

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu priode perkembangan pada manusia, masa remaja disebut juga masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan biologik, psikologik, dan sosial. Usia pada remaja umunya yaitu dimulai pada 10-13 tahun dan berakhir pada 18-22 tahun (Notoatmodjo, 2010). Menurut Kementerian Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun dan belum kawin. Sementara itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Perbedaan defenisi tersebut menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan universal mengenai batasan kelompok usia remaja (KemenKes RI, 2014).

Pubertas pada remaja yaitu akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat baik fisik dan kematangan organ-organ dalam tubuhnya seperti organ reproduksi, masa pubertas adalah masa yang paling penting pada tahap perkembangan seorang remaja. Pubertas pada seorang wanita ditandai dengan mulai berfungsinya ovarium antara usia 8-14 tahun yang disebut menarche atau menstruasi pertama, menarche merupakan proses kematangan fisik dan fungsi seksual yang dimana dapat digunakan untuk proses reproduksi (Nurrahmaton, 2020).

Seorang perempuan akan mengalami kematangan seksual primer yaitu ditandai dengan adanya menarche yaitu menstruasi pertama kali, Hal ini bisa terjadi karena adanya hormon dalam tubuh yaitu hormon esterogen dan progesteron (Lacroix & Whitten, 2018). Hormon esterogen dan progesteron akan mempengaruhi *endometrium* pada uterus yang mengakibatkan terjadinya kontraksi saat mengalami menstruasi, adanya *adypocyte-derivedhormone leptin*, peningkatan kadar *luteinizing hormone* (LH) dan peningkatan *estradiol* yang dapat mempengaruhi awal menarche (Rahmananda & Sari, 2020).

Di Amerika Serikat, rata-rata umur menarche adalah lebih dari 14 tahun sebelum tahun 1900 dan antara tahun 1988 dan 1994 menurun menjadi 12,43 tahun Di Asia seperti Hongkong dan Jepang umur rata-rata menarche remaja putri adalah 12,2 dan 12,38 tahun (Aida Yunizar, 2020)

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, presentase perempuan usia 10-59 tahun yang hasilnya menunjukkan rata-rata usia menarche di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun dan tertua 20 tahun. Usia menarche pada remaja di Indonesia bervariasi, antara 10 sampai 16 tahun dan rata-rata menarche pada usia 12,5 tahun. Di Sumatera Utara sebanyak 25,3% remaja putri mengalami menarche pada usia 11-12 tahun.Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia menarche mencapai 0,145 tahun per dekade (Astria, 2017).

Di Provinsi Lampung tahun 2010 jumlah remaja yang mendapat menstruasi pertama dijumpai sebanyak 40,5% pada umur 13-14 tahun, dijumpai sebanyak

23,1% pada umur 15-16 tahun dan dijumpai sebanyak 17,5% pada umur 11-12 tahun. Sedangkan remaja dengan underweight pada kelompok umur 6 tahun sampai dengan 13 tahun 11,2% (Nuryati et al., 2012)

Sedangkan di lampung tengah sendiri jumlah remaja yang sudah mendapati menstruasi pertama dijumpai sebanyak 65,64% pada umur 10-16 tahun dengan usia rata-ratanya adalah 12,75 tahun (RISKESDAS, 2018)

Faktor yang memengaruhi menarche pada remaja putri yaitu status gizinya. Status gizi remaja pada dasarnya menyangkut dua faktor yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung seperti asupan makanan dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor penyebab tidak langsung seperti aktifitas fisik, faktor individu, faktor keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya, tingkat sosial ekonomi, dan media massa. Asupan zat gizi pada remaja putri juga memengaruhi kematangan seksualnya (Lubis, 2018).

Konsumsi protein juga dapat mempengaruhi terjadinya menarche dini pada remaja. Konsumsi protein yang dimaksud adalah protein hewani dan berlebih, jumlah protein yang dibutuhkan pada anak usia 10-12 tahun (54 gr/hari) dan usia 13-15 tahun (67 gr/hari). Protein hewani yang tinggi dapat menghasilkan luteal dan apabila dikonsumsi berlanjut dapat meningkatkan *luteinizing hormon* (LH) dan mempengaruhi pemanjangan fase folikuler yang mengakibatkan percepatan anak dalam mengalami pubertas atau menarche dini pada wanita (Nurrahmaton, 2020).

Seorang yang mengalami menarche dini akan beresiko lebih tinggi untuk mengalami menopause dini ketika usia dewasanya, dalam hal ini seseorang yang mengalami menopause dini akan mengalami kelainan jantung dan juga tulang. Selain menopause dini menarche dini juga akan memicu terjadinya sel kanker pada payudara karna adanya stimulus estrogen yang akan membelah sel epitel dan metebolismenya akan menimbulkan mutagen, hal ini dipengaruhi oleh gaya hidup dari remaja itu sendiri yang kurang baik. Menarche dini juga dapat dipengaruhi oleh gizi yang lebih dan mengalami kegemukan, hal ini dikarenakan makan yang mengandung lemak terutama lemak hewani yang akan meningkatkan kadar esterogen (Stefani, 2017).

Berdasarkan keputusan menteri kesehatan RI HK.02.02/1/4110/2020 tentang rencana strategis program penelitian dan pengembangan kesehatan tahun 2020 sampai dengan 2024 salah satu sasaran strategis yang akan dicapai KEMENKES adalah peningkatan gizi remaja putri dan peningkatan pengetahuan, pemahaman dan akses pelayanan kesehatan reproduksi remaja. Membaiknya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia menarche ke usia yang lebih muda (menarche dini). Kondisi menarche dini ini dikaitkan dengan pubertas prekoks yang terjadi pada anak di usia kurang dari 12 tahun. (Meditias, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho & Bertalina (2015) di SD Negri 2 Kota Bandar Lampung yaitu dari 63 siswa sebanyak 7 (21,2%) anak mengalami menarche dini dengan asupan protein berlebih terutama protein hewani, Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fathin (2017) yang dilakukan

pada anak usia 10-12 tahun yaitu anak yang memiliki asupan protein berlebih berpotensi terjadi menarche dini dibandingkan dengan asupan protein tidak berlebih.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Nurrahmaton (2020) pada 10 siswi di SMP Amanah Medan yaitu terdapat 6 siswi yang telah mengalami menarche pada usia ≤ 10 tahun, dan 4 siswi yang telah mengalami menarche pada usia ≥ 11 , 5 diantaranya siswi tersebut mengalami berat badan berlebih (obesitas) penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmananda & Sari, 2020) yang dilakukan pada Siswi SMPN 1 Sumber Kabupaten Cirebon usia 12-15 tahun adanya hubungan yang bermakna antara *indeks massa tubuh* (IMT) dengan kejadian menarche dini.

Berdasarkan hasil dari pra survey di lokasi penelitian yaitu SMP Ma'arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah, didapatkan data sebanyak 10 siswi, 6 siswi mengalami menstruasi pertama usia < 12 tahun, 3 siswi menstruasi pertama pada usia > 12 tahun dan 1 siswi belum haid. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk mengambil penelitian tentang "Hubungan Tinggi, Berat Badan (IMT) Dan Konsumsi Protein Berlebih Terhadap Kejadian Menarche Dini Di SMP Ma'arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah Tahun 2021".

B. Rumus masalah

Menarche diartikan sebagai proses terjadinya periode menstruasi pertama setelah remaja mengalami pubertas, proses menarche terjadi karena adanya perubahan hormonal. Hormon yang dapat mempengaruhi menarche pada remaja putri adalah

esterogen dan progesteron, pada remaja yang mengalami berat badan berlebih dan konsumsi makanan protein berlebih juga dapat memicu terjadinya menarche dini serta pada remaja dengan tinggi badan yang pendek dikarenakan usia pubertas yang cepat. Berdasarkan fenomena tersebut, maka pertanyaan penelitian adalah “Apakah Ada Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Konsumsi Protein Terhadap Kejadian Menarche Di SMP Ma’arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Diketahui adakah Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Konsumsi Protein Terhadap Kejadian Menarche Di SMP Ma’arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggi badan, Berat Badan dan Usia .
- b. Diketahui Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Kejadian Menarche Di SMP Ma’arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah.
- c. Diketahui Hubungan Konsumsi Protein Terhadap Kejadian Menarche Di SMP Ma’arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah.
- d. Diketahui Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Konsumsi Protein Terhadap Kejadian Menarche Di SMP Ma’arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah.

D. Manfaat penelitian

1. Aplikatif

a. Remaja

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi tentang hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan konsumsi protein terhadap menarche dengan berperilaku hidup sehat.

b. Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat mengerti mengenai faktor-faktor yang dapat berhubungan dengan terjadinya menarche pada remaja, diantaranya indeks massa tubuh (IMT) dan konsumsi protein.

2. Intitusi

a. Bagi sekolahan SMP Ma'arif 04 Padang Ratu

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pendidikan yang berhubungan dengan reproduksi pada remaja khususnya pada remaja wanita yang sudah mengalami mentruasi sehingga dapat mengontrol konsumsi makanan setiap hari.

b. Bagi Kampus Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Dapat dijadikan sebagai data dasar dalam mengembangkan materi maternitas pembelajaran yang berhubungan dengan menarche.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya dapat dijadikan sebagai daftar rujukan untuk mengembangkan ilmu keperawatan.

E. Ruang lingkup

Lingkup Materi pada penelitian ini adalah hubungan indeks massa tubuh (IMT) dan konsumsi protein terhadap kejadian menarche, penelitian ini menggunakan jenis penelitian *korelasi* dengan Metode *Cross Sectional* yang dilaksanakan di SMP Ma'arif 04 Padang Ratu Lampung Tengah Pada bulan Juni 2021.