

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. LATAR BELAKANG

*Menarche* merupakan perubahan yang menunjukkan kematangan organ seksual pada remaja. Dengan berkembangnya zaman, usia *menarche* juga terjadi penurunan yang cukup signifikan yang sebelumnya dari rata-rata 14 tahun menjadi dibawah usia 12 tahun (Silva dalam Pujiani, 2012). *Menarche* dini dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit keganasan seperti kanker payudara, Kanker serviks dan mimo uteri. Ketika seorang remaja putri mengalami *menarche* pada usia dibawah 12 tahun ,maka dengan demikian dapat dikatakan sebagai *menarche* dini, *menarche* dini dapat terjadi pada perempuan yang berusia 9 hingga 11 tahun dengan kejadian *menarche* yang lebih banyak terjadi pada perempuan yang berusia 10 tahun (Sari et al, 2016).

Usia *menarche* dini yang berhubungan dengan faktor gizi karena kematangan seksual dipengaruhi oleh nutrisi dalam tubuh remaja. Remaja yang lebih dini mengalami *menarche* akan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang lebih tinggi, sedangkan remaja yang mengalami *menarche* terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama (Soetjiningsih, 2004). Usia untuk mencapai fase terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain faktor gizi, genetik, sosial ekonomi, dan lain-lain. Faktor status gizi yang mana dalam hal ini mengkonsumsi beranekaragam makanan dapat memicu keluarnya Gonadotropin Relazing Hormone (GnRH) yang selanjutnya mempengaruhi pengeluaran Follicle Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH) dalam merangsang pematangan folikel dan pembentukan estrogen.

Usia menstruasi yang terlalu muda seringkali akan menimbulkan dampak psikologis pada individu tersebut. Menstruasi yang lebih awal, dalam artian anak gadis tersebut masih sangat muda usianya, dan kurang mendisiplinkan diri dalam hal kebersihan badan dan masih harus dipaksakan dari luar, sehingga akan menyebabkan menstruasi yang dialami dianggap sebagai suatu “beban baru” atau sebagai tugas baru yang tidak menyenangkan. Usia menstruasi yang terlalu muda ini akan berhubungan dengan ketidaksiapan mental anak dan risiko untuk hamil pranikah serta resiko menderita anemia gizi menjadi semakin besar. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *menarche* dini antara lain status gizi, pendapatan orang tua, aktivitas fisik, dan paparan media massa. Adanya hubungan antara status gizi terhadap umur *menarche* pada remaja putri (Sumini, 2014).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 umur *menarche* di Indonesia rata-rata umur 12,4 tahun sebanyak 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%. Sisanya mengalami *menarche* di atas 13 tahun (Kemenkes, 2018).

Menurut penelitian Nugroho, A., Bertalina, B., & Marlina, M. (2015) di SDN 2 Rawa Laut Bandar Lampung, angka kejadian menstruasi dini mayoritas berusia 12 tahun adalah 47 orang atau sebanyak 74,6% dan subjek yang mengalami menstruasi dini sebanyak 23 orang atau 36,5%, dengan rata-rata usia menstruasi dini yaitu  $10,63 \pm 0,74$  tahun, dengan usia menstruasi termuda 9 tahun dan yang tertua 12 tahun.

Remaja merupakan masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologi, kognitif, dan sosial emosional. Usia remaja merupakan periode transisi perkembangan dari masa anak ke masa dewasa, usia antara usia 10-24 tahun.

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Status gizi seseorang tergantung dari asupan zat gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi yang baik (Harjatmo,dkk 2017). Status gizi mempengaruhi kematangan seksual pada gadis yang mendapat menstruasi pertama lebih dini, mereka cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menstruasi pertama dibandingkan dengan mereka yang belum menstruasi pada usia yang sama. Sebaliknya pada gadis yang menstruasinya terlambat, beratnya lebih ringan daripada yang sudah menstruasi pada usia yang sama, walaupun tinggi badan (TB) mereka sama. Pada umumnya, mereka menjadi matang lebih dini akan memiliki *Body Mass Index* (Indeks Masa Tubuh) yang lebih tinggi dan mereka yang matang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama (Dyah, 2014).

Dari penelitian Elyandri, T. G., & Permatasari, T. A. E. (2023) dapat dikatakan bahwa status gizi erat hubungannya dengan kejadian *menarche* seperti status gizi lebih maupun obesitas yang dalam pengukuran IMT/U di atas +1 Standar defisiensi, alasan atas kejadian ini telah dibahas dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan di Sekolah Dasar di Surabaya yaitu *menarche* dini sangat berkaitan dengan peningkatan berat badan dikarenakan kadar leptin yang tinggi disekresikan oleh kelenjar adiposa, selain itu leptin juga berpengaruh terhadap *metabolisme Gonadotropin Releasing Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) di ovarium. Saat peningkatan serum LH akan menyebabkan peningkatan serum estradiol yang memungkinkan kematangan seksual sehingga mempengaruhi kejadian *menarche* dini (Rosiardani, 2017). Selain itu masih dalam penelitian yang sama disebutkan bahwa tubuh memerlukan minimal 17% kadar lemak agar remaja putri dapat mengalami *menarche*. Dikarenakan lemak memiliki pengaruh terhadap kadar leptin dan estrogen dalam tubuh (Rosiardani, 2017; Fildza, 2014).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 didapatkan status gizi anak umur 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh menurut umur

(IMT/U) di Indonesia, yaitu prevalensi kurus 9,2%, terdiri dari 2,4% sangat kurus, dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi yang terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 9,2%, sedangkan prevalensi pendek yaitu 25,7% (7,2% sangat pendek dan 18,5% pendek).

Pada Provinsi Lampung didapatkan status gizi anak umur 5-12 tahun menurut IMT/U dengan prevalensi sangat kurus sebesar 2,40%, kurus sebesar 6,97%, gemuk 10,52%, obesitas 8,37%. Dan kategori status gizi anak umur 5-12 tahun menurut tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan prevalensi sangat pendek sebesar 5,19% dan pendek sebesar 16,05%. Pada Kabupaten Lampung Tengah didapatkan prevalensi status gizi menurut TB/U pada anak umur 5-12 tahun sebanyak 4,08% masuk dalam kategori sangat pendek, dan 13,55% masuk dalam kategori pendek, dan kategori status gizi anak umur 5-12 tahun menurut IMT/U dengan prevalensi 3,15% sangat kurus, 7,80% masuk dalam kategori kurus, 10,83% gemuk, dan 8,50% masuk dalam kategori obesitas (Kemenkes, 2018).

Anemia pada Anak Usia Sekolah dapat disebabkan beberapa hal diantaranya Status gizi (nutritional status) merupakan keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Status gizi bisa dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan seperti kebiasaan makan dan asupan zat besi yang masuk ke tubuh juga didukung oleh karakteristik keluarga berupa pendidikan ibu dan pendapatan keluarga dan infeksi yang disebabkan oleh faktor lingkungan. Remaja putri mulai mengalami *menarche* (awal menstruasi) yang berarti mulai terjadi pembuangan Fe, Oleh sebab itu jika konsumsi makanan khususnya Fe kurang, maka akan terjadi Anemia (Sumini, 2014). Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia dari pada remaja putra oleh karena remaja putri setiap bulannya mengalami siklus haid (Febrianti et al., 2013). Lama hari menstruasi berpengaruh terhadap banyaknya darah yang hilang selama menstruasi, Apabila darah yang keluar saat menstruasi cukup banyak berarti jumlah zat besi yang hilang dari tubuh juga cukup besar (Sirait, 2015).

Anemia dapat mempengaruhi fungsi kognitif serta konsentrasi belajar

menjadi rendah dan memperlambat daya tangkap pada anak usia sekolah, remaja putri dan kelompok usia lainnya, Selain itu, anemia gizi dapat mengganggu respons sistem kekebalan, terutama sel limfosit-T, sehingga mempermudah terserang penyakit infeksi. Anemia yang terjadi di usia sekolah dasar berdampak terhadap gangguan pertumbuhan fisik, penurunan daya tahan tubuh, kecerdasan menurun, prestasi dan konsentrasi belajar berkurang dan selalu tampak lesu, pucat serta tidak bersemangat.

Menurut Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 penderita anemia pada Anak Usia Sekolah sekitar 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan mengalami anemia, yang sebagian besar diakibatkan kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi). Penelitian yang dilakukan oleh Wandini, R. dkk (2017) dimana pada anak yang asupan zat besi nya baik terdapat (86,5%) tidak anemia dan (30,0%) mengalami anemia. Sedangkan dari asupan zat besi nya tidak baik terdapat (13,5%) tidak anemia dan (70,0%) mengalami anemia jadi dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada anak di SDN 3 Astomulyo Kecamatan Punggur Lampung Tengah Tahun 2017.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut maka, rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana Gambaran Status Gizi, Status Anemia Dan Usia *Menarche* Pada Siswi Di SDIT Smart Insani Yukum Jaya, Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2024

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Status Gizi, Status Anemia Dan Usia *Menarche* Pada Siswi Di SDIT Smart Insani Yukum Jaya, Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2024

### **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus penelitian ini meliputi:

- a. Mengetahui gambaran status gizi pada siswi kelas 5 di SDIT Smart Insani Yukum Jaya menurut indeks IMT/U
- b. Mengetahui gambaran status anemia pada siswi kelas 5 di SDIT Smart Insani Yukum Jaya
- c. Mengetahui gambaran usia *menarche* pada siswi kelas 5 di SDIT Smart Insani Yukum Jaya

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

##### 1. Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman dalam menganalisis suatu permasalahan di SDIT Smart Insani Yukum Jaya Kabupaten Lampung Tengah

##### 2. Aplikatif

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi dan masukan khususnya bagi sekolah tentang status gizi, Status anemia dan usia *menarche* yang di alami siswi.

#### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini merupakan penelitian mengenai Gambaran status gizi, Status anemia, dan usia *menarche* pada siswi di SDIT Smart Insani Yukum Jaya, Kabupaten Lampung Tengah. Subjek penelitian ini adalah siswi kelas 5. Penelitian ini dilakukan di SDIT Smart Insani Yukum Jaya Kabupaten Lampung Tengah. Penelitian ini dilakukan pada bulan April tahun 2024. Penelitian ini menggunakan kuisioner untuk mengetahui gambaran status gizi, status anemia dan *menarche* dini, sehingga siswi dapat lebih memperhatikan nutrisi yang di konsumsi agar tubuh tidak kekurangan zat gizi.