

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak – anak menuju masa dewasa. Pada awal masa remaja, akan terjadi berbagai perubahan yang mencolok baik secara fisik maupun psikis. Tahap ini disebut pubertas. Pubertas pada anak perempuan terjadi pada rentang usia 10 hingga 14 tahun. (Musmiah,dkk 2019).

Pada periode pubertas akan terjadi pertumbuhan organ – organ reproduksi yang di ikuti dengan munculnya tanda – tanda seks primer salah satunya adalah terjadinya *menarche* (Musmiah, dkk 2019).*Menarche* merupakan menstruasi pertama kali dialami wanita, dimana secara fisik ditandai dengan keluarnya darah dari vagina akibat peluruhan endometrium (Proverawati dan Misaroh, 2009). *Menarche* terjadi pada pertengahan pubertas atau yang biasa terjadi 6 bulan setelah mencapai puncak pertumbuhan (Karapnou dan Anastasious, 2010). Usia *menarche* bervariasi dari rentang umur 10-16 tahun, akan tetapi usia *menarche* dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Nagar dan Aimol, 2010). Menurut Rosenthal (2009), *menarche* dini berarti menstruasi pertama yang didapatkan sebelum usia 12 tahun.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa rata – rata usia menstruasi terjadi lebih cepat, di Amerika Serikat tahun 2009 sekitar 95% wanita remaja

yang mendapat tanda – tanda pubertas dengan adanya menstruasi pada umur 12 tahun dan umur rata – rata 12,5 tahun, di Maharashtra, India rata – rata usia menstruasi pada remaja putri 12, 5 tahun, menstruasi dini terjadi pada usia 10-11 tahun dengan presentase kejadian 24,92%, menstruasi ideal terjadi pada usia 12-13 tahun dengan presentasi kejadian 64,77%, dan 10,30% presentase kejadian menstruasi terlambat yang terjadi pada usia 14-15 tahun. Hasil RISKESDAS Indonesia Tahun 2010 menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* Indonesia adalah 13 tahun dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau lebih lambat sampai usia 17 tahun (Zuniawati, 2019)

Pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stress emosional (DEPKES, 2010). Perubahan fisik yang terlampau cepat dan berkelanjutan pada remaja perempuan menyebabkan para remaja sadar dan lebih sensitif terhadap bentuk tubuhnya dan akan membandingkan dengan teman – teman sebayanya. Jika perubahan tidak berlangsung secara lancar maka akan berpengaruh terhadap emosi dan psikis anak (Batubara dan Sari, 2010). Selain itu usia *menarche* yang terlampau cepat dapat menyebabkan ketidaksiapan masalah remaja akibat pematangan organ reproduksi yang akan memberikan dorongan seksual selanjutnya dapat memunculkan masalah seperti kehamilan yang tidak diinginkan (Putri, 2009). Jika *menarche* dini terjadi maka wanita akan mengalami sirkulasi hormon esterogen

sepanjang hidupnya lebih lama. Hormon esterogen bisa merangsang pertumbuhan duktus pertama dalam kelenjar payudara. *Menarche* kurang dari 12 tahun memiliki risiko 1,7 – 3,4 kali lebih tinggi mengalami kanker payudara daripada wanita dengan usia *menarche* normal (Subagja, 2014). Penelitian di Korea menyatakan *menarche* dini juga berhubungan dengan tingginya prevalensi diabetes (Hwang, dkk 2015).

Menurut Nagar dan Aimol (2010), Membaiknya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia *menarche* ke usia yang lebih muda (*menarche* dini). Seiring dengan pola hidup saat ini ada kecenderungan anak perempuan mendapatkan menstruasi yang pertama kali usianya makin lebih muda. Ada dua faktor yang menyebabkan terjadinya menstruasi datang lebih dini yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor internal biasanya terjadi karena adanya ketidakseimbangan hormonal sejak lahir kondisi ini kemudian didukung seperti makanan, lingkungan hidup yang modern serta kemakmuran masyarakat di suatu daerah (Waryana, 2010 dalam Sari dan Abrori, 2020).

Glinka (2008) dalam bukunya menjelaskan bahwa peran utama dimainkan oleh perbaikan gizi berdasarkan naiknya taraf ekonomi dan gizi yang rasional, sehingga terjadinya penurunan usia *menarche*. Di negara maju perbaikan status gizi dapat mendewasakan fisik pada anak laki-laki dan wanita yaitu pada usia *menarche* lebih dini pada wanita. Ada hubungan nyata antara *makronutrien* yang berasal dari komponen protein dan lemak terhadap

usia *menarche* (Milah, 2019). Asupan zat gizi ini yang mempengaruhi kematangan seksual pada remaja putri. Remaja putri yang mendapat *menarche* dini cenderung memiliki berat badan dan tinggi yang lebih dibandingkan dengan yang belum *menarche* pada usia yang sama. Pada umumnya, mereka yang menjadi matang lebih dini akan memiliki indeks massa tubuh (IMT) yang lebih tinggi dan mereka yang matang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama (Dieny, 2014). Menurut penelitian Nugroho, dkk (2015) Status gizi merupakan faktor risiko terjadinya *menarche* dini. Hasil analisis hubungan antara status gizi dengan status *menarche* dini diperoleh bahwa ada sebanyak 7 anak (22,6%) yang memiliki status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) mengalami *menarche* dini, sedangkan anak yang memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 23 anak (36,5%) juga mengalami *menarche* dini. Hasil uji statistik diperoleh *p-value* 0,046. Maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian *menarche* dini.

Fenomena *menarche* dini yang telah banyak terjadi ini perlu adanya perhatian dari orang tua, masyarakat, dan tenaga kesehatan. Perlu adanya penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja dan melakukan observasi tentang usia *menarche* dan status gizi remaja dari tahun pertahun berikutan dengan berlakunya perubahan gaya hidup dari masa kemasa. Agar para generasi berikutnya bisa menjalani gaya hidup yang lebih sehat dalam upaya mencegah terjadinya obesitas dengan cara melakukan gaya hidup dan pola

hidup yang sehat dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengonsumsi makanan sesuai kebutuhan dan tidak berlebihan, serta menghindari makanan yang berlemak karena dapat mengakibatkan obesitas . Oleh karena itu, perlu dilakukan studi kepustakaan terkait status gizi terhadap *menarche* dini.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas yang menjadi rumusan masalah yakni : Apakah Status Gizi Menjadi Penyebab Kejadian *Menarche* Dini Pada Remaja Putri?

## **1.3. Tujuan**

Menjelaskan keterkaitan antara status gizi dengan *menarche* dini pada remaja putri.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### 1.5.1. Praktis

1. Menjadi landasan untuk peneliti selanjutnya yang terkait dengan penanganan *menarche* dini pada remaja putri.
2. Memberikan informasi mengenai keterkaitan antara status gizi dengan *menarche* dini pada remaja putri.

### 1.5.2. Teoritis

1. Institusi

Fakultas olahraga dan kesehatan program studi S1 Keperawatan : hasil studi *literature* ini mampu menambah kepustakaan yang dimanfaatkan

oleh mahasiswa untuk meningkatkan pengetahuan tentang keterkaitan antara status gizi dengan *menarche* dini.

## 2. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan pengetahuan peneliti tentang keterkaitan antara status gizi dengan *menarche* dini dan untuk meningkatkan kemampuan berpikir serta menambah pengalaman dalam melakukan studi *literature*.