

ABSTRAK

Siregar, Rina Julianti. 2014. **Hubungan Asupan Serat Dengan Kejadian Menarche Pada Remaja Putri (Studi Kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang)**. Tugas Akhir, Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. Pembimbing : (1) dr. Nanik Setijowati, M.Kes (2) Eriza Fadhilah, S.Gz, M.Gizi.

Menarche merupakan menstruasi awal yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. *Menarche* merupakan tanda seseorang mengalami pubertas. Kejadian *menarche* dipengaruhi oleh keanekaragaman konsumsi makanan termasuk asupan serat. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan adanya hubungan asupan serat dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang. Desain penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Lokasi penelitian di 4 Kecamatan (Pakisaji, Turen, Gondanglegi dan Tajinan). Kecamatan dan sekolah ($n=4$) dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Responden ($n = 99$) dipilih dengan cara *purposive sampling*. Perhitungan jumlah responden tiap Kecamatan menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Variabel yang diteliti asupan lemak dan kejadian *menarche*. Data asupan serat diperoleh dengan kuesioner *semi quantitative food frequency*. Data dianalisis dengan menggunakan *Independent T-Test*. Hasil data yang diperoleh, 47 responden sudah mengalami *menarche* dan 52 responden belum mengalami *menarche* dengan rata-rata asupan serat sebesar $17.97 \pm 9.08 \text{ gr/hr}$. Hasil uji statistic ($p > 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara asupan serat dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang.

Kata kunci : asupan serat, kejadian *menarche*, remaja putri

ABSTRACT

Siregar, Rina Julianti. 2014. **The Association of Fiber Intake And Status of Menarche in Adolescent Girls (A Case Study in Four District Malang)**. Final project. Nutritious Science Department. Faculty of medicine, Brawijaya University. Advisors: (1) Dr. Nanik Setijowati, M.Kes (2) Eriza Fadhilah, S.Gz, M.Gizi

Menarche is the first menstruation which usually happened in the age of tenth until sixteenth. Menarche is a sign of puberty. Status of menarche is influenced by the diversity of food consumption including the intake of fiber. This study aims to prove that the association of the fiber intake and the status of menarche in four district Malang. Type of this research is analytic observational with crosssectional approach. The location of this research is in four sub districts of Malang (Pakijasi, Turen, Gondanglegi, Tajinan). Sub districts and schools (n=4) selected by purposive sampling technic, Respondent (n=99) selected by purposive sampling technic. The calculation of the sub district's respondent used proportional random technic. The variable was the fiber intake and the onset of menarche. Data of fiber intake were obtained from semi quantitative food frequency questionnaires. The Data were analyzed by using Independent T-Test. The result of this study, 47 respondents had menarche and 52 respondents have not had menarche with the average of fiber intake 17.97 ± 9.08 gr/day. The result of statistic ($p > 0.05$). The conclusion of this study, there is no significant association of fiber intake and status of menarche in adolescent girls in four district of Malang

Keywords: fiber intake, menarche, adolescent girls