunjukkan usia *menarche* dibawah 12 tahun sebanyak 21,1 % , yang melebihi angka nasional usia *menarche* sebanyak 20,9.

Status gizi termasuk faktor penyebab utama yang bisa menjadi penentu terkait cepat atau justru melambatnya usia *menarche* pada pihak perempuan. Lebih lanjut disampaikan kalau asupan gizi remaja putri akan mendatangkan pengaruh yang berimbang pada kondisi hormon dalam pertumbuhan di tubuh individu yang bersangkutan terlebih dalam konteks percepatan akan kematangan hormon-hormon terkait reproduksi yang bisa menyebabkan terjadinya *menarche* dini atau hal ini termasuk bagian dari *menarche* yang normal, ketika asupan gizi seorang remaja kurang atau lebih hal tersebut juga mendatangkan pengaruh pada penurunan fungsi sistem reproduksi yang mendatangkan akibat berupa terjadinya *menarche* di usia yang tidak semestinya secara umum (I Alam, 2021).

Pengetahuan gizi di nilai menjadi faktor yang paling penting dalam mempengaruhi status gizi remaja. Tingkat pengetahuan gizi seseorang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi seseorang. Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya (Fitriani R, 2020).

Menurut penelitian Larasti , *et al* (2018) , Temuan dari pengujian statistik didapatkan untuk nilai p value sendiri ialah 0,008 yang memiliki arti ($p < 0,05$),

sehingga bisa ditarik konklusi kalau ada hubungan yang memiliki makna kuat terkait status gizi dengan kejadian *menarche* secara dini yang mengarah pada sejumlah siswi SMP Setia Negara Depok di tahun 2018. Ini sejalan dengan temuan yang digagas oleh peneliti bernama Nugroho dkk (2015) yang menjadikan anak-anak usia 9 sampai 12 tahun sebagai subjeknya dengan pemilihan setting tempat di Kota Bandar Lampung, dimana hasil penelitian menunjukkan adanya antara status gizi dengan kejadian *menarche* dini.

Selain itu penelitian (I Alam ,2021) menerangkan temuan penganalisisan statistik dengan melibatkan pengujian Fisher Exact Test diperoleh untuk nilai P_v yakni $0,020 < 0,05$ yang mana dalam hal ini memiliki arti kalau ada hubungan terkait status gizi dan juga usia *menarche* yang mengacu pada sejumlah remaja putri di SMPN 10 Bulukumba, Kec. Ujung Loe, Kab. Bulukumba. Riset ini juga sejalan dengan temuan Br Napitupulu V dkk (2018) yang melibatkan para siswa remaja di SDN 47/IV Kota Jambi, di tahun 2018 yang mana ada hubungan dengan sifat yang signifikan terkait satu sisi dan juga usia *menarche* ($P_v=0,080$).

Selain itu menurut penelitian Yuliarti, *et al* (2020). Temuan riset yang melibatkan sekelompok orang dengan kategorisasi *overweight* dan normal dari segi derajat pertumbuhan seksual sekunder lebih cepat terlihat dan untuk kategorisasi usia *menarche* lebih awal ketimbang kelompok yang berkebalikan dengan kedua kondisi tersebut.

Menurut Velga dan Yazia (2019), Hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan usia *menarche* dimana didapatkan nilai p value $0,014$ ($p \leq 0,05$). Yang berarti status gizi gemuk pada siswi SMPN 22 Padang dapat menyebabkan siswi mengalami usia *menarche* dini dibawah < 12 tahun, sedangkan pada status gizi normal pada siswi SMPN 22 padang mengalami usia *menarche* normal yaitu usia 12-13 tahun.

Data Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), kota Pagar Alam berdasarkan status gizi remaja Indeks Massa tubuh (IMT) yang mengalami berat badan lebih (gemuk) sebanyak 14,25 %, yang menempati posisi kedua setelah kota Palembang. Proses perkembangan dan pembangunan kota Pagar Alam terbilang cukup pesat dalam kurung waktu 10 tahun terakhir. Pusat perbelanjaan dan restoran cepat saji sudah banyak dan semakin maju termasuk tempat wisata dan

hiburan. Hal ini memungkinkan dapat mempercepat usia *menarche* (Dinas Kesehatan Kota Pagar Alam, 2022).

SMP PGRI Kota Pagar Alam merupakan sekolah swasta yang ter akreditasi A dan memiliki jumlah siswa dan siswi terbanyak di tahun 2021. Sekolah ini memiliki letak yang strategis karena dekat dengan pusat kota dengan tingkat ekonomi yang bervariasi. Hasil survei awal usia *menarche* yang dilakukan di SMP PGRI pada 50 siswi kelas VII dan VIII didapatkan sebanyak 11 siswi mengalami yang namanya *menarche* di usianya yang 10 tahun, sedangkan 35 di usia 11 tahun , 4 siswa di usia 12 tahun.

1.2. Rumusan Masalah

Hasil survei awal usia *menarche* yang dilakukan di SMP PGRI pada 50 siswi kelas VII dan VIII didapatkan sebanyak 11 siswi mengalami yang namanya *menarche* di usianya yang 10 tahun, sedangkan 35 di usia 11 tahun , 4 siswa di usia 12 tahun. Temuan dari Riskesdas (2018), kota Pagar Alam berdasarkan status gizi remaja Indeks Massa tubuh (IMT) yang mengalami berat badan lebih (gemuk) sebanyak 14,25 %, yang menempati posisi kedua setelah kota Palembang. Proses perkembangan dan pembangunan kota Pagar Alam terbilang cukup pesat dalam kurung waktu 10 tahun terakhir. Pusat perbelanjaan dan restoran cepat saji sudah banyak dan semakin maju termasuk tempat wisata dan hiburan. Hal ini memungkinkan dapat mempercepat usia *menarche*. Maka dari itu, pihak peneliti menaruh ketertarikan dalam usaha mendalami lebih detail terkait Bagaimana Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Status Gizi Dengan Usia *Menarche* Pada Remaja Putri SMP PGRI Putri Kota Pagar Alam.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan status gizi terhadap usia *menarche* pada remaja putri SMP PGRI Kota di Pagar Alam.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi pada remaja putri SMP PGRI di Kota Pagar Alam.
2. Mengetahui gambaran status gizi pada remaja putri SMP PGRI di Kota Pagar Alam.
3. Mengetahui gambaran usia *menarche* pada remaja putri SMP PGRI di Kota Pagar Alam.
4. Menganalisis hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri SMP PGRI Kota Pagar Alam.
5. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan usia *menarche* pada remaja SMP PGRI di Kota Pagar Alam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat bagi peneliti

Temuan dalam riset ini diharapkan bisa memberikan sumbangsih terkait wawasan dan pengetahuan yang lebih komprehensif terkait berbagai variabel yang diusung dalam riset ini. Sedangkan riset ini juga diharapkan bisa mendatangkan kebermanfaatan dalam pengaplikasian ilmu yang sudah dipelajari sewaktu mengenyam bangku perkuliahan dalam jurusan terkait.

1.4.2. Manfaat Bagi Responden

Dapat menjadi sumber informasi mengenai pengetahuan gizi tentang sumber makanan sebelum dan sesudah *menarche* , status gizi , dengan usia *menarche*.

1.4.3. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Riset ini didambakan bisa menjadi sumber keterangan dan informasi khususnya bagi seluruh civitas akademika FKM Universitas Sriwijaya. Di samping itu temuan yang berupa data-data dalam riset ini bisa menjadi dasar atas pihak peneliti lain yang hendak melakukan riset lanjutan atau bisa juga dikaitkan dengan opsi kegiatan pengabdian untuk masyarakat secara menyeluruh khususnya di lokasi yang sama dalam studi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier S. 2003 . *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Pustaka Utama, Jakarta Indonesia
- Alam, 2021. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Astuti Rahayu & Erma Handasari . 2010. *Usia menarche, indeks masa tubuh, frekuensi konsumsi dan Status sosial ekonomi orang tua pada siswi SLTP Di pinggir dan pusat kota*.
- Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan 2010. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2010)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia . Jakarta.
- Baharuddin I. 2014. Efektivitas penggunaan media video tutorial sebagai pendukung pembelajaran matematika terhadap minat dan hasil belajar peserta didik SMA
- Biro, F. M., Pajak, A., Wolff, M. S., Pinney, S. M., Windham, G. C., Galvez, M. P., ... Teitelbaum, S. L. (2018). *Age of Menarche in a Longitudinal US Cohort. Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2018.05.002>.
- Br Napitupulu, V., . H. & Halim, R. *Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Di SDN 47/IV Kota Jambi Tahun 2018*. J. Kesmas Jambi; 2018. doi:10.22437/jkmj.v2i1.6544.
- Departemen Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2010.
- Enikmawati, A. (2013) ‘*Nutrisi Yang Baik Untuk Dikonsumsi Sebelum Dan Selama Menstruasi*’, Jurnal Gizi PKU Muhammadiyah Surakarta, 53(9), pp. 1689–1699.

- Fathin, N, A, Martha A, Deny, Y, F (2017). *Hubungan Asupan Lemak , Protein Dan Kalsium Dengan Kejadian Menarche dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun*. Journal Of Nutrition College. [Http://ejournal- s1 .undip.ac.id./index.php/jnc](http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc).
- Fitriani, R. (2020) '*Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 86 Science : Gorontalo Journal Jakarta*', Journal Health & Health and Science Community, 4(1), pp. 29–38. doi: 10.35971/gojhes.v4i1.5041.
- I., Alam, S., Syahrir, S., Adnan,. *Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri (2021)*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 200–207.
- Kementrian Kesehatan RI (2013). *Situasi kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Pusat data dan informasi.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014) . Pedoman PGS Kesehatan,. Pedoman Gizi Seimbang , 1-99.
- Larasati, N. *et al.* (2019) '*FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN MENARCHE DINI PADA SISWI SMP SETIA NEGARA DEPOK TAHUN 2018 In 2018*', 14(2), pp. 143–149.
- Nugroho, Arie , Bertalin² , Marlina. 2015. *Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Siswi Sd Negeri 2 DiKota Bandar Lampung*. Jurnal. Fakultas Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Fakultas Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Tanjungkarang
- Notoatmodjo, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Rineka Cipta* . Jakarta
- Nurfajrina, 2020. *Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SMP Negeri 22 Bandar Lampung*. Jurnal. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- Nurillah et al, 2014. *Konsumsi Pangan, Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Pada Remaja di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Provinsi Jambi*. Skripsi. Bogor: Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor

- Persada, K. (2019) '*Faktor - faktor yang berhubungan dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat di STIKES Kharisma .* Persada Amalia Amandatiana 1 Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Kharisma Persada Abstrak', 6(1), pp. 35–41.
- Rochmawati, 2021. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Putri (studi kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang). *Jurnal. Universitas Brawijaya.*
- Setiati, A. et al. (2023): PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DALAM UPAYA PEMBANGUNAN KESEHATAN REMAJA DI DESA SUKAMUKTI KABUPATEN GARUT 1)Atu Setia' *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin Volume 6, 6(2), pp. 119–126.*
- Syakir S. 2018. Pengaruh intervensi penyuluhan gizi dengan media animasi dengan perubahan pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri. *Russian Journal of Economics*, 48(2): 123–154. doi: 10.22236/argipa.v3i1.2446.
- Sumini (2014) Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi Sekolah Dasar Kelas 4, 5 dan 6 di Sekolah Dasar Negeri Grabahan Kecamatan Karangrejo Kabupaten Magetan', *Delima Harapan*, 3 No. 2 Ag(2), pp. 1–9.
- Surijati, K. A.dkk. (2021) '*Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Banyumas.*', *Nutriology Jurnal: Pangan, Gizi, Kesehatan*, 02(01), pp. 95–100.
- Susanti, E. (2012) '*Hubungan status gizi terhadap usia menarche pada remaja putri usia 10-16 tahun di SMPN I Baso*', *Jurnal Kesehatan STIKes Prima Nusantara Bukittinggi*, 3(1), pp. 1–5.
- Yuliarti, Y. Y., Rahfiludin, M. Z. and Nugraheni, S. (2020) '*Perbedaan Tingkat Pertumbuhan Seksual Sekunder Dan Menarche Berdasarkan Status Gizi Remaja Putri Di Kecamatan Pasar Manna Kabupaten Bengkulu Selatan*', *Avicenna: Jurnal Ilmiah*, 15(2), pp. 95–104. doi: 10.36085/avicenna.v15i2.954.

Yulianto 2001 . *Perbedaan usia menarche dan siklus menstruasi berdasarkan keadaan status gizi siswi di SLTPN I Karangawen Kabupaten Demak*. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro.

Yunizar, A. and Batubara, N. S. (2020) '*Hubungan Status Gizi Dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food Dengan Menarche Dini Pada Remaja Putri*', Journal of TSCNers, 5(2), pp. 10–16. Available at: <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers>.

Velga & Yazia, V. (2019). *Hubungan Status Keterpaparan Media Massa Internet Dan Status Gizi Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Kelas IX* . 244–256.

World Health Organization . 2013. *Global data base on body Mass Index*. [http :// apps.who.int/b mi/index.jsp?introPage=intro_3.ht ml](http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html). Diakses maret 2021.