



Hubungan Antara Status Gizi dan Riwayat Menarche Ibu Kandung dengan Status Menarche Dini pada Siswi SD Kelas 4 – 6 di SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor Periode September Tahun 2025

Eny Irawati^{1*}, Kurnia Dwi Rimandini², Miyatun³

¹⁻³ Program Studi D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Keris Husada, Indonesia
e.irawati.anwar@gmail.com¹, kurniadwirimandini@gmail.com², miatun80@yahoo.co.id³

*Penulis Korespondensi : e.irawati.anwar@gmail.com

Abstract: Puberty in girls is a developmental stage where sexual maturation occurs as a manifestation of reproductive ability, marked by the first menstruation (menarche), a form of primary sexual maturity in girls. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between nutritional status and maternal menarche history with early menarche in elementary school students in grades 4-6 at SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor in September 2025. This research was a quantitative, observational analytical study using a cross-sectional approach. It was conducted at SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor from August to September 2025 with a sample of 49 respondents. Univariate and bivariate data analysis used the Chi-Square Test. The results showed a relationship between nutritional status and early menarche (p -value = 0.001 and OR = 3.7) and maternal menarche history with early menarche (p -value = 0.000 and OR = 7.3). The study concluded that there is a relationship between maternal nutritional status and menarche history with early menarche. It is recommended that SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor collaborate with the nearest community health center and the Health College to conduct outreach activities on reproductive health.

Keywords: Early Menarche; Elementary School Students; Maternal Menarche History; Nutritional Status; Puberty in Girls.

Abstrak: Pubertas pada anak perempuan merupakan suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual sebagai manifestasi tercapai kemampuan reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama (menarche) sebagai bentuk kematangan seksual primer pada anak perempuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara status gizi dan riwayat usia menarche ibu kandung dengan status menarche dini pada Siswi SD Kelas 4 – 6 di SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor Periode September Tahun 2025. Penelitian ini bersifat kuantitatif studi analitik observasional dengan menggunakan pendekatan cross sectional yang dilaksanakan di SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor pada bulan Agustus-September 2025 dengan jumlah sampel sebanyak 49 responden. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan Uji Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian menarche dini (p value = 0.001 dan OR = 3,7) dan riwayat menarche ibu dengan kejadian menarche dini (p value = 0.000 dan OR = 7.3). Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dan riwayat menarche ibu kandung dengan status menarche dini. Disarankan kepada SDN 01 nagrak Gunung Putri Bogor untuk kerjasama dengan puskesmas terdekat dan Perguruan Tinggi Kesehatan untuk melakukan kegiatan-kegiatan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi.

Kata kunci: Kejadian Menarche Dini; Pubertas pada Anak Perempuan; Riwayat Menarche Ibu; Siswa Sekolah Dasar; Status Gizi.

1. LATAR BELAKANG

Pubertas merupakan suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Menstruasi pertama (menarche) sebagai kriteria kematangan seksual primer pada anak perempuan. Pada tanda seks sekunder pada perempuan meliputi bertambah lebar dan bulatnya pada pinggul, payudara menjadi besar dan bulat, tumbuhnya rambut kemaluan dan rambut ketiak, kulit menjadi lebih kasar, tebal, pucat

dan lubang pori bertambah besar, sumbatan kelenjar lemak menyebabkan timbulkan jerawat, sedangkan kelenjar keringat diketiak menyebabkan bau badan.

Dalam sebuah ulasan disampaikan bahwa anak perempuan yang telah mendapat menstruasi pertama serta pertumbuhan dan perkembangan payudara lebih awal dari tahun-tahun sebelumnya. Anak perempuan mencapai pubertas di usia yang lebih awal diindikasikan penyebabnya antara lain adalah faktor genetik, perbaikan nutrisi, serta lingkungan yang memicu stres. Dalam sebuah penelitian disampaikan bahwa obesitas dan tekanan lingkungan juga diindikasikan memicu pematangan awal pada anak perempuan. Pada penelitian yang lain disampaikan ditemukan adanya hubungan antara kehadiran ayah biologis dan puber dini. Anak perempuan yang memiliki orangtua bercerai dan atau berada dalam keluarga dengan tingkat stres tinggi ditemukan mengalami puber dini daripada anak perempuan yang berada dalam keluarga yang sehat (Kemenkes RI, 2023).

Menarche adalah Haid yang pertama kali datang. Haid adalah pendarahan yang berasal dari uterus sebagai tanda bahwa alat kandungannya menunaikan fungsinya, terjadi setiap bulan secara teratur pada seorang wanita dewasa yang sehat dan tidak hamil. Haid merupakan ciri khas seorang wanita dimana terjadi perubahan-perubahan siklik dari alat kandungannya sebagai persiapan kehamilan (Wiknjosastro, 2005).

Menarche diasosiasikan dengan keyakinan dan kepercayaan yang menggabungkan perasaan positif dan negatif pada saat yang bersamaan seperti kesenangan dan kecemasan, kebahagiaan dan ketakutan, penerimaan dan penolakan, dukungan dan kesepian. Pengalaman *menarche* tergantung dari beberapa faktor, seperti usia remaja saat itu, berbagai macam persiapan yang diterima, pengetahuan dan harapan, dukungan sosial dari keluarga dan karakteristik personal yang mereka miliki. *Menarche* bisa menjadi pengalaman positif atau negatif bagi perempuan, tergantung dari persiapan yang diterima. Hal ini dibuktikan dengan sebuah penelitian di US dan Italia, bahwa persiapan yang matang untuk *menarche* berkorelasi dengan pengalaman positif. Sedangkan perempuan dengan persiapan yang kurang membuat mereka mempersepsikan hal ini sebagai peristiwa yang negatif. bahwa anak perempuan yang matang lebih awal dan atau yang tidak siap cenderung bereaksi lebih negatif terhadap *menarche* (Kemenkes RI, 2023).

Menurut Lee Hae Sang seorang dokter specialist anak dari Fakultas Kedokteran Departemen Pediatri Rumah Sakit Universitas Ajou Pubertas adalah periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa di mana pematangan seksual terjadi. Menarche, menstruasi pertama, adalah peristiwa penting perkembangan pubertas pada anak perempuan karena mewakili permulaan kapasitas reproduksi wanita. Menarche, peristiwa akhir selama pubertas,

biasanya terjadi 2-2,5 tahun setelah permulaan pubertas dan ditandai dengan pembesaran payudara dan perkembangan rambut kemaluan. Beberapa penelitian telah melaporkan bahwa usia rata-rata menarche menurun dari 17 tahun pada tahun 1840 menjadi sekitar 12 tahun pada tahun 2000 di sebagian besar negara maju. Menurut tinjauan baru-baru ini, usia menarche tetap stabil selama beberapa dekade terakhir. Usia menarche bervariasi di antara negara, generasi, dan ras. Menurut Survei Kesehatan dan Gizi Nasional Korea, di Korea, usia rata-rata menarche menurun dari 16,90 tahun untuk wanita yang lahir antara tahun 1920 dan 1925 menjadi 13,79 tahun untuk mereka yang lahir antara tahun 1980 dan 1985 (Lee, 2021).

Masa pubertas sendiri merupakan periode emas kedua dalam siklus kehidupan. Periode emas pertama yaitu pada 1000 hari kehidupan, mulai dari masa konsepsi atau kehamilan sampai anak lahir berusia dua tahun. Lumrahnya, menarche terjadi pada anak perempuan berusia 11-14 tahun. Namun bisa terjadi secepat-cepatnya pada usia 9 tahun atau selambat-lambatnya umur 17 tahun. Menarche dipengaruhi oleh beberapa faktor. Mulai dari genetik, status gizi, dan faktor lingkungan. Faktanya, tren menarche saat ini terjadi peningkatan angka menarche dini. Dalam artian, masa menarche dapat dialami oleh anak perempuan yang masih muda. semula normalnya pada rentang usia 11-14 tahun, jadi bergeser trennya ke-9 sampai 11 tahun. Dalam penelitian yang dilakukan Moelyo pada 2019, adanya angka menarche dini yang lebih tinggi di kelompok tahun lahir yang lebih muda. Selain itu 33% persen responden sudah mengalami menarche pada usia 11 tahun (Firdaus, 2020).

Banyak hal yang mempengaruhi menarche pada remaja putri, antara lain adanya perubahan hormon yang mempengaruhi kematangan sel dan asupan gizi yang dikonsumsi saat menjelang datangnya menarche. Asupan gizi yang kurang menyebabkan gizi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi. Beberapa penelitian mengungkapkan faktor gizi termasuk faktor utama dalam percepatan usia menarche. Anak yang overweight/obese lebih cepat mengalami menarche dibandingkan dengan anak yang mempunyai berat badan normal (Kurnia, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi usia menarche antara lain parameter ukuran tubuh, seperti berat badan dan tinggi atau Indeks Massa Tubuh (IMT). Faktor konsumsi gizi juga mempengaruhi usia menarche, meningkatnya asupan energi yang dikontrol dengan konsumsi lemak dikaitkan dengan menarche dini. Maraknya konsumsi makanan cepat saji dengan rasa yang enak dan gerai restoran yang menyediakan tempat berkumpul para remaja, semakin meningkatkan remaja menggemari makanan cepat saji. Usia menarche juga dipengaruhi oleh keturunan tetapi faktor genetik spesifik belum diketahui. Bukti pengaruh keturunan pada usia

menarche berasal dari studi yang menunjukkan kecenderungan bahwa usia menarche ibu bisa memprediksi usia menarche anak perempuannya.

Ketika anak perempuan mengalami menarche dini, ada beberapa dampak yang bakal dirasakan oleh mereka. di antaranya adalah penyakit degenerative atau penyakit tidak menular, Meningkatkan risiko kanker payudara, kanker rahim, dan endometriosis. Karena semakin mereka cepat anak perempuan mengalami menarche, maka mereka akan lebih lama merasakan terpapar hormon estrogen. Selain itu dengan mengalami menarche dini, maka anak perempuan bisa meningkatkan peluang kehamilan dini. Yang mana, jika mereka lebih cepat hamil namun kondisinya belum siap, maka mereka cenderung mengalami kehamilan berisiko. Sehingga menyebabkan kematian maternal. Untuk itu, jika pola makan dan gaya hidup yang salah terus dipelihara, bukan tidak mungkin usia menarche semakin lama semakin muda. Selain itu pola hidup sedentari dan konsumsi makanan tinggi yang mengandung gula, garam, dan lemak, memiliki kolerasi signifikan dengan kejadian menarche dini. Untuk itu sangat penting dilakukan promosi dan edukasi mengenai menstruasi, pedoman gizi seimbang, dan gaya hidup sehat kepada anak-anak dan remaja perempuan

Berdasarkan informasi dan data-data tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Satus Gizi dengan riwayat Usia Menarche Ibu Dengan Status Menarche pada anak sekolah Dasar khusus nya kelas 4, kelas 5 dan kelas 6 SD.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Variabel pada penelitian ini meliputi variable dependent kejadian menarche dini dan variable independent: status gizi dan riwayat usia menarche ibu. Populasi kasus dalam penelitian ini yaitu siswi SD kelas 4 – 6. Sampel berjumlah 49 orang. Metode pemilihan sampel menggunakan probability random sampling. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat yang dilakukan dengan sistem komputerisasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Univariat.

Variabel	Frekuensi	%
Kejadian Menarche Dini		
a. Iya	18	36.7
b. Tidak	31	63.3
Status Gizi		
a. Baik	39	79.6
b. Resiko Gizi Lebih	10	20.4
Riwayat Menarche Ibu		
≤ 10 Tahun	18	36.7
≥ 11 tahun	31	63.3
Jumlah	49	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden seluruhnya adalah 49 siswi. Berdasarkan table diatas, jumlah kejadian menarche dini pada rentang usia ≤ 11 tahun yaitu 18 responden (36.7%) dan sebanyak 31 responden (63.7%) tidak mengalami menarche dini. Siswi yang mengalami menarche dini mempunyai status gizi baik sebanyak 39 siswi (79.6%), dan sebanyak 10 siswi (20.4%) mempunyai status resiko gizi lebih. Sebanayak 18 orang ibu kandung responden (36.7%) mengalami menarche dini dan terdapat 31 orang ibu kandung responden (63.3%) mengalami menarche normal.

Tabel 2. Hubungan status gizi dengan kejadian menarche pada Siswi SD Kelas 4 – 6 Di SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor.

Status Gizi	Menarche Dini				Total		p	OR
	Ya		Tidak					
	F	%	F	%	F	%		
a. Gizi Baik	10	25.6	29	74.3	39	100	0.001	3,7
b. Resiko Gizi Lebih	8	80.0	2	20.0	10	100		
Total	18	36.7	31	63.2	49	100		

Berdasarkan table 5 diatas, responden dengan status gizi lebih dan mengalami kejadian menarche dini sebanyak 10 responden (25.6%) sedangkan responden dengan status resiko gizi lebih dan mengalami menarche dini sebanyak 8 responden (80%). Berdasarkan uji statistic *Chi Square* menunjukkan bahwa nilai p value = 0.001 ($p < 0.05$), maka secara statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian menarche dini pada siswi SD kelas 4-6 di SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor. Nilai OR 3,7 dapat diasumsikan bahwa responden yan gmempunyai gizi baik, mempunyai kecenderungan 3.7 kali lebih cepat mengalami menarche dini disbanding dengan responden yang mempunyai status resiko gizi lebih.

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat dari pemakaian, penyerapan, dan penggunaan makanan. Pengertian lain menyebutkan bahwa status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variable tertentu, atau perwujudan dari status tubuh yang berhubungan dengan gizi dalam bentuk variabel tertentu (Kemenkes RI, 2023).

Menurut Amaliah (2013) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan status gizi dengan status menarche pada remaja (usia 10-15 tahun) di Indonesia menyatakan Anak dengan IMT lebih tinggi akan mengalami maturitas lebih cepat dibandingkan dengan anak dengan IMT rendah. rata-rata usia menarche pada responden dengan status gizi normal lebih cepat dibandingkan dengan responden dengan status gizi kurus.

Selain itu status gizi yang tidak baik juga berpengaruh terhadap kejadian menarche dini. Konsumsi junk food berlebih. Jika dibiasakan, konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan bisa meningkatkan risiko kegemukan (*overweight*). Hal ini yang mempercepat periode menstruasi wanita. Komposisi lemak berlebih pada tubuh mengirimkan sinyal impuls ke otak untuk mempercepat terjadinya menstruasi. Terlalu banyak konsumsi minuman manis. Studi yang dipublikasikan dalam Human Reproduction Journal mengungkapkan, gula cair buatan yang dikonsumsi anak-anak bisa menyebabkan perubahan hormon secara permanen. Dampaknya adalah siklus menstruasi bisa terjadi lebih cepat (Makarim Fadli Rizal, 2020).

Menarche atau menstruasi pertama kali yang dialami remaja putri disebabkan adanya Adipocyte-derived hormone Leptin yang berasal dari lemak tubuh. Peningkatan kadar leptin dalam darah dapat menyebabkan peningkatan kadar LH (Luteizing Hormone). Peningkatan LH berhubungan dengan peningkatan estradiol dan awal menarche (Kurnia, 2020).

Penilaian status gizi remaja dapat dilakukan dengan antropometri yang penilaian melihat indeks BB/TB2. Penilaian ini dikenal dengan Indeks Massa Tubuh (IMT= kg/m^2) berdasarkan umur (BMI for Age) dalam ketetapan WHO dilihat persentilnya. Indeks massa tubuh (IMT) merupakan indeks antropometri membandingkan berat badan dan tinggi badan yang dirumuskan sebagai berikut, berat badan dalam kilogram dibagi dengan tinggi badan dalam meter kuadrat. IMT merupakan indikator yang dapat dipercaya untuk mengukur lemak tubuh anak-anak dan remaja. IMT dapat dipertimbangkan sebagai alternatif untuk pengukuran langsung lemak tubuh. Ditambah lagi, IMT tidak mahal dan mudah untuk membentuk metode skrining untuk kategori berat badan yang menjurus ke masalah Kesehatan (Wahyuni, 2022).

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholifah (2024) yang melakukan penelitian kejadian menarche dini pada siswi SMPN 1 Winong kabupaten Pati Jawa Tengah sebanyak 70 sampel, menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian menarche dini dengan nilai $p \text{ value} = 0.037$ ($p < 0.05$). Penelitian ini juga sejalan

dengan hasil penelitian Amaliah et al. (2013), terhadap remaja usia 10 – 15 tahun yang mengalami menarche dini, dan terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian menarche dini dengan nilai $p\text{ value} = 0.005$ ($p < 0.05$). Selain itu, penelitian ini juga selaras dengan hasil penelitian dari Khofifah (2023) menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian menarche dini dengan nilai $p\text{-value}$ 0.003.

Tabel 3. Hubungan Riwayat usia Menarche Ibu dengan Kejadian Menarche Dini.

Riwayat Usia Menarche Ibu	Menarche Dini				Total		p
	Ya		Tidak				
	F	%	F	%	F	%	
a. ≤ 11 Tahun	13	100	0	0	13	100	0.000
b. ≥ 12 tahun	5	18.8	31	86.1	36	100	
Total	18	36.7	31	63.2	49	100	

Pada tabel 3 dapat diketahui bahwa responden yang mempunyai riwayat usia menarche dini adalah sebanyak 13 responden (100%), sedangkan responden yang tidak mempunyai riwayat usia menarche dini sebanyak 5 responden (18.8%). Berdasarkan uji statistic Chi Square menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0.000$ ($p < 0.05$), maka secara statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat usia menarche ibu dengan kejadian menarche dini pada siswi SD kelas 4-6 di SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor dengan nilai OR 7.3 yang bisa diasumsikan bahwa ibu yang mempunyai riwayat menarche dini mempunyai kecenderungan anak perempuannya 7.3 kali lebih besar mengalami menarche dini jika dibandingkan dengan ibu yang tidak mempunyai riwayat menarche dini.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai odd ratio nya adalah 7,2 maka hal ini menunjukkan bahwa secara statistik, responden yang mempunyai ibu dengan riwayat menarche dini maka berpeluang mengalami 7,2 kali lebih besar akan mengalami kejadian menarche dini dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki ibu dengan riwayat menarche dini. Hal ini bisa diasumsikan bahwa terdapat keterkaitan faktor genetic dengan kejadian menarche dini pada perempuan.

Keturunan merupakan faktor utama yang mempengaruhi remaja perempuan mengalami menstruasi pertamanya. Umumnya jika ibu atau saudara kandung mengalami menarche dengan cepat atau lambat, maka kemungkinan besar anak juga akan mengalami menarche di waktu yang bersamaan seperti ibu atau saudara kandungnya. Faktor ini dibuktikan oleh sebuah penelitian yang berjudul Comparison of menarche age between two generations (2016). Berdasarkan penelitian ini ibu dan anak yang memiliki perbedaan jarak 25 tahun, menunjukkan bahwa rata-rata usia menarche antara ibu dan anak adalah kurang lebih 13 tahun 2 bulan dan 13 tahun 6 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa faktor genetika berperan dalam menentukan usia menarche pada anak (Fadli, 2023).

Faktor genetik menjadi faktor internal yang memengaruhi menarche. Genetik dalam hal ini adalah riwayat menarche ibu. Faktor genetik sampai saat ini belum diketahui secara spesifik, namun usia menarche ibu dinilai dapat memprediksi usia menarche anak perempuannya. Hal ini dipengaruhi reseptor estrogen merupakan gen spesifik penentu usia menarche anak yang mampu menurunkan dari ibu kepada anaknya. Hal tersebut juga dikaitkan dengan lokus yang mengatur estrogen yang diwariskan. Ibu dengan menarche dini menurunkan usia menarche yang dini pada anak nya (Syifa Hafizha, 2024).

Dalam Sukarsih (2019) disebutkan bahwa penelitian oetlle di Swedia mengatakan ada korelasi antara usia menarche ibu dengan usia menarche anak, peneliti mengungkapkan bahwa usia menarche ibu yang cepat akan mempengaruhi status menarche anak putrinya sehingga cepat juga. Faktor genetik disini berperan terhadap percepatan dan perlambatan menarche yaitu antara usia menarche ibu dengan usia menarche anaknya.

Penjelasan terkait adanya hubungan antara riwayat usia menstruasi pertama kali ibu dengan kejadian menarche dini anak juga dijelaskan dalam hasil penelitian (Susanti, 2017). Dalam penelitian Susanti (2017) juga disebutkan bahwa Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sandra (2015) Tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Menarche Pada Remaja Putri menunjukkan bahwa anak akan mengalami usia menarche yang tidak berbeda dengan usia menarche yang dialami ibunya, sebagai akibat dari adanya faktor genetik atau faktor bawaan yang mana menurut Maulidiyah (2011) faktor genetik merupakan faktor yang tidak bisa dimodifikasi, dan adanya hubungan yang diduga berkaitan dengan lokus yang mengatur esterogen yang diwariskan (Susanti, 2017).

Menurut Anis (2022) dalam penelitiannya tentang Hubungan Antara Faktor Keturunan dan Paparan Media Massa dengan Kejadian Menarche Dini pada Remaja Putri, menyatakan bahwa Hasil analisis uji statistic menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan antara faktor keturunan terhadap kejadian menarche dini pada remaja putri. Akan tetapi, menurut Syifa Hafizha (2024) mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara usia menarche ibu dan anak, dengan nilai $p = 0,000$. Para ilmuwan mengklarifikasi bahwa hubungan ini berasal dari regulasi estrogen yang ditransfer dari ibu ke keturunannya di lobus. Hasil ini mengindikasikan bahwa usia menarche anak yang lebih dini cenderung sejalan dengan usia menarche ibu yang juga lebih dini (Syifa Hafizha, 2024).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara status gizi dan riwayat usia menarche ibu dengan kejadian menarche dini pada siswi SDN 01 nagrak Gunung Putri Bogor dapat disimpulkan ada hubungan antara status gizi (p value = 0.001, OR 3,7), riwayat usia menarche ibu dengan kejadian menarche dini pada siswi SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor dengan nilai p value = 0.000, OR 7,2) dengan kejadian menarche dini pada siswi SDN 01 nagrak Gunung Putri Bogor.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak SDN 01 Nagrak Gunung Putri Bogor yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini, para siswi serta orang tua yang bersedia menjadi responden, serta pihak Puskesmas dan STIKes Keris Husada yang telah memberikan arahan, bantuan, dan fasilitas selama proses penelitian berlangsung. Tidak lupa, terima kasih kepada rekan sejawat dan semua pihak yang telah berkontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Amaliah, N. (2013). Hubungan status gizi dengan status menarche pada remaja (usia 10–15 tahun) di Indonesia tahun 2010. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 4, 1–9. <https://media.neliti.com/media/publications-test/106403-hubungan-status-gizi-dengan-status-menar-0b15a6a4.pdf>
- Anis, W. (2022). Hubungan antara faktor keturunan dan paparan media massa dengan kejadian menarche dini pada remaja putri. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 11, 156–164. <https://unair.ac.id/hubungan-antara-faktor-keturunan-dan-paparan-media-massa-dengan-kejadian-menarche-dini-pada-remaja-putri/>
- Fadli, R. (2023). *Faktor yang bisa memengaruhi menarche atau haid pertama*. Halodoc. <https://www.halodoc.com/artikel/ini-faktor-yang-bisa-memengaruhi-menarche-atau-haid-pertama>
- Firdaus. (2020). *Mengenal menarche dini, fakta, hingga dampaknya*. Medcom.id. <https://www.medcom.id/gaya/family/5b2ejgdN-mengenal-menarche-dini-fakta-hingga-dampaknya>
- Harlan, J., & R. S. (2018). *Metode penelitian kesehatan*. Universitas Gunadarma.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Mengenal kecemasan dan dukungan sosial pada pubertas remaja*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2843/mengenal-kecemasan-dan-dukkungan-sosial-pada-pubertas-remaja
- Khofifah, R. A. (2023). *Hubungan status gizi dengan kejadian menarche dini pada anak usia 9–12 tahun di SD Negeri Karangawen 1 Kabupaten Demak* (Preprint). Repository Poltekkes Semarang. https://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=35921
- Kholifah, M. N. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian menarche dini pada remaja putri di SMP Negeri 1 Winong. *Nutrizione (Nutrition Research and Development Journal)*, 4, 1–10.
- Kurnia, I. D. (2020). Status gizi lebih dan gaya hidup tidak sehat pengaruhi kejadian menarche dini pada anak SD. *Global Pharma Technology*, 12(1), 1–7.
- Lacroix, A. E. L., G. H., R. K. S., & D. L. M. (2023). Fisiologi: Menarche. *National Institutes of Health*, 1(Reproductive Health), 1–5.
- Lee, H. S. (2021). Why should we be concerned about early menarche? *Clinical and Experimental Pediatrics*, 64(2), 69–70. <https://doi.org/10.3345/cep.2020.00521>
- LP2M Universitas Medan Area. (2023). *Mengenal analisis bivariat: Pengertian, jenis, dan contoh*. <https://lp2m.uma.ac.id/2023/02/28/mengenal-analisis-bivariat-pengertian-jenis-dan-contoh/>
- Makarim, F. R. (2020). *Dampak menstruasi di bawah usia 10 tahun*. Halodoc. <https://www.halodoc.com/artikel/dampak-menstruasi-di-bawah-usia-10-tahun>
- Masmin. (2024). *Empat macam siklus menstruasi pada wanita*. Pelajaran.co.id. <https://www.pelajaran.co.id/empat-macam-siklus-menstruasi-pada-wanita/>
- Mayo Clinic. (2023). *Signs your child is about to start their first period*. <https://mcpress.mayoclinic.org/parenting/signs-your-child-is-about-to-start-their-first-period/>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode penelitian kesehatan* (Rev. ed.). Rineka Cipta.
- Nursalam. (2017). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (4th ed.). Salemba Medika.
- Setyawan, D. A. (2022). *Statistika kesehatan* (A. B. Astuti, Ed.). Tahta Media Group.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sukarsih, R. I. (2019). *Hubungan gaya hidup dengan kejadian menarche dini pada anak sekolah dasar* (Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

- Susanti, E. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan usia menarche pada siswi kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara*, 8, 155–162. <https://media.neliti.com/media/publications/289838-factors-associated-with-age-of-menarche-4eb3d717.pdf>
- Syifa Hafizha, S., et al. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi menarche dini pada remaja perempuan. *Journal of Medula*, 14, 1–10. <https://journalofmedula.com/index.php/medula/article/view/1452>
- Tjong, C. (2024). *Mengenal menarche, si menstruasi pertama*. RS Pondok Indah. <https://www.rspondokindah.co.id/id/news/mengenal-menarche-si-menstruasi-pertama>
- Wahyuni, N. S. (2022). *Indeks massa tubuh remaja*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja
- Wiknjastro, H. (2005). *Ilmu kebidanan* (2nd ed.). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.