

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA ANAK  
SEKOLAH DASAR**

**(Berdasarkan *Literature Review*)**



**Oleh :  
RENIVADILA PUTRI ROMALEAN  
NIM 14631437**

**PROGRAM STUDI S I KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO  
2021**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA ANAK  
SEKOLAH DASAR**

**(Berdasarkan *Literature Review*)**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh :  
**RENIVADILA PUTRI ROMALEAN**  
NIM 14631437

**PROGRAM STUDI S I KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO  
2021**

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya bersumpah bahwa SKRIPSI ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Ponorogo, 12 Agustus 2021  
Yang Menyatakan

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'R. Romalean', written over a large, stylized blue letter 'R'.

**RENIVADILA PUTRI ROMALEAN**  
**NIM 14631437**

Lembar Pengesahan

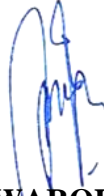
HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA ANAK  
SEKOLAH DASAR

(Berdasarkan *Literature Review*)

RENIVADILA PUTRI ROMALEAN  
NIM 14631437

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL : 12 Agustus 2021

Oleh:  
Pembimbing I



**SITI MUNAWAROH, S.Kep.Ns.M.Kep**  
**NIDN.0717107001**

Pembimbing II



**METTI VERAWATI, S.KEP.,Ns.,M.Kes**  
**NIDN: 0720058001**

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo




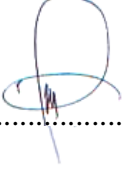

**SULISNO DARMOYO, S.Kep., Ners., M.Kes**  
**NIDN. 0715127903**

## HALAMAN PENGESAHAN

Telah di uji dan disetujui oleh Tim Penguji Ujian di Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi S-1 Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal : 12 Agustus 2021

### PANITIA SKRIPSI

Ketua : Laily Isro'in, S.Kep.Ns., M.Kep (  )  
Anggota : 1. Saiful Nurhidayat, M.Kep (  )  
2. Metti Verawati, S.Kep.,Ns.,M.Kes (  )

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah ponorogo

  
  
**SULIS NURHIDARMOYO, S.Kep., Ners., M.Kes**  
NIDN. 0715127903

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan SKRIPSI ini dengan judul “Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar (Berdasarkan *Literature Review*)”. Untuk melengkapi persyaratan dalam menyelesaikan Program S I Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam rangka kegiatan penelitian ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A, Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi S-I Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Siti Munawaroh, S.Kep. Ns. M.Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan SKRIPSI ini.

5. Metti Verawati, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan SKRIPSI ini.
6. Ayah, Ibu dan Saudaraku yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan.
7. Teman-temanku di Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo dan semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan SKRIPSI ini.

Dalam penulisan SKRIPSI ini, penulis menyadari bahwa SKRIPSI ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Akhirnya penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, 12 Agustus 2021

Penulis,



**RENI VADILA PUTRI ROMALEAN**  
**NIM 14631437**

## ABSTRAK

### Hubungan Status Gizi dengan Usia Menrche Pada Anak Sekolah Dasar

Oleh : Renivadila Putri Romalean

*Menarche* secara normal terjadi pada usia 11-13 tahun. Ada banyak faktor yang mempengaruhi usia *menarche*, salah satunya adalah status gizi. Tujuan penelitian untuk mengetahui adakah hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada anak sekolah dasar .

Metode penelitian dengan menggunakan literature review terhadap hasil penelitian selama 10 tahun terakhir yang dipublikasikan pada Google scholar, Pubmed, Research Gate dan Scient Direct yang berhubungan dengan usia *menarche* dan siklus menstruasi. Jurnal yang di pilih ada 10 jurnal ( nasional dan internasional).

Hasil literature review ini menyatakan bahwa terdapat 9 jurnal yang memiliki hubungan usia *menarche* dengan status gizi pada anak dan 1 jurnal yang tidak memiliki hubungan yang signifikan.

kesimpulan : Responden yang memiliki gaya hidup yang tidak baik dapat berpengaruh terhadap kejadian *menarche* dini, sebaliknya responden dengan gaya hidup yang lebih baik mengalami *menarche* pada usia normal.

**kata kunci : status gizi, usia menarche, anak**



## ABSTRACT

### **The Relationship between Nutritional Status and Age of Menarche in Elementary School Children**

**By : Renivadila Putri Romalean**

Menarche normally occurs at the age of 11-13 years. There are many factors that affect the age of menarche, one of which is nutritional status. The purpose of the study was to determine whether there was a relationship between nutritional status and age at menarche in children.

The method used a literature review of the results of research for the last 10 years which were basic research on Google Scholar, Pubmed, Research Gate and Scient Direct related to the age of menarche and the menstrual cycle. There are 10 journals selected (national and international).

The results of this literature review state that there are 9 journals that have a relationship between age of menarche and nutritional status in children and 1 journal that does not have a significant relationship.

Conclusion: Respondents who have a lifestyle can not have a good effect on the incidence of early menarche, on the contrary respondents with a better lifestyle experience menarche at a normal age.

**keywords: nutritional status, age at menarche, children**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DEPAN .....	i
HALAMAN JUDUL DALAM .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.5 Keaslian Penulisan .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Dasar Status Gizi .....	9
2.1.1 Definisi Status Gizi .....	9
2.1.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi .....	9
2.1.3 Penilaian Status Gizi .....	10
2.1.4 Indeks Antropometri .....	13
2.1.5 Masalah Gizi Kurang .....	15
2.1.6 Masalah Gizi Lebih .....	15
2.1.7 Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi .....	16
2.2 Konsep Dasar <i>Menarche</i> .....	24
2.2.1 Defenisi <i>Menarche</i> .....	24
2.2.2 Usia <i>menarche</i> .....	24
2.2.3 Tanda–tanda datangnya <i>menarche</i> (haid pertama) .....	25
2.2.4 Faktor yang mempengaruhi usia <i>menarche</i> .....	26
2.3 Konsep Anak .....	32
2.3.1 Definisi Anak .....	32
2.3.2 Kebutuhan Dasar Anak .....	32
2.3.3 Tingkat perkembangan anak .....	33
2.4 Sekolah .....	36
2.4.1 Perkembangan psikososial .....	36
2.4.2 Perkembangan kognitif .....	36
2.4.3 Perkembangan moral .....	37
2.4.4 Perkembangan sosial .....	37
2.5 Kerangka Teori Penelitian .....	39
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN</b>	
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian .....	40

3.2 Hipotesis .....	41
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN</b>	
4.1 Strategi Pencarian Literature .....	42
4.2 Kata Kunci .....	43
4.3 Sleksi Studi Dan Penilaian Kualitas.....	44
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
5.1 Hasil Penelitian .....	46
5.2 Pembahasan .....	51
5.3 Menganalisa Hubungan Status Gizi Terhadap Usia Menarche Pada Anak.....	62
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
6.1 Kesimpulan .....	65
6.2 Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>69</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Batas Ambang IMT Untuk Indonesia Sumber : Depkes, 2003 .....	14
Tabel 2.2 Kategori IMT Berdasarkan WHO (2000) Sumber : WHO (2000) dalam Gibson (2005) .....	15
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Gizi Rta-rata yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia (Per Orang Per Hari) Sumber : Depkes, 2005 .....	24
Tabel 4.1 Definisi Operasional Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Anak Sekolah .....	45



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar Sumber teori (kurmiran, 2012. Marmi, 2013. Supariasa, 2009. Winkjosastro, 2009) .....	39
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar .....	40
Gambar 4.1 Kerangka kerja Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar .....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan.....	56
-----------------------------------	----

