

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN USIA *MENARCHE*  
PADA SISWI SMP N 2 PURWOSARI KABUPATEN  
GUNUNGGIDUL YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh:  
Iftita Mega Siwi  
201410104462**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
'AISYIYAH YOGYAKARTA  
2015**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN USIA *MENARCHE*  
PADA SISWI SMP N 2 PURWOSARI KABUPATEN  
GUNUNGGIDUL YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :**  
**Iftita Mega Siwi**  
**201410104462**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Dipublikasikan pada  
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang D IV Sekolah Tinggi Ilmu  
Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta  
Oleh :

Pembimbing : Enny Fitriahadi, S.SiT., M.Kes

Tanggal : 8 Agustus 2015

Tanda Tangan :

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN USIA *MENARCHE*  
PADA SISWI SMP N 2 PURWOSARI KABUPATEN  
GUNUNGGIDUL YOGYAKARTA<sup>1</sup>**

Ifिता Mega Siwi<sup>2</sup>, Enny Fitriahadi<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar Belakang** : Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan januari tahun 2015 yang dilakukan dengan wawancara kepada 10 siswi kelas VII di SMP N 2 Purwosari. Dari hasil wawancara didapatkan 5 anak diantaranya mengalami *menarche* dengan umur dibawah 12 ahun dengan IMT lebih dari 25,1 kg/m dan 5 anak lainnya mengalami *menrche* diumur 12 tahun sampai 14 tahun dengan IMT 19 kg/m dan 24,5 kg/m.

**Tujuan** : Tujuan penelitian ini untuk diketahuinya hubungan Indeks Massa Tubuh dengan usia *menarche* pada siswi kelas VII SMP 2 Purwosari tahun 2015

**Metode** : Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dan pendekatan waktu *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 49 siswi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Metode analisa yang digunakan adalah *Kendal Tau*.

**Hasil** : Berdasarkan hasil uji statistik *Kendal Tau* diperoleh  $\tau$  sbesar - 0.308 dan P value sebesar  $0.005 < 0.05$  dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Nilai kendal tau sebesar -0.308 yang bernilai negative sehingga dapat diartikan semakin rendah Indeks Massa Tubuh maka semakin lambat juga usia *menarchenya* dan sebaliknya.

**Simpulan** : Ada hubungan antara Indeks Massa tubuh dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 2 Purwosari kabupaten Gunungkidul Yogyakarta tahun 2015

**Saran** : Bagi responden diharapkan dapat menumbuhkan motivasi sehingga mereka dapat meningkatkan Indeks Massa Tubuh guna menjaga kesehatan alat reproduksinya

Kata kunci : Indeks Massa Tubuh, Usia *Menarche*  
Kepustakaan : 21 buku (2005-2012), 11 jurnal, 7 internet, Al-Qur'an  
Jumlah halaman : xiv, 61 halaman, 6 tabel, 3 gambar

---

<sup>1</sup> Judul Skripsi

<sup>2</sup> Mahasiswa Program Studi D IV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Pembimbing STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX WITH  
MENARCHE AGE ON STUDENTS OF STATE JUNIOR  
HIGH SCHOOL 2 PURWOSARI GUNUNGKIDUL  
YOGYAKARTA<sup>1</sup>**

Iftita Mega Siwi<sup>2</sup>, Enny Fitriahadi<sup>4</sup>

**ABSTRACT**

**Research Background:** Based on preliminary study conducted in January 2015 by interviewing 10 grade VII students of State Junior High School 2 Purwosari resulted that 5 students had menarche under 12 years old with IMT more than 25.1 kg/m and the other 5 had menarche within 12 – 14 years old with IMT 19 kg/m and 24.5 kg/m.

**Research Objective:** The purpose of this study was to investigate the relationship between body mass index with menarche age on grade VII students of State Junior High School 2 Purwosari in 2015.

**Research Method:** This study employed the observational analytic with cross sectional approach. The research samples were 49 students taken through total sampling technique. The analysis method used Kendall Tau.

**Research Finding:** The Kendall Tau test obtained  $\tau$  0.308 and p value  $0.005 < 0.05$ . It means that there is a significant relationship between those two variables. The Kendall Tau value of 0.308 was negative. It shows that the lower the body mass index, the slower the menarche age and vice versa.

**Conclusion:** There is a relationship between body mass indexes with menarche age on grade VII students of State Junior High School 2 Purwosari in 2015.

**Suggestion:** The respondents are expected to build their motivation so that they can improve their body mass indexes in order to keep the reproductive organs healthy.

Keywords : body mass indexes, menarche ages

Bibliography : 21 books (2005-2012), 11 journals, 7 sites, Al-Qur'an

Number of pages: xiv, 61 pages, 6 tables, 3 figures

---

<sup>1</sup>Thesis title

<sup>2</sup>School of Midwifery Student of 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Departemen Kesehatan RI (2010) melaporkan jumlah remaja berdasarkan kelompok umur 10 sampai 19 tahun adalah sekitar 20 % dari total penduduk Indonesia yang terdiri dari 51% laki laki dan 49 % perempuan. Dengan demikian penduduk Indonesia cukup didominasi oleh remaja

Kualitas remaja diawali dari proses datangnya masa pubertas pada masa tersebut terjadi pertumbuhan dan perkembangan pesat baik fisik, psikologis maupun intelektual. Dalam pertumbuhan fisik terdapat periode pematangan organ reproduksi manusia yang sering disebut masa pubertas atau masa akil baliq. Pada masa ini sering ditandai dengan datangnya mimpi basah yang pertama pada laki-laki dan haid pertama pada remaja perempuan (*menarche*) (Suandi, 2012)

*Menarche* yaitu usia pertama haid, saat ini cenderung lebih awal bila dibandingkan dengan generasi sebelumnya dan berlaku pada semua kaum. Usia *menarche* dapat bervariasi pada setiap individu dan wilayah. Pada penelitian di Amerika Serikat menunjukkan usia *menarche* rata-rata telah berkurang dari 12.75 tahun kepada 12.54 tahun dalam waktu 25 tahun, dan pada anak-anak kulit hitam usia *menarche* rata-rata adalah lebih rendah berbanding pada anak-anak kulit putih. Pada penelitian yang lain dilaporkan bahwa pada usia 11 tahun, 28% dari anak-anak Afrika-Amerika telah *menarche* sedangkan hanya 13% dari anak-anak kulit putih Amerika telah *menarche*. Pada penelitian yang sama di Britain, menunjukkan usia rata-rata *menarche* adalah 12 tahun 11 bulan, dan pada penelitian lain di Netherlands menunjukkan pada tahun 1985 dan 1997, usia pubertas rata-rata telah berkurang dari 11 tahun kepada 10.7 tahun (Edward, 2007).

Selama ini pemerintah Indonesia memberikan perhatian terhadap masalah kewanitaan. Khusus untuk permasalahan remaja seperti diatas peran serta pemerintah yaitu tampak dalam kerjasama yang dilakukan dengan PKBI yaitu suatu lembaga swadaya masyarakat yang bergerak dibidang kesehatan untuk menyediakan pelayanan, informasi konseling kesehatan serta pendidikan mengenai kesehatan reproduksi remaja melalui media masa dan elektronik (Karisa, 2011).

Selain itu, pemerintah khususnya BKKBN, mengadakan KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) yang merupakan program untuk remaja dan orang tua yang berisi segala hal yang berkaitan dengan proses melanjutkan keturunan yang sehat fisik, mental dan sosial. Program ini lebih khususnya diimplementasikan dalam suatu wadah organisasi BKR (Bina Kesehatan Remaja).

Peran bidan dalam menanggapi masalah tersebut dapat diwujudkan melalui tugasnya memberikan pelayanan kesehatan tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya remaja putri (Sofyan,2009). Selain itu, peran Bidan adalah memberikan pelayanan pada masa pra nikah, pra hamil, masa kehamilan, masa persalinan, masa nifas, menyusui dan masa antara (KepMenKes RI 369MENKES/SK/2007)

Pada bulan Januari tahun 2015, studi pendahuluan dilakukan dengan wawancara kepada 10 siswi kelas VII di SMP 2 Purwosari. Dari hasil wawancara didapatkan 5 anak diantaranya mengalami *menarche* dengan umur dibawah 12 tahun dengan IMT lebih dari 25,1 kg/m dan 5 anak lainnya mengalami *menarche* di umur 12 tahun sampai 14 tahun dengan IMT 19 kg/m dan 24,5 kg/m. Melihat gambaran diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan Usia *Menarche* dengan harapan diketahuinya hubungan akan diperoleh gambaran untuk tindakan selanjutnya. diberikan oleh tenaga kesehatan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode *observasional analitik* dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII SMP 2 Purwosari dengan jumlah siswi 49. Cara pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan *total sampling*, artinya sampel yang digunakan adalah total populasi. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 49 orang

## **HASIL**

Penelitian dilakukan pada 49 orang responden yang merupakan siswi di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul. Dari keseluruhan responden gambaran karakteristik responden yang diamati yaitu siswi yang tidak sedang sakit parah yang dapat menurunkan berat badan (TB, *typus*, *abdominalis*, *bronchitis*, dll). Tidak sedang diet dan hadir saat dilakukan penelitian

Dari 49 responden yang menjadi sampel penelitian, 42,86 % diantaranya atau sekitar 21 orang termasuk kategori normal. Kategori kekurangan berat badan baik tingkat berat maupun tingkat ringan dimasukkan dalam klasifikasi kurus, sedangkan kategori kelebihan berat badan baik tingkat sedang maupun tingkat ringan dimasukkan dalam klasifikasi gemuk. Hal ini menunjukkan sekitar 51,02 % sampel penelitian termasuk klasifikasi kurus dan 6,12% termasuk klasifikasi gemuk. Klasifikasi ini didapatkan dari hasil perhitungan Indeks Masa Tubuh (IMT) yaitu dengan rumus  $\frac{BB (kg)}{TB (m)^2}$ . Hal ini dapat dilihat pada Tabel 1

### Indeks Masa Tubuh (IMT).

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Indeks Masa Tubuh Siswi di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul.**

IMT ( $\text{kg}/\text{m}^2$ )	Kategori	Frequency	Percent %
<17	Sangat kurus	14	28.57
17-18.4	Kurus	11	22.45
18.5-25	Nomal	21	42.86
25.1-27	Gemuk	2	4.08
>27	Obesitas	1	2.04
Total		49	100

Sumber : Data primer 2015

Rata-rata IMT responden adalah  $18,43 \text{ kg}/\text{m}^2$  dengan nilai tengah  $17,7 \text{ kg}/\text{m}^2$ . IMT terendah adalah  $14 \text{ kg}/\text{m}^2$  dan IMT tertinggi adalah  $28 \text{ kg}/\text{m}^2$ . Hal ini menunjukkan rentang IMT responden adalah  $14 \text{ kg}/\text{m}^2$ .

### Usia Menarche Pada Siswi Di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Menarche Siswi Di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul.**

Usia Menarche	Frequency	Percent (%)
Cepat	4	8.2
Normal	40	81.6
Lambat	5	10.2
Total	49	100.0

Sumber : Data primer 2015

Penilaian usia menarche pada penelitian ini menggunakan lembar observasi yang di tanyakan langsung kepada responden, yang mana dinilai dengan melihat usia menstruasi pertama kali pada siswi kemudian hasilnya di golongan dalam usia menarche cepat, normal dan lambat. Berdasarkan tabel 2 dari 49 responden terdapat usia menarche yang tergolong cepat sebanyak 4 siswi (8,2 %) dan usia menarche yang tergolong lambat sebanyak 5 siswi (10,2 %) sedangkan yang tergolong usia menarche normal sebanyak 40 siswi (81,6 %).

Pengujian data dilakukan dengan menggunakan uji statistik korelasi Kendalls tau untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh terhadap usia menarche Siswi Di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul.

Berdasarkan pada tabel 3 yang diperoleh dari 49 responden yang memiliki indeks massa tubuh normal dengan usia menarche yang normal di dapatkan 18 siswi 36.7% dan hasil ini merupakan hasil terbanyak dari kategori lainnya seperti sangat kurus, kurus, gemuk dan obesitas yang masing-masing nilainya tercantum dalam table diatas.

### Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Usia Menarche Siswi Di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul.

**Tabel 3 Tabulasi silang dan uji ststistik Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Usia Menarche Siswi Di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul.**

IMT	Usia Menarche						Total		$\tau$	$p$ - value
	Cepat		Normal		Lambat					
	f	%	F	%	F	%	f	%		
Sangat Kurus	0	0	10	20.4	4	8.2	14	28.6	-0.308	0.005
Kurus	0	0	11	22.4	0	0	11	22.4		
Normal	1	2	18	36.7	1	2	20	40.8		
Gemuk	2	4.1	1	2	0	0	3	6.1		
Obesitas	1	2	0	0	0	0	1	2		
Total	4	8.2	40	81.6	5	10.2	49	100		

Sumber : Data primer 2015

Hasil pengujian statistik menggunakan uji kendals tau diperoleh  $\tau$  sebesar -0.308 dan P value sebesar  $0.005 < 0.05$  dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan pada  $p=0,005$  antara Indeks Massa Tubuh dengan Usia Menarche. Nilai kendalls tau sebesar -0.308 yang bernilai negative sehingga dapat di artikan semakin kurus Indeks Massa Tubuh maka semakin lambat juga usia menarchenya dan sebaliknya.

### PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penelitian yang hasilnya disajikan dalam bentuk gambar, tabel dan anarasi kemudian akan dilakukan pembahasan pada masing masing variabel dan hubungan antar varibel



### **Indeks Massa Tubuh siswi SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunungkidul**

Status gizi adalah keadaan tubuh yang mempengaruhi hasil akhir dari keseimbangan dari zat gizi yang termasuk kedalam tubuh (Supariasa, 2009). Penelitian ini untuk mengetahui data status gizi pada siswi SMP N 2 Purwosari dengan cara menggunakan pengukuran yang paling sederhana dan banyak digunakan adalah dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT).

Pengukuran ini dilakukan secara langsung pada siswi kelas VII dan VIII SMP N 2 Purwosari sebanyak 49 responden yang menjadi sampel penelitian. Hasil 42,86 % diantaranya atau sekitar 21 orang termasuk kategori normal. Kategori kekurangan berat badan baik tingkat berat maupun tingkat ringan dimasukkan dalam klasifikasi kurus, sedangkan kategori kelebihan berat badan baik tingkat sedang maupun tingkat ringan dimasukkan dalam klasifikasi gemuk. Hal ini menunjukkan sekitar 51,02 % sampel penelitian termasuk klasifikasi kurus dan 6,12% termasuk klasifikasi gemuk. Klasifikasi ini didapatkan dari hasil perhitungan Indeks Masa Tubuh (IMT) yaitu dengan rumus  $\frac{BB (kg)}{TB (m)^2}$

Hasil penelitian ini sesuai dengan literatur (Path,E,F.,dkk. 2008) bahwa status gizi remaja wanita sangat mempengaruhi terjadinya *menarhe*. Nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada gadis yang mendapat menstruasi pertama lebih dini, mereka cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menstruasi pertama dibandingkan dengan mereka yang belum menstruasi pada usia yang sama. Sebaliknya pada gadis yang menstruasinya terlambat, beratnya lebih ringan dari pada yang sudah menstruasi pada usia yang sama, walaupun tinggi badan (TB) mereka sama. Pada umumnya, mereka menjadi matang lebih dini akan memiliki body mass index (indeks masa tubuh, IMT) yang lebih tinggi dan mereka yang matang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama

. Penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh (Ana,2008) pada siswi SMP Negeri 2 Tanjung Morawa Kec.Tanjung Morawa Kab.Deli Serdang yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan usia menarche dengan menggunakan korelasi bivariat product pearson moment

Pada remaja wanita perlu mempertahankan status gizi yang baik, dengan cara mengkonsumsi makanan seimbang karena sangat dibutuhkan pada saat haid, terbukti pada saat haid tersebut fase lateal akan terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi (Path, 2008).

### **Usia Menarche siswi di SMP N 2 Purwosari Kabupaten Gunungkidul**

Hasil penelitian memperoleh kelompok responden terbanyak adalah pada kelompok usia menarche 13 tahun sebanyak 19 siswi. Sedangkan kelompok responden paling sedikit adalah pada kelompok usia *menarche* 9 tahun hanya 1 siswi saja. Rata-rata usia menarche adalah 12 tahun dengan nilai tengah 13 tahun. usia menarche responden dimulai dari titik minimal, yaitu 9 tahun dan titik maksimal, yaitu 15 tahun. Hal ini menunjukkan rentang usia *menarche* responden adalah 6 tahun.

Usia saat seorang anak perempuan mulai mendapat menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapat menstruasi pertama kali, tapi ada juga yang 8 tahun sudah memulai siklusnya. Bila usia 16 tahun baru mendapat menstruasi pun dapat terjadi. Haid pertama kali disebut *menarche*, terjadi pada usia 11-13 tahun, namun tidak menutup kemungkinan ada pula remaja dibawah 11 tahun sudah mengetahui haid.

Menurut (Wiknjosastro H, 2009), usia gadis remaja pada waktu pertama kalinya mendapat haid (*menarche*) bervariasi lebar, yaitu antara 10-16 tahun, tetapi rata-ratanya 12,5 tahun. *Menarche* terjadi di tengah-tengah masa pubertas, yaitu peralihan dari anak-anak ke dewasa. Faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* diantaranya status gizi yang meliputi berat badan dan tinggi badan, aktivitas fisik, genetik, lingkungan, dan status social ekonomi

Penelitian ini didukung oleh penelitian Pulungan, (2009). Gambaran usia *Menarche* pada remaja putri di SMP Shafiyatul Amaliyah dan SMP Nurul Hasnah kota Medan, dengan sampel 90 responden, diambil secara jenuh dan hasilnya 27 siswi (30%) mengalami usia *menarche* pada umur < 12 tahun dan dikatakan tergolong cepat, 40 siswi (44,44%) mengalami *menarche* pada usia 12 sampai 14 tahun yang digolongkan dalam usia normal dan 23 siswi (25,6%) mengalami *menarche* pada usia >14 tahun yang tergolong lambat. Sebagian besar siswi mengalami *menarche* pada usia 12 sampai 14 tahun atau dalam kategori normal.

Dari 49 responden terdapat usia *menarche* yang tergolong cepat sebanyak 4 siswi (8,2 %) dan usia *menarche* yang tergolong lambat sebanyak 5 siswi (10,2 %) sedangkan yang tergolong usia *menarche* normal sebanyak 40 siswi (81,6 %).

### **Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Usia *Menarche* di SMP N 2 Purwosari**

Hubungan antara Indeks massa tubuh dengan usia *menarche* pada siswi SMP N 2 Purwosari termasuk dalam kategori rendah dan signifikan dengan korelasi kendal tau sebesar -0.308. Nilai koefisien kendal tau adalah negatif artinya semakin gemuk indeks massa tubuh (IMT) maka usia *menarche* semakin

cepat demikian juga sebaliknya semakin kurus IMT maka usia *menarche* semakin lambat.

Hormon yang berpengaruh terhadap terjadinya *menarche* adalah esterogen dan progesteron. Esterogen berfungsi mengatur siklus haid. Sedangkan progesteron berpengaruh pada uterus yaitu dapat mempengaruhi kontraksi selama siklus haid. Agar usia haid datang lebih awal sebaiknya remaja wanita mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, sehingga status gizinya baik. Status gizi dikatakan baik apabila nutrisi yang diperlukan baik protein, lemak, karbohidrat, mineral, vitamin maupun air yang digunakan oleh tubuh sesuai kebutuhan. Gizi kurang atau terbatas selain akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan mengakibatkan terganggunya fungsi reproduksi. Supaya *menarche* tidak menimbulkan keluhan sebaiknya remaja wanita mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, sehingga status gizinya baik (Paath, 2008)

Status gizi perlu diperhatikan karena status gizi yang kurang dapat mengakibatkan menstruasi lebih lambat dari seharusnya. Seperti yang dikemukakan Riyadi (2010), yaitu remaja putri yang bergizi baik mempunyai kecepatan pertumbuhan lebih tinggi pada massa sebelum pubertas (prapubertas) dibandingkan dengan remaja yang kurang gizi. Remaja kurang gizi tumbuh lebih lambat untuk waktu yang lebih lama. Karena itu *menarche* juga tertunda.

Penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Marfuah (2011). Hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi kelas 1 Piyungan Bantul. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 30 responden sebanyak 27 siswi (90%) yang mengalami *menarche* pada usia normal dengan status gizi baik dan 3 siswi (10%) mengalami *menarche* lambat. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada Hubungan antara status gizi dengan Usia *menarche*.

Surat Al-Baqarah ayat 222

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي  
الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ  
حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya : “ Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah, “haid itu adalah kotoran.” Oleh sebab itu, hendaklah kamu menjauh dari wanita diwaktu haid dan jaganlah kamu mendekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu ditempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan

*menyukai orang-orang yang menucikan diri*”. Serta dalam hadist Rasulullah bersabda “*Hai Asma, sesungguhnya jika seorang wanita sudah mencapai usia haidh (akil Baliqh) maka takada yang layak terlihat kecuali ini, sambil beliau menunjukkan wajah dan telapak tangan.* (HR.Abu Daud dan Baihaqi).

Berdasarkan uraian diatas yang telah dijelaskan tersebut bahwa asupan gizi dalam hal ini Indeks Massa Tubuh mempengaruhi usia *menarche*, semakin gemuk Indeks Massa Tubuh maka akan semakin cepat usia *menarche*.

## **SIMPULAN**

Usia *menarche* siswi kelas VII dan VIII SMP N 2 Purwosari dengan rata-rata usia *menarche* adalah 12. Indeks Massa Tubuh siswi kelas VII dan VIII SMP N 2 Purwosari dengan rata-rata berat badan responden adalah 42,9 kg. Berdasarkan analisis data hasil pengujian statistik menggunakan uji kendalls tau dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Nilai kendalls tau sebesar -0.308 yang bernilai negative sehingga dapat diartikan semakin kurus Indeks Massa Tubuh maka semakin lambat juga usia *menarche*nya dan sebaliknya

## **SARAN**

Bagi siswa kelas VII dan VIII SMP N 2 Purwosari agar selalu mencari informasi dan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya masalah *menarche* dan gizi dari sumber yang bertanggung jawab seperti buku-buku tentang *menarche* dan gizi remaja.

Kepala sekolah dan guru serta kesiswaan SMP N 2 Purwosari diharapkan untuk meningkatkan informasi atau pelajaran mengenai kesehatan reproduksi sejak kelas VII mengingat sebagian siswa kelas VII sudah mulai mengalami *menarche*.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa menggambarkan keadaan status gizi secara keseluruhan tidak hanya dengan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) saja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ana (2008). *Usia Menarche pada Siswa SMP Negeri 2 Tanjung Morawa Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang.*

Departemen Kesehatan RI (2007). KepMenKes No 900/MENKES/SK/VII/2007 Tentang Registrasi dan Praktik Bidan.

Edward (2007). *Mean Age of Menarche in Trinidad and Its Relationship to Body Mass Index, Ethnicity and Mother Age of Menarche* *OnLine Journal of Biological Sciences*.<http://fkunlam.ac.id/> diakses tanggal 16 Februari 2015

Karisa (2011). *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Setto, 2004.

Marfu'ah (2011). *Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche*. Politeknik Kesehatan Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah.

Paath,E.F.,dkk (2008). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC

Pulungan,F.W (2009). *Gambaran Usia Menarche pada Remaja Putri di SMP Shafiyatul Amaliyah dan SMP Nurul Hasanah Kota Medan Tahun 2009*. KTI tidak dipublikasikan, Fakultas Kedokteran USU Medan.

QS Al Baqarah ayat 222

Riyadi H (2010). *Medan Penilaian Status Gizi secara Antropometri*. Diktat Mata Kuliah Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, IPB, Bogor.

Suandi (2012). *Pergeseran Usia Menarche pada Remaja Putri di Palembang*. Jurnal Kedokteran Kesehatan, Jakarta.

Supariasa., dkk (2009). *Penelitian Status Gizi EGC*. Jakarta.

Wiknjosastro (2009). *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo Jakarta.

