

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR

JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, Juli 2024

Az zahra Ilmi Nafi'ah

Gambaran Status Gizi, Status Anemia Dan Usia *Menarche* Pada Siswi Di SDIT Smart Insani Yukum Jaya, Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2024
Xii + 47 halaman + 7 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Usia *menarche* dini berhubungan dengan faktor gizi karena kematangan seksual dipengaruhi oleh nutrisi dalam tubuh remaja. Remaja yang lebih dini mengalami *menarche* akan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang lebih tinggi, sedangkan remaja yang mengalami *menarche* terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 umur *menarche* di Indonesia rata-rata umur 12,4 tahun 60%, usia 9-10 tahun 2,6%, usia 11-12 tahun 30,3%, dan usia 13 tahun 30%. Sisanya mengalami *menarche* di atas 13 tahun (Kemenkes, 2018).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran status gizi, status anemia, dan *menarche* dini pada siswi di sdit smart insani yukum jaya, kabupaten lampung tengah tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, sampel yang digunakan berjumlah adalah 40 siswi kelas 5 yang bersekolah di SDIT Smart Insani. Data dikumpulkan menggunakan metode pengukuran dan wawancara dengan bantuan kuisisioner. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian.

Hasil dari penelitian ini status gizi siswi yang mengalami *menarche* dini dengan kategori status gizi baik 43,5%, status gizi lebih 35%. Sedangkan status gizi siswi yang mengalam *menarche* normal dengan kategori status gizi baik 56,5%, status gizi lebih 65%. Siswi yang mengalami *menarche* dini dengan kategori anemia 37,5%, tidak anemia 62,5%. Sedangkan Siswi yang mengalami *menarche* normal dengan kategori anemia 37,5%, tidak anemia 62,5%. Status *menarche* dengan kategori *menarche* dini 40% dan *menarche* normal 60%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, disarankan untuk mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang, makanan tinggi FE, konsumsi tablet tambah darah, melakukan aktifitas fisik, dan untuk tetap menjaga dan secara berkala memantau pertumbuhan dan kesehatannya.

Kata kunci : Status Gizi, Status Anemia, *Menarche* dini

Daftar bacaan : 43 (2009 – 2023)

TANJUNGPURBA HEALTH POLYTECHNIC
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, July 2024

Az Zahra Ilmi Nafi'ah

Description of nutritional status, anemia status and age of *menarche* among female students at SDIT Smart Insani Yukum Jaya, Central Lampung Regency in 2024

Xii + 47 pages + 7 tables, 2 pictures, 8 attachments

ABSTRACT

Early *menarche* age is related to nutritional factors because sexual maturity is influenced by nutrition in the adolescent's body. Adolescents who experience *menarche* early will have a higher Body Mass Index (BMI), while adolescents who experience *menarche* later have a lower BMI at the same age. According to the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, in 2018 the average age of *menarche* in Indonesia was 60% 12.4 years, 2.6% 9-10 years old, 30.3% 11-12 years old, and 30% 13 years old. The rest experienced *menarche* after 13 years (Ministry of Health, 2018).

The aim of this research is to determine the description of nutritional status, anemia status, and early *menarche* among female students at Sdit Smart Insani Yukum Jaya, Central Lampung Regency in 2024. This research used a descriptive method, the sample used was 40 5th grade girls attending school SDIT Smart Insani. Data was collected using measurement and interview methods with the help of questionnaires. The data analysis carried out in this research was univariate analysis to describe the characteristics of each research variable.

The results of this study were that the nutritional status of female students experiencing early *menarche* was in the good nutritional status category of 43.5%, with over nutritional status of 35%. Meanwhile, the nutritional status of female students experiencing *menarche* is normal with a good nutritional status category of 56.5%, nutritional status is more than 65%. Female students who experienced early *menarche* were in the anemia category 37.5%, not anemic 62.5%. Meanwhile, 37.5% of female students experienced normal *menarche*, 62.5% were not anemic. *Menarche* status in the early *menarche* category is 40% and normal *menarche* is 60%. Based on the results of this research, it is recommended to consume foods with balanced nutrition, foods high in FE, consume blood supplement tablets, do physical activity, and to maintain and periodically monitor growth and health.

Keywords: Nutritional Status, Anemia Status, Early Menarche

Reading list: 43 (2009 – 2023)