

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan suatu periode transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa dan merupakan kematangan fisik, kognitif, sosial dan emosional yang cepat untuk mempersiapkan menjadi dewasa. Penampakan karakteristik seks sekunder pada remaja sekitar usia 11 sampai 12 tahun dan berakhir dengan berhentinya pertumbuhan tubuh pada usia 18 sampai 20 tahun. Beberapa istilah umumnya sering digunakan dalam menerangkan tahap pertumbuhan dan perkembangan tertentu ini, salah satunya pubertas yang merupakan titik pencapaian kematangan seksual ditandai dengan keluarnya darah menstruasi pada remaja putri (Wong, 2009).

Menarche merupakan tanda awal masuknya seorang perempuan dalam masa reproduksi. Rata-rata usia *menarche* pada umumnya adalah 12,4 tahun. *Menarche* dapat terjadi lebih awal pada usia 9-10 tahun atau lebih lambat pada usia 17 tahun (Judith E. Brown, 2002 dalam Kemenkes, 2010).

Beberapa negara di Eropa Utara seperti Norwegia, Denmark, dan Finlandia melaporkan terjadinya penurunan usia *menarche* dari 16 tahun pada abad ke-19 menjadi 13 tahun pada pertengahan abad ke-20 (Kaplowitz, 2008). Berdasarkan Laporan dari NHANES III (*National Health and Nutrition Examination Survey*), kurang dari 10% anak perempuan Amerika Serikat mulai menstruasi sebelum usia 11 tahun dan 90% dari semua gadis Amerika Serikat menstruasi dengan usia rata-rata 12,43 tahun (Chumlea et al., 2005). Hasil

Risikesdas 2010 menunjukkan bahwa 37,5% rata-rata usia *menarche* pada anak Indonesia adalah 13-14 tahun dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun dan ada yang lebih lambat sampai 20 tahun. Di Provinsi Jawa timur rata-rata usia *menarche* sebesar 36,5% pada usia 13-14 tahun dan sebesar 2,3% pada usia 9-10 tahun. Umur *menarche* 6-8 tahun sudah terjadi pada sebagian kecil (<0,5%) anak-anak di 17 provinsi salah satunya Provinsi Jawa Timur sebesar 0,1% (Kemenkes, 2010).

Remaja yang mengalami *menarche* dini (di bawah 12 tahun) memiliki risiko yang lebih besar terhadap penyakit kanker payudara, obesitas abdominal, resistensi insulin, penumpukan lemak dalam jaringan adiposa, risiko penyakit kardiovaskular dan hipertensi (Karapanou dan Papadimitriou, 2010). Namun ternyata apabila terjadi keterlambatan dalam *menarche* juga mengakibatkan gangguan kesehatan, salah satunya adalah osteoporosis. Hasil penelitian yang dipublikasikan oleh *Bethesda Stroke Center* (2013) bahwa risiko osteoporosis terutama untuk osteoporosis primer berhubungan dengan kejadian merokok, aktifitas, pubertas tertunda, berat badan rendah, alkohol, ras kulit, riwayat keluarga dan postur tubuh.

Menurut Brown menurunnya usia *menarche* sekarang disebabkan oleh keadaan gizi dan kesehatan umum yang membaik, dan berkurangnya penyakit menahun. Usia untuk mencapai fase terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain faktor gizi, keturunan, sosial, ekonomi, dan kesehatan. Faktor gizi memiliki peranan sangat penting terhadap usia *menarche* dibandingkan dengan faktor yang lainnya. Peningkatan indeks masa tubuh, lemak tubuh dan obesitas di kalangan remaja putri menyebabkan kecenderungan penurunan usia *menarche* (Hendri dkk., 2009).

Lemak tubuh seorang remaja sangat tergantung pada pola dan kebiasaan makan mereka yang diadopsi dari pola dan kebiasaan makan keluarga secara turun temurun. Persentase lemak tubuh mempunyai kaitan yang erat dengan kejadian *menarche*, wujud dari proporsi lemak pada tubuh seseorang khususnya remaja dapat dilihat dari berat badannya. *Menarche* terjadi setelah lemak tersimpan sebanyak 20% (Basalim, 2005).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hendri dkk. (2009) dalam penelitiannya pada remaja putri SLTP Negeri 1 Padang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna dan korelasi negatif yang kuat antara persentase lemak tubuh dengan usia *menarche* namun studi yang dilakukan oleh Nurcholies (2008) pada Klub Bola Voli Ardin dan Tugu Muda Semarang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara persentase lemak tubuh dengan usia saat *menarche*. Pernyataan tentang persentase lemak tubuh dengan usia *menarche* yang berbeda dari penelitian Hendri, dkk. dan Nurcholies karena adanya perbedaan dari karakteristik sampel dimana pada remaja putri pada umumnya dan remaja putri di klub bola voli terdapat perbedaan aktifitas fisik. Selain itu perbedaan pada lokasi penelitian dimana di Pulau Sumatera dan Jawa kemungkinan terdapat perbedaan kebiasaan makan dan gaya hidup.

Berdasarkan beberapa hal yang telah diuraikan, sangat penting untuk mengetahui kisaran persentase lemak tubuh remaja putri dan hubungannya dengan kejadian *menarche*. Pada Kabupaten Malang sendiri, terutama di 4 kecamatan yaitu Pakisaji, Tajinan, Gondanglegi dan Turen belum pernah dilakukan penelitian tentang persentase lemak tubuh dan hubungannya dengan kejadian *menarche* sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang

Hubungan Persentase Lemak Tubuh dengan Kejadian *Menarche* pada Remaja Putri (Studi Kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang).

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara persentase lemak tubuh dengan kejadian *menarche* pada remaja putri (Studi kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang) ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara persentase lemak tubuh dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui persentase lemak tubuh remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang.

1.3.2.2 Mengetahui kejadian *menarche* remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang.

1.3.2.3 Menganalisis hubungan persentase lemak tubuh dengan kejadian *menarche* pada remaja putri 4 Kecamatan Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Menambah wawasan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *menarche* khususnya tentang hubungan persentase lemak tubuh terhadap usia *menarche* pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Remaja Putri

Memberikan informasi tentang persentase lemak tubuh, dan kejadian *menarche* pada remaja putri.

1.4.2.2 Bagi Tempat Penelitian

Dapat dijadikan bahan informasi mengenai gambaran persentase lemak tubuh pada remaja putri, usia *menarche* dan untuk meningkatkan kewaspadaan pada orang tua dan guru akibat usia *menarche* yang dini.

