

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Panjang siklus menstruasi dipengaruhi oleh usia seseorang dan dukungan gizi. Kekurangan gizi akan menurunkan tingkat kesuburan. Asupan zat gizi yang baik diperlukan agar nantinya didapatkan keadaan sistem reproduksi yang sehat (Hanafiah, 1987). Status gizi perlu diperhatikan karena status gizi yang kurang dapat mengakibatkan menstruasi lebih lambat dari yang seharusnya. Hal ini dikemukakan oleh Riyadi (2003) yaitu remaja putri yang bergizi baik mempunyai kecepatan pertumbuhan yang lebih tinggi pada masa sebelum pubertas (pra pubertas) dibandingkan dengan remaja yang kurang gizi. Remaja kurang gizi tumbuh lebih lambat untuk waktu yang lebih lama, karena itu menarche (umur pertama kali mendapat menstruasi) juga tertunda.

Secara normal menarche terjadi pada usia 11-16 tahun (Suryani & Widyasih, 2010). Menurut WHO (1995) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 10-19 tahun. Rata-rata 900 juta remaja berada di Negara sedang berkembang. Tahun 2008 jumlah remaja di Indonesia diperkirakan sudah mencapai 62 juta jiwa (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2011). Menurut Biro Pusat Statistik (2010) di Kabupaten Jember kelompok umur 10-19 tahun adalah terdiri dari 50,1% remaja laki-laki dan 49,9% remaja perempuan. Studi pada 1166 remaja putri umur 12-16 tahun di Inggris menunjukkan usia menarche adalah 12 tahun 11 bulan, dibandingkan 20-30 tahun yang lalu 6 bulan. Studi yang dilakukan di Amerika juga

menunjukkan adanya penurunan usia menarche 1-3 bulan perdekade. Selama 20 tahun terakhir ini di Moscow, usia menarche meningkat dari 12 tahun 6 bulan menjadi 13 tahun. Remaja putri di Yunani dan Kanada, terutama bagi mereka yang berbadan kurus dan aktivitas yang tinggi (Kabir, 2007).

Faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di antaranya adalah status gizi, sosial ekonomi, kelainan fisik, audio visual, lingkungan sosial dan genetik (Proverawati, 2009). Protein merupakan salah satu zat gizi yang sangat dibutuhkan tubuh sebagai zat pembangun. Protein dapat berupa enzim dan hormon yang sangat berguna sebagai katalis dan pengatur metabolisme serta sintesis berbagai bagian penting dalam tubuh. Protein terutama dibutuhkan oleh mereka yang sedang dalam masa pertumbuhan, seperti pada masa remaja. Remaja memerlukan lebih banyak protein dibandingkan mereka yang telah melewati masa remaja. Protein yang mereka konsumsi mempengaruhi produksi somatopedin, yaitu suatu fasilitator pertumbuhan yang diproduksi oleh hati sebagai hormon pertumbuhan ( *growth hormone* ) yang berfungsi sebagai penggerak utama kematangan seksual. Protein juga berfungsi dalam sintesis beberapa hormon yang penting bagi remaja putri, yaitu hormon estrogen, progesteron, hormon lutinasi ( *luteinizing hormone/LH* ) dan hormon perangsang folikel ( *folikel stimulating hormone /FSH* ) yang berperan ketika mereka memasuki masa pubertas, yaitu masa menstruasi awal yang dikenal dengan istilah *menarche* (Wirahadi kusumah, 1989 dalam Salirawati, 2010)

Penelitian di Indonesia, menurunnya umur *menarche* terjadi pula di daerah Yogyakarta, dari 562 remaja Jawa di Yogyakarta (300 perempuan dan 262 laki-laki), usia berkisar antara 11-18 tahun menunjukkan bahwa rerata tinggi dan berat badan serta usia *menarche* remaja Yogyakarta yang diukur tahun 2005 lebih besar dengan usia *menarche* lebih muda dibanding remaja Yogyakarta 23 tahun yang lalu. Tinggi dan berat badan serta usia *menarche*: 7,37 cm (5,1%), 9,21 kg (26,1%) dan 16,6 bulan (10,6%) (Rahmawati et al, 2005). Penurunan usia *menarche* ini mungkin disebabkan oleh peningkatan sosial ekonomi, status gizi dan peningkatan kondisi kesehatan secara umum (Bagga, 2000).

Menurunnya usia *menarche* ini terdapat implikasi negatif terhadap kesehatan anak remaja dan membingungkan karena remaja merupakan sumber daya manusia yang penting. Kecenderungan usia *menarche* yang semakin dini juga berimplikasi pada resiko terjadinya kehamilan pada usia yang lebih muda (Silva, 2005; Rah dkk, 2009) dan perpanjangan waktu persalinan (MacKibben, 2003). Usia *menarche* yang terlalu cepat pada sebagian remaja putri dapat menimbulkan keresahan karena secara mental mereka belum siap. Menstruasi juga berarti pengeluaran zat besi, yang mana pada setiap siklus menstruasi sekitar 4 mg zat besi dikeluarkan. Seorang remaja putri mengalami *menarche* 1 tahun lebih awal maka dia akan kehilangan zat besi sebanyak 48 mg lebih banyak (Mac Kibben, 2003). Rata-rata usia *menarche* juga bisa dijadikan patokan untuk menentukan abnormalitas dalam *menarche*. Seseorang dikatakan mengalami pubertas prekoks (lebih cepat dari normal) apabila *menarche* terjadi di bawah usia 8

tahun dan 7 mengalami pubertas tarda (terlambat) bila *menarche* terjadi di atas usia 18 tahun, keadaan tersebut merupakan keadaan patologis akibat gangguan aksis hipotalamus, hipofisis dan ovarium. Usia *menarche* yang terus menurun bisa jadi patokan usia untuk pubertas patologis juga perlu mengalami penyesuaian (Uche-Nwachiet, 2007).

Masalah gizi pada anak sekolah perlu mendapatkan perhatian khusus karena pengaruh yang besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya masalah gizi pada masa dewasa. Asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh akan mempengaruhi pertumbuhan tubuh, dan bila asupan-asupan makanan tersebut tidak adekuat menyebabkan pertumbuhan remaja ikut terganggu, antara lain derajat metabolisme, tingkat aktivitas, tampilan fisik dan maturasi seksual. Pertumbuhan remaja mencapai puncaknya pada masa pertumbuhan, rata-rata percepatan pertumbuhan mencapai 16 g/hari untuk remaja perempuan (Soetjiningsih, 2010). Kelebihan konsumsi karbohidrat dan lemak juga dapat memicu terjadinya menstruasi (*menarche*) dini akibat kelebihan berat badan (*obesitas*). Penelitian yang dilakukan Dr. Rajalakshmi Laksmana dari Universitas Cambridge menyatakan sebagian besar kasus menstruasi dini berkaitan dengan jumlah lemak di dalam tubuh perempuan (Salirawati, 2010). Berdasarkan penjelasan diketahui bahwa status gizi sangat mempengaruhi usia *menarche* salah satunya yaitu semakin gemuk seorang remaja maka semakin dini usia *menarche* jadi pemenuhan status gizi dan keseimbangan harus diperhatikan agar usia *menarche* seorang remaja dalam batas normal yaitu 11-16 tahun.

Berdasarkan pada uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul “Hubungan Status Gizi Terhadap Usia *Menarche* Pada Anak Sekolah Dasar”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan status gizi terhadap usia *menarche* pada anak sekolah dasar?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi terhadap usia *menarche* pada anak sekolah dasar.

### 1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi status gizi pada anak sekolah dasar.
2. Mengidentifikasi usia *menarche* pada anak sekolah dasar.
3. Menganalisis hubungan status gizi terhadap usia *menarche* pada anak sekolah dasar.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber data untuk penelitian selanjutnya tentang hubungan pengetahuan, sikap, dan *menarche*.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Bagi dunia pendidikan keperawatan khususnya prodi S1 Keperawatan FIK dapat dijadikan sebagai pengembangan ilmu dan kategori

keperawatan khususnya dalam hubungan status gizi terhadap usia menarche pada anak Sekolah Dasar.

## 2. Bagi Peneliti

Dengan dilaksanakan penelitian ini, peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang didapatkan di bangku kuliah.

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan pengkajian kesehatan reproduksi remaja.

## 3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan responden tentang sikap remaja dalam menghadapi menarche.

## 4. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pengambilan kebijakan dalam meningkatkan penyuluhan tentang sikap remaja dalam menghadapi menarche.

Sebagai bahan pertimbangan kepada sekolah mengenai pentingnya pendidikan kesehatan bagi remaja untuk menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche.

### **1.5 Keaslian Penelitian**

1. Penelitian Nurrahmaton Institut Kesehatan Helvetia yang berjudul Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri Di SMP Amanah Medan. Desain penelitian survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi

kelas VII, VIII, IX yang sudah menstruasi di SMP Amanah Medan sebanyak 33 siswi dan pengambilan sampel dengan total population. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Chi-Square.

a. Persamaan pada variabel dependen adalah *menarche*, desain penelitian *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, sampling total population, Instrumen kuesioner. Analisa data uji statistik *Chi-Square*

b. Perbedaan sampel siswa SD, variabel dependen adalah Gaya Hidup.

2. Penelitian Fadhillah Chrisanti, dan Verawati Sudarma yang berjudul Hubungan Konsumsi Susu Dengan Usia *Menarche* Pada Anak Usia 12-15 Tahun. Penelitian menggunakan studi analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* yang mengikutsertakan 160 subjek di SMP Islam PB Soedirman Jakarta. Data dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner riwayat usia *menarche*, konsumsi susu disertai pengukuran tinggi dan berat badan menggunakan microtoise dan timbangan berat badan. Analisis data menggunakan *uji Chi square* dan diolah dengan program SPSS V.21 dengan tingkat kemaknaan yang digunakan besarnya 0,05.

a. Persamaan pada variabel dependen adalah *menarche*, desain penelitian *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, Analisa data uji statistik *Chi-Square* tingkat kemaknaan yang digunakan besarnya 0,05.

b. Perbedaan sampel siswa SD, variabel dependen adalah Konsumsi Susu. Data dikumpulkan dengan cara wawancara

3. Penelitian Maidartat, Universitas BSI yang berjudul Hubungan Konsumsi Makanan *Fast Food* Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Menarche Pada Anak (9 – 12 Tahun) Di Sekolah Dasar Banjarsari Ii Bandung. Desain penelitian survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII, VIII, IX yang sudah menstruasi di SMP Amanah Medan sebanyak 33 siswi dan pengambilan sampel dengan total population. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Chi-Square.

a. Persamaan pada variabel dependen adalah *menarche*, desain penelitian *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, sampling total population, Instrumen kuesioner. Analisa data uji statistik *Chi-Square*

Perbedaan sampel siswa SD, variabel dependen adalah status gizi.