

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Seiring dengan perkembangan jaman ini semakin beraneka ragam jenis makanan yang bisa di nikmati di Indonesia salah satunya adalah mengkonsumsi makanan bergaya barat seperti *junk food* yang sudah menjadi kebiasaan bagi para remaja pada umumnya. *Junk food* merupakan semua jenis makanan yang mengandung gula, lemak, dan kalori dalam jumlah yang tinggi tetapi memiliki sedikit kandungan mikronutiren seperti vitamin, mineral, asam amino, dan serat. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *menarche* pada remaja yaitu faktor nutrisi dengan banyaknya remaja yang mengonsumsi *junk food*. Perilaku konsumtif remaja putri dapat mempengaruhi kerja hormone sehingga bisa menyebabkan terjadinya pubertas dini (Genoveva, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Niken Aryani Wulansari (2012) menyimpulkan adanya hubungan konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini pada remaja putri di Surakarta, dimana semakin tinggi konsumsi *junk food* remaja maka semakin rendah usia *menarche* dengan *p-value* 0,005. *Junk food* justru dapat berpengaruh terhadap sistem pencernaan karena *junk food* memiliki banyak kandungan yang tidak baik bagi tubuh jika dikonsumsi secara terus menerus. Selain itu dapat memicu kanker bagi yang mengkonsumsi secara berlebihan. Dampak *junk food* itu sendiri dapat dilihat dalam waktu yang lama yang artinya tidak dapat dilihat secara langsung.

Hal ini dikarenakan kandungan gula dan lemak jenuhnya yang tinggi dan ditambah dengan kandungan zat adiktif seperti monosodium glutamate, tatrazine yang memiliki efek negatif bagi tubuh jika dikonsumsi. Makanan yang dikategorikan sebagai *junk food* biasanya mengandung sodium, lemak jenuh, dan kolesterol. Beberapa *junk food* juga mengandung gula dan bahan-bahan kimia yang berbahaya bagi tubuh. Kebiasaan mengkonsumsi *junk food* di kalangan remaja modern akan mempengaruhi peningkatan gizi. Hal ini disebabkan karena kandungan lemak, protein hewani, dan trans lemak yang terdapat dalam *junk food* akan memicu pengeluaran hormon-hormon yang berpengaruh terhadap terjadinya *menarche* dan timbulnya tanda-tanda sekunder pada remaja lebih cepat dari usia normal. Timbulnya tanda-tanda pubertas baik primer maupun sekunder sebelum umur 8 tahun dan terjadinya *menarche* sebelum usia 11 tahun disebut dengan pubertas dini.

Berdasarkan World Health Organization tahun 2018, umur remaja berkisar antara 10-19 tahun, dengan rata-rata usia *menarche* 13 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak remaja Indonesia dengan kejadian lebih awal kurang dari usia 9 tahun atau lebih lambat sampai usia 17 tahun. Remaja putri yang mengalami *menarche* di Jawa Tengah khususnya Semarang sekitar 0,1% terjadi pada usia 6-8 tahun, 26,3% mengalami menstruasi pertama (*menarche*) pada usia antara 10-16 tahun, dan 4,5% pada umur 17 tahun ke atas (Kemenkes, 2013). Hasil penelitian dari Riskesdas (2013), diketahui 37,5% perempuan Indonesia mengalami *menarche* pada usia 13-14 tahun; 0,1% pada usia 6-8 tahun; 19,8% usia 15-16 tahun dan 4,5% pada usia di atas 17 tahun. Usia *menarche*

remaja putri di Indonesia berkisar antara 12-14 tahun. Dari data sekunder Dinas kesehatan Kabupaten Ponorogo (2012) sekitar 0,5% remaja putri mengalami *menarche* lebih awal pada usia 8-9 tahun, dan sekitar 50% lainnya mendapat menstruasi pada usia 11-14 tahun. *Menarche* lebih banyak dialami wanita pada umur antara 10-15 tahun. *Menarche* yang terlalu dini atau terlambat, bisa berakibat pada keadaan psikis siswi tersebut. Berdasarkan Studi Pendahuluan pada tanggal 19 November 2013 dengan wawancara dari 10 responden di SDN 1 Plalangan kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo didapatkan (40%) responden yang sudah berperilaku positif dalam menghadapi *menarche* dan (60%) responden berperilaku negatif dalam menghadapi *menarche*.

Penelitian Bayuningsih (2015) bahwa anak yang sering mengonsumsi *junk food* mempunyai kadar lemak lebih tinggi (56,8%). Timbunan lemak di dalam tubuh dapat memicu terjadinya *menarche* dini. Penelitian Kristianti, dkk (2009) juga menunjukkan bahwa intensitas konsumsi *junk food* dalam kategori sering (54,7%) akan meningkatkan status gizi anak. Status gizi akan berhubungan dengan kejadian *menarche*. Penelitian Allo dkk (2013) frekuensi konsumsi *junk food* pada kelompok kasus didominasi oleh responden yang sering mengonsumsi *junk food*, yaitu 41 (97,6%) responden, sedangkan responden yang jarang mengonsumsi hanya 1 (24,7%) responden.

Ada banyak faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi terjadinya *menarche*. Faktor internal berupa : status *menarche* ibu (genetik), berhubungan dengan percepatan dan perlambatan kejadian *menarche* yaitu

antara status *menarche* ibu dengan dengan kejadian *menarche* putrinya. Faktor eksternal berupa : lingkungan sosial, ekonomi, nutrisi, keterpaparan media massa dan gaya hidup (Maulidiah, 2011). Remaja dengan kelebihan nutrisi (kelebihan lemak dan berat badan) lebih beresiko mengalami *menarche* lebih dini. Konsumsi *junk food* pada remaja berpengaruh terhadap peningkatan gizi remaja. Nutrisi mempunyai pengaruh terhadap kematangan seksual manusia, karena gizi mempengaruhi sekresi hormon gonadotropin dan respon terhadap Luteinizing Hormone (LH), hormon ini berfungsi untuk sekresi estrogen dan progesteron dalam ovarium sehingga tanda-tanda seks sekunder akan cepat muncul dibanding remaja putri yang kekurangan nutrisi (Kazoka dan Vetra, 2007). Salah satu hal penting yang perlu diperhatikan dari terjadinya *menarche* dini adalah dampak dari *menarche* dini tersebut karena berdasarkan pendapat dari Warner (Sunarto, 2010) *menarche* dini dapat menimbulkan dampak psikologis bagi anak. Dimana remaja putri mengalami perubahan secara mental pada saat mengalami haid adalah di mana anak sudah tidak di katakan lagi sebagai anak-anak di tandai dengan pertumbuhan secara cepat anak menjadi dewasa, pada perubahan secara mental terpacu pada kejiwaan anak (Darvil & Powell, 2007).

Dalam hal ini peran keluarga dalam hal ini sangatlah penting, lingkungan keluarga sangat mempengaruhi anak sekolah dalam perilakunya mengkonsumsi makanan dan minuman, hal ini terkait dengan kebiasaan atau pola makan dalam keluarga. Pola makan seorang anak dalam suatu keluarga sangat dipengaruhi oleh pola makan yang diterapkan dan diajarkan oleh orang tuanya, terutama ibu yang menyusun dan mengolah menu dan bahan

makanan bagi keluarga setiap hari (Joko Susanto, 2008:35). Dengan keadaan keluarga yang rata-rata orangtua bekerja menyebabkan intensitas siswa makan diluar rumah tinggi dan orangtua menyediakan makanan instan seperti sosis, nugget, dan mie dirumah. Dari survei di lingkungan sekolah beberapa pedagang menjual beraneka ragam makanan antara lain gorengan, bakso, cilok, mie instan, siomay, batagor, dan berbagai makanan kemasan (snack). Siswa mengkonsumsi makanan yang tersedia di kantin sekolah pada jam istirahat mereka yang sebagiannya adalah termasuk makanan *junk food*.

Berdasarkan permasalahan hipertensi tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengangkat judul “Hubungan Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi *Junk Food* Dengan Kejadian *Menarche* Di SMP Muhammadiyah Ponorogo”.

### **1.1 Rumusan Masalah**

Apakah Ada Hubungan Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi *Junk Food* Dengan Kejadian *Menarche* Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui Hubungan Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi *Junk Food* Dengan Kejadian *Menarche* Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi *Junk Food* Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.
2. Mengidentifikasi Kejadian *Menarche* Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.

### 3. Menganalisa Hubungan Perilaku Remaja Dalam Mengkonsumsi *Junk Food* Dengan Kejadian *Menarche* Di SMP Muhammadiyah Ponorogo.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

#### 1. Bagi peneliti

Menambah wawasan tentang pengetahuan remaja tentang *Junk Food*, dan mengaplikasikan pada perilaku remaja dalam mengonsumsi *Junk Food* untuk menjaga kesehatan terutama pada organ reproduksi tentang *Menarche*.

#### 2. Bagi IPTEK

Menambah pengetahuan dan sumber referensi bagi perawat dalam kesehatan reproduksi pada remaja terutama faktor mengonsumsi *Junk Food* dengan kejadian *Menarche*.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Pemerintah

Dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk menyusun cara yang lebih efektif untuk penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi bagi remaja terutama tentang pola hidup mengonsumsi *Junk Food* dan kesehatan reproduksi *Menarche*.

#### 2. Bagi Masyarakat

Khususnya bagi para orang tua yang memiliki anak remaja dapat dijadikan bahan masukan dan pengetahuan dalam mengatur pola hidup mengonsumsi *Junk Food*.

### 3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam penelitian tentang Perilaku, Remaja, *Junk Food*, *Menarche*.

### 4. Bagi Responden

Menambah informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan serta pemahaman sasaran penyuluhan tentang Mengonsumsi *Junk Food* dan bahayanya, agar sasaran penyuluhan dapat ikut mencegah terjadinya gangguan reproduksi pada remaja.

## 1.5 Keaslian Penulisan

1. Priharyanti Wulandari (2016), dengan judul penelitian Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Siswi Di SMPN 31 Semarang. Jenis penelitian ini yaitu study korelasi dengan metode pendekatan cross sectional study. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 176 sisi yang terdiri dari kelas VII,VIII dan IX. Data dianalisa dengan uji korelasi rank spearman. Ada hubungan antara status menarche ibu (genetik), keterpaparan media massa, gaya hidup, nutrisi, status gizi dengan kejadian menarche siswi di SMPN 31 Semarang, dinyatakan dengan p value  $0,000 < 0,05$ .
  - a. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian dan variabel yang digunakan, uji korelasi menggunakan *chi-square*, status menarche remaja
  - b. Persamaan penelitian pada *Desain penelitian* Korelasi dengan pendekatan *cross sectional*, sama-sama meneliti tentang *menarche*.

2. Lilis Yuliasari (2016), dengan judul penelitian Hubungan Paparan Media Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian analitik-korelasi dengan metode pendekatan waktu cross-sectional. Populasi berjumlah 117 siswi. Penentuan sampel dengan teknik total sampling dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel penelitian berjumlah 34 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner. Analisis data menggunakan uji statistik chi-square. Hasil: Ada hubungan antara paparan media dengan usia menarche dengan nilai p value dalam uji Chi-Square adalah 0,003 ( $p < 0,05$ ).
  - a. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian dan variabel yang digunakan, uji korelasi menggunakan *chi-square*, status menarche remaja
  - b. Persamaan penelitian pada *Desain penelitian* Korelasi dengan pendekatan *cross sectional*, sama-sama meneliti tentang *menarche*.
3. Priharyanti Wulandari (2016), dengan judul penelitian Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Siswi Di SMPN 31 Semarang. Jenis penelitian ini yaitu study korelasi dengan metode pendekatan cross sectional study. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 176 sisi yang terdiri dari kelas VII, VIII dan IX. Data dianalisa dengan uji korelasi rank spearman. Ada hubungan antara status menarche ibu (genetik), keterpaparan media massa, gaya hidup, nutrisi, status gizi dengan kejadian menarche siswi di SMPN 31 Semarang, dinyatakan dengan p value  $0,000 < 0,05$ .



- a. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian dan variabel yang digunakan, uji korelasi menggunakan *chi-square*, status menarche remaja
- b. Persamaan penelitian pada *Desain penelitian* Korelasi dengan pendekatan *cross sectional*, sama-sama meneliti tentang *menarche*.

