

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP USIA
MENARCHE REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 PADANG KOTA
PADANG**



Skripsi

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh :

MUTIARA TARISA

NIM : 2110312098

Dosen Pembimbing:

dr. Lili Irawati, M.Biomed

Prof. Dr. dr. Delmi Sulastri, MS, SpGK(K)

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG**

2025

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND PHYSICAL ACTIVITY WITH MENARCHE AGE OF ADOLESCENT FEMALES IN SMP NEGERI 1 PADANG

By

Mutiara Tarisa, Lili Irawati, Delmi Sulastri, Ulya Uti Fasrini, Nora Harminarti

Menarche is the first menstrual event for adolescent girls. Menarche signifies the functional maturity of the reproductive organs of adolescent girls. Menarche experienced by adolescent girls occurs in the age range of 11-14 years. Menarche that occurs at the age of less than 11 years is categorized as early menarche and occurs at the age of more than 14 years is categorized as delay menarche. Various factors that influence menarche include nutritional status and physical activity which play a major role in influencing the arrival of menarche. This study aimed to analyze nutritional status and physical activity with the age of menarche of adolescent girls at SMP Negeri 1 Padang.

This study used an observational analytic method with a cross-sectional design. The sample in this study were female students in grades VII-VIII of SMP Negeri 1 Padang as many as 100 students were involved as respondents using Propotionate Random Sampling technique. Data were obtained using the Psychal Activity Queestionnaire for Children and measurements of height and weight. Univariate data analysis was conducted to see the frequency distribution of variables and bivariate analysis using Chi-square test to see the relationship between two variables.

The results of the study indicated the prevalence of normal age at menarche (90%) and normal nutritional status (50%), as well as the frequency distribution of physical activity. The majority of physical activity was characterized as light (93%). The analysis of data revealed no correlation between nutritional status and age at menarche ($p = 0.505$). However, the relationship between physical activity and age at menarche could not be examined due to the presence of cells with missing values.

The conclusion of the study is that nutritional status has no relationship with menarche age. Many factors affect the age of menarche, it is hoped that research can be carried out on other factors that affect menarche. The type of physical activity of female students of SMP Negeri 1 Padang has light physical activity.

Keywords: Age of menarche, nutritional status, physical activity

ABSTRAK

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN USIA *MENARCHE* REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 PADANG

Oleh

Mutiara Tarisa, Lili Irawati, Delmi Sulastri, Ulya Uti Fasrini, Nora
Harminarti

Menarche merupakan kejadian menstruasi pertama kali remaja putri. *Menarche* menandakan terjadinya kematangan fungsional organ reproduksi remaja putri. *Menarche* yang dialami remaja putri terjadi pada rentang usia 11-14 tahun. *Menarche* yang terjadi pada usia kurang dari 11 tahun dikategorikan *menarche* dini dan terjadi pada usia lebih dari 14 tahun dikategorikan *delay menarche*. Berbagai faktor yang mempengaruhi *menarche* diantaranya status gizi dan aktivitas fisik yang turut berperan besar mempengaruhi datangnya *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis status gizi dan aktivitas fisik dengan usia *menarche* remaja putri di SMP Negeri 1 Padang.

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan desain cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 siswi kelas VII-VIII SMP Negeri 1 Padang dengan Teknik *Propotionate Random Sampling*. Data diperoleh menggunakan *Psychal Activity Queistionnaire for Children* dan pengukuran tinggi badan dan berat badan. Analisis data univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi variabel dan Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square* untuk melihat hubungan dua variabel

Hasil penelitian menunjukkan distirbusi frekuensi usia *menarche* normal responden (90%), distribusi status gizi kategori normal (50%) dan distribusi jenis aktivitas fisik Sebagian besar aktivitas fisik ringan (93%). Hasil analisis data menunjukkan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* ($p = 0,505$) dan tidak dapat dilakukan uji hubungan aktivitas fisik dengan usia *menarche* dikarenakan ada *cell* yang tidak memiliki nilai.

Kesimpulan penelitian status gizi tidak memiliki hubungan dengan usia *menarche*. Banyak faktor yang mempengaruhi usia *menarche* diharapkan dapat dilakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi *menarche*. Jenis aktivitas fisik siswi SMP Negeri 1 Padang memiliki aktivitas fisik ringan.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, status gizi, usia *menarche*