

ABSTRAK

Usia *menarche* yang terlalu cepat ataupun terlalu lambat dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja. Tujuan penelitian adalah mengetahui gambaran status gizi dan gaya hidup sebagai faktor yang mempengaruhi usia *menarche* pada remaja di SMP Negeri 2 Gedangan.

Desain penelitian ini adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswi yang berusia 13 tahun di SMP Negeri 2 Gedangan sebesar 78 responden. Besar sampel 78 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *Total Sampling*. Variabel penelitian status gizi dan gaya hidup. Pengumpulan data primer dengan menggunakan kuesioner pengolahan data dengan cara *editing, coding, tabulating* dan dianalisis secara *deskriptif*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (65,4%) responden mempunyai status gizi yang cukup dan gaya hidup sebagian besar (62,8%) tidak sesuai dengan kriteria.

Simpulan penelitian pada siswi kelas VII yang berusia 13 tahun di SMPN 2 Gedangan sebagian besar mempunyai status gizi yang cukup dan gaya hidup yang tidak sesuai kriteria. Diharapkan orang tua harus lebih memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak termasuk perkembangan seksual anak dan faktor-faktor terutama status gizi anak yang berhubungan dengan percepatan kematangan seksual (*menarche*).

Kata Kunci : *Menarche*, status gizi, dan gaya hidup