

SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN USIA
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 05
KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**



Disusun Oleh:

INDAHMUTIA AZZAHRA
NIM. P01740322017

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
SARJANA TERAPAN
T.A 2025/2026**

HALAMAN JUDUL

SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN USIA
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 05
KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

INDAHMUTIA AZZAHRA
NIM. P01740322017



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
SARJANA TERAPAN
T.A 2025/2026**

HALAMAN PERSETUJUAN
SKRIPSI
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN USIA
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 05
KOTA BENGKULU TAHUN 2026

Yang Dipersiapkan dan Dipersembahkan Oleh:

INDAH MUTIA AZZAHRA
NIM: P01740322017

Skripsi Ini Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim
Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan
Pada Tanggal: 23 Juni 2026

Oleh
Dosen Pembimbing Skripsi

Pembimbing 1



Mariati, SKM., MPH
NIP. 196605251989032001

Pembimbing II



Ade Zayu Cempaka Sari, SST., M.Keb
NIP. 1990012222015032005

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN USIA
MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 05
KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

Yang Dipersiapkan oleh:

INDAH MUTIA AZZAHRA
NIM: P01740322017

Telah Diuji dan Dipresentasikan Di hadapan Tim Penguji Skripsi Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kesehatan Kemenkes Bengkulu
Pada Tanggal 23 Juni 2026
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Ketua Dewan Penguji

Penguji I



Dr. Susilo Damarini, SKM., MPH
NIP. 196607041990032002



Rina, SST., M.Tr.Keb
NIP. 197908202005022001

Penguji II

Penguji III



Mariati, SKM., MPH
NIP. 196605251989032001



Ade Zayu Cempaka Sari, SST., M.Keb
NIP. 1990012222015032005

Mengesahkan

**Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



Lusi Andriani, SST., M.Kes
NIP. 198008192002122002

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Indah Mutia Azzahra

NIM : P01740322071

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah saya yang berjudul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di SMP Negeri 05 Kota Bengkulu Tahun 2026” :

1. Adalah benar-benar hasil karya saya sendiri (tidak hasil plagiasi/jiplakan)
2. Tidak didasarkan pada data palsu

Apabila pada kemudian hari terbukti bahwa pernyataan saya tidak benar, saya bersedia menanggung resiko dan siap diperkarakan sesuai dengan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Bengkulu, 23 Juni 2026

Yang menyatakan,



Indah Mutia Azzahra
NIM. P01740322071

RIWAYAT PENULIS



Nama : Indah Mutia Azzahra

Tempat dan tanggal lahir : Lubuklinggau, 18 April 2004

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

No. HP/WA : 0822-8096-2626

Email : indahmutiaazzahra@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 16 Kota Lubuklinggau
2. SMP Negeri 1 Kota Lubuklinggau
3. SMA Negeri 1 Kota Lubuklinggau

MOTTO

‘Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali Allah berjanji bahwa: Fa inna ma'al-'usri yusrā, inna ma'al-'usri yusrā’

(QS. Al-Insyirah 94: 5-6)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan”

(Boy Candra)

“Mengapa bintang bersinar, mengapa air mengalir, mengapa dunia berputar, lihat segalanya lebih dekat dan kau akan mengerti”

(Yura Yunita)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin,

Segala puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan nikmat yang sangat luar biasa yang tidak terhitung banyaknya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini. Saya persembahkan kepada mereka yang selalu hadir dengan doa, cinta, dukungan dan sebagai ucapan terimakasih skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang hebat saya :

1. Kepada cinta pertamaku, Alm. Bapak, sosok yang paling kurindukan. Terima kasih atas cinta, doa dan segala pengorbanan yang telah bapak berikan semasa hidup. Pak, namamu akan selalu kusebut dalam setiap doa dan keberhasilanku, karena sebagian dari diriku adalah hasil dari cinta dan perjuangamu. Karya ini kupersembahkan sebagai bentuk rasa hormat, dan rindu yang tak pernah berakhir, *I love you pak.*
2. Kepada ibuku tercinta, karya ini kupersembahkan untuk ibu. Terima kasih atas setiap doa yang tak pernah putus, kasih sayang yang tak pernah berkurang, serta pengorbanan yang tak akan pernah mampu terbalaskan. Satu gelar ini mungkin tidak mampu membalas semua pengorbanan yang telah ibu berikan, tetapi semoga menjadi awal dari kebahagiaan yang ibu harapkan, *I love you ibu.*
3. Kepada Alm. Embah tercinta sekaligus penasihat terbaik bagi penulis. Terima kasih untuk kasih sayang, doa, dan nasihat, yang telah diberikan kepada penulis semasa hidupnya. Embah yang selalu excited dalam menunggu cucunya menjadi seorang sarjana. Namun, pada akhirnya beliau meninggalkan penulis tepat pada saat penulis menginjak masuk bangku kuliah. Karya ini kutulis sebagai ungkapan rindu dan ucapan terimakasih.
4. Untuk kakakku tersayang. Terima kasih atas doa, dukungan dan nasihat yang selalu kalian berikan.

5. Kepada kedua Dosen Pembimbingku Bunda Mariati, S.KM.,M.PH dan Bunda Ade Zayu Cempaka Sari, SST,. M.Keb terimakasih atas bimbingan, saran, waktu dan motivasi yang bunda berikan untuk membimbing penulis hingga bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik
6. Teristimewah kepada NRP 3723110030556606 yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis ini. Terima kasih karena tidak pernah lelah memberikan semangat, dukungan dan doa. Terima kasih telah hadir dan menjadi bagian perjalanan hidup penulis, yang selalu berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini.
7. Kepada adikku tersayang, yang selalu memberikan tawa, semangat dalam setiap perjalanan hidupku. Terima kasih telah menemani setiap proses hingga penulis mampu berada di titik ini.
8. Kepada sahabat-sahabatku tercinta, yang selalu hadir dan memberikan semangat, perhatian, serta bantuan pada saat dibutuhkan. Terima kasih telah menemani setiap proses hingga karya ini dapat terselesaikan.
9. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri, yaitu *Indah Mutia Azzahra*, terima kasih telah bertahan hingga sejauh ini. Terima kasih tidak menyerah ketika keraguan datang dengan silih berganti, dan ketika langkah terus berat untuk diteruskan. Terima kasih tetap memilih melanjutkan dan menyelesaikan studi hingga selesai, walau sering kali tidak tahu pasti kemana arah ini akan membawa. Terima kasih telah menjadi teman paling setia bagi diri sendiri, meski harus menghadapi kegagalan, kebingungan, bahkan perasaan ingin menyerah. Terima kasih karena sudah berani memilih untuk mencoba, memilih untuk belajar, dan memilih untuk menyelesaikan apa yang telah kamu mulai.

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Skripsi, Juni 2026

Indah Mutia Azzahra

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN USIA MENARCHE
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 05 KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

XV + 45 halaman, 3 Tabel, 3 Bagan, 14 Lampiran

Abstrak

Usia menarche merupakan menstruasi pertama yang menandai kematangan organ reproduksi pada remaja putri. Di Indonesia, rata-rata usia menarche terjadi pada usia 12,6 tahun dan 12,7 tahun di kota Bengkulu. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, sebanyak 37,32% remaja mengalami gizi kurang dan 18,4% mengalami obesitas yang dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi mereka. Status gizi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi usia menarche. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan IMT dengan usia menarche pada remaja putri di SMP Negeri 05 Kota Bengkulu.

Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional, melibatkan 94 responden yang dipilih secara cluster random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran langsung, lalu dianalisis menggunakan uji *Pearson Chi-Square* ($\alpha = 0,05$).

Hasil analisis univariat menunjukkan mayoritas responden memiliki IMT normal, yaitu 55 siswi (58,5%), sementara 39 siswi (41,5%) memiliki IMT tidak normal. Untuk variabel usia menarche, sebagian besar responden berada pada kategori normal, yaitu 59 siswi (62,8%), dan 35 siswi (37,2%) berkategori tidak normal. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara IMT dengan usia menarche, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 13,219.

Disarankan pihak sekolah menyusun program edukasi gizi dan kesehatan reproduksi, dan siswi disarankan untuk lebih memperhatikan status gizi melalui pola makan seimbang dan gaya hidup sehat demi mendukung perkembangan reproduksi yang optimal.

Kata kunci : Indeks Massa Tubuh (IMT), Usia Menarche, Remaja Putri

Applied Undergraduate Midwifery Study Program, Bengkulu Health Polytechnic

Thesis, June 2026

Indah Mutia Azzahra

RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND AGE AT MENARCHE IN ADOLESCENT FEMALES AT SMP NEGERI 05, BENGKULU CITY, 2026

XV + 45 pages, 3 Tables, 3 Charts, 14 Appendices

Abstract

Menarche marks the onset of menstruation and signifies the maturation of reproductive organs in adolescent girls. In Indonesia, the average age of menarche is 12.6 years, while in Bengkulu City, it is 12.7 years. Data from the Bengkulu City Health Office indicate that 37.32% of adolescents suffer from undernutrition and 18.4% are obese conditions that can impact their reproductive health. Nutritional status is a factor influencing the age of menarche. This study aimed to determine the relationship between Body Mass Index (BMI) and the age of menarche among female students at SMP Negeri 05 Bengkulu City.

The study employed a quantitative approach with a cross-sectional design, involving 94 respondents selected via cluster random sampling. Data were collected through questionnaires and direct measurements, then analyzed using the Pearson Chi-Square test ($\alpha = 0.05$).

Univariate analysis revealed that the majority of respondents (55 students or 58.5%) had a normal BMI, while 39 students (41.5%) had an abnormal BMI. Regarding the age of menarche, most respondents fell into the normal category (59 students or 62.8%), with 35 students (37.2%) falling into the abnormal category. Bivariate analysis demonstrated a significant relationship between BMI and the age of menarche, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and an Odds Ratio (OR) of 13.219.

It is recommended that the school develop nutrition and reproductive health education programs, and that students pay greater attention to their nutritional status through a balanced diet and a healthy lifestyle to support optimal reproductive development.

Keywords: Body Mass Index (BMI), Age at Menarche, Adolescent Girls

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahuwata'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan *Indeks Massa Tubuh* (IMT) dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di SMP Negeri 05 Kota Bengkulu Tahun 2026”. Skripsi ini merupakan tugas akhir yang diajukan untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Pada Prodi Kebidanan Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Linda, SST., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu yang banyak memberikan dukungan, masukan, arahan, saran, waktu, serta motivasi untuk terus semangat mengerjakan skripsi ini hingga dapat diselesaikan.
2. Ibu Elvi Destariyani, SST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Mariati, SKM., M.PH, selaku Pembimbing I yang banyak memberikan dukungan, masukan, arahan, saran, waktu, serta motivasi untuk terus semangat mengerjakan skripsi ini hingga dapat diselesaikan.

4. Ibu Ade Zayu Cempaka Sari, SST,. M.Keb selaku dosen Pembimbing II yang banyak memberikan dukungan, masukan, arahan, saran, waktu, serta motivasi untuk terus semangat mengerjakan skripsi ini hingga dapat diselesaikan.
5. Serta seluruh dosen dan staf jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
6. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberi do'a, semangat dan nasehat kepada penulis.

Saya menyadari skripsi ini tentunya masih banyak kekurangan dan kesalahan baik dalam penulisan maupun penyusunan. Maka dari itu, saya berharap kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini, semoga dapat membawa dampak yang positif baik untuk sasaran, lokasi penelitian, jurusan kebidanan dan bagi diri saya sendiri.

Bengkulu, 23 Juni 2026



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
BIODATA.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR BAGAN	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 9
A. Konsep Dasar Teori <i>Menarche</i>	9
B. Konsep Dasar Teori <i>Indeks Massa Tubuh</i>	16
C. Hubungan <i>Indeks Massa Tubuh</i> dengan Usia <i>Menarche</i>	19
D. Kerangka Teori.....	22
E. Hipotesis.....	22
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 23
A. Desain Penelitian.....	23
B. Variabel Penelitian	24
C. Kerangka Konsep.....	24

D. Lokasi dan Waktu Penelitian	24
E. Subjek Penelitian.....	24
F. Definisi Operasional.....	27
G. Instrumen Penelitian	28
H. Rencana Pengumpulan, Pengolahan dan Analisa Data.....	28
I. Etika Penelitian	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan.....	38
C. Keterbatasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

2.1 Status Gizi Anak Berdasarkan IMT/U.....	17
3.1 Jumlah Sampel PerKelas	26
3.2 Definisi Operasional	27
4.1 Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh berdasarkan Usia (IMT/U)....	34
4.2 Distribusi Frekuensi Usia Menarche remaja putri.....	35
4.3 Hubungan IMT/U dengan Usia Menarche	36



DAFTAR BAGAN

2.1 Bagan Kerangka Teori.....	22
3.1 Desain Penelitian	25
3.2 Bagan Kerangka Konsep.....	27



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Bimbingan
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian dari Institusi Poltekkes Kemenkes
- Lampiran 3 : Surat Keterangan Layak etik
- Lampiran 4 : Surat Rekomendasi Penelitian dari Kesbangpol
- Lampiran 5 : Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Kota Bengkulu
- Lampiran 6 : Surat Rekomendasi penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
- Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian dari SMP Negeri 05 Kota Bengkulu
- Lampiran 8 : Surat Keterangan Selesai Penelitian dari SMP Negeri 05 Kota Bengkulu
- Lampiran 9 : Lembar Informed Consent
- Lampiran 10 : Kuesioner Penelitian
- Lampiran 11 : Tabel Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)
- Lampiran 12 : Master Tabel
- Lampiran 13 : Output Olah Data
- Lampiran 14 : Dokumentasi



