

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja putri merupakan salah satu sarana dalam program kesehatan reproduksi yang dicanangkan Departemen Kesehatan RI, oleh karena itu harus mendapatkan perhatian yang baik karena dari mereka akan lahir generasi penerus bangsa yang diharapkan berkualitas. Dengan demikian perlu perhatian khusus pada masa remaja yang dimana terjadi proses pertumbuhan cepat yang meliputi kematangan fisik dan mental seiring dengan perkembangan organ reproduksi yang mulai matang dan berfungsi (Krummel dan Kris Etherton, 1996). Konsumsi makanan seimbang saat remaja perlu diperhatikan, jika asupan makanan tidak seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori untuk pertumbuhan dan aktifitas, maka akan terjadi defisiensi yang dapat menghambat pertumbuhan (Notoatmodjo, 1997).

Dan pada masa remaja ini, remaja putri akan mengalami *Menarche* atau menstruasi awal. *Menarche* adalah peristiwa menstruasi pertama pada remaja putri yang ditandai dengan terlepasnya lapisan fungsional dari endometrium bersama eritrosit, leukosit, kelenjar, kuman dan atau tanpa sel telur yang keluar melalui vagina secara spontan. Lepasnya dinding uterus (endometrium) yang terjadi pada saat corpus luteum berhenti

memproduksi estradiol dan progesterone karena tidak terjadi proses pembuahan (Syahrums dkk, 1994). Pengeluaran darah menstruasi berlangsung antara 3-7 hari, dengan jumlah darah yang hilang sekitar 50-60 cc tanpa bekuan darah (Manuaba, 1999).

Umur *Menarche* atau umur pada saat datangnya menstruasi pertama pada remaja putri merupakan alat pengukuran yang digunakan dalam meneliti pertumbuhan dan perkembangan kecepatan pematangan reproduksi individu atau populasi (Aswin, dkk, 1982). Saat ini umur rata-rata *Menarche* mengalami kemajuan lebih awal, dari beberapa hasil studi diperoleh hasil bahwa umur *Menarche* mengalami kemajuan yang konsisten sebanyak 3-4 bulan perdekade (Falkner and Tanner, 1986). Berdasarkan penelitian terakhir terlihat kecenderungan masa pubertas pada remaja saat ini menjadi lebih awal, sehingga *Menarche* yang merupakan tanda awal dari masa puber juga semakin cepat. Pada remaja putri, batas usia normal *Menarche* 12,5 tahun (Santrock, 2005).

Menurut Aswin, dkk, 1983 umur *Menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu lingkungan termasuk status gizi, sosial ekonomi, pendidikan, budaya, perkembangan zaman dan faktor genetik. Yang mana setiap faktor berkaitan yang satu dengan yang lain. *Menarche* yang lebih awal disebabkan oleh asupan gizi yang baik ini diungkapkan oleh Riyadi (2003) remaja yang bergizi baik mempunyai kecepatan pertumbuhan yang lebih tinggi pada masa sebelum pubertas (prapubertas) dibandingkan

dengan remaja yang kurang gizi. Remaja kurang gizi tumbuh lebih lambat dan butuh waktu yang lebih lama, karena itu *Menarche* (umur pertama kali mendapat menstruasi) juga tertunda.

Muhmainnah (1999) menyatakan titik kritis remaja putri untuk mendapatkan *Menarche* adalah dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) 17,28 kg/m². Dan IMT remaja putri yang sudah *Menarche* lebih besar dari pada remaja putri yang belum *Menarche* bahkan ada kecenderungan remaja putri yang gemuk (IMT lebih besar) akan lebih dulu mengalami *Menarche* dari pada remaja putri yang kurus (IMT lebih kecil). Hasil penelitian di Delhi (India) oleh Acharya, V.P. et al (2006), menemukan bahwa status gizi sangat mempengaruhi status *Menarche*. Dalam penelitiannya Acharya, V.P menyebutkan bahwa semakin rendah BMI (Basal Metabolisme Indeks) maka makin lambat terjadinya *Menarche*. Remaja putri dengan BMI < 18,5 hanya 30,6 % belum mengalami *Menarche*, sedangkan remaja putri dengan BMI ≥ 18,5 sekitar 82,3 % sudah mengalami *Menarche*. Terdapat perbedaan yang sangat signifikan (p = 0,001) antara remaja putri dengan BMI rendah dan remaja putri BMI tinggi (Acharya, V.P. et al, 2006).

Selain itu, produksi hormon *Ganodrotopin* yang berkaitan dengan *Menarche* dipengaruhi oleh asupan kalori dan protein serta beberapa unsur gizi lainnya. Helm (1996) dalam Ginarhayu (2002) mengatakan penurunan kalori dan protein serta kekurangan unsur gizi lainnya sejak usia pra-pubertas akan menurunkan produksi hormone *Ganodrotopin*. Rata-rata

umur *Menarche* remaja putri yang konsumsi energi dan proteinnya $\geq 80\%$ dari AKG lebih cepat dari pada yang , 80% (Ginarhayu, 2002).

Indonesia yang sebagian besar populasinya adalah remaja (15,18 %) hanya memiliki sedikit hasil penelitian yang menggambarkan perkembangan remaja itu sendiri (Depkes, 2002). Di sisi lain informasi tentang hubungan status gizi dengan status *Menarche* masih sangat terbatas.

Kemajuan usia *Menarche* berakibat pada peningkatan kehamilan yang tidak diharapkan yang disebabkan oleh aktifitas seksual sebelum menikah. Hal tersebut dapat meningkatkan tindakan abortus, penyakit menular seksual pada remaja dan kelainan ingestion (Utami, 2011). Dan menurut Aryal, 2004 remaja putri yang mengalami *Menarche* lebih awal akan memiliki waktu reproduksi yang lebih panjang dan jarak kehamilan yang pendek yang berdampak pada kejadian BBLR (Berat Badan Lahir Rendah).

Berdasarkan data di atas penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara Indek Masa Tubuh dan asupan energi serta protein dengan umur *Menarche* siswi SD dan SMP Bekasi. Penelitian dilakukan terhadap siswi SD Strada kelas IV, V, VI dan siswi SMP Strada kelas VII, VIII di Bekasi. Alasan pemilihan lokasi karena Strada merupakan sekolah swasta dengan rata-rata tingkat ekonomi menengah

keatas yang cenderung berstatus gizi baik dan asupan kalori serta protein yang baik.

1.2. Identifikasi Masalah

Umur *Menarche* semakin mengalami kemajuan lebih awal, dari beberapa hasil studi diperoleh hasil bahwa umur *Menarche* mengalami kemajuan yang konsisten sebanyak 3-4 bulan perdekade (Falkner and Tanner, 1986). Berdasarkan penelitian terakhir terlihat kecenderungan masa pubertas pada remaja saat ini menjadi lebih awal, sehingga *Menarche* yang merupakan tanda awal dari masa puber juga semakin cepat. Pada remaja putri, batas usia normal *Menarche* 12,5 tahun (Santrock,2005).

Umur *Menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor di mana setiap faktor berkaitan yang satu dengan yang lain. Menurut Riyadi (2003), *Menarche* yang lebih awal disebabkan oleh asupan gizi yang baik. Remaja yang bergizi baik mempunyai kecepatan pertumbuhan yang lebih tinggi pada masa sebelum pubertas (prapubertas) dibandingkan dengan remaja yang kurang gizi. Remaja kurang gizi tumbuh lebih lambat untuk waktu yang lebih lama, karena itu *Menarche* juga tertunda.

1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi oleh variabel Status Gizi dan asupan energi serta protein sebagai variable dependen. Sedangkan pendapatan orang tua (sosial ekonomi) dan umur *Menarche* ibu sebagai variabel independen.

1.4. Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara Status Gizi, Asupan Energi serta Protein dan Umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.5. Tujuan Penelitian

1.5.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara Status Gizi, Asupan Energi serta Protein dan Umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.5.2. Tujuan Khusus

1.5.2.1. Mengidentifikasi Umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.5.2.2. Mengidentifikasi Umur *Menarche* ibu siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.5.2.3. Mengidentifikasi pendapatan orang tua siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.5.2.4. Mengidentifikasi berat badan siswi siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

- 1.5.2.5. Mengidentifikasi tinggi badan siswi siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.6. Mengidentifikasi Indek Massa Tubuh (IMT) siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.7. Mengidentifikasi status gizi siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.8. Mengidentifikasi asupan energi siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.9. Mengidentifikasi asupan protein siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.10. Menganalisis hubungan antara umur *Menarche* ibu dan umur *Menarche* anak yaitu siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.11. Menganalisis hubungan antara status gizi dan umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.12. Menganalisis hubungan antara asupan energi dan umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.
- 1.5.2.13. Menganalisis hubungan antara asupan protein dan umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Bagi FKM UEU

- 1.6.1.1. Meningkatkan pengetahuan tentang hubungan status gizi, asupan energi serta protein dan umur *Menarche* sehingga

dapat membuat program untuk masyarakat dalam mempersiapkan remaja putri menghadapi *Menarche*

1.6.1.2. Memberikan informasi kepada mahasiswa di FKM UIEU tentang hubungan antara Status Gizi, Asupan Energi serta Protein dan Umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.

1.6.2. Bagi Peneliti

1.6.2.1. Dapat mengetahui tentang hubungan antara Status Gizi, Asupan Energi serta Protein dan Umur *Menarche* siswi Strada Budi Luhur Usia 9 – 13 Tahun.