

ABSTRAK

Handayani, Rosy 2014. Hubungan Asupan Lemak Dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Putri Pada Remaja Putri (Studi Kasus Di 4 Kecamatan Kabupaten Malang). Tugas Akhir. Program Studi Ilmu Gizi Kesehatan 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, atau pada masa awal remaja dan sebelum memasuki masa reproduksi. Salah satu dampak *menarche* dini pada remaja meningkatnya resiko kanker payudara sedangkan *menarche* terlambat dapat menurunkan kepadatan tulang. Asupan lemak merupakan salah satu asupan yang dapat mempercepat terjadinya menstruasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan asupan lemak dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang. Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan rancangan penelitian cross sectional. Lokasi penelitian di 4 Kecamatan di Kabupaten Malang (Pakisaji, Turen, Gondanglegi, Tajinan). Pemilihan responden menggunakan teknik *purposive sampling*. Perhitungan jumlah responden tiap kecamatan menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Variabel yang diteliti adalah asupan lemak dan kejadian *menarche*. Hasil penelitian (n=99) menunjukkan asupan lemak responden sudah *menarche* sebesar 58.17 ± 2.38 dan belum *menarche* sebesar 62.39 ± 3.72 . Berdasarkan uji statistik *Independent t-test* menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan lemak dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang ($p > 0,05$). Saran perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terutama untuk jenis lemak yang dikonsumsi untuk mengetahui jenis lemak yang paling berperan dalam mempengaruhi kejadian *menarche*.

Kata kunci : asupan lemak, *menarche*, remaja putri

ABSTRACT

Handayani, Rosy. 2014. The Association of Fat Intake With Status Menarche at Adolescent Girls (A Case Study in Four District Malang). Final Assignment. Department Of Nutrition. Faculty of Medicine. Brawijaya University. Supervisor : (1) Dr. Nanik Setijowati, M.Kes (2) Eriza Fadhillah, S.Gz, M.Gizi

Menarche is the first menstruation which usually happened in the age of tenth until sixteenth, or in the beginning of adolescent and before having reproduction. One of the menarche's impacts to the adolescent girls is the increasing of breast cancer risk. Otherwise, the late menarche is able to decrease the bone density. The fat intake is one of intakes which is able to accelerate the occurrence of menstruation. This study aims to determine the association of the fat intake with the status of menarche in four district Malang. This study is observational analytic with cross-sectional approach. Location of study in four district in Malang (Pakisaji, Turen, Gondanglegi, Tajinan). The selection of respondents used purposive sampling. Propotional random sampling technique is used to calculate number of respondents for each district. The variables of the study are the fat intake and status of menarche. The result showed (n=99) showed that fat intake of respondents who had menarche 58.17 ± 2.38 and who had not menarche 62.39 ± 3.72 . Based on the obtained Independent t-test, the results is no significant association of fat intake with status of menarche in four district of Malang ($p > 0.05$). It is suggested for the advance research especially for the type of consumed fat to know the type of fat which is highly influence status of menarche.

Keywords: fat intake, menarche, adolescent girls