

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA MENARCHE PADA  
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 LABUHAN  
DELI KABUPATEN DELI SERDANG  
TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**ANANDA KARTIKA  
1701032002**



**PROGRAM STUDI D4 KEBIDANAN  
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2018**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA MENARCHE PADA  
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 LABUHAN  
DELI KABUPATEN DELI SERDANG  
TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb.)  
Pada Program Studi D4 Kebidanan Fakultas Farmasi  
Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia

Oleh:

**ANANDA KARTIKA  
1701032002**



**PROGRAM STUDI D4 KEBIDANAN  
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

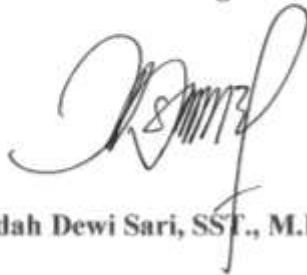
**Judul Skripsi** : HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN  
USIA MENARCHE PADA REMAJA  
PUTRI DI SMP NEGERI 1 LABUHAN  
DELI KABUPATEN DELI SERDANG  
TAHUN 2018

**Nama Mahasiswa** : ANANDA KARTIKA

**Nomor Induk Mahasiswa** : 1701032002

**Menyetujui,  
Komisi Pembimbing  
Medan, 29 September 2018**

**Pembimbing I**



**(Indah Dewi Sari, SST., M.Kes)**

**Pembimbing II**



**(Rina Riyanti, S.Tr.Keb., M.K.M)**

**Mengetahui :  
Dekan Fakultas Farmasi dan Kesehatan  
Institut Kesehatan Helvetia**



**(Darwin Syamsul, S.Si, M.Si, Apt.)**

**Telah diuji pada tanggal : 29 Oktober 2018**

---

**PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**Ketua : Indah Dewi Sari, SST., M.Kes**

**Anggota : 1. Rina Riyanti, S.Tr.Keb., M.K.M**  
**2. Roslina Yulianti, SST, M.Kes**

## LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb.) di Fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan masukan tim penelaah tim penguji.
3. Isi Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Medan, Oktober 2018  
Yang membuat pernyataan



(Ananda Kartika)  
1701032002

## ABSTRACT

### **THE RELATIONSHIP OF NUTRITION STATUS WITH MENARCHE TENAGE GIRLS IN SMP NEGERI 1 LABUHAN DELI DELI SERDANG DISTRICT 2018**

**ANANDA KARTIKA**  
**1701032002**

*Menarche is the first age of menstruation, currently tends to be earlier when compared to the previous generation and applies to all teenagers. Early age of menarche will have an increased risk of cancer and cause early pregnancy. In the United States, The average age of menarche was more than 14 years before 1900 and between 1988 and 1994 decreased to 12.43 years. The purpose of this study to determine the relationship between nutritional status and average menarche in teenage girls in smp negeri 1 labuhan deli deli serdang district in 2018.*

*The research design was an analytical survey with a cross sectional approach which aim to determine the relationship between nutritional status and teenage girls of menarche in SMP Negeri 1 Labuhan Deli in 2018. The population was 137 female students who experienced menarche. Sampling in this study use the total of population, The entire population of 137 female students.*

*The results showed that the majority of nutritional status was found in the normal category ( $> 18.0-25.0$ ), the majority of menarche was obtained at the age of 11-13 years and the chi-square test results obtained  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). So that there is a relationship between nutritional status and age of menarche.*

*The conclusion of this study there is a relationship between nutritional status and age of menarche. For health workers are expected to provide information to young women to know good nutrition and enough to be consumed by their bodies. Nutritional status is said to be good if the nutrients needed for protein, fat, carbohydrates, minerals and vitamins and water are used as needed.*

**Keywords : Nutritional Status and Age of Menarche**

  
The legitimate right by:  
  
Helvetia Language Centre

## ABSTRAK

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 LABUHAN DELI KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2018

**ANANDA KARTIKA**  
**1701032002**

Menarache yaitu usia pertama haid, saat ini cenderung lebih awal bila dibandingkan dengan generasi sebelumnya dan berlaku pada semua remaja. Usia menarache yang lebih awal akan berdampak meningkatnya resiko terjadinya kanker dan menyebabkan kehamilan dini. Di Amerika Serikat, rata-rata usia menarache adalah lebih dari 14 tahun sebelum tahun 1900 dan antara tahun 1988 dan 1994 menurun menjadi 12,43 tahun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan usia menarache pada remaja putri di SMP Negeri 1 Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang tahun 2018.

Desain penelitian ini bersifat survei analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dengan usia menarache di SMP Negeri 1 Labuhan Deli tahun 2018. Populasi penelitian ini sebanyak 137 siswi yang mengalami menarache. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total population* yaitu seluruh populasi sebanyak 137 siswi. Analisa data menggunakan analisa *Univariat* dan analisa *Bivariat* dengan hasil uji *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas status gizi didapatkan pada kategori normal ( $>18,0-25,0$ ), mayoritas usia menarache didapatkan pada usia 11-13 tahun dan hasil uji *chi-square* didapatkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Sehingga ada hubungan antara status gizi dengan usia menarache.

Kesimpulan dari penelitian ini ada hubungan status gizi dengan usia menarache. Bagi tenaga kesehatan diharapkan memberikan informasi pada remaja putri agar mengetahui gizi baik dan cukup untuk dikonsumsi oleh tubuhnya. Status gizi yang dikatakan baik apabila nutrisi yang diperlukan baik protein, lemak, karbohidrat, mineral dan vitamin maupun air digunakan sesuai kebutuhan.

**Kata Kunci** : Status gizi dan Usia Menarache  
**Daftar Pustaka** : 14 Buku + 8 Jurnal + 1 Internet

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal ini yang dimaksudkan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) pada program studi D4 Kebidanan Fakultas Farmasi dan Kesehatan Umum di Institut Kesehatan Helvetia. Adapun judul penelitian ini adalah **“Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018”**.

Skripsi disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) pada program studi d4 kebidanan Fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia. Penulis menyadari sepenuhnya skripsi bahwa, skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak, baik dukungan moril, materil dan sumbangan pemikiran. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu :

1. Dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc, M.Kes, selaku Pembina Yayasan Helvetia Medan.
2. Iman Muhammad, S.E, S.Kom, M.M, M.Kes, selaku Ketua Yayasan Helvetia Medan dan juga Indah Dewi Sari, SST, M.Kes, selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan kritik, saran serta ide, waktu dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dr. H. Ismail Effendy, M.Si, selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia.
4. Dr. dr. Arifah Devi Fitriani, M.Kes, selaku Wakil Rektor I Institut Kesehatan Helvetia Medan
5. Teguh Suharto, S.E, M.Kes., selaku Wakil Rektor II Institut Kesehatan Helvetia Medan
6. Darwin Syamsul, S.Si, M.Si, Apt, selaku Dekan Fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia
7. Elvi Era Liesmayani, S.Si.T, M.Keb, selaku Ketua Program Studi D4 Kebidanan Institut Kesehatan Helvetia
8. Rina Riyanti, S.Tr.Keb, selaku pembimbing II yang telah memberikan banyak memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
9. Roslina Yulianti SST, M.Kes, selaku penguji III yang telah memberikan arahan dan masukan untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh Dosen Program Studi D4 kebidanan yang telah mendidik dan mengajarkan berbagai ilmu yang bermanfaat bagi penulis,
11. Kedua Orangtua ku tercinta Ayahanda Sabdiono dan Ibunda tercinta Sri Hartati, S.E yang telah banyak memberikan motivasi, moril, materi dan doa yang tiada hentinya selama ini. Dan adik saya tercinta Amanda Ramadhani yang telah banyak membantu dan mendoakan saya.
12. Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Labuhan Deli yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan survei awal guna dalam penyusunan skripsi ini.

13. Rekan-rekan mahasiswi D4 Kebidanan Institut Kesehatan Helvetia terutama putri, meutia, ade, bina, marissa, lutfin, sugi, fitrah, Ellen, Ria, dan Yuli yang saling memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Terimakasih buat teman terdekat ku PradaMar Ilyas Rahman yang selalu memberikan dukungan setiap harinya.
15. Terima kasih terkhusus ku kepada Pembina PRADHAR serta bapak Purwo Aji yang telah membantu serta adik-adik PRADHAR terutama Citra, Tia dan Nanda yang senantiasa menemani, mengingatkan dan membantu saya hingga saya mendapatkan gelar ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran demi kesempurnaan proposal ini. Semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat-Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan.

Medan, Oktober 2018

Ananda Kartika

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### A. IDENTITAS

Nama : Ananda Kartika  
Tempat / Tanggal Lahir : Medan, 07 Juni 1996  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Anak Ke : 1 (Satu) dari 2 (Dua) bersaudara

Nama Ayah : Sabdiono  
Pekerjaan : Pegawai Swasta  
Nama Ibu : Sri Hartati, S.E  
Pekerjaan : Pegawai BUMN  
Alamat : Komple P&K Jalan Maharani III Gg. Buntu

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Tahun 2002-2008 : SD Hang Tuah I Belawan
2. Tahun 2008-2011 : SMP Negeri 39 Medan
3. Tahun 2011-2014 : SMA Dharmawangsa Medan
4. Tahun 2014-2017 : D-III Akademi Kebidanan Helvetia Medan

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>LEMBAR PANITIA PENGUJI SKRIPSI</b>	
<b>LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN</b>	
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian .....	5
1.4. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1. Tinjauan Penelitian Terdahulu.....	7
2.2. Telaah Teori.....	8
2.2.1. Remaja .....	8
2.2.2. Definisi Menarche.....	9
2.2.3. Masalah Remaja Putri .....	13
2.2.4. Status Gizi .....	14
2.3. Hipotesis .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>21</b>
3.1. Desain Penelitian .....	21
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	21
3.2.1. Lokasi Penelitian .....	21
3.2.2. Waktu Penelitian.....	21
3.3. Populasi dan Sampel.....	22
3.3.1. Populasi .....	22
3.3.2. Sampel .....	22
3.4. Kerangka Konsep .....	22
3.5. Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran .....	23
3.5.1. Definisi Operasional .....	23
3.5.2. Aspek Pengukuran .....	23
3.6. Metode Pengumpulan Data .....	23
3.6.1. Jenis Data.....	23
3.6.2. Teknik Pengumpulan Data .....	24
3.7. Metode Pengolahan Data.....	24

3.8.	Analisa Data .....	25
3.8.1.	Analisis Univariat .....	25
3.8.2.	Analisa Bivariat .....	25
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>27</b>
4.1.	Gambaran Lokasi Penelitian.....	27
4.1.1.	Sejarah, Visi dan Misi .....	27
4.1.2.	Letak dan Data Geografis .....	29
4.1.3.	Tenaga Kependidikan .....	29
4.1.4.	Struktur Organisasi Sekolah .....	30
4.2.	Hasil Penelitian.....	31
4.2.1.	Analisa Univariat .....	31
4.2.2.	Analisa Bivariat .....	32
4.3.	Pembahasan Hasil Penelitian.....	33
4.3.1.	Status Gizi.....	33
4.3.2.	Usia Menarche .....	34
4.3.3.	Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche ..	35
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN.....</b>	<b>38</b>
5.1.	Kesimpulan .....	38
5.2.	Saran .....	38
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>40</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>42</b>

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 3.1. Kerangka Konsep Penelitian .....	22
Gambar 4.1. Struktur Organisasi Sekolah .....	30

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 3.1. Aspek Pengukuran.....	23
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018.....	31
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Usia Menarche pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018.....	31
Tabel 4.3. Tabulasi Silang Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018.....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 : Observasi Penelitian .....	42
Lampiran 2 : Master Data Penelitian .....	43
Lampiran 3 : Hasil Out put Penelitian .....	47
Lampiran 4 : Surat Survey Awal .....	49
Lampiran 5 : Surat Balasan Survey Awal .....	50
Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian .....	51
Lampiran 7 : Surat Balasan Izin Penelitian.....	52
Lampiran 8 : Surat Selesai Penelitian .....	53
Lampiran 9 : Permohonan Pengajuan Judul Skripsi .....	54
Lampiran 10 : Lembar Revisi Proposal .....	55
Lampiran 11 : Lembar Revisi Skripsi .....	56
Lampiran 12 : Lembar Bimbingan Proposal .....	57
Lampiran 13 : Lembar Bimbingan Skripsi .....	59
Lampiran 14 : Dokumentasi .....	61