

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah individu baik pria maupun wanita yang berada pada masa atau usia antara anak-anak dan dewasa. Masa remaja merupakan masa paling kritis untuk perkembangan pada tahap selanjutnya, karena pada masa ini terjadi banyak perubahan baik perubahan fisik, emosi maupun psikologi (Maryam, 2016 h.11).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja merupakan proses alami dan akan dilalui oleh semua individu. Perubahan pada perempuan terutama diawali dengan datangnya menstruasi yang pertama kali atau sering disebut dengan *menarche* (Waryana, 2010 h.34)

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi antara rentan usia 10-16 tahun (Proverawati, 2009 h.58). Rentan waktu mendapatkan haid yang pertama kalinya sangat bervariasi, yaitu antara usia 10-16 tahun tapi rata-rata 12,5 tahun. Statistik menunjukkan bahwa usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum (Wiknjosastro, 2009 h.41).

Konsumsi makanan tinggi lemak dapat menyebabkan penumpukan lemak di jaringan adiposa yang mendorong terjadinya peningkatan kadar leptin. Leptin akan memacu pengeluaran GnRH (*Gonadotropin Releasing factor Hormone*) yang selanjutnya mempengaruhi pengeluaran FSH dan LH dalam merangsang pematangan folikel dan pembentukan estrogen yang membantu pada bagian dada dan alat kemaluan gadis (Aulia, 2013).

Peningkatan taraf estrogen dalam darah mempunyai pengaruh pada hipotalamus yang disebut *feed back negative*, ini menyebabkan berkurangnya faktor FSH. Akan tetapi juga membuat hipotalamus melepaskan zat yang kedua, yaitu faktor pelepas berupa hormon lutinasi pada gilirannya hal ini menyebabkan kelenjar bawah otak melepaskan hormon lutinasi (LH; *Luteinizing Hormone*). Hormon LH menyebabkan salah satu folikel itu pecah dan akan mengeluarkan sel telur untuk memungkinkan terjadinya pembuahan.

Folikel yang tersisa dikenal dengan “korpus lutium”. Korpus lutium selanjutnya menghasilkan *estrogen*, lalu mulai mengeluarkan zat baru yang disebut “*Progesterone*”. Progesteron akan mempersiapkan garis alas dari rahim untuk menerima dan memberi makanan bagi sel telur yang telah dibuahi. Apabila sel telur tidak dibuahi, taraf estrogen dan progesteron dalam aliran darah akan merosot sehingga menyebabkan garis alas menjadi pecah – pecah, proses ini akibat timbul perdarahan saat datang haid yang pertama atau yang disebut dengan *menarche* (Rachmawati, 2014 h.78-79).

Estrogen berfungsi mengatur siklus haid, sedangkan progesteron berpengaruh pada uterus yaitu dapat mengurangi kontraksi selama siklus haid. Apabila status gizi pada remaja baik, maka akan mempercepat pembentukan hormon-hormon yang mempengaruhi *menarche* (Peristyowati, 2014 h.89).

Usia *menarche* sangat bervariasi dan sangat tergantung pada status gizi. Umumnya, remaja yang mempunyai tinggi badan dan berat badan lebih dengan massa lemak tubuh yang lebih besar cenderung mencapai *menarche* diusia muda. Faktor ukuran tubuh termasuk indeks massa tubuh telah lama dibuktikan berasosiasi kuat dengan mulainya *menarche*. Beberapa kajian retrospektif telah menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *menarche* dengan usia <12 tahun

lebih berat dan gemuk dibandingkan dengan remaja yang mengalami menarche dengan usia >12,5 tahun (Nurhidayati, 2014).

Gadis gemuk akan mendapatkan *menarche* lebih awal dari pada yang kurus. Semua penyakit kronik yang mengganggu status gizi atau oksigenasi jaringan akan memperlambat pola maturasi pubertas, terutama waktu *menarche*. Pubertas dianggap terlambat jika gejala-gejala pubertas baru datang antara usia 14-16 tahun (Koes Irianto, 2014, h.477).

Usia *menarche* dipengaruhi salah satunya oleh status gizi remaja perempuan sebelumnya. Hasil penelitian Leenstra di Kenya Barat, remaja yang terlambat *menarche* rata-rata dialami oleh remaja yang mengalami malnutrisi dibandingkan remaja pada umur yang sama tetapi memiliki status gizi yang normal. Populasi ini mengalami *menarche* dan permulaan pubertas terlambat sekitar 1,5-2 tahun dibandingkan dengan populasi referensi di US (Amaliah, 2012).

Di Indonesia, penelitian Yulianto menunjukkan bahwa responden dengan status gizi normal (indeks TB/U) sebagian besar *menarche* pada usia <12,5 tahun (62,26 %) dan responden dengan status gizi *stunting* sebagian besar pada usia >12,5 tahun (94,12 %). Terdapat perbedaan bermakna usia *menarche* pada responden status gizi normal dan *stunting* (Amaliah, 2012).

Berdasarkan penelitian (Pratiwi, 2011) menjelaskan bahwa status gizi juga sangat berpengaruh pada keteraturan siklus menstruasi. Status gizi kurang (*underweight*) akan terjadi kekurangan berat badan dan tidak mempunyai cukup sel lemak untuk memproduksi estrogen yang dibutuhkan untuk ovulasi dan menstruasi sehingga bisa mengakibatkan siklus menstruasi tidak teratur. Oleh karena itu, pemenuhan gizi yang baik terutama pada remaja awal sangat

penting. Selain mempengaruhi usia *menarche* status gizi juga terbukti dapat mempengaruhi siklus menstruasi (Pratiwi, 2011).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 1 Jatinom pada tanggal 23 November 2016 dengan mendatangi sekolah didapat jumlah siswa kelas 4, 5 dan 6 yang berjumlah 124 siswa. 53 siswa laki-laki dan 71 siswi perempuan dengan rentan usia 9-13 tahun.

Dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan kepada 9 siswi yang telah menstruasi, 3 siswi dari kelas 4, 3 siswi dari kelas 5 dan 3 siswi dari kelas 6. Diperoleh hasil 2 siswi umur 12 tahun dengan status gizi gemuk dengan usia *menarche* 9-10 tahun, 4 siswi umur 10-13 tahun memiliki status gizi normal dan telah mengalami *menarche* pada usia 10-12 tahun, sedangkan 3 siswi umur 11-13 tahun memiliki status gizi kurang tapi tidak mengalami KEK dengan usia *menarche* 10-12 tahun.

Berdasarkan hasil pendahuluan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Remaja Putri Kelas 4, 5 dan 6 di SD NEGERI I Jatinom”

B. Perumusan Masalah

Dari uraian latar belakang masalah inilah maka rumusan masalah yang ditegakkan oleh peneliti adalah : “Apakah ada hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri kelas 4, 5 dan 6 di SD Negeri I Jatinom?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri kelas 4, 5 dan 6 di SD Negeri 1 Jatinom.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Untuk mengetahui status gizi pada remaja putri kelas 4, 5 dan 6 di SD Negeri 1 Jatinom
- b. Untuk mengetahui usia *menarche* pada remaja putri kelas 4, 5 dan 6 di SD Negeri 1 Jatinom

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat berguna sebagai masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya para bidan dalam rangka meningkatkan pelayanan kesehatan reproduksi mengenai usia *menarche* agar kedepannya remaja lebih mengetahui dan mampu mempersiapkan diri

2. Bagi Institusi Sekolah

Diharapkan dapat bermanfaat bagi para mahasiswa sebagai informasi dan menambah ilmu pengetahuan mengenai status gizi dan pengaruhnya terhadap usia *menarche* guna menambah bahan atau sumber bacaan program studi kebidanan STIKES Muhammadiyah Klaten

3. Bagi Remaja

Diharapkan remaja mengetahui informasi mengenai pengaruh status gizi dengan usia *menarche* agar para remaja dapat mempersiapkan diri dalam

menghadapi *menarche* dan mampu mengetahui tentang faktor-faktor yang memperlambat atau mempercepat terjadinya *menarche*

4. Bagi Peneliti

Mahasiswa mampu mengetahui ilmu pengetahuan tentang pengaruh dari status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Judul Penelitian	Penelitian (Tahun)	Variabel Penelitian	Metode Penelitian/ pendekatan	Hasil	Perbedaan
1	Faktor resiko kejadian <i>menarche</i> dini pada remaja di SMP N 30 Semarang	Agres Vivi Susanti (2012).	Variabel Tunggal : faktor resiko kejadian <i>menarche</i> dini pada remaja	Case-control/ cross sectional	Hasil uji penelitian menunjukkan besar faktor resiko terhadap kejadian <i>menarche</i> dini pada asupan rendah serat adalah 13 kali (95% CI: 2,519-68,802).	Perbedaan terdapat pada judul, penelitian, variabel penelitian dan metode penelitian.
2	Hubungan usia remaja dengan kejadian dismenore primer pada siswi di MTs. Miftahul Ulum dan SMA Islam Diponegoro Kec. Gondang Kab. Mojokerto	Sofiana Mahessa Devy Rosamme (2014).	Variabel Bebas: Usia Variabel Terikat : dismenore primer	Observasional analitik	Berdasarkan uji statistika <i>Chi Square</i> dan dari hasil uji statistika ditemukan tingkat signifikans X^2 hitung $0,406 < \alpha$ (0,05) dari $n = 141$ responden, maka H_0 diterima yang artinya tidak	Perbedaan terdapat pada judul, penelitian, dan metode penelitian.

No	Nama Judul Penelitian	Penelitian (Tahun)	Variabel Penelitian	Metode Penelitian/ pendekatan	Hasil	Perbedaan
					ada hubungan usia remaja dengan kejadian dismenore primer.	
3	Hubungan indeks massa tubuh dengan usia menarche pada siswi SMP 2 Purwosari Kabupaten Gunung Kidul Yogyakarta	Iftita Mega Siwi (2015)	Variabel bebas: IMT Variabel terikat: usia <i>menarche</i>	Observasional analitik/ cross sectional	Berdasarkan hasil uji statistik <i>Kendal Tau</i> diperoleh sebesar - 0,308 dan p value sebesar 0,005 < 0,05 dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara dua variabel tersebut.	Perbedaan terdapat pada judul, penelitian, dan metode penelitian.
4	Status tinggi badan pendek berisiko terhadap keterlambatan usia <i>Menarche</i> pada perempuan remaja usia 10-15 tahun (<i>stunting increased risk of delaying menarche on female</i>)	Nurillah Amaliah, Kencana Sari dan Bunga Ch. Rosha (2012)	Variabel bebas: tinggi badan pendek Variabel terikat: usia <i>menarche</i>	Cross sectional	Dari 13.550 responden di Indonesia sebesar 48,2 persen sudah mengalami <i>menarche</i> pada usia rata-rata 12,39±1,08 tahun. Rata-rata usia <i>menarche</i> perempuan remaja berstatus tinggi badan pendek	Perbedaan terdapat pada judul, penelitian, dan metode penelitian.

No	Nama Judul Penelitian	Penelitian (Tahun)	Variabel Penelitian	Metode Penelitian/ pendekatan	Hasil	Perbedaan
	<i>adolescent Aged 10-15 years)</i>				secara signifikan lebih lambat dibandingkan perempuan remaja yang berstatus tinggi badan normal	
5	Hubungan status gizi dengan usia menarche pada remaja putri kelas 4, 5 dan 6 di SD Negeri 1 Jatinom, Klaten	Anisa Wijayanti (2017)	Variabel bebas: Status gizi Variabel terikat: Usia menarche	<i>Observasional analitik</i>	Hasil penelitian dengan $X^2=18.069$ dengan nilai $p=0,000$ hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan usia menarche	