

SKRIPSI
PERBEDAAN USIA *MENARCHE* BERDASARKAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI SMP
NEGERI 6 UNGGUL SEKAYU KABUPATEN
MUSI BANYUASIN TAHUN 2021



OLEH
BERQANAWA AGHNINA. BI
NIM.10021381722064

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA 2022

SKRIPSI
PERBEDAAN USIA *MENARCHE* BERDASARKAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI SMP
NEGERI 6 UNGGUL SEKAYU KABUPATEN
MUSI BANYUASIN TAHUN 2021



Diajukan sebagai salah satu syarat
untuk mengikuti ujian skripsi

OLEH
BERQANAWA AGHNINA. BI
NIM.10021381722064

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA 2022

GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
SKRIPSI, April 2022

Berqanawa Aghnina. BI, Yuliarti, S.KM., M.Gizi

**Perbedaan Usia *Menarche* Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri
SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021**
xiii + 57 Halaman, 12 Tabel, 2 Gambar, 8 Lampiran

ABSTRAK

Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju masa dewasa yang akan mengalami pertumbuhan serta perkembangan lanjutan, dan pubertas yang ditandai dengan adanya *menarche* (menstruasi pertama) pada remaja putri. *Menarche* belakangan didapatkan lebih cepat. Perubahan ini seiring dengan perubahan pada faktor yang mempengaruhinya, diantaranya adalah status gizi (IMT/U juga persen lemak tubuh). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021. Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan metode penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan total sampel 95 remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu. Analisis penelitian terdiri dari analisis univariat dan bivariat dengan uji *kruskal wallis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu memiliki usia *menarche* normal, status gizi (IMT/U) normal, status gizi (persen lemak tubuh) *healthy*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata usia *menarche* berdasarkan status gizi (IMT/U) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu ($p\text{-value} = 0,001$) dan terdapat perbedaan rata-rata usia *menarche* berdasarkan status gizi (persen lemak tubuh) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu ($p\text{-value} = 0,001$). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi (IMT/U dan persen lemak tubuh) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu. Diperlukan peningkatan pemahaman siswi mengenai pemantauan status gizi secara berkala karena kondisi status gizi saat ini akan berpengaruh terhadap masa yang akan datang.

Kata kunci : Usia *menarche*, IMT/U, persen lemak tubuh, remaja putri

Kepustakaan : 59 (2012-2021)

NUTRITION
PUBLIC HEALTH FACULTY
SRIWIJAYA UNIVERSITY
THESIS, April 2022

Berqanawa Aghnina. BI, Yuliarti, S.KM., M.Gizi

The differences of the age of menarche based on nutritional status in Junior High School Number 6 Sekayu teenagers region of Musi Banyuasin 2021
xiii + 57 Pages, 12 Tables, 2 Pictures, 8 Attachments

ABSTRACT

Teenager is a period of transition from childhood to adulthood which will experience continued growth also development and puberty marked by the presence of menarche (first menstruation) in teenager. Lately, the age of menarche gradually changes and tends to be obtained more quickly. This change along with the factors that influence it also significant changes, including nutritional status (BMI and percent body fat). This study was conducted to determine the difference of the age of menarche based on the nutritional status of teenager at SMP Negeri 6 Unggul Sekayu, Musi Banyuasin Regency in 2021. Research used a cross sectional design with quantitative research method. The research sample was taken by purposive sampling technique and obtained 95 of SMP Negeri 6 Unggul Sekayu's teenager. The analysis of study consisted of univariate and bivariate analysis with kruskal wallis test. The results of tstudy indicate that the majority of teenager at SMP Negeri 6 Unggul Sekayu have normal menarche age, normal nutritional status (BMI), healthy nutritional status (percent body fat). The results of data analysis showed that there was a difference average age of menarche based on nutritional status (BMI) in teenager of SMP Negeri 6 Unggul Sekayu ($p\text{-value}=0.001$) and there was a difference average age of menarche based on nutritional status (percent body fat) in teenager of SMP Negeri 6 Unggul Sekayu ($p\text{-value}=0.001$). From the results of study, it concluded that there was a difference average age of menarche based on nutritional status (BMI and percent body fat)in SMP Negeri 6 Unggul Sekayu's teenagers. It is necessary to increase the students acknowledge about monitoring nutritional status periodically because the condition of nutritional status will give a big impact the future.

Keywords: body mass index (BMI), body fat (%), age at menarche, teenager
Literature : 59 (2012-2021)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS 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.

Indralaya, 10 Oktober 2020
Yang bersangkutan,



Berqanawa Aghnina. BI
10021381722064

HALAMAN PERSETUJUAN

Hasil penelitian Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Usia *Menarche* Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021” telah dipertahankan di hadapan tim penguji skripsi fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya pada tanggal 7 April 2022.

Indralaya, April 2022

Ketua :

1. Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes., AIFO
NIP 197109271994032004

Anggota :

2. Ditia Fitri Arinda, S.Gz, M.PH
NIP. 199005052016072201
3. Yuliarti, S.KM., M.Gizi
NIP 198807102019032018

Panitia Sidang Ujian Skripsi



Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



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

Koordinator Program Studi Gizi



Fatmalina Febry, S.KM., M.Si
NIP.1978020820021220003

HALAMAN PENGESAHAN

Perbedaan Usia *Menarche* Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Serjana Gizi

Oleh :

BERQANAWA AGHNINA. BI

10021381722064

Indralaya, Mei 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Sriwijaya



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM

NIP. 197606092002122001

Pembimbing



Yuliarti, S.KM., M.Gizi

NIP 198807102019032018

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : BERQANAWA AGHNINA. BI
NIM : 10021381722064
Tempat, Tanggal Lahir : Palembang, 14 Maret 1999
Angkatan : 2017
Jurusan : Ilmu Gizi
Alamat : Perumnas, Kel. Balai Agung, Kec. Sekayu,
Kab. Musi Banyuasin, 30711
Telp/HP : 082177958099
Email : berqanawa.bi@gmail.com

Riwayat Pendidikan

Tahun	Pendidikan
2017 – sekarang	Universitas Sriwijaya – S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat
2014-2017	SMA Negeri 2 Sekayu
2011-2014	SMP Negeri 6 Unggul Sekayu
2005-2011	SD Negeri 3 Sekayu

Pengalaman Organisasi

Tahun	Organisasi
2020 – sekarang	Anggota ZHC

Prestasi

Tahun	Prestasi
-------	----------

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Usia *Menarche* Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021”. Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, serta dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis hendak mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Misnaniarti S.KM., M.KM. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
2. Ibu Fatmalina Febry S.KM., M.Si., selaku Ketua Jurusan Prodi Gizi S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
3. Ibu Yulianti S.KM., M.Gizi selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing juga memotivasi
4. Ibu Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Ked., AIFO dan Ibu Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH selaku dosen penguji yang telah membimbing dengan saran dan kritiknya
5. Bapak Muri, S.Pd., M.Si, selaku kepala sekolah SMP Negeri 6 Unggul Sekayu dan Ibu Dra. Mismillah, M.Pd.I selaku bagian kesiswaan beserta dewan guru lainnya yang telah membantu dalam pengambilan data.
6. Keluarga tercinta, yaitu Bapak, Ibu, Nenek, Gaek, Ayuk Pipit, Ayuk Uti, dan Dudut yang selalu memberikan dukungan moral, spiritual, dan materi. Begitu juga dengan Alm. Ican yang selalu menemani dalam pengerjaan skripsi hingga akhir hayatnya.
7. Para sahabat di kampus saya, Nia, Dita, Aulia, Angel, Diah M, Sinta N, Nadiyah A, dan Meri M yang telah memberikan bantuan, dukungan juga semangat selama proses pengerjaan skripsi. Para sahabat di luar kampus, Ulfa, Virah, Endah, Lulu, Bing, Suci P, Ridho, juga Iput yang turut membantu, memberikan semangat sekaligus memberikan motivasi selama proses pengerjaan skripsi.

8. Teman seperjuangan Gizi angkatan 2017 lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
9. Seluruh pihak yang terlibat dalam proses penyelesaian skripsi.

Mungkin tanpa dukungan dan kerjasama semua pihak, kegiatan ini tentu tidak bisa terlaksana dengan baik. Penulis memohon maaf apabila dalam skripsi ini masih terdapat kekurangan dan kesalahan. Kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan agar skripsi ini menjadi lebih baik lagi.

Sekayu, 2021

Berqanawa Aghnina. BI

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	
PENDAHULUAN	1
1.1 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	6
1.4.1 Bagi Peneliti	6
1.4.2 Bagi Responden.....	6
1.4.3 Bagi Fakultas	6
1.4.4 Bagi Peneliti Lain	6
1.5 Ruang Lingkup	7
1.5.1 Lingkup Keilmuan	7
1.5.2 Lingkup Lokasi	7
1.5.3 Lingkup Materi	7
1.5.4 Lingkup Metode	7
1.5.5 Lingkup Sasaran	7
1.5.6 Lingkup Waktu	7
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Remaja	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Klasifikasi Remaja	Error! Bookmark not defined.
2.1.3. Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja	Error! Bookmark not defined.
2.2 Menarche	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Klasifikasi <i>Menarche</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Menarche</i>	Error! Bookmark not defined.

2.3 Status Gizi	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.3.2 Penilaian Status Gizi Remaja	Error! Bookmark not defined.
2.4 Tingkat Sosial Ekonomi.....	Error! Bookmark not defined.
2.4.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.4.2 Pembagian Tingkat Sosial Ekonomi	Error! Bookmark not defined.
2.5 Penelitian Terdahulu	Error! Bookmark not defined.
2.6 Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
2.7 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
2.8 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
2.9 Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III	
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Populasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.2 Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.1 Jenis Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Cara Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.3.3 Alat Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.4 Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Validitas Data	Error! Bookmark not defined.
3.6 Analisis dan Penyajian Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.1 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.6.2 Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	
HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Gambaran Umum SMP Negeri 6 Unggul Sekayu.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Sejarah	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Visi dan Misi SMP Negeri 6 Unggul Sekayu	Error! Bookmark not defined.
4.1.3 Gambaran Khusus SMP Negeri 6 Unggul Sekayu	Error! Bookmark not defined.
4.2 Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.1 Hasil Penelitian Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.2 Hasil Penelitian Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V	
PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
5.1 Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
5.2 Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
5.2.1 Usia <i>Menarche</i>	Error! Bookmark not defined.
5.2.2 Status Gizi	Error! Bookmark not defined.

5.2.3 Perbedaan Usia *Menarche* Berdasarkan Status Gizi (IMT/U)Error!
Bookmark not defined.

5.2.4 Perbedaan Usia *Menarche* Berdasarkan Status Gizi (Persen Lemak Tubuh)Error! Bookmark not defined.

5.2.5 Perbedaan Status Gizi Berdasarkan Tingkat Sosial EkonomiError!
Bookmark not defined.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARANError! Bookmark not defined.

6.1 KesimpulanError! Bookmark not defined.

6.2 Saran.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA 59

LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.63

DAFTAR TABEL

- Tabel 2.1 Ambang batas IMT/U pada 5-18 tahun
- Tabel 2.2 Ambang batas persen lemak tubuh
- Tabel 2.3 Penelitian terdahulu
- Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.2 Distribusi frekuensi usia *Menarche* remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.3 Distribusi frekuensi status gizi (IMT/U) remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.4 Distribusi frekuensi status gizi (persen lemak tubuh) remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.5 Distribusi frekuensi tingkat sosial ekonomi remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.6 Perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi (IMT/U) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.7 Perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi (persen lemak tubuh) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu
- Tabel 4.8 Perbedaan status gizi (IMT/U) berdasarkan tingkat sosial ekonomi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021
- Tabel 4.9 Perbedaan status gizi (persen lemak tubuh) berdasarkan tingkat sosial ekonomi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2021

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Kerangka Teori
Gambar 2.2 Kerangka Konsep

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar *informed consent*
- Lampiran 2. Lembar kuesioner
- Lampiran 3. Dokumentasi
- Lampiran 4. Output hasil penelitian
- Lampiran 5. Lembar bimbingan
- Lampiran 6. Lembar surat pernyataan orangtua
- Lampiran 7. Lembar surat izin penelitian
- Lampiran 8. Lembar kaji etik penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah periode peralihan dari fase anak menuju dewasa. WHO mendefinisikan remaja sebagai penduduk yang tergolong kedalam kelompok usia 10-19 tahun. Menurut survei yang dilakukan pada tahun 2017 oleh Kemeppa, Penduduk Indonesia yang tergolong kedalam usia 0 sampai 19 tahun berkisar 79,6 juta jiwa atau sekitar 30,5% dari jumlah keseluruhan penduduk di Indonesia (Kemenppa RI, 2018). Dalam masa periode ini, remaja akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Masa perkembangan ini juga dibentuk oleh pelepasan hormon pubertas yang memicu proses pematangan seksual, sehingga terjadi berbagai perubahan emosional, kognitif, fisik dan juga biologis (Vijayakumar et al., 2018). Perubahan seks primer dan sekunder menjadi tanda terjadinya kematangan seksual yang sangat pesat. Pada perempuan yang menjadi tanda perubahan seks primer adalah mengalami *menarche* (Jannah, 2016).

Menarche adalah keluarnya darah haid pertama. Keluarnya darah haid pertama ini menandai dimulainya kehidupan reproduksi wanita. *Menarche* dianggap sebagai salah satu peristiwa paling penting dalam pubertas perempuan (Dvornyk & Waqar-ul-Haq, 2012). Mengenai kelompok usia, *menarche* terjadi di usia yang berbeda-beda pada setiap anak perempuan. Belakangan ini anak perempuan mengalami *menarche* cenderung maju dan menjadi lebih cepat. Di Amerika, usia *menarche* mengalami perubahan dari usia 12,75 tahun menjadi lebih cepat yaitu pada usia 12,54 tahun (S. Wulandari & Ungsianik, 2013). Di Indonesia, ditemukan bahwa usia rata-rata saat *menarche* adalah sekitar 15,5 tahun untuk kelompok kelahiran pada akhir abad ke-19, menurun menjadi 14,5 tahun pada tahun 1930-an, lalu mengalami penurunan bertahap menjadi sekitar 12,5 tahun pada pertengahan 2000-an (Eng & Sohn, 2019).

Perubahan usia *menarche* ini seiring dengan faktor-faktor yang mempengaruhinya juga mengalami perubahan signifikan (Taufiqurrahman et al., 2018). Faktor yang mempegaruhi usia *menarche* adalah faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen yang mempengaruhi adalah usia *menarche* ibu dan dari

faktor eksogen adalah faktor eksogen, yaitu psikologis, lingkungan, dan status gizi (Intan & Christiany, 2015).

Status gizi merupakan gambaran tubuh yang didapat dari tercukupinya kebutuhan gizi. Status gizi erat kaitannya dengan asupan, penyerapan, serta penggunaan zat gizi pada tubuh (Iqbal & Puspaningtyas, 2019). Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi yaitu penyakit infeksi, pola asuh, juga perekonomian keluarga (Oktafiana & Wahini, 2016). Faktor diet yang tidak sehat, stres, dan faktor psikologi juga dapat mempengaruhi status gizi (Maternity & Rahayu, 2014). Status gizi pada masa remaja sangat penting. Kondisi kesehatan pada satu tahapan siklus hidup individu dipengaruhi oleh kondisi kesehatan pada tahap sebelumnya. Gizi yang tidak adekuat dapat mempengaruhi fungsi organ tubuh, proses pertumbuhan, pematangan seksual, dan dapat mengakibatkan gangguan pada fungsi reproduksi (Pritasari et al., 2017).

Gizi merupakan salah satu faktor *menarche* yang terdampak akibat majunya peradaban manusia. Di Indonesia, masih banyak ditemukan permasalahan gizi, terlebih lagi pada remaja. Remaja sangat rentan terhadap masalah gizi. Permasalahan gizi pada remaja, yaitu gizi lebih serta gizi kurang (Yusintha & Adriyanto, 2018). Menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi status gizi (IMT/U) pada perempuan usia 5 sampai usia 12 tahun di Indonesia yaitu 2,4% sangat kurus, 6,8% kurus, 10,8% gemuk, dan 9,2% obesitas. Prevalensi status gizi (IMT/U) pada perempuan usia 5 sampai usia 12 tahun di Provinsi Sumatera Selatan yaitu 3,7% sangat kurus, 6,3% kurus, 10,2% gemuk, dan 9,1% obesitas (Kementerian kesehatan RI, 2018). Pada Kabupaten Musi Banyuasin tahun 2018, prevalensi status gizi pada perempuan usia 5 sampai usia 12 tahun yaitu 5,53% sangat kurus, 3,23% kurus, 13,45% gemuk, dan 9,84% obesitas (Tim Riskesdas, 2019).

Beberapa penelitian membuktikan status gizi memiliki pengaruh terhadap usia anak perempuan saat mendapatkan *menarche*. Pada parameter Indeks Massa Tubuh (IMT), rata-rata anak perempuan dengan status gizi berkategori *overweight* dan obesitas akan mendapatkan usia *menarche* lebih cepat (Prabasiwi, 2016). Pada parameter persen lemak tubuh, anak perempuan dengan persen lemak tubuh berkategori tinggi akan mendapatkan usia *menarche* lebih cepat

(Makarimah & Muniroh, 2017). Jaringan lemak erat kaitannya dengan percepatan kematangan sistem reproduksi anak perempuan (M. A. D. Wulandari et al., 2020).

Usia saat mendapatkan *menarche* memiliki implikasi penting terhadap kesuburan wanita dan lebih jauh lagi dapat berfungsi sebagai indikator kemungkinan komplikasi kesehatan di kemudian hari. *Menarche* dini dikaitkan dengan peningkatan risiko terhadap beberapa penyakit, seperti kanker payudara, kanker ginekologi dan bermacam-macam penyakit kardiovaskular. Anak perempuan dengan *menarche* dini menunjukkan peningkatan tekanan darah dan intoleransi glukosa dibandingkan dengan anak perempuan yang mengalami *menarche* di usia normal (Dvornyk & Waqar-ul-Haq, 2012). Sedangkan, *menarche* yang lambat menandakan lambatnya kematangan fisik, baik hormon maupun organ tubuh. *Menarche* yang lambat berhubungan dengan peningkatan siklus menstruasi yang tidak teratur (Taufiqurrahman et al., 2018) Tak hanya itu, *menarche* yang lambat dalam jangka panjang akan meningkatkan risiko perempuan terserang osteoporosis karena lambatnya produksi estrogen yang mempengaruhi penentuan massa tulang (Yazia, 2019).

Usia *menarche* yang semakin dini juga dapat memberi dorongan psikologis dan emosional tertentu sebagai efek dari pematangan organ reproduksi. Salah satu dampak yang diakibatkannya yaitu membuka peluang terjadinya kejadian kehamilan dini (Mulyani, 2018). Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional 2017 (Susenas), diperkirakan 35% anak-anak di Indonesia mengalami kehamilan pertama di usia <15 tahun. Hal tersebut terjadi di daerah pedesaan dan perkotaan. Perempuan dengan usia <15 tahun, tubuhnya belum sepenuhnya matang untuk melahirkan (Kemenppa RI, 2018). Adapun Provinsi Sumatera Selatan berdasarkan data dari BKKBN pada tahun 2013 terletak di peringkat kesembilan dengan banyaknya kejadian pernikahan saat usia dini di Indonesia (Damayanti, 2016). Berdasarkan data Laporan Perkembangan BKKBN Sumsel Tahun 2015 – 2019, Kabupaten Musi Banyuasin berada pada urutan keempat tertinggi di Sumatera Selatan dengan usia kawin pertama anak perempuan <21 tahun di Sumatera Selatan (Putri, 2020).

SMP Negeri 6 Unggul Sekayu merupakan sekolah menengah pertama satu-satunya dengan predikat “unggul” di Kabupaten Musi Banyuasin. Sekolah ini

dikenal memiliki berbagai prestasi yang dicetak oleh pelajar baik nasional maupun internasional, terutama di bidang akademik. Hal tersebut menjadikan sekolah ini menjadi sekolah impian anak-anak Kabupaten Musi Banyuasin untuk melanjutkan pendidikannya dari jenjang SD (Sekolah Dasar) menuju SMP (Sekolah Menengah Pertama). Misalnya saja pada tahun 2017, sekolah yang hanya menerima 120 orang siswa baru ini memiliki peminat sebanyak 374 orang yang mendaftar sesuai kualifikasi yang telah ditetapkan. Lokasi SMP Negeri 6 Unggul Sekayu terletak di ibukota Kabupaten Musi Banyuasin, yaitu Kota Sekayu. Siswa-siswi yang bersekolah di sini adalah siswa dari berbagai Sekolah Dasar (SD) dari berbagai kecamatan di Kabupaten Musi Banyuasin yang berhasil melewati berbagai tahapan seleksi yang ketat. Dengan adanya seleksi, maka siswa-siswi yang akan masuk memiliki status gizi yang bervariasi serta berasal dari tingkat sosial ekonomi yang beragam. Keberagaman status gizi yang dimiliki oleh siswa tersebut memacu peneliti untuk melihat bagaimana perbedaan usia *menarche* siswa berdasarkan keanekaragaman status gizi yang dimiliki mereka karena salah satu faktor yang mempengaruhi usia *menarche* adalah status gizi.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat dirumuskan sebuah rumusan masalah yaitu mengenai bagaimana perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021?

1.2 Rumusan Masalah

SMP Negeri 6 Unggul Sekayu merupakan sekolah menengah pertama satu-satunya dengan predikat “unggul” di Kabupaten Musi Banyuasin. Sekolah ini dikenal memiliki berbagai prestasi yang dicetak oleh pelajar baik nasional maupun internasional, terutama di bidang akademik. Hal tersebut menjadikan sekolah ini menjadi sekolah impian anak-anak Kabupaten Musi Banyuasin untuk melanjutkan pendidikannya dari jenjang SD (Sekolah Dasar) menuju SMP (Sekolah Menengah Pertama). Misalnya saja pada tahun 2017, sekolah yang hanya menerima 120 orang siswa baru ini memiliki peminat sebanyak 374 orang yang mendaftar sesuai kualifikasi yang telah ditetapkan. Lokasi SMP Negeri 6 Unggul Sekayu terletak di ibukota Kabupaten Musi Banyuasin, yaitu Kota

Sekayu. Siswa-siswi yang bersekolah di sini adalah siswa dari berbagai Sekolah Dasar (SD) dari berbagai kecamatan di Kabupaten Musi Banyuasin yang berhasil melewati berbagai tahapan seleksi yang ketat. Dengan adanya seleksi, maka siswa-siswi yang akan masuk memiliki status gizi yang bervariasi serta berasal dari tingkat sosial ekonomi yang beragam. Keberagaman status gizi yang dimiliki oleh siswa tersebut memacu peneliti untuk melihat bagaimana perbedaan usia *menarche* siswa berdasarkan keanekaragaman status gizi yang dimiliki mereka karena salah satu faktor yang mempengaruhi usia *menarche* adalah status gizi.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat dirumuskan sebuah rumusan masalah yaitu mengenai bagaimana perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini memiliki tujuan umum yaitu untuk mengetahui perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi usia *menarche* remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.
2. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi (IMT/U) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu di Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.
3. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi (persen lemak tubuh) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.
4. Mengetahui distribusi tingkat sosial ekonomi remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.
5. Mengetahui perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi (IMT/U) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.

6. Mengetahui perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi (persen lemak tubuh) pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.
7. Mengetahui perbedaan status gizi (IMT/U dan persen lemak tubuh) berdasarkan tingkat sosial ekonomi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Manfaat penelitian bagi peneliti yaitu penelitian ini dapat memperbanyak pengalaman, ilmu dan pemahaman mengenai perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021 serta menerapkan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan dalam proses penelitian.

1.4.2 Bagi Responden

Manfaat penelitian bagi responden adalah penelitian ini dapat membuat responden mengetahui kondisi terkini tubuh mereka, seperti mengetahui berat badan, tinggi badan, persen lemak tubuh dan tingkat sosial ekonomi, juga usia *menarche*.

1.4.3 Bagi Fakultas

Manfaat penelitian bagi fakultas adalah penelitian ini dapat menjadi referensi perpustakaan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

1.4.4 Bagi Peneliti Lain

Manfaat penelitian bagi peneliti lain yaitu dapat digunakannya penelitian ini sebagai dasar atau data pendukung penelitian bagi peneliti lain.

1.5 Ruang Lingkup

1.5.1 Lingkup Keilmuan

Batasan atau lingkup ilmu yang digunakan pada penelitian ini adalah ilmu gizi dan ilmu kesehatan masyarakat.

1.5.2 Lingkup Lokasi

Penelitian ini berlokasi di SMP Negeri 6 Unggul Sekayu, Kabupaten Musi Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini membahas terkait analisis perbedaan usia *menarche* berdasarkan status gizi pada remaja putri SMP Negeri 6 Unggul Sekayu Kabupaten Musi Banyuasin Tahun 2021.

1.5.4 Lingkup Metode

Metode yang digunakan peneliti pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*.

1.5.5 Lingkup Sasaran

Sasaran yang dibahas pada penelitian ini yaitu remaja putri di SMP Negeri 6 Unggul Sekayu

1.5.6 Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober-November 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M. (2015). *Perbedaan Rerata Usia Menarche Berdasarkan Status Gizi dan Status Sosial Ekonomi Pada Siswi SMP Negeri 15 Palembang dan SMP Negeri 2 Indralaya Selatan Tahun 2014*. Universitas Muhamadiyah Palembang.
- Ahyani, L. N., & Astuti, R. D. (2018). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Badan Penerbit Universitas Muria Kudus.
- Amaliah, N., Sari, K., Bunga, D., & Rosha, C. (2012). Status Tinggi Badan Pendek Berisiko Terhadap Keterlambatan Usia Menarche Pada Perempuan Remaja Usia 10-15 Tahun (Stunting Increased Risk of Delaying Menarche on Female Adolescent Aged 10-15 Years). *Penel Gizi Makan*, 35(2), 150–158.
- Aridawarni, Y., & Hastuti, D. W. (2017). Status Gizi dan Faktor Keturunan Dengan Usia Menarche. *Jurnal Obstretika Scientia*, 5(2), 114–129.
- Astuti, R. P. F. (2016). Pengaruh Status Sosial Ekonomi Orang Tua, Literasi Ekonomi dan Life Style Terhadap Perilaku Konsumsi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi IKIP PGRI Bojonegoro. *Jurnal Edutama*, 3(2), 49–58.
- Cahyaning, R. C. D., Supriyadi, & Kurniawan, A. (2019). Hubungan Pola Konsumsi , Aktivitas Fisik dan Jumlah Uang Saku dengan Status Gizi pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang Tahun 2019. *Sport Science and Health*, 1(1), 22–27.
- Damayanti, N. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pernikahan Usia Dini di Kecamatan Sungai Keruh Kabupaten Musi Banyuasin. *Jurnal Swarnabhumi*, 1(1), 72–79.
- Diananda, A. (2018). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Istighna*, 1(1), 116–133.
- Dvornyk, V., & Waqar-ul-Haq. (2012). Genetics of Age At Menarche : A Systematic Review. *Human Reproduction Update*, 18(2), 198–210.
- Eng, P. van der, & Sohn, K. (2019). The Biological Standard of Living in Indonesia during the 20th Century: Evidence from the Age at Menarche. *Economics and Human Biology*, 34, 216–224.
- Fathin, A. N., Ardriaria, M., & Fitrianti, D. Y. (2017). Hubungan Asupan Lemak, Protein Dan Kalsium Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Usia 10-12 Tahun. *Journal of Nutrition College*, 6(3), 249–256.
- Gita, F. A., Yusran, S., Lisnawati, & Kolewora, Y. M. (2020). Hubungan Persen Lemak Tubuh, Status Gizi, dan Pola Konsumsi Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Siswi Sekolah Dasar di Kecamatan Kadia Tahun 2019. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2), 50–56.
- Handayani, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Anak Balita. *Jurnal Endurance*, 2(2), 217.
- Hanim, B. (2020). Faktor Yang Memengaruhi Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(1), 15–24.
- Hasibuan, S., Sitanggang, E., & Lamtiar, R. (2017). Hubungan Usia Menarke dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswi Kelas XI Tahun Ajaran 2016/2017 SMA Negeri 11 Medan. *Nommensen Journal of Medicine*, 3(1), 25–29.

- Hodijah, S., & Rela, D. (2013). *Hubungan Faktor Endogen Dan Faktor Eksogen Dengan Usia Menarche (12-13 Tahun)*. 1–13.
- Indrasari, O. R., & Sutikno, E. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, 10(3), 128–132.
- Intan, N., & Christiany, I. (2015). Konsumsi Lemak, Status Gizi Pada Usia Menarche di Sekolah Dasar SDN Kertajaya Surabaya. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 13(4), 214–218.
- Iqbal, M., & Puspaningtyas, D. E. (2019). *Penilaian Status Gizi ABCD*. Salemba Medika.
- Izhar, M. D. (2017). Hubungan antara pengetahuan ibu dengan pola asuh makan terhadap status gizi anak di Kota Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 1(2), 61–74.
- Jannah, M. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 243–256.
- Kemenppa RI. (2018). *Profil Anak Indonesia 2018*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA).
- Khusna, D. D. (2019). *Hubungan Status Gizi dan Persen Lemak Tubuh Dengan Pola Menstruasi Santri Putri di Pondok Pesantren Islam Al-Mukmin Sukoharjo*. Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. <https://doi.org/10.22146/ijcn.22900>
- Lusiana, N. (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Usia Menarche Siswi SMP PGRI Pekanbaru Factors Associated with Age of Menarche Junior High School Student PGRI Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(1), 40–44.
- Mahan, L. K., & Raymond, J. L. (2017). *Krause's Food & The Nutrition Care Process 14th Edition* (14th ed., Vol. 51, Issue 10). Elsevier.
- Mail, E., & Yuliani, F. (2021). Hubungan Usia Menarche dengan Usia Menopause. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 123–130.
- Makarimah, A., & Muniroh, L. (2017). Status Gizi dan Persen Lemak Tubuh Berhubungan Dengan Usia Menarche Anak Sekolah Dasar di SD Muhammadiyah GKB 1 Gresik. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 191–198.
- Malitha, J. M., Islam, M. A., Islam, S., Al Mamun, A. S. M., Chakrabarty, S., & Hossain, M. G. (2020). Early age at menarche and its associated factors in school girls (age, 10 to 12 years) in Bangladesh: A cross-section survey in Rajshahi District, Bangladesh. *Journal of Physiological Anthropology*, 39(1), 1–9.
- Masdar, H., Saputri, P. A., Rosdiana, D., Chandra, F., & Darmawi, D. (2016). Depresi, Ansietas dan Stres Serta Hubungannya Dengan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(4), 138.
- Maternity, D., & Rahayu, K. R. (2014). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswi SMPN 4 Negeri Agung Tahun 2013. *Jurnal Dunia Kesmas*, 3(3), 180–184.
- Mostafa, I., Hasan, M., Das, S., Khan, S. H., Hossain, I., Faruque, A., & Ahmed, T. (2021). Changing trends in nutritional status of adolescent females : a

- cross- - sectional study from urban and rural Bangladesh. *BMJ Open*, *11*, 1–9.
- Mulyani, R. (2018). Hubungan Status Gizi dan Riwayat Menarche Ibu Dengan Umur Menarche Pada Siswi SMP di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, *14*(2), 187–193.
- Murbawani, E. A. (2017). Hubungan Persen Lemak Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Remaja Putri. *Journal of Nutrition and Health*, *5*(2), 69–84.
- Mutasya, F. U., Edison, & Hasyim, H. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche Siswi SMP Adabiah. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *5*(1), 233–237.
- Nguyen, N. T. K., Fan, H. Y., Tsai, M. C., Tung, T. H., Vu Huynh, Q. T., Huang, S. Y., & Chen, Y. C. (2020). Nutrient intake through childhood and early menarche onset in girls: Systematic review and meta-analysis. *Nutrients*, *12*(9), 1–19.
- Oktafiana, R., & Wahini, M. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Usia Sekolah Pada Keluarga Atas dan Bawah (Kasus di Desa Sidoharjo, Kabupaten Ponorogo). *E-Journal Boga*, *5*(3), 110–117.
- Pangestika, D. F., Kartini, A., & Kartasurya, M. I. (2015). Hubungan Beberapa Parameter Kegemukan Dengan Usia Menarche Pada Siswi di SMP Negeri 1 Sumber, Kabupaten Cirebon. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *3*(1), 256–262.
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Prabasiwi, A. (2016). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Status Menarche Pada Siswi SMP Negeri 10 Kota Tegal. *SENIT 2016*, 106–111.
- Prawirohardjo, S. (2011). *Ilmu Kebidanan Edisi Keempat* (A. B. Saifuddin, T. Rachimhadhi, & G. H. Wiknjastro (eds.); keempat). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Putra, R. N. Y., Ermawati, & Amir, A. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Usia Menarche Pada Siswi SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *5*(3), 551–557.
- Putri, C. (2020). *Implementasi Peraturan Kepala Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional (Bkkbn) Nomor : 88/Per/F2/2012 Oleh Pusat Informasi Dan Konseling Remaja (Pik-R) Sidamika Smk Negeri 5 Palembang Tahun 2019*. Universitas Sriwijaya.
- Rahayu, A. D., & Sulisdiana, M. K. (2012). Hubungan Status Gizi Remaja Putri Dengan Siklus Menstruasi di MTs Darun Najah Gading Dusun Sumber Kenanga Jatirejo Mojokerto. *HOSPITAL MAJAPAHIT*, *4*(2), 122–152.
- Rahayu, T. B., & Fitriana. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, *6*(1), 46.
<https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.158>
- Rizki, N., Awaluddin, & Tursinawati. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, *2*(2), 45–51.
- Rompas, K. F., Punuh, M. I., & Kapantow, N. H. (2016). Hubungan Antara Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Pada Pelajar di SMP Wilayah

- Kecamatan Malalayang 1 Kota Manado. *Pharmacon*, 5(4), 225–233.
- Sholeha, H. (2016). *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember*. Universitas Jember.
- Sinaga, S. E. N. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Menarche di SMP X di Rangkabitung. *COPING Ners Journal*, 3(2), 34–43.
- Susanti, A. V., & Sunarto. (2012). Faktor Risiko Kejadian Menarche Dini Pada Remaja di SMP N 30 Semarang. *Journal of Nutrition College*, 1(1), 115–126.
- Susanti, E., & Wulandari, S. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara*, 8(2), 1–6.
- Syahfitri, Y., Ernalia, Y., & Restuastut, T. (2017). Gambaran Status Gizi Siswa-Siswi SMP Negeri 13 Pekanbaru Tahun 2016. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran*, 4(9), 1689–1699.
- Taufiqurrahman, S., Hanim, D., & Wasita, B. (2018). Status Gizi Dan Persen Lemak Tubuh Dengan Menarche Dini Pada Siswi Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 9(2), 194–201.
- Vijayakumar, N., Macks, Z. Op de, Shirtcliff, E. A., & Pfeifer, J. H. (2018). Puberty And The Human Brain: Insights Into Adolescent Development. *Neurosci Biobehav Rev*, 92, 417–436.
- Welis, W., & Rifki, M. S. (2013). *Gizi Untuk Aktifitas Fisik dan Kebugaran*. Sukabina Press. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/489>
- Wirawan, Y. R. (2017). Pengaruh Status Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Ekonomi Dan Perilaku Konsumsi Siswa. *Jurnal Ekonomi Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 3(2), 147.
- Wulandari, A. R. (2012). *Perbedaan Usia Menarche Pada Anak Usia Sekolah Pedesaan dan Perkotaan*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Wulandari, M. A. D., Yasa, I. D. P. G. P., & Duita, I. M. (2020). Hubungan Obesitas Sentral Terhadap Menarche Dini Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Abiansemal. *Bali Medika Jurnal*, 7(2), 20–28.
- Wulandari, S., & Ungsianik, T. (2013). Status Gizi, Aktivitas Fisik, dan Usia Menarche Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(1), 55–59.
- Yazia, V. (2019). Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet dan Status Gizi terhadap Usia Menarche pada Siswi Kelas VII SMPN 22 Padang. *Menara Ilmu*, 13(6), 244–256.
- Yuliasuti, E. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Usia Menarche di SMPN 7 Banjarmasin. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indoneisa*, 2(1), 26–30.
- Yusinthia, A. N., & Adriyanto. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition*, 2(2), 147–154.