

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan anak menuju masa remaja merupakan proses yang berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Pada fase ini, tubuh mulai mengalami perubahan yang berkaitan dengan kematangan fungsi reproduksi. Salah satu indikator penting pada remaja putri adalah terjadinya menarche, yaitu menstruasi pertama yang menandai dimulainya masa reproduksi. Usia terjadinya menarche pada setiap individu tidak selalu sama, sehingga menjadi topik yang penting untuk dikaji dalam bidang kesehatan.

Perbedaan usia menarche dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam tubuh maupun lingkungan. Salah satu faktor yang memiliki peranan cukup besar adalah status gizi. Status gizi mencerminkan keseimbangan antara asupan nutrisi dengan kebutuhan tubuh. Kondisi gizi yang baik akan mendukung pertumbuhan optimal serta keseimbangan hormon yang berperan dalam proses pubertas. Sebaliknya, kondisi gizi yang kurang atau berlebih dapat mengganggu proses tersebut (Anggraini, 2023).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan usia menarche. Menurut hasil survey di Eropa utara dan Amerika mengalami penurunan usia Menarche dari 16-17 tahun menjadi 13-14 Tahun, Indonesia menjadi urutan ke 15 dari 67 Negara dengan penurunan usia

Menarche menjadi 11-13 Tahun (Anggraeni dkk, 2023). Jawa Timur menempati urutan pertama Provinsi di Pulau Jawa dengan usia Manche teringgi sebanyak 25,3% mengalami Menarche usia 11-13 Tahun. Di SMPN 10 Bulukumba hasil usia Menarche Remaja dengan gizi baik sebanyak 15,3% dari 72 *total Sampling*. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SDI AT TAQWA Kramatjegu Taman Sidoarjo, melalui wawancara 10 siswi menunjukkan bahwa 1 dari 10 siswi di kelas 3 SD mengalami Menarche usia 9 tahun dengan status gizi lebih, di kelas 4 SD ada 3 siswi yang baru mengalami menarche di usia 10 tahun dan kelas 5 SD ada 8 dari 10 siswi baru mengalami Menarche usia 11 Tahun. Menemukan bahwa remaja dengan status gizi lebih cenderung mengalami menarche lebih awal dibandingkan dengan remaja yang memiliki status gizi baik. Hasil penelitian lain oleh Karapanou dan Papadimitriou juga menyatakan bahwa peningkatan indeks massa tubuh berhubungan dengan percepatan terjadinya pubertas pada anak perempuan. Sementara itu, penelitian oleh (Syam dkk., 2022). Menunjukkan bahwa kurangnya gizi pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan menarche.

Perubahan gaya hidup pada anak usia sekolah saat ini turut berkontribusi terhadap kondisi gizi. Pola makan yang tidak seimbang, seperti konsumsi makanan cepat saji, tinggi gula, dan rendah serat, semakin sering ditemukan. Di sisi lain, aktivitas fisik cenderung menurun akibat meningkatnya penggunaan teknologi. Kondisi tersebut dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan, yang pada akhirnya

berdampak pada proses pertumbuhan dan perkembangan, termasuk pematangan sistem reproduksi.

Siswi sekolah dasar berada pada rentang usia sekitar 10–12 tahun, yang merupakan masa awal terjadinya pubertas. Pada fase ini, perubahan fisik mulai tampak, termasuk kemungkinan terjadinya menarche. Perhatian terhadap status gizi pada usia ini menjadi sangat penting, karena berpengaruh terhadap kesiapan tubuh dalam menghadapi perubahan tersebut. Kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya gizi seimbang dapat memengaruhi kebiasaan makan dan berdampak pada kesehatan di masa mendatang.

SDI At Taqwa Kramatjegu Taman Sidoarjo merupakan salah satu sekolah yang memiliki siswi dengan kondisi status gizi yang beragam. Perbedaan tersebut menjadi dasar yang kuat untuk dilakukan penelitian terkait hubungan status gizi dengan menarche. Dengan adanya variasi kondisi tersebut, diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran nyata mengenai keterkaitan antara kedua variabel (Syam dkk., 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, Penelitian tentang hubungan status gizi dengan menarche pada siswi kelas 3, 4 dan 5 SD perlu dilakukan untuk mengetahui apakah kondisi gizi memiliki kaitan dengan usia terjadinya menstruasi pertama pada remaja putri. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan mengenai pentingnya pemenuhan gizi yang baik dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan remaja. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan status gizi

dengan Hubungan Status Gizi dengan Menarche pada siswi kelas 3, 4 dan 5 SD di SDI AT TAQWA Kramatjegu Taman Sidoarjo

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara status gizi dengan Menarche kelas 3,4 dan 5 SD di SDI AT TAQWA keramatjegu Taman,Sidoarjo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya keterkaitan antara status gizi dengan kejadian Menarche kelas 3, 4 dan 5 SD di SDI AT TAQWA keramatjegu Taman,Sidoarjo

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi status gizi pada siswi SD kelas 3, 4 dan 5 di SDI AT TAQWA Kramatjegu Taman, Sidoarjo
- b. Mengidentifikasi usia menarche pada siswi kelas 3,4 dan 5 SD di SDI AT TAQWA Kramatjegu Taman, Sidoarjo
- c. Menganalisa hubungan status gizi dengan kejadian menarche pada siswi kelas 3,4 dan 5 SD di SDI AT TAQWA Kramatjegu Taman, Sidoarjo

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan serta menjadi sumber referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa maupun lembaga pendidikan dalam pengembangan ilmu kesehatan, khususnya Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Hasil penelitian dapat menjadi tambahan pengetahuan, bahan referensi, serta sumber informasi mengenai hubungan status gizi dengan kejadian menarche pada siswi sekolah dasar.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman, terutama bagi remaja putri dan orang tua, tentang pentingnya menjaga status gizi serta memenuhi kebutuhan nutrisi secara seimbang.

2. Bagi tenaga kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk mendukung peningkatan pelayanan kesehatan serta pemberian edukasi mengenai pentingnya menjaga status gizi pada remaja putri sebelum memasuki masa menarche.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam pengembangan studi lanjutan yang berkaitan dengan faktor-faktor yang memengaruhi menarche pada remaja.

