

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN USIA MENARCHE PADA SISWI DI SMP NEGERI 6 SINGARAJA

Oleh

Ni Putu Ayu Mira Kusuma Dewi, NIM 2218011029

Program Studi Kedokteran

ABSTRAK

Pubertas merupakan fase penting dalam perkembangan remaja perempuan yang ditandai dengan menarche, yaitu menstruasi pertama yang menunjukkan kematangan fungsi reproduksi. Fenomena menarche yang terjadi semakin dini menjadi perhatian karena dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah status gizi yang diukur melalui Indeks Massa Tubuh (IMT). Status gizi berlebih cenderung mempercepat menarche akibat meningkatnya produksi hormon estrogen dari jaringan lemak, sedangkan gizi kurang dapat menunda menarche karena keterbatasan energi tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara IMT dan usia menarche pada siswi di SMP Negeri 6 Singaraja. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 88 siswi yang telah mengalami menarche, dipilih menggunakan metode random sampling. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner untuk menentukan usia menarche dan pengukuran antropometri (berat dan tinggi badan) untuk menghitung IMT. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki IMT normal (47,7%) dan mengalami menarche pada usia normal (50,0%). Berdasarkan hasil uji Spearman's Rho diperoleh nilai korelasi $r = 0,622$ dengan $p < 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara IMT dan usia menarche. Hal ini berarti semakin tinggi IMT, semakin dini usia menarche terjadi. Temuan ini menegaskan pentingnya menjaga status gizi seimbang untuk mendukung perkembangan pubertas yang sehat pada remaja putri.

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh (IMT), pubertas, status gizi, remaja putri, usia menarche.

RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND AGE MENARCHE FOR STUDENTS AT STATE MIDDLE SCHOOL 6 SINGARAJA

By

**Ni Putu Ayu Mira Kusuma Dewi, Student ID 2218011029
Medical Study Program**

ABSTRACT

Puberty is a crucial phase in the development of adolescent girls, marked by menarche, the first menstruation that indicates reproductive maturity. The phenomenon of increasingly early menarche is a concern because it can be influenced by various factors, one of which is nutritional status, as measured by Body Mass Index (BMI). Excessive nutritional status tends to accelerate menarche due to increased estrogen production from fat tissue, while undernutrition can delay menarche due to limited body energy. This study aims to determine the relationship between BMI and age of menarche in female students at SMP Negeri 6 Singaraja. The type of research used is observational analytic with a cross-sectional approach. The study sample consisted of 88 female students who had experienced menarche, selected using a random sampling method. Data were collected through questionnaires to determine age of menarche and anthropometric measurements (weight and height) to calculate BMI. Bivariate analysis used the Spearman correlation test because the data were not normally distributed. The results showed that the majority of female students had a normal BMI (47.7%) and experienced menarche at a normal age (50.0%). The Spearman's Rho test revealed a correlation value of $r = 0.622$ with $p < 0.001$, indicating a positive and significant relationship between BMI and age at menarche. This means that the higher the BMI, the earlier the age of menarche. This finding underscores the importance of maintaining a balanced nutritional status to support healthy pubertal development in adolescent girls.

Keywords: Body Mass Index (BMI), puberty, nutritional status, adolescent girls, age of menarche.