

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi di Indonesia dan Negara berkembang pada umumnya masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), masalah Anemia Besi, masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), masalah Kurang Vitamin A (KVA) dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar. Pada Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi tahun 1993, telah terungkap bahwa Indonesia mengalami masalah gizi ganda yang artinya sementara masalah gizi kurang belum dapat diatasi secara menyeluruh, sudah muncul masalah baru yaitu berupa gizi lebih (Supariasa, 2002).

Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi juga merupakan keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi dan penggunaan zat-zat gizi tersebut, atau keadaan fisiologik akibat dari tersedianya zat gizi dalam seluruh tubuh (Supariasa, 2002).

Zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi seseorang akan mempengaruhi pertumbuhannya. Kekurangan gizi atau keadaan gizi buruk pada masa bayi dan anak-anak terutama pada umur kurang dari lima tahun dapat berakibat lebih parah. karena pertumbuhan jasmani dan kecerdasan akan terganggu. pada tahap selanjutnya akan berpengaruh pada perkembangan. Perkembangan diartikan sebagai kemajuan fungsi atau kapasitas fisiologis badan atau organ tubuh. Usia remaja putri saat mengalami *menarche* bervariasi. Statistik menunjukkan bahwa usia *menarche* dipengaruhi faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum.

Nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada gadis yang mendapat menstruasi pertama lebih dini, mereka cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menstruasi pertama dibandingkan dengan mereka yang belum menstruasi pada usia yang sama, walaupun tinggi badan mereka sama (Soetjiningsih, 2010)

Menurut World Health Organization (WHO) disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10—18 tahun. Dalam perkembangan psikososial, adolesensi

dibagi menjadi remaja awal 10—13 tahun, remaja menengah 14—17 tahun dan remaja akhir 17—21 tahun (Soetjiningsih, 2010). Seiring dengan usia yang semakin meningkat akan berlaku pubertas yang merupakan suatu tahap perkembangan yang sangat penting bagi wanita.

Remaja adalah periode yang paling rawan dalam perkembangan hidup seseorang manusia setelah ia mampu bertahan hidup dimana secara fisik akan mengalami perubahan spesifik dan secara psikologi akan mencari identitas diri (Anwar dkk. 2011).

Sebelum memasuki masa remaja, seseorang akan mengalami periode pubertas inilah akan terjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik dari anak-anak menjadi dewasa serta mengalami kematangan organ reproduksi seksual. Masa pubertas pada wanita ditandai oleh pertumbuhan fisik yang cepat, *menarche*, perubahan psikologis dan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder.

Seorang anak akan menunjukkan tanda-tanda awal dari pubertas, untuk seorang anak perempuan, tanda-tanda itu biasanya muncul pada 10 tahun ke atas dan pada anak laki-laki biasanya lebih lambat, yaitu pada usia 11 tahun ke atas. Tapi saat ini, kecenderungan anak untuk mencapai pubertas terjadi pada usia yang semakin dini, beberapa anak perempuan telah mengalami pubertas pada usia yang baru mencapai 7 tahun (Proverawati dkk. 2009).

Menarche adalah haid yang pertama terjadi, yang merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil (Paath dkk. 2004). *Menarche* cepat apabila remaja putri mengalami menstruasi pada usia 9—11 tahun, normal apabila mengalami menstruasi usia 12—13 tahun dan *menarche* lambat datang setelah umur 14 tahun (Bagga dkk. 2000).

Keluarnya darah menstruasi dipengaruhi oleh *hormon estrogen* dan *progesterone* yang diproduksi dalam indung telur. Indung telur menghasilkan *hormon estrogen* setelah keluarnya darah menstruasi dan juga *hormon progesteron* setelah terjadi ovulasi (pelepasan sel telur dari indung telur). Hormon estrogen menyebabkan penebalan selaput lendir pada dinding rongga rahim dan selaput lendir ini akan menjadi sembab di bawah pengaruh *progesteron*. Bila tidak terjadi kehamilan, kadar kedua hormon ini akan menurun dan menyebabkan

selaput lendir terlepas dari dinding rongga rahim yang disertai dengan perdarahan menjadi darah menstruasi.

Menarche rata-rata terjadi pada umur 12,5 tahun yang berarti bahwa 2,5% dari remaja perempuan dengan maturasi awal yang normal mulai mendapat dua tahun lebih awal dari umur 12,5 tahun dan 2,5% remaja dengan maturasi lambat yang normal mulai mendapat menstruasi sesudah umur rata-rata tersebut

Usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda yang disebut *menarche dini* dengan batas usia 9—11 tahun (Proverawati dkk. 2009). Sekitar 90% perempuan mengalami *menarche dini* (Montleve, 1994). Fenomena tersebut cukup banyak di jumpai dan pasti ada faktor-faktor yang berhubungan dengan hal itu.

Membaiknya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia *menarche* ke usia yang lebih muda (*menarche dini*). Berdasarkan Profil Kesehatan Sleman tahun 2011 jumlah remaja 159281 atau 15,8% dari jumlah penduduk.

Pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stres emosional. Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa usia *menarche* cepat berhubungan dengan risiko terkena kanker payudara, obesitas abdominal, resistensi insulin, penumpukan lemak dalam jaringan adiposa, risiko penyakit kardiovaskular dan hipertensi. Usia *menarche* lambat dapat mengakibatkan resiko terserang osteoporosis lebih besar dan makin cepat menopause timbul.

Faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di kalangan anak remaja ialah faktor psikologi, kesuburan, pengaruh waktu terjadinya *menarche*, lingkungan sosial, status sosial ekonomi, dan status gizi. Status Gizi dapat diinterpretasikan dari Indeks Massa Tubuh (IMT) seseorang. IMT ditentukan oleh Berat Badan dan Tinggi Badan. Berat Badan sangat mempengaruhi status gizi dalam kaitannya terhadap usia *menarche*.

Nutrisi mempunyai peranan penting pada usia *menarche*. Status gizi merupakan keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi dan penggunaan zat-zat gizi tersebut, atau keadaan fisiologik akibat dari tersedianya zat gizi dalam seluruh tubuh (Supariasa dkk. 2002).

Berdasarkan hasil study pendahuluan di SD Muhammadiyah Condongcatur pada remaja putri kelas V rata-rata 46,75 kg, tinggi badan rata-rata 147,88 cm dan IMT rata-rata 21,15 (normal).

Perbaikan gizi yang menyebabkan *menarche* menjadi lebih dini. Masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan masyarakat misalnya penurunan konsentrasi belajar.

Dari uraian tersebut diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan usia *menarche* pada remaja putri kelas VI di SD Muhammadiyah Condongcatur, Sleman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat diambil suatu pertanyaan penelitian sebagai berikut : Apakah ada hubungan indeks masa tubuh dengan usia *menarche* pada remaja putri kelas VI di SD Muhammadiyah Condongcatur, Sleman.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan indeks masa tubuh dengan usia *menarche* pada remaja putri kelas VI di SD Muhammadiyah Condongcatur, Sleman.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui proporsi usia *menarche* pada remaja putri kelas VI di SD Muhammadiyah Condongcatur, Sleman.
- b. Untuk mengetahui proporsi indeks masa tubuh pada remaja putri kelas VI di SD Muhammadiyah Condongcatur, Sleman.

D. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan sebagai sarana untuk melatih diri melakukan penelitian, serta menerapkan ilmu-ilmu yang telah diperoleh.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi SD Muhammadiyah Condongcatur

Menambah informasi atau masukan bagi kepala sekolah bahwa status gizi mempengaruhi proses tumbuh kembang anak seperti usia *menarche*.

- b. Bagi Institusi Stikes A. Yani

Dapat menambah *literature* di perpustakaan, sehingga dapat menambah wawasan mahasiswa Stikes A. Yani serta diharapkan menjadi masukan dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan.

- c. Bagi penelitian lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan data dasar untuk melakukan penelitian-penelitian lebih lanjut dengan variabel yang belum diteliti tentang Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan *Menarche*.

E. Keaslian Penelitian

1. Trisma Ayu (2008) penelitian tentang Hubungan Antara Status Gizi Dari IMB Dan Lingkar Lengan Atas Terhadap Umur *Menarche* Pada Remaja Putri Usia 13—16 Tahun Di SLTP N 3 Sleman. Penelitian ini dilakukan dengan penelitian metode *deskriptif analitik* dengan *metode cross sectional* pada remaja putri usia 13—16 tahun di SLTP N 3 Sleman. Subyek penelitian ini berjumlah 157 remaja yang berusia 13—16 tahun. Pengukuran yang dilakukan meliputi BB, TB, LL atas. Nilai yang dihitung adalah IM badan dan lingkar lengan atas. Analisis statistik yang digunakan adalah uji korelasi pearson. Hasil penelitian ini rerata umur *menarche* pada remaja putri usia

13—16 tahun di SLTP N 3 Sleman adalah 12,31. Adanya hubungan status gizi antara indeks massa badan dan lingkar lengan atas terhadap usia *menarche*, frekuensi terbesar status gizi berdasarkan indeks massa badan adalah kurus. Frekuensi terbesar status gizi berdasarkan lingkar lengan atas adalah yang berisiko kekurangan energy protein. Frekuensi umur *menarche* yang paling sering adalah pada umur 12 tahun. Rerata tinggi badan dan lingkar lengan atas meningkat sampai umur 15 tahun setelah itu menurun. Terdapat hubungan antara antara indeks massa bdandan dan lingkar lengan atas terhadap umur *menarche* pada remaja putri usia 13—16 tahun di SLTP N 3 Sleman. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah terletak pada judul, jumlah responden, alat ukur, waktu penelitian, tempat penelitian, dan tahun pelaksanaan. Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan menggunakan rancangan cross-sectional. Penelitian ini memfokuskan pada pengaruh indeks massa tubuh dengan usia *menarche*.

2. Fitria Citra Devi (2010) penelitian tentang Asupan Harian, Pola Aktivitas Fisik, Dan Pola Indeks Massa Tubuh (IMT) Anak SDN Lempuyangwangi. Penelitian ini merupakan penelitian *observasional* dengan menggunakan rancangan *cross sectional*. Subjek penelitian ini adalah 56 siswa kelas V SD yang memenuhi criteria inklusi dan diambil secara proporsional menurut status gizi siswa. Hasil penelitian ini adalah asupan energy subjek penelitian tergolong cukup, sedangkan asupan protein, lemak dan karbohidrat tergolong baik. Pola aktivitas subjek penelitian tergolong aktivitas ringan. Ada hubungan yang bermakna antara asupan harian dengan pola indeks massa tubuh. Tidak ada hubungan antara pola aktivitas fisik dengan pola indeks massa tubuh (IMT). Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah terletak pada judul, jumlah responden, alat ukur, waktu penelitian, tempat penelitian, dan tahun pelaksanaan. Penelitian ini memfokuskan pada pengaruh indeks massa tubuh dengan usia *menarche*.
3. Yosia (2009) dengan judul IMT terhadap usia *menarche*, di SMPN 2 Tanjung Morawa Sumatra Utara. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan jumlah populasi 221 orang dan jumlah sampel 58

orang dengan teknik pengambilan sampel adalah stratified random sampling dan sesuai kriteria sampel. Teknik analisis data yang digunakan yaitu korelasi bivariat product pearson moment. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia siswi SMPN 2 Tanjung Morawa adalah 12,7 tahun. Rata-rata tinggi badan siswi SMPN 2 Tanjung Morawa adalah 1.417 meter. Berat badan rata-rata siswi SMPN 2 Tanjung Morawa sebesar 40.50 kg. Rata – rata IMT 20.86 kg/m² dan rata – rata menarhe siswi SMPN 2 Tanjung Morawa usia 11.5 tahun dengan hasil uji statistik didapatkan nilai r sebesar -0.865 dimana hubungan kedua variabel sangat kuat dan bernilai negatif berarti semakin besar nilai indeks massa tubuh seseorang maka usia menarhe akan semakin rendah. Terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan usia menarhe (p value = 0.000). Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah terletak pada judul, jumlah responden, alat ukur, waktu penelitian, tempat penelitian, dan tahun pelaksanaan. Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan menggunakan rancangan cross-sectional.

4. Neli Kusuma (2007) penelitian tentang Hubungan Antara Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi SMP Negeri 1 Juntinyuat Kabupaten Indramayu Jawa Barat. Metode penelitian ini merupakan penelitian pengamatan dengan rancangan penelitian potong lintang. Populasi penelitian ini seluruh siswi SMP Negeri 1 Juntinyuat Kabupaten Indramayu Jawa Barat kelas VII, VIII dan IX. Jumlah subjek yang diambil sebanyak 97 subjek yang diambil secara Stratified sistematis random sampling. Uji statistic yang digunakan untuk menganalisis hubungan adalah uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian ini diketahui sebanyak 91 (93,8%) siswi SMP Negeri 1 Juntinyuat Kabupaten Indramayu Jawa Barat memiliki status gizi normal sedangkan 6 (6,2%) siswi memiliki status gizi overweight sedangkan sebanyak 74 (76,3%) siswi memiliki siklus menstruasi teratur sedangkan 23 (23,7%), sedangkan 92 subjek yang status giz normal berdasarkan IMT per umur yaitu 21 subjek (23,1%) yang siklus menstruasi tidak teratur. Sedangkan dari 5 objek yang status gizi overweight berdasarkan

IMT per umur yaitu 2 subjek (33,3%) yang siklus menstruasi tidak teratur. Kesimpulannya tidak ada hubungan bermakna antara status gizi dengan siklus menstruasi. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah terletak pada judul, jumlah responden, alat ukur, waktu penelitian, tempat penelitian, dan tahun pelaksanaan. Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan menggunakan rancangan cross-sectional. Penelitian ini memfokuskan pada pengaruh indeks massa tubuh dengan usia *menarche*.

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA