

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Permenkes, 2014). Masa remaja sebagai masa ketika terjadi perubahan fisik, mental, dan sosial-ekonomi. Secara fisik terjadi perubahan karakteristik kelamin menuju kematangan seksual dan reproduksi. Pada masa ini juga sering disebut dengan pubertas (Imron, 2012). Pubertas merupakan istilah yang menunjukkan tahap transisi dari anak-anak menuju kematangan seksual. Pubertas adalah masa dimana tubuh mulai berubah dan berkembang (Lowdermilk 2016). Masa pubertas ini biasanya dialami oleh remaja awal, yang termasuk kedalam kategori remaja awal yaitu siswi sekolah menengah pertama (SMP). Siswi yang sudah mengalami pubertas tentunya akan mengalami perubahan dalam dirinya seperti kematangan seksual dan mengarah kepada perubahan seperti layaknya orang dewasa (Syahfitri, 2017). Pubertas pada perempuan dapat ditandai dengan *menarche* (Pudiastuti, 2012).

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang dialami setiap perempuan. Menstruasi adalah siklus masa subur telah dimulai dan terjadi peluruhan dinding rahim atau endometrium dan dikeluarkan dalam bentuk kumpulan darah. Saat ini remaja mengalami *menarche* cenderung lebih cepat. Usia *menarche* memangsangat bervariasi. Ada yang berusia 12 tahun dan ada juga yang berusia 16 tahun baru mengalami *menarche* (Pudiastuti, 2012).

Di Amerika Serikat anak perempuan menjadi lebih cepat dewasa, rata-rata usia *menarche* adalah 12,45 tahun. Di Kanada rata-rata usia *menarche* 12,72 tahun, sedangkan di Portugal rata-rata usia *menarche* adalah 12,03 (Puspitasari, 2016).

Negara di Asia Tenggara rata-rata mengalami *menarche* pada usia 12 tahun, paling lama mengalami *menarche* pada usia 16 tahun, dan paling cepat pada usia 8 tahun, namun jumlah ini masih sangat sedikit (Lestari, 2011).

Di Indonesia diketahui 37,5% perempuan mengawali usia reproduksi (*menarche*) pada umur 9-13 tahun, dijumpai 0,1% perempuan dengan umur 6-8 tahun mengalami *menarche*, dan dijumpai juga sebanyak 19,8% perempuan baru mendapat *menarche* pada usia 14-16 tahun, serta 4,5% pada usia 17 tahun keatas (Risksedas, 2013). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 24 Juli 2018 di SMPN 4 Cikarang Timur dengan responden kelas 9, di dapatkan data rata-rata siswi mengalami *menarche* pada usia 11 tahun.

Beberapa faktor baik internal maupun eksternal mempengaruhi terjadinya *menarche*. Faktor internal berupa status *menarche* ibu (genetik), sedangkan faktor eksternal meliputi usia, status gizi, gaya hidup (aktivitas fisik, manajemen stress/pengendalian stress, konsumsi *junk food*), dan keterpaparan media massa. Faktor internal (genetik) didukung oleh penelitian Wulandari (2016) tentang faktor yang berhubungan dengan *menarche* pada siswi di SMPN 31 Semarang menyatakan bahwa ada hubungan status *menarche* ibu (genetik) dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang.

Faktor eksternal yang pertama yaitu usia. Penelitian yang dilakukan Mutasya, (2016) dari 72 responden, didapatkan sebagian responden (37,5%) mengalami *menarche* pada usia 12 tahun. Usia *menarche* termuda adalah 10 tahun dan yang tertua adalah 14 tahun dan rata-rata usia *menarche* adalah 12,29.

Faktor eksternal yang kedua yaitu status gizi. Status gizi merupakan suatu ukuran dalam keberhasilan pemenuhan nutrisi yang dapat di indikasikan melalui berat badan dan tinggi badan. Penelitian yang dilakukan Maulina (2015) terhadap 148 orang

siswi di SMPN 21 Padang menyatakan terjadinya percepatan usia *menarche* terjadi pada remaja yang memiliki status gizi lebih. Terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dan usia *menarche* pada remaja.

Faktor eksternal yang ketiga yaitu gaya hidup. Gaya hidup dikategorikan menjadi tiga indikator yaitu aktivitas fisik, manajemen stress/pengendalian stress, konsumsi *junk food*. Berdasarkan penelitian Safitri (2014) menunjukkan ada hubungan antara aktivitas fisik dan pengendalian stress/pengendalian stress dengan usia *menarche* pada remaja. Penelitian Kustin (2017) menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pola konsumsi *junk food* dengan kejadian *menarche*.

Faktor eksternal yang keempat yaitu keterpaparan media massa. Media massa meliputi membaca majalah, menonton TV, maupun video maka seseorang akan mempelajari bagaimana orang lain berperilaku dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (Tahrin, 2016). Berdasarkan hasil penelitian Yuliasari (2016) dari hasil penelitian bahwa ada hubungan antara paparan media dengan usia *menarche*.

## **B. Perumusan Masalah**

Usia *menarche* di Indonesia 37,5% pada umur 9-13 tahun, 0,1% pada usia 6-8, 19,8% pada usia 14-16 tahun, dan 4,5% pada usia 17 tahun ke atas (Risksdas, 2013). Beberapa faktor yang berhubungan dengan terjadinya *menarche* yaitu usia, status gizi, gaya hidup yang terdiri dari aktivitas fisik, manajemen stress, konsumsi *junk food*, dan keterpaparan media massa. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi. Faktor yang tidak diteliti yaitu genetik karena responden belum tentu mengetahui secara pasti kapan ibu mereka mengalami *menarche*.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Diketuainya faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya *menarche* pada di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

#### 2. Tujuan Khusus

a. Diketuainya deskripsi faktor usia, status gizi, aktivitas fisik manajemen stress, konsumsi *junk food*, keterpaparan media massa, dan *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

b. Diketuainya nilai hubungan status gizi dan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

c. Diketuainya nilai hubungan aktivitas fisik dan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

d. Diketuainya nilai hubungan manajemen stress dan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

e. Diketuainya nilai hubungan konsumsi *junk food* dan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

f. Diketuainya nilai hubungan keterpaparan media massa dan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Bagi SMPN 4 Cikarang Timur

Memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya *menarche* pada siswi di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi untuk disosialisasikan kepada siswi khususnya yang belum mengalami *menarche* agar tidak mengalami *menarche* dini untuk

mencegah salah satu akibat yang dapat disebabkan oleh *menarche* dini seperti kanker payudara.

## 2. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai data-data dasar atau literatur untuk melakukan penelitian terkait selanjutnya.

## 3. Bagi Peneliti

Sebagai bahan pengembangan diri, kemampuan, wawasan, ilmu pengetahuan, serta pengalaman terkait faktor-faktor (status gizi, gaya hidup (aktivitas fisik, manajemen stress, konsumsi *junk food*) keterpaparan media massa) yang berhubungan dengan terjadinya *menarche*.

## **E. Ruang Lingkup**

Peneliti akan melakukan penelitian tentang faktor-faktor (status gizi, gaya hidup (aktivitas fisik, manajemen stress, konsumsi *junk food*) keterpaparan media massa) yang berhubungan dengan terjadinya *menarche*. Peneliti akan melakukan penelitian dengan responden siswi kelas 7 dan 8, karena peneliti ingin mengetahui faktor apa saja yang berhubungan dengan terjadinya *menarche* pada siswi. Penelitian ini akan dilakukan dari September 2018 – April 2019 di SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pemberian kuesioner melalui kunjungan kepada siswi kelas 7 dan 8 SMPN 4 Cikarang Timur Kabupaten Bekasi.