

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi pertama (darah yang pertama kali keluar dari vagina) yang dialami oleh remaja putri disebut sebagai menarche. Menarche adalah sebuah tanda dimana seorang remaja putri beranjak dewasa dan sudah siap menjadi seorang wanita seutuhnya dimana semua organ intim remaja putri tersebut telah siap untuk suatu sistem reproduksi (menghasilkan keturunan), (Health Parenting Article, 2007). Bersamaan dengan dimulainya menarche pada remaja putri, maka terjadi pula perubahan pada organ-organ tubuh yang ada, seperti, membesarnya bagian payudara, tumbuhnya rambut pubik, rambut ketiak, dan panggul juga bertambah lebar, (Health Parenting Article, 2007). Datangnya menarche juga dapat berarti bahwa untuk organ-organ vital yang ada sudah berfungsi untuk dibuahi. Apabila seorang remaja putri melakukan hubungan badan dengan lawan jenis, maka kehamilan dapat terjadi (Health Parenting Article, 2007). Selama abad ke-20 ini, rata-rata umur menarche remaja putri mengalami penurunan di Amerika Utara, Eropa, dan China, selama 3-4 bulan per dekade di tahun 1850, akan tetapi umur menarche stabil saat tahun 1970, dari rata-rata median umur menarche menurun dari 15.5 tahun menjadi 12.5 tahun dan tetap stabil pada tahun 1970 (Brookes, 2008).

Penelitian McAnarney (2003) menyatakan umur menarche remaja putri di Amerika mengalami penurunan dari 12,75 tahun menjadi 12,54, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Swenson di Amerika Utara (1987) umur menarche mengalami penurunan pula dari umur 14.3 tahun menjadi 12.5 tahun. Di Spanyol rata-rata usia menarche remaja putri menurun dari 14.04 tahun menjadi 13.02 tahun dan 14.55 tahun menjadi 13.16 tahun yang diteliti semenjak tahun 1935 sampai 1965 (Prado, 1984), sedangkan penelitian di Norwegia usia rata-rata menarche menurun dari 16 tahun di tahun 1830 menjadi 13 tahun di tahun 1960 (Rosenberg, 1991). 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) dan di China usia rata-rata menarche menurun dari 16.5 tahun menjadi 13.7 tahun dalam kurun waktu 40 tahun (Graham and Larsen, 1999). Penelitian yang sama dilakukan di India oleh Tiwari and Tiwari (2005) pada remaja putri terhadap umur menarche yang 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. Menurunnya umur menarche terjadi pula di daerah Jakarta Timur yang bertempat di LabSchool, rata-rata usia menarche remaja putri adalah 147.3 ± 13.4 bulan/ 12.3 ± 1.1 tahun, dengan umur terendah responden 9 tahun dan tertinggi 15 tahun. Berdasarkan status Sosek (sosial ekonomi), pada golongan sosek rendah (n=105) rata-rata usia menarche 151.06 ± 35.9 bulan/ 12.6 ± 3 tahun, sedangkan golongan sosek tinggi (n=75), rata-rata usia menarche adalah 141.96 ± 24.04 bulan/ 11.8 ± 2 tahun (Ginarhayu, 2002).

Penurunan usia menarche yang terjadi pada remaja putri di dunia saat ini sangat berkaitan erat dengan adanya faktor endogen dan eksogen. Menurut Moffitt, Caspi, Belsky, and Silva (1992) and Maestripieri et al (2004) penurunan usia menarche diduga berkaitan dengan genetik dan status gizi pada remaja putri. McAnarney (2003) juga menyebutkan bahwa umur menarche juga berkaitan dengan status gizi dan status sosial ekonomi keluarga, sedangkan penelitian Bagga (2000), dikatakan bahwa umur menarche juga berkaitan dengan aktivitas fisik. Disamping itu, penelitian Brown et al (2005) menyebutkan adanya keterkaitan antara keterpaparan media massa (televisi, radio, dan majalah) dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan cepatnya usia menarche remaja putri.

Usia menarche yang menurun pada remaja putri ini kemungkinan disebabkan terjadinya perubahan tempo dalam percepatan pertumbuhan, dan karakteristik dari kenaikan berat badan (Ong et al, 2007). Selain itu, terdapat penelitian lain mengatakan bahwa menurunnya umur menarche pada remaja putri abad ini dikarenakan adanya perbaikan status gizi di dalam keluarga (Fadhilla dalam MKMI, 1995 dan Maestripieri et al, 2004). Status gizi merupakan hal yang

sangat penting berperan dalam penurunan umur menarche pada remaja putri. Dewasa ini, standar kehidupan amat berpengaruh dengan perbaikan gizi masyarakat yang pada akhirnya berdampak pada menurunnya umur menarche. Penelitian Acharya et al (2006), menyimpulkan bahwa semakin rendah BMI (Body Mass Index) pada remaja putri, maka umur menarche akan semakin lambat. Status gizi yang baik akan meningkatkan BMI pada remaja putri yang akan berdampak pada menurunnya umur menarche. Penelitian Acharya menyebutkan adanya korelasi antara status gizi (BMI) terhadap umur menarche pada remaja putri dengan rentang usia 10-14 tahun, didapatkan bahwa 30,6% remaja putri sudah mendapatkan menarche dengan BMI <18,5 sedangkan 82,3% remaja putri sudah mendapat menarche dengan BMI \geq 18,5. BMI, TB/U dan BB/U adalah cara di dalam mengukur pubertas pada remaja melalui kecukupan nutrisi yang diserap ke dalam tubuh remaja. Pengukuran dengan cara BMI adalah untuk mendapatkan kategori kurus, normal, gemuk ataupun obesitas pada remaja, dimana cara menghitungnya yaitu berat badan (BB) dalam satuan kg dibagi tinggi badan (TB) dalam satuan cm yang dikuadratkan atau BB/TB^2 (Barba et al, 2004).

Menurut penelitian Seung-Yup Ku et al (2005) and Tiwari and Tiwari (2005) dikatakan bahwa ada korelasi antara umur menarche ibu (genetik) dengan umur menarche anak. Selain itu, penelitian Ersoy, B et al (2005) menyebutkan hal senada bahwa terdapatnya hubungan antara umur menarche ibu dan anak perempuannya, hanya terpaut 1 tahun, dimana umur anak saat menarche adalah 12,82 tahun sedangkan umur ibu saat menarche adalah 13,6 tahun.

Kartono (1992) menyatakan bahwa salah satu terjadinya menarche disebabkan oleh rangsangan-rangsangan kuat dari luar, salah satunya adalah melalui keterpaparan media massa, baik cetak atau elektronik. Dalam penelitian Brown et al (2005) dikatakan adanya keterkaitan antara keterpaparan media massa (televisi, radio, dan majalah) dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan cepatnya usia menarche remaja putri. Survei tersebut menjelaskan bahwa dari media massa yang ada kebanyakan informasinya berisi mengenai seks dan remaja tersebut sering melihat atau mendengarkan media massa di ruangnya sendiri. Dari keseluruhan remaja (n=471) yang rata-rata berumur 13,7 tahun, dua per tiga remaja lebih menyukai informasi yang ada

di media massa mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seksualitas, sedangkan penelitian yang dilakukan Barus (2007) memperlihatkan bahwa remaja putri yang terpapar media elektronik untuk dewasa (55.9%) cenderung lebih cepat mengalami menarche daripada yang tidak terpapar (44.1%), demikian juga halnya dengan responden yang terpapar media cetak untuk dewasa.

Aktivitas olahraga juga berpengaruh dengan status menarche. Penelitian yang dilakukan oleh Krummel and Penny (1996) dan Matondang (2003) memperlihatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara olahraga berat dengan lambatnya remaja putri memperoleh menarche \pm 5 bulan, seperti renang, bersepeda, dan lari marathon. Menurut penelitian Bagga (2000), remaja putri yang melakukan aktivitas fisik dengan durasi waktu yang panjang, akan menunda pubertasnya. Bagga juga meneliti bahwa penurunan umur menarche pada remaja putri (9-11 tahun) terjadi pada siswi yang hanya kadang-kadang saja melakukan olahraga dibandingkan siswi yang sering melakukan olahraga, seperti voli, bulutangkis, dan renang. David C. Wheeler Luming et al (1994) membuktikan bahwa latihan fisik yang berat dan teratur pada masa pra pubertas telah menunda usia menarche. Diperkirakan bahwa latihan fisik yang berat menunda menarche melalui mekanisme hormonal karena telah menurunkan produksi progesteron dan sebagai akibatnya menunda kematangan endometrium (lapisan dalam dinding rahim) (Abdurrahman, 2001).

Umur menarche yang semakin menurun ini dapat menyebabkan masalah remaja yang bersumber pada perubahan organobiologik akibat pematangan organ-organ reproduksi yang akan memberikan dorongan-dorongan psikologik dan emosional tertentu, salah satu diantaranya adalah kehamilan yang tidak dikehendaki/kehamilan dini (Fadhilla dalam MKMI, 1995). Dampak dari kehamilan dini pada remaja dapat menyebabkan lahirnya bayi BBLR (bayi berat lahir rendah), gizi buruk kronis pada ibu mis: defisiensi zat besi yang bisa menimbulkan kematian ibu (Iskandar dalam MKMI, 1997).

Terjadinya penurunan usia menarche ini menarik minat peneliti untuk mengetahui lebih jauh mengenai Hubungan Antara Status Menarche dan Status Gizi, Genetik (Status Menarche Ibu), Media Massa dan Aktivitas Olahraga pada siswi di SMP Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur tahun 2009. Dipilihnya SMP

sebagai penelitian ini disebabkan karena siswi kelas VII dan VIII SMP tidak sedang dalam keadaan ujian sekolah dan peneliti mengasumsikan umur menarche siswi SMP dan SD tidak jauh berbeda. Selain itu, pemilihan sekolah Al-Azhar Rawamangun sebagai lokasi penelitian karena sekolah tersebut termasuk ke dalam kategori sosek tinggi, kategori ini diketahui berdasarkan survei awal bahwa fasilitas sekolah, makanan yang dijual dikantin tergolong mahal dan saat para siswi pulang sekolah hampir rata-rata dijemput menggunakan mobil pribadi. Pemilihan sekolah sosek tinggi ini karena umur menarche yang sekarang semakin menurun kebanyakan terdapat pada remaja yang orang tuanya tergolong sosio ekonomi tinggi dimana pada umumnya status gizi remaja baik.

1.2 Rumusan Masalah

Membaiknya standar kehidupan dewasa ini berpengaruh terhadap perbaikan gizi masyarakat dan berpengaruh terhadap menurunnya usia menarche. Usia menarche yang semakin menurun ini dapat menyebabkan masalah remaja, salah satunya adalah kehamilan dini remaja putri (Fadhilla dalam MKMI, 1995). Faktor yang diduga mempengaruhi adalah status gizi, aktivitas olahraga, umur menarche ibu, keterpaparan media elektronik/cetak, dan sosial ekonomi keluarga. Oleh karena itu, usia menarche yang terjadi semakin awal ini memerlukan penelitian lebih lanjut untuk remaja dengan golongan sosio ekonomi tinggi dimana umur menarche yang terjadi semakin awal banyak terjadi pada remaja sosio ekonomi tinggi, sekolah yang diambil sebagai penelitian adalah Al-Azhar dengan kategori sosio ekonomi tinggi oleh karena berdasarkan survei pendahuluan terlihat banyak siswi yang berbadan gemuk, fasilitas sekolah yang mewah dan makanan yang dijual dikantin tergolong mahal sehingga peneliti tertarik untuk meneliti mengenai Hubungan Status Menarche Terhadap Status Gizi, Genetik (Status Menarche Ibu), Media Massa, dan Aktivitas Olahraga Pada Siswi di SMP Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana gambaran Status Gizi, Status Menarche Ibu (Genetik), Keterpaparan Media Cetak/Elektronik, Aktivitas Olahraga di SMP Al-Azhar Rawamangun,

Jakarta Timur Tahun 2009 dan Apakah ada hubungan antara status gizi, status menarche ibu (genetik), keterpaparan media massa dengan status menarche siswi di SMP Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi, keterpaparan media cetak/elektronik, status menarche ibu (genetik), dan aktivitas olahraga terhadap status menarche pada siswi di SMP Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur tahun 2009.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya gambaran Status Gizi, Aktivitas Olahraga, Status Menarche Ibu (genetik), Keterpaparan Media Cetak/Elektronik di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009.
2. Diketuainya hubungan antara Status Gizi dan Status Menarche Siswi di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009.
3. Diketuainya hubungan antara Status Menarche Ibu (Genetik) dan Status Menarche Siswi di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009.
4. Diketuainya hubungan antara Keterpaparan Media Elektronik/cetak dan Status Menarche Siswi di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009.
5. Diketuainya hubungan antara Aktivitas Olahraga dan Status Menarche Siswi di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dapat mendukung penelitian (skripsi) terdahulu mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi menarche pada remaja putri dan peneliti dapat mengaplikasikan ilmu gizi pada remaja yang diperoleh di bangku kuliah serta melatih keikutsertaan diri dalam pengabdian terhadap masyarakat.

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat dimasukkan ke dalam kurikulum baru untuk mata ajaran mengenai kesehatan reproduksi bagi siswa/i dalam rangka mempersiapkan mereka menuju remaja sepenuhnya khususnya pada siswi di SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur.

3. Bagi Orang Tua

Sebagai bahan masukan untuk memantau perkembangan anak-anak mereka yang khusus memasuki remaja sepenuhnya yaitu peralihan antara anak-anak menjadi dewasa dengan memberikan informasi mengenai menarche.

1.6 Ruang Lingkup

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *crosssectional* yang dilakukan pada tanggal 25 Mei 2009. Populasi penelitian adalah siswi kelas VII dan VIII SMP Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara Status Gizi, Status Menarche Ibu (Genetik), Media Massa dan Aktivitas Olahraga Terhadap Status Menarche Pada Siswi di SMP Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009 dan untuk mengetahui dampaknya pada perkembangan remaja putri. Variabel yang diteliti adalah status menarche, status gizi, status menarche ibu (genetik), keterpaparan media cetak/elektronik, dan aktivitas olahraga. Penelitian mengambil data primer dengan cara responden mengisi kuesioner serta melakukan pengukuran antropometri pada responden.