

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah dengan usia 6-14 tahun saat sedang duduk di bangku SD dan SMP sedang menjalani pendidikan dasar yang merupakan titik awal anak mengenal sekolah yang sesungguhnya dengan kurikulum dan mata pelajaran yang serius. Pada periode tersebut pemikiran anak berkembang secara berangsur-angsur. Periode ini, daya ingat menjadi sangat kuat sehingga anak benar-benar berada pada tahap belajar. Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor makanan (gizi) dan genetik. Pertumbuhan anak-anak di negara berkembang termasuk Indonesia ternyata selalu tertinggal dibandingkan anak-anak di negara maju. Pada awalnya diduga faktor genetik adalah penyebab utamanya, namun terhambatnya pertumbuhan anak penyebabnya tak lain adalah pola makan yang tidak memenuhi syarat gizi dan kesehatan (Devi, 2012).

Di Indonesia, masyarakat mengalami masalah gizi ganda yaitu gizi buruk dan gizi lebih. Gizi buruk sering terjadi oleh anak-anak yang mengakibatkan marasmus, kwashiorkor dan marasmus-kwashiorkor. Masalah gizi ganda cukup tinggi di Indonesia terutama status gizi gemuk sampai obesitas (Risikesdas 2010). Pada gizi lebih sering dialami mulai dari remaja hingga dewasa. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi lebih adalah pola makan setiap individu yang salah. Pada individu dewasa kegemukan adalah faktor resiko munculnya berbagai penyakit generatif (hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung koroner). Pada anak-anak belum diketahui secara pasti dampak kegemukan terhadap status kesehatannya.

Pada remaja yang memiliki status gizi lebih biasanya mengalami *menarche* lebih awal dari yang diperkirakan dan remaja yang memiliki status gizi kurang atau bahkan status gizi buruk biasanya mengalami *menarche* lebih lambat. Terjadinya pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda juga membutuhkan perhatian yang cukup untuk kesiapan mental remaja tersebut dalam menghadapi *menarche*. Dampak dari *menarche* awal antara lain terhambatnya pertumbuhan, stress emosional dan peningkatan resiko terjadinya kanker payudara serta meningkatnya penyakit menular seksual (Benih, 2011).

Menarche awal juga dapat mempengaruhi terjadinya anemia. Anemia lebih banyak dialami oleh remaja putri dan wanita usia subur dibandingkan dengan anak-anak dan usia dewasa karena pada remaja putri sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang lebih banyak membutuhkan zat besi. Ketidakseimbangan asupan zat gizi menjadi penyebab anemia (Farida dalam Ekawati, 2012). Perdarahan saat menstruasi mengakibatkan tubuh kehilangan banyak sel darah. Kehilangan darah kronis yang sering terjadi pada remaja putri dan wanita dewasa kehilangan darah dalam jumlah yang banyak terjadi akibat menstruasi. Menstruasi menyebabkan kehilangan zat besi 1mg/hari pada wanita (Hoffbrand dan Pettit dalam Triasmita, 2012). Oleh sebab itu, nutrisi bagi kalangan remaja terutama remaja putri sangat penting dan dibutuhkan untuk masa pertumbuhan dan perkembangan yang akan dialami (Proverawati dalam Furuhita, 2012).

Setiap gizi anak sekolah sangat bervariasi, sebagian besar cenderung mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung gula dan lemak. Di saat tersebut para remaja putri yang masih menjalankan pendidikan di sekolah

mengalami *menarche* dan mengalami gejala yang berbeda-beda setiap individu. Penyebab terjadinya menstruasi lebih awal pada anak karena kelebihan berat badan yang dipengaruhi penumpukan lemak jaringan adipose (Sunarto, 2010). Lemak dipecah menjadi asam lemak dan gliserol. Gliserol larut dalam air sehingga mudah diserap, di dalam dinding usus asam lemak disintesa menjadi lemak kembali dan butir-butir lemak sebagai *chylomicron* dialirkan melalui kapiler *lymph* ke dalam ductus thoracicus dan masuk ke dalam aliran darah di dalam angulus venosus. *Chylomicron* dialirkan oleh darah dibawa ke hati dan sebagian diambil oleh sel-sel untuk mengalami metabolisme lebih lanjut, sedangkan yang tidak diambil oleh sel hati terus mengalir di dalam saluran darah untuk kemudian diambil oleh sel-sel di dalam jaringan terutama sel-sel lemak (Syntia, 2012).

Di dalam sel jaringan, lemak mengalami hidrolisa untuk menghasilkan energi. Gliserol masuk ke dalam jalur *Embden-Meyerhof* dari metabolisme karbohidrat dan asam lemak dipecah menjadi *Acetyl Co-A* *Acetyl Co-A* juga merupakan bahan untuk biosintesis kolesterol yang berpengaruh pada sekresi hormon termasuk leptin. Semakin banyak kolesterol yang dihasilkan sehingga semakin tinggi pula kadar leptin yang disekresikan dalam darah. Leptin memicu pengeluaran *Gonadotropin Releasing Hormone (GnRH)* dan memicu pengeluaran *Follicle Stimulating Hormone (FSH)* dan *Luteinizing Hormone (LH)* di ovarium sehingga terjadi pematangan folikel dan pembentukan estrogen. Anak-anak dengan berat badan lebih akan terjadi peningkatan sekresi leptin. Semakin tinggi kadar leptin, makin cepat terjadi *menarche* (Indarto dalam Sunarto, 2010).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *menarche* awal adalah faktor ras dan genetik, faktor kesehatan, faktor gizi, faktor sosial

ekonomi, faktor iklim dan geografi (lingkungan), kelainan fisik, audio visual dan psikologi (Citra, 2012). Pada hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Harasbitara (2007) menunjukkan bahwa ada hubungan status gizi dengan usia terjadinya *menarche* pada siswi SMP di Yogyakarta. Sunarto (2010) mengemukakan bahwa ada hubungan antara kelebihan berat badan dengan *menarche* dini pada siswi kelas 4, 5 dan 6 di Magetan.

Hasil penelitian pendahuluan pada bulan Maret 2013, prevalensi siswa yang memiliki status gizi gemuk di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta cukup tinggi yaitu 28%. Siswa yang memiliki status gizi gemuk diduga mengalami *menarche* lebih awal dibandingkan dengan siswa yang memiliki status gizi baik dan status gizi kurang. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti di sekolah tersebut.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan status gizi remaja putri dengan usia terjadinya *menarche* pada siswa SMP Muhammadiyah 10 Surakarta?

C. Tujuan

1. Umum

Menganalisis hubungan status gizi remaja putri dengan usia terjadinya *menarche* pada siswa SMP Muhammadiyah 10 Surakarta

2. Khusus

a. Mendeskripsikan status gizi remaja putri pada siswa SMP Muhammadiyah 10 Surakarta

b. Mendeskripsikan usia terjadinya *menarche* pada siswa SMP Muhammadiyah 10 Surakarta

- c. Menganalisis hubungan status gizi remaja putri dengan usia terjadinya *menarche* pada siswa SMP Muhammadiyah 10 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

- a. Bagi Puskesmas

Manfaat bagi Puskesmas yaitu pihak Puskesmas dapat menggunakan data hubungan status gizi dengan usia terjadinya *menarche* pada siswi SMP sebagai masukan dalam memberikan penyuluhan yang berkaitan dengan gizi anak sekolah, reproduksi remaja dan mempertahankan status gizi

- b. Bagi Instansi Sekolah

Manfaat bagi pihak sekolah SMP Muhammadiyah 10 Surakarta dapat mengetahui informasi tentang siswi-siswinya yang telah mengalami *menarche* dan memberikan pendidikan di dalam pelajaran tentang kesehatan reproduksi remaja.