

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sesuai hasil dari data demografi di seluruh dunia dalam Kusmirah (2012), populasi mayoritas tertinggi adalah populasi remaja. Hal ini sesuai dengan pernyataan *World Health Organization* (WHO) bahwa seperlima dari penduduk dunia terdiri dari remaja berusia 10-19 tahun dan 900.000.000 diantaranya berada di negara berkembang. Di Amerika Serikat jumlah remaja rata-rata usia 10-19 tahun sekitar 15% dari jumlah populasi, dan untuk wilayah Asia Pasifik sekitar 60% dari jumlah populasi. Untuk di wilayah Indonesia sendiri sesuai dengan Survei Penduduk Antar Sensus (2019), mayoritas penduduk Indonesia juga didominasi oleh usia 10-19 tahun yakni terhitung sekitar 21.864.100 jiwa.

Menurut Hurlock, masa remaja adalah suatu tahapan diantara masa anak-anak dengan masa dewasa dan terjadi sekitar usia 10-18 tahun. Sebelum memasuki masa remaja, seseorang akan terlebih dahulu mengalami masa pubertas. Dalam kehidupan masa pubertas biasanya dimulai saat umur 8-10 tahun dan akan berakhir pada usia 15-16 tahun. Masa pubertas pada remaja perempuan identik ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, terjadi *menarche*, perubahan psikologis serta timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder (Kusmirah, 2012).

*Menarche* adalah menstruasi yang pertama kalinya terjadi pada perempuan dan menjadi tonggak utama dalam kehidupan seksual perempuan

yang mudah diingat jika seorang perempuan sudah mulai masuk dalam kedewasaan. Usia rata-rata saat *menarche* sangat bervariasi dilihat dari pengaruh berbagai faktor yang mendasari. Faktor yang mempengaruhi terjadinya *menarche* dapat dicontohkan seperti adanya kelainan pada organ reproduksi, faktor nutrisi, faktor psikologi, status sosial ekonomi dan faktor lingkungan (Proverawati, 2009).

Menurut *World Health Organization* (WHO) terjadinya *menarche* yang lebih cepat kemungkinan diakibatkan pengaruh sentuhan kehidupan seksual yang terlalu dini. Selain itu, status gizi juga merupakan faktor terpenting dan sangat mempengaruhi terjadinya *menarche* baik dari segi usia terjadinya *menarche*, adanya keluhan selama menstruasi (*premenstrual syndrome*) serta lamanya hari menstruasi. Akan tetapi gizi yang kurang atau terbatas selain akan mempengaruhi proses pertumbuhan, fungsi organ tubuh, serta dapat mempengaruhi fungsi reproduksi. Hal ini akan berdampak pada gangguan haid, seperti usia *menarche* yang terlambat (*menarche tarda*) karena fungsi sistem reproduksi yang kurang sehingga otomatis hormone estrogen dan progesterone juga kurang bekerja secara maksimal dalam tubuh (Marmi, 2014).

Secara Nasional, status gizi di Indonesia mengalami perbaikan yang sangat signifikan. Perbaikan status gizi nasional dapat dilihat berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Riskesdas tahun 2018, pada prevalensi gizi kurang (*underweight*) perbaikan itu terjadi secara berturut-turut dari tahun 2013 (19,6%) dan meningkat menjadi 17,7% pada tahun 2018 (Piris, 2019).

Menurut Marmi (2014) pada masa remaja, asupan makanan adalah suatu kebutuhan pokok untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Apabila mengalami kekurangan asupan makanan baik secara kuantitas maupun kualitas dapat menyebabkan terganggunya metabolisme tubuh. Kebutuhan gizi dikatakan cukup apabila zat gizi secara kuantitas maupun kualitas sudah memenuhi kebutuhan faal tubuh, diantaranya: energi, protein, lemak, serat, mineral (kalsium, zat besi, natrium, air), vitamin (vit. A, B1, B6, B12, C, D, E). Untuk menunjang pertumbuhan organ secara normal maka tubuh akan memerlukan nutrisi yang memadai, kecukupan energi, protein, lemak dan suplai, berbagai nutrisi esensial yang menjadi dasar komponen pertumbuhan, karena asupan energi sangat mempengaruhi pertumbuhan tubuh, jika asupan abnormal maka fungsi organ dalam sistem organ akan terganggu (Soetjningsih, 2010).

Selain mempengaruhi sistem organ, energi dan nutrisi juga sangat dipengaruhi oleh usia reproduksi, status gizi dan aktifitas fisik. Gizi adalah salah satu komponen yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dalam proses pertumbuhan, dampak kekurangan gizi yang sering terjadi pada remaja adalah terjadi anemia dan kekurangan berat badan secara berlebih. Selain itu status gizi juga akan berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi remaja dimana nutrisi akan mempengaruhi kematangan seksual pada remaja perempuan yang sudah mendapati *menarche* dini, dan akan cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menstruasi dibandingkan dengan sebelum menstruasi pada usia yang sama. Status gizi juga akan mempengaruhi

produksi *somatopedin* yang merupakan hormon fasilitator yang diproduksi oleh hati sebagai faktor hormone penggerak utama (*growth hormone*) untuk kematangan seksual (Marmi, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Prabasiwi (2016) pada remaja di SMP Negeri 10 Kota Tegal menyatakan bahwa ada hubungan status gizi berdasarkan pembagian antara Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U) dan persen lemak tubuh memiliki hubungan yang bermakna dengan status menarche. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Rihul Husnul Juliyatmi (2015) di SMP Ali Maksum Krapyak Bantul juga menunjukkan hasil terdapat hubungan antara status gizi dan usia menarche dimana siswi yang memiliki status gizi yang tidak normal akan mengalami menarche yang abnormal daripada siswi yang memiliki status gizi yang normal. Penelitian yang dilakukan oleh Esti (2017) pada santri putri di Pondok Pesantren Al-Mawaddah Ponorogo berdasarkan status gizi dan *food recall* juga menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia menarche.

Pondok pesantren berasal dari kata *funduq* dalam Bahasa Arab yang berarti penginapan atau asrama dan kata *pesantrian* yang berarti santri atau lebih dikenal dengan nama murid dan dapat disimpulkan bahwa pondok pesantren adalah asrama yang ditempati oleh murid (*santri*) yang dipimpin oleh seorang kyai untuk mengelola pondok pesantren serta mengelola organisasi atau lembaga yang ada dalam pondok pesantren tersebut (Sulaiman, 2010).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan, di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush jumlah santri perempuan dari kelas VII, VIII dan IX ada sekitar 100 santri. Berdasarkan hasil survei pedauluan yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush kepahaman santri tentang *menarche* sangat kurang, para santri menganggap bahwa sebutan untuk *menarche* adalah menstruasi, dan beberapa santri yang belum mendapati *menarche* mengungkapkan rasa gelisah dan beberapa diantaranya mengungkapkan ingin segera mendapati *menarche* karena merasa kurang percaya diri karena belum juga mengalami *menarche*.

Survei pendahuluan mengenai status gizi berdasarkan pola pemenuhan nutrisi di pondok pesantren sudah dalam kategori sama, yaitu para santri diberikan asupan makanan yang sama dengan jenis yang sama antar santri, dan yang membedakan adalah besar porsi antar santri atau dari pemenuhan asupan makanan perindividu seperti memilih untuk membeli jajan diluar. Dan selain berdasarkan asupan makanan, peneliti juga melakukan survei pendahuluan mengenai status gizi berdasarkan IMT terhadap 6 santri didapatkan hasil 2 santri mendapati *menarche* di usia 13 tahun dengan IMT 19,5 kg/m<sup>2</sup> (IMT normal) dan 20,4 kg/m<sup>2</sup> (IMT normal), 1 santri mendapati *menarche* di usia 12 tahun dengan IMT 22,6 kg/m<sup>2</sup> (IMT normal), 1 santri mendapati *menarche* di usia 11 tahun dengan IMT 18,5 kg/m<sup>2</sup> (IMT normal) dan 2 santri belum mendapati *menarche* dengan IMT 17,8 kg/m<sup>2</sup> (IMT tidak normal) dan 15,5 kg/m<sup>2</sup> (IMT tidak normal).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi terhadap umur menarche pada remaja di Pondok Pesantren di Bunyanun Marshush.

## **B. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan uraian ringkas dalam latar belakang masalah diatas, memberi dasar bagi peneliti untuk merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara status gizi terhadap usia menarche pada remaja di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi terhadap usia menarche pada remaja di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada santri putri di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush
- b. Untuk mengetahui gambaran usia menarche pada remaja di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara status gizi terhadap usia menarche pada remaja di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Ilmiah**

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan penelitian bagi peneliti selanjutnya terkait status gizi remaja terhadap usia menarche.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai literature untuk menambah wawasan pendidik dan peserta didik serta menjadi data dasar dalam peningkatan ilmu kebidanan dalam mengkaji, mengidentifikasi, dan mengeksplorasi terkait status gizi remaja terhadap usia menarche.

###### **b. Pondok Pesantren Bunyanun Marshush**

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan bagi Pondok Pesantren Bunyanun Marshush sebagai acuan bahwa pentingnya meningkatkan status gizi santri dengan memberikan gizi yang lebih seimbang.

###### **c. Remaja**

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi oleh para remaja untuk lebih memperhatikan asupan gizi dan status gizinya terutama saat mengalami menstruasi.

## E. Keaslian Penelitian

Judul Penelitian	Jenis Penelitian/Metode	Sampel	Hasil
Hubungan antara Status Gizi dengan Status Menarche pada Siswi di SMP Negeri 10 Kota Tegal (2016)	Studi Analitik <i>Cross Sectional</i>	Sampel penelitian ditentukan secara <i>purposive sampling</i> sejumlah 204 responden	Pada penelitian ini didapatkan hasil status gizi berdasarkan pembagian antara Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U) dan persen lemak tubuh memiliki hubungan yang bermakna dengan status menarche (P value 0,001).
<i>Nutritional Status And Age At Menarche On Female Students Of Junior High School.</i>	Studi Analitik <i>Cross Sectional</i>	Sampel penelitian ditentukan secara <i>total sampling</i> sejumlah 81 responden	Pada penelitian ini didapatkan hasil terdapat hubungan antara status gizi dan usia menarche dimana siswi yang memiliki status gizi yang tidak normal akan berpeluang 3,007 kali lebih besar mengalami menarche yang abnormal daripada siswi yang memiliki status gizi yang normal.
Status Gizi Mempengaruhi Usia Menarche.	Studi Analitik <i>Cross Sectional</i> dengan analisa data Spearman Rank Correlation	Sampel penelitian ditentukan secara <i>purposive sampling</i> sejumlah 41 responden	Pada penelitian ini ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan usia menarche pada santri putri di Pondok Pesantren Al Muwaddah Ponorogo.

Penelitian yang akan dilakukan

Judul Penelitian	Jenis Penelitian/Metode	Sampel	Keterbaruan Penelitian
Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Santri Putri di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush Margoyoso Pati	Studi Analitik <i>Cross Sectional</i> dengan Analisa data <i>Spearman Rank Correlation</i>	Santri putri kelas VII, VIII dan IX dipondok pesantren Bunyanun Marshush Margoyoso Pati	Keterbaruan dari penelitian ini adalah kombinasi dari penelitian terdahulu antara tempat penelitian yang dilakukan di lingkungan pondok pesantren dengan menggunakan analisis <i>Spearman Rank Correlation</i> untuk membuktikan hubungan status gizi santri terhadap usia menarche di Pondok Pesantren Bunyanun Marshush. Dalam penentuan jumlah sampel, penulis menggunakan rumus slovin untuk menentukan distribusi sampel dalam penelitian ini.