

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA SISWI MADRASAH IBTIDAIYAH PEMBANGUNAN UIN JAKARTA SELATAN

Annisa Firizqi Nahlia

Abstrak

Menarche merupakan suatu kondisi yang dialami oleh remaja putri yang ditandai dengan munculnya menstruasi untuk pertama kali. Perbaikan kehidupan berdampak pada penurunan usia *menarche* menjadi lebih muda. Penurunan usia *menarche* menjadi lebih muda ini akan berakibat pada respon psikis yang akan dialami oleh remaja putri. Remaja putri dengan usia *menarche* dini akan beresiko terkena kanker payudara, diabetes mellitus, penyakit kardiovaskular dan gejala asma. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan usia *menarche* menjadi lebih muda diantaranya faktor gizi, status gizi, genetik, suku, sosial, ekonomi, gaya hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *Cross Sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah siswi kelas 4, 5 dan 6 Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan metode pengambilan sampel *probability sampling* dengan teknik *propotional random sampling*. Hasil analisis dengan uji statistik *Chi Square* menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara asupan protein dengan usia *menarche* ($p=0,000$), terdapat hubungan bermakna antara asupan lemak dengan usia *menarche* ($p=0,000$), terdapat hubungan bermakna antara asupan karbohidrat dengan usia *menarche* ($p=0,000$), dan terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan usia *menarche* ($p=0,000$).

Kata Kunci : Asupan Zat Gizi, Status Gizi, Usia *Menarche*

**CORRELATION BETWEEN NUTRITION INTAKE AND
NUTRITION STATUS WITH AGE OF MENARCHE ON
STUDENT IN MADRASAH PEMBANGUNAN UIN JAKARTA
SELATAN**

Annisa Firizqi Nahlia

Abstract

Menarche is a condition experienced by young women who are marked by the appearance of menstruation for the first time. Improvement in the standard of living affects the decline of menarche age to become younger. Declining in menarche's age becomes younger this will result in a psychic response that will be experienced by young women. Young women with early menarche age will be at risk of developing breast cancer, diabetes mellitus, cardio vascular disease and asthma symptoms. Factors that can cause the menarche age to become younger include nutritional factors, nutritional status, genetic, ethnic, social, economic, lifestyle. This study aims to determine the relationship between nutritional intake and nutritional status with age of menarche in female students of Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan. This type of research is observational analytic with Cross Sectional design. The sample of this research are 4th, 5th and 6th grade Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN, South Jakarta which has fulfilled the inclusion and exclusion criteria by sampling probability sampling method with proportional random sampling technique. The result of analysis with Chi Square statistic test showed that there was a significant correlation between dietary intake with age of menarche ($p = 0,000$), there was a significant correlation between carbohydrate intake with age of menarche ($p = 0,000$), and there was a significant relationship between nutritional status and age of menarche ($p = 0,000$).

Key words: Age of Menarche Nutrition Intake, Nutrition Status