

Menarche, nutritional status and lifestyle among adolescent girls aged 10-13 years in Central Jakarta

Eriza Fadhilah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20340604&lokasi=lokal>

Abstrak

Faktor gizi adalah salah satu faktor terkuat dan faktor lingkungan yang secara nyata mempengaruhi waktu terjadinya pubertas. Penelitian dengan desain cross sectional ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik menars, status gizi dan gaya hidup pada remaja putri 10-13 tahun di Jakarta pusat serta hubungan ketiga faktor tersebut (n=211). Proporsi remaja putri yang sudah mengalami menars sebanyak 23% dan rata-rata usia menars adalah 11.6 tahun. 72.5% remaja putri mempunyai normal z Score BMI; for-age dan 53.3% remaja putri mempunyai kelebihan lemak tubuh. Perubahan gaya hidup melalui pola makan yang sehat harus diterapkan oleh remaja putri ini melalui edukasi oleh lingkungan sekitar mereka.

.....Nutritional factors are the strongest and most obvious environmental factor affecting timing of puberty. This cross sectional study was conducted to determine the association between menarche, nutritional status and lifestyle among adolescent girls aged 10-13 years in Central Jakarta (n=211). The proportion of menarche among 10-13 years old girls was 23% and the age of menarche was 11.6 years old. About 72.5% of adolescent girls have normal BMI-for-age z-score. More than half (53.3%) of adolescent girls has over fat. The food habit of these adolescent girls should be changed by giving nutrition education to help them have better food habit.