

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Masa ini biasanya diawali pada usia 14 tahun pada laki-laki dan 10 tahun pada perempuan (Saturned, 2003 dikutip dari Waryana, 2010). Masa remaja merupakan masa transisi yang unik dan ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis serta merupakan masa khusus dan penting, karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas (Widyastuti, Rahmawati&Purnamaningrum, 2009).

Pada masa pubertas terjadi pertumbuhan fisik yang cepat pada remaja, termasuk pertumbuhan dan kematangan organ-organ reproduksi (organ seksual), sehingga mampu melangsungkan fungsi reproduksi. Perubahan ini ditandai dengan munculnya tanda-tanda seks primer dan tanda-tanda seks sekunder. Pada remaja putri tanda seks primer yang berkaitan langsung dengan organ seks ditandai dengan terjadinya haid pertama (*menarche*) dan tanda seks sekunder terlihat dari bentuk pinggul yang melebar, pertumbuhan rahim dan vagina, serta tumbuhnya rambut diketiak dan sekitar kemaluan (DepKes RI, 2001).

Menurut Giddong (1997 dikutip dari Price&Wilson, 2006) *menarche* yaitu mulainya menstruasi pertama, yang biasanya terjadi antara usia 12-13 tahun, sedangkan Paath, Rumdasih, dan Heryati (2005) mengatakan bahwa *menarche* adalah haid pertama yang terjadi, dan merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil.

Usia remaja pada waktu pertama kali mendapat haid (*menarche*) bervariasi, yaitu antara 10-16 tahun, tetapi rata-ratanya 12,5 tahun. Berdasarkan penelitian di Swedia tahun 2000, sebesar 32% remaja putri sudah mengalami *menarche* lebih awal yaitu sebelum usia 11 tahun. Hasil penelitian yang dilakukan Rini (2008) di Bandung menyatakan bahwa rata-rata usia *menarche* pada remaja perkotaan adalah 12 tahun sedangkan rata-rata usia *menarche* pada remaja pedesaan adalah 13 tahun. Statistik menunjukkan bahwa usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum, disamping itu Cumming dkk juga telah membuktikan bahwa latihan fisik yang berat dan teratur pada masa remaja pra-pubertas dapat menunda usia *menarche* (Wiknjosastro, 2005; Mohammad, 1998).

Dalam kurun waktu beberapa tahun terakhir ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda. Penelitian McAnarney (2003) menyatakan umur *menarche* remaja putri di Amerika mengalami penurunan dari 12,75 tahun menjadi 12,54 tahun. Hal yang sama diperlihatkan di negara Korea Selatan bahwa usia rata-rata *menarche* menurun dari 16,8 tahun menjadi 12,7 tahun dalam kurun waktu 67 tahun (Hwang et al, 2003) sedangkan penelitian di India umur *menarche* juga menurun dari 14,31 tahun menjadi 13,9 tahun. Di Indonesia, penelitian yang dilakukan di daerah Pekalongan oleh Viyantimala (2001) terhadap umur *menarche* remaja putri adalah 11,93 tahun. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di 6 Kecamatan di Kabupaten Malang diperoleh data bahwa rata-rata usia *menarche* remaja putri yaitu 11-12 tahun.

Usia *menarche* yang terlalu cepat ataupun terlalu lambat dapat memberikan berbagai dampak bagi remaja. Studi menunjukkan bahwa pubertas awal yang diukur dengan usia *menarche*, dapat meningkatkan resiko kanker payudara. Hal ini disebabkan karena tingkat hormon esterogen dan progesterone dapat memicu beberapa tumor yang bisa menjadi ganas (Karapanou and Papadimitriou, 2010), sedangkan *menarche* yang terlambat menurut Rugol dkk (2002) dapat menyebabkan kegagalan penimbunan mineral pada tulang dan menurunkan kepadatan mineral tulang. Akibat keadaan ini resiko osteoporosis menjadi lebih besar dikemudian hari (Liewellyn&Jones, 2002).

Percepatan usia *menarche* pada remaja putri ini kemungkinan disebabkan terjadinya perubahan tempo dalam percepatan pertumbuhan dan karakteristik dari kenaikan berat badan (wong et al, 2007). Penelitian Brown et al (2005) menyebutkan adanya keterkaitan antara keterpaparan media massa (televise, radio, dan majalah) dengan kecepatan usia pubertas remaja secara tidak langsung menyebabkan cepatnya usia *menarche* remaja putri. Selain itu, menurut Winkjosastro (2005) cepatnya usia *menarche* sekarang ini disebabkan oleh keadaan gizi dan kesehatan umum yang membaik, dan berkurangnya penyakit menahun. McAnarney (2003) juga menyebutkan bahwa usia *menarche* berkaitan dengan status gizi dan status sosial ekonomi keluarga.

Status gizi merupakan hal yang berperan penting dalam penurunan usia *menarche* pada remaja putri. Penelitian Acharya et al (2006) menyimpulkan bahwa semakin rendah BMI (Body Mass Index) pada remaja putri, maka usia *menarche* akan semakin lambat. Hal ini didukung oleh pendapat Riyadi (2003) yaitu remaja putri yang bergizi

kurang mempunyai kecepatan pertumbuhan lebih lambat pada masa sebelum pubertas dibandingkan dengan remaja bergizi baik.

Penyebab kekurangan gizi pada remaja antara lain pola makan yang tidak menentu, perubahan faktor psikososial yang dipengaruhi oleh perubahan transisi masa anak-anak ke masa dewasa (Cavadini dalam Emilia, 2009). Selain itu, pengetahuan tentang gizi yang rendah juga berperan besar dalam menimbulkan masalah gizi. Permeasih (2003) menyatakan bahwa pengetahuan dan praktek gizi remaja yang rendah tercermin dari perilaku menyimpang dalam kebiasaan memilih makanan. Remaja yang memiliki pengetahuan gizi baik akan lebih memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhannya (Wong et all; Parmeter&Wardle, 2007). Menurut Hurlock (2002), ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, salah satunya adalah tempat tinggal. Pengetahuan seseorang akan lebih baik jika berada di perkotaan dari pada di pedesaan karena di perkotaan akan meluasnya kesempatan untuk melibatkan diri dalam kegiatan sosial sehingga wawasan sosial makin kuat selain itu di perkotaan juga mudah untuk mendapatkan informasi.

Berdasarkan uraian dari berbagai penelitian tersebut sangat penting untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan pada remaja putri dan hubungannya dengan kejadian *menarche* pada remaja putri. Pada Kabupaten Malang, terutama di 4 Kecamatan yaitu Tajinan, Pakisaji, Gondanglegi dan Turen belum pernah dilakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan khususnya pengetahuan terkait gizi dan kesehatan dan hubungannya dengan kejadian *menarche* sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Tingkat

Pengetahuan Gizi dan Kesehatan dengan Kejadian *Menarche* Pada Remaja Putri (Studi Kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang)”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : Apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan dengan kejadian *menarche* pada remaja putri (Studi kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang)?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan dengan kejadian *menarche* pada remaja putri (Studi Kasus di 4 Kecamatan Kabupaten Malang).

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang dengan menggunakan metode wawancara.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang dengan menggunakan metode wawancara.
- c. Mengetahui tingkat konsumsi energi dan zat gizi (protein, lemak, karbohidrat) pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang dengan menggunakan metode *repeated 24-hour recall*.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Manfaat Akademik

Manfaat akademik dari penelitian ini adalah:

- a. Menambah khasanah ilmu dan pengetahuan serta sebagai referensi untuk kepentingan penelitian pada institusi pendidikan.
- b. Memberikan masukan dan informasi bagi pihak lokasi penelitian yang bersangkutan tentang hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan terhadap kejadian *menarche* pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah :

- a. Sebagai bahan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya tentang hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan dengan kejadian *menarche* pada remaja putri.
- b. Menambah wawasan peneliti tentang hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan dengan kejadian *menarche* pada remaja putri.
- c. Sebagai salah satu sumber informasi gizi dan kesehatan, serta berguna dalam peningkatan derajat gizi dan kesehatan.