

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Munculnya menstruasi pertama (*menarche*) pada wanita merupakan kriteria yang sering digunakan untuk menentukan masa pubertas (Hurlock 2004, hlm. 56). *Menarche* adalah perubahan status sosial anak-anak menjadi dewasa, yang ditandai dengan adanya pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut pubis dan aksila, dan distribusi lemak di daerah panggul (Proverawati & Misaroh 2009, hlm. 78).

Usia *menarche* dari setiap negara maupun kota berbeda-beda, namun usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Nagar & Aimol 2010, hlm. 28).

Perbaikan kehidupan pada masa sekarang dapat berdampak kepada penurunan usia *menarche* yang menjadi lebih muda. Dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Tiwari (2005, hlm. 90) menyatakan bahwa ada penurunan usia *menarche* pada remaja putri dari 14,31 tahun menjadi 13,9 tahun. Usia *menarche* yang menurun ini kemungkinan disebabkan karena terjadi perubahan kecepatan dalam pertumbuhan dan adanya kenaikan berat badan (Ong et al 2007, hlm. 125).

Berdasarkan data dari *Breakthrough Breast Cancer* dalam Basalim (2009, hlm. 1) didapatkan bahwa pada 100 wanita yang mengalami *menarche* pada usia kurang dari 12 tahun diperkirakan sebanyak 11 orang mengalami kanker payudara. Dari 100 wanita dengan usia *menarche* sekitar 13 tahun, 10 diantaranya mengalami kanker payudara. Adanya selisih usia *menarche* 1 tahun lebih muda ini menyebabkan bertambahnya satu orang dari 100 penderita kanker payudara. Wanita dengan *menarche* dini memiliki risiko yang lebih tinggi untuk menderita kanker payudara dibandingkan dengan *menarche* lambat.

Adanya pergeseran usia *menarche* ini akan berakibat pada respon psikis yang akan dialami oleh remaja putri (Poltekkes Depkes Jakarta I 2010, hlm. 31). Beberapa penelitian yang telah dilakukan menyebutkan bahwa adanya *menarche*

dini yang terjadi pada usia kurang dari 12 tahun menyebabkan adanya faktor risiko terkena kanker payudara, diabetes melitus, resiko penyakit kardiovaskular dan hipertensi.

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 didapatkan bahwa 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia mengalami *menarche* di bawah usia 12 tahun. Hal ini menyebabkan Indonesia menempati urutan ke 15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun perdekade (Silvana 2008, hlm. 66).

Usia *menarche* menjadi lebih muda dapat juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor gizi, status gizi, genetik, suku, sosial, ekonomi, gaya hidup dan lain-lain. Menurut Acharaya et al (2006, hlm. 302) menyatakan bahwa ada hubungan antara status gizi terhadap usia *menarche* pada remaja putri dengan rentang usia 10-14 tahun dan didapatkan bahwa 30,6% remaja putri telah mendapatkan *menarche* dengan BMI <18,5 sedangkan 82,3% remaja putri telah mendapatkan *menarche* dengan BMI \geq 18,5. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti dkk (2015, hlm. 57) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche*.

Status gizi seorang remaja juga dapat dipengaruhi oleh asupan zat gizi. Menurut Ginarhayu (2002, hlm. 67) menyatakan bahwa siswi SD dan SMP yang mengkonsumsi energi dan protein dapat berpengaruh terhadap usia *menarche*. Namun, menurut Nugroho dkk (2015, hlm. 41) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan energi dan asupan karbohidrat terhadap kejadian *menarche* dini. Selain itu, menurut Rahayu (2012, hlm. 615) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan konsumsi protein dengan kejadian *menarche*.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan pada 50 siswi di Madrasah Pembangunan UIN Jakarta Selatan, didapatkan bahwa 29 siswi mengalami *menarche* pada usia < 12 tahun dengan status gizi gemuk, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian yaitu apakah terdapat hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan zat gizi (karbohidrat, lemak dan protein) dan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Melihat gambaran asupan protein pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.
- b. Melihat gambaran asupan lemak pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta.
- c. Melihat gambaran asupan karbohidrat pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.
- d. Melihat gambaran status gizi pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.
- e. Melihat gambaran usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.
- f. Mengetahui hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Selatan.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan ilmu tentang kesehatan, serta dampak-dampak dari asupan zat gizi terhadap kesehatan.

- b. Memberikan informasi mengenai hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi Madrasah Ibtidaiyah UIN Pembangunan Jakarta Selatan.

I.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan kepada Kepala Sekolah maupun guru-guru untuk memfasilitasi kantin sekolah supaya menyediakan makanan sehat, memberikan jadwal istirahat di sekolah sesuai dengan waktu makan, membiasakan siswa dan siswi untuk membawa bekal dari rumah

- b. Bagi Siswa-Siswi dan Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dorongan untuk siswa siswi dan seluruh masyarakat Indonesia untuk mengonsumsi makanan sehat sesuai dengan waktunya, meningkatkan aktivitas fisik dan melakukan penurunan berat badan

- c. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadikan peneliti untuk ikut serta dalam program kesehatan di Madrasah Pembangunan UIN Jakarta Selatan dengan mengangkat tema kesehatan reproduksi