

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menarche merupakan istilah dari menstruasi pertama yang dialami oleh anak perempuan yang menjadi sebuah tanda bahwa anak tersebut telah mencapai kematangan reproduksi yang sedang berada pada masa pubertas. *Menarche* pada usia yang lebih awal dari usia normal akan menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga akan menimbulkan rasa nyeri pada saat menstruasi. Risiko terjadinya kanker ovarium dan kanker payudara dapat disebabkan karena remaja mengalami usia *menarche* dini. Dapat terjadi dikarenakan tingkat hormon estrogen dan progesterone yang tinggi sehingga dapat memicu beberapa tumor yang bisa menjadi ganas, (Siallagan et al., 2020). Risiko implikasi terhadap kesehatan tubuh juga dapat terjadi dikarenakan remaja mengalami *menarche* dini, antara lain dapat memicu risiko kanker payudara, namun kejadian ini bermula ketika usia *menarche* dini bersamaan dengan kejadian obesitas abdominal serta adanya peningkatan beberapa hormon, seperti insulin, testosteron, *insulin like growth factor 1* yang bertindak sebagai faktor pertumbuhan untuk proliferasi jaringan kelenjar *mamae* yang dapat memicu karsinogenik kelenjar *mamae*. Salah satu implikasi kesehatan lainnya yang bisa terjadi dari dampak *menarche* dini ialah penyakit jantung, resistensi insulin, obesitas sentral, dan lainnya (Karapanou dan Anastasios, 2010).

Dari hasil data *World Health Organization* (WHO) di Amerika Serikat, terdapat sekitar 95% wanita remaja yang mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* yang terjadi pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun dengan diiringi pertumbuhan fisik pada saat *menarche*, pada umur 10 - 11 tahun terdapat 24,92% *menarche* dini dan 12-13 tahun terdapat 64,77% *menarche* ideal. Usia *menerche* pada masing-masing remaja tidak sama beberapa remaja ada yang mengalami *menarche* dini dan ada juga yang mengalami *menarche* normal, namun terdapat kecenderungan bahwa dari

tahun ke tahun remaja wanita mendapatkan haid pertama pada usia yang lebih muda. Lebih dari setengah abad, rata-rata usia *menarche* mengalami penurunan dari usia 16 tahun menjadi rata-rata 13 tahun. Saat ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda yang disebut *menarche* dini yaitu antara usia 10-11 tahun (WHO, 2015). Hasil Riskesdas tahun 2018 memperlihatkan bahwa berdasarkan hasil laporan dari responden yang telah mengalami menstruasi didapatkan rata-rata usia *menarche* di Indonesia yaitu 13 tahun (20%) dengan kejadian yang lebih awal dari pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia serta ada juga pada usia 8 tahun sudah mulai mengalami siklus menstruasi tetapi jumlahnya masih sedikit (Eni dianawati, 2021). Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan di Gresik dengan sampel sebanyak 37 orang terdapat 13 orang (35,1%) yang *menarche* di usia 10 tahun, 16 orang (43,2%) yang *menarche* di usia 11 tahun dan 8 orang (21,7%) yang *menarche* di usia 12 tahun (Makarimah & Muniroh, 2017).

Adanya perubahan pada pola hidup maupun pola makan yang biasanya diyakini memiliki peranan besar terhadap pergeseran usia *menarche* kearah yang lebih muda dari waktu ke waktu disebabkan karena adanya modernisasi dan instanisasi gaya hidup yang berkembang saat ini menjadi faktor yang. Beberapa faktor yang memengaruhi usia *menarche* adalah status gizi. Dimana status gizi adalah salah satu faktor hal yang sangat memiliki peran terhadap penurunan usia *menarche* pada remaja putri. Standar kehidupan adalah hal yang sangat berpengaruh dengan perbaikan gizi masyarakat sehingga akhirnya berdampak pada penurunan usia *menarche* pada remaja putri. Pembentukan hormon dapat dipengaruhi dengan asupan gizi, Dimana asupan gizi yang berlebih dapat mempercepat pembentukan hormon-hormon pada tubuh yang dapat mempengaruhi datangnya *menarche* dini pada remaja. Dengan kata lain asupan gizi yang lebih dapat menyebabkan usia *menarche* menjadi lebih awal dari usia normalnya. Sehingga remaja putri yang tergolong obesitas akan mengalami usia *menarche* yang cenderung cepat. Dimana remaja dengan status gizi gemuk bisa memiliki resiko 2,42 kali mengalami *menarche* dini dibandingkan dengan siswi status gizi normal (Sukarsih & Supatmi, 2018).

Berat badan yang sudah mencapai kritis tertentu yaitu 47,8 kg dan total lemak tubuh mengalami peningkatan 23,5% dari 16% saat tahap prepubertal yang dipengaruhi oleh status gizi akan mengalami *menarche*. Jumlah lemak subkutan dan IMT yang tinggi sebelum pubertas (5 sampai 9 tahun) akan berhubungan dengan usia *menarche* dini (Maulidya et al., 2018).

Persen lemak tubuh juga dapat mempengaruhi usia *menarche*. Menurut penelitian *menarche* dapat terjadi pada saat seorang remaja putri memiliki lemak tubuh antara 17 sampai 22%. *Menarche* tidak dapat terjadi sebelum lemak di dalam tubuh mencapai 17% dari berat badan dan ovulasi akan terhenti pada saat berat lemak turun dibawah angka yang kritis (Makarimah & Muniroh (2017)).

Menarche dini bisa terjadi dikarenakan kelebihan asupan energi dalam jangka waktu yang lama sehingga dapat menyebabkan timbunan sebagai lemak yang berlebihan (Ermona & Wirjatmadi, 2018). Asupan energi yang berlebih berasal dari sumbangan asupan protein, asupan lemak dan asupan karbohidrat yang telah dikonsumsi kemudian akan disimpan sebagai energi di dalam tubuh (Almatsier, 2013). Penelitian Wulandari, 2015 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kejadian *menarche* (Wulandari et.al, 2015). Penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan lemak dengan kejadian *menarche* dini, yaitu Asupan lemak dikonsumsi melebihi kebutuhan dalam jangka waktu lama dapat memicu timbulnya masalah gizi lebih (Wulandari & Mardiyati, 2017).

Menurut Kartono (2014), pengaruh media sosial saat ini lebih mudah mempengaruhi pola hidup remaja pada saat ini. Hal ini merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi usia *menarche* lebih dini disebabkan oleh adanya rangsangan- rangsangan yang kuat dari luar (eksternal), salah satunya adalah melalui keterpaparan media sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi, baik cetak maupun elektronik. Dari hal tersebut terlihat adanya dampak besar dari keterpaparan media sosial dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan percepatan usia *menarche* remaja putri. Dimana remaja putri yang telah mengalami usia *menarche* dini akan memperlihatkan minat yang lebih

kuat pada saat menonton tayangan yang mengandung unsur-unsur seksual di film, televisi, dan majalah dibandingkan dengan para remaja yang *menarache* dalam rentang usia normal.

Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi usia *menarache* ialah usia *menarache* ibu, dimana kontribusi faktor ibu diperkirakan sebesar 57-82% (Susanti & Sunarto, 2012). Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMP Nurul Falah Kota Jambi tahun 2022 terdapat hubungan antara usia *menarache* ibu dengan usia *menarache* anak. Penyebab lain terjadinya *menarache* dini menurut Ganabathy et al., 2016 dapat disebabkan oleh faktor genetik atau perubahann faktor lingkungan, beberapa faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya *menarache* dini seperti usia *menarache* ibu, gaya hidup serta indeks massa tubuh (Wulandari et al., 2015).

Berkaitan dengan hal tersebut, maka penting dilakukannya penelitian untuk mengetahui faktor- faktor yang diduga mempengaruhi usia *menarache*, dan nantinya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya pada remaja bahwa usia *menarache* penting untuk diperhatikan karena hal tersebut secara tidak langsung berkontribusi terhadap derajat kesehatan. Penelitian ini mengenai usia *menarache* pada siswi SMPN 1 Tambun Selatan berumur 12 - 14 tahun. Berdasarkan hasil *survey* awal penelitian dilakukan pada 10 siswa. Didapatkan hasil 60% orang yang mengalami *menarache* dini dan 40% orang yang tidak mengalami *menarache* dini (normal). Berdasarkan data tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan usia *menarache* pada siswi kelas 7 SMPN 1 Tambun Selatan.

1.2 Rumusan Masalah

Dari hasil Riskesdas tahun 2018 terdapat laporan responden yang sudah mengalami haid menunjukkan bahwa rata rata usia *menarache* di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal dari pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional terdapat rata rata usia *menarache* 13 sampai 14 tahun teerjadi pada 37,5% anak Indonesia dan terdapat juga yang berusia 8 tahun telah mulai mengalami siklus haid namun jumlahnya sedikit (Dianawati, 2021). Faktor yang dapat menyebabkan *menarache* dini

adalah status gizi, persen lemak tubuh, keterpaparan media, asupan zat gizi makro dan usia *menarche* ibu. SMPN 1 Tambun Utara adalah sekolah negeri yang cukup terkenal di wilayah Tambun Utara. *Survey* pendahuluan disekitar lokasi sekolah banyak terdapat penjual makanan dan minuman serta ada beberapa siswi yang terlihat membawa handphone ke sekolah. Hal tersebut dapat menjadi peluang terjadinya gizi lebih dan keterpaparan media melalui handphone. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai faktor yang berhubungan dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
2. Bagaimana gambaran status gizi pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
3. Bagaimana gambaran persen lemak tubuh pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
4. Bagaimana gambaran keterpaparan media pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
5. Bagaimana gambaran asupan energi pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
6. Bagaimana gambaran asupan protein pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
7. Bagaimana gambaran asupan lemak pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
8. Bagaimana gambaran asupan karbohidrat pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
9. Bagaimana gambaran usia *menarche* ibu pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
10. Bagaimana hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?

11. Bagaimana hubungan antara persen lemak tubuh dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
12. Bagaimana hubungan antara keterpaparan media dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
13. Bagaimana hubungan antara asupan energi dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
14. Bagaimana hubungan antara asupan protein dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
15. Bagaimana hubungan antara asupan lemak dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
16. Bagaimana hubungan antara asupan karbohidrat dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
17. Bagaimana hubungan antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor yang berhubungan dengan usia *menarche* pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran usia *menarche* pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- b. Mengetahui gambaran status gizi pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- c. Mengetahui gambaran persen lemak tubuh pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- d. Mengetahui gambaran keterpaparan media pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- e. Mengetahui gambaran asupan energi pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?

- f. Mengetahui gambaran asupan protein pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- g. Mengetahui gambaran asupan lemak pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- h. Mengetahui gambaran asupan karbohidrat pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024?
- i. Mengetahui gambaran usia *menarche* ibu pada siswi SMPN 1 Tambun Utara tahun 2024
- j. Mengetahui hubungan antara status gizi dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara
- k. Mengetahui hubungan antara persen lemak tubuh dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.
- l. Mengetahui hubungan antara keterpaparan media dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.
- m. Mengetahui hubungan antara asupan energi dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.
- n. Mengetahui hubungan antara asupan protein dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.
- o. Mengetahui hubungan antara asupan lemak dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.
- p. Mengetahui hubungan antara asupan karbohidrat dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.
- q. Mengetahui hubungan antara usia menarche ibu dengan usia menarche pada siswi kelas 7 di SMPN 1 Tambun Utara.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan banyak ilmu pengetahuan dan pelajaran, sehingga dapat memperluas pola pikir.

1.5.2 Bagi Universitas

Dapat menjadi pembelajaran dan referensi bagi kalangan atau peneliti lain untuk melakukan penelitian dengan topik yang berhubungan

1.5.3 Bagi Responden

Diharapkan dapat memberi informasi mengenai faktor yang berhubungan dengan usia menarche dan menjadi pengetahuan agar menambah wawasan bagi siswi SMPN 1 Tambun Utara.