

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa pubertas merupakan salah satu dari dua tahap siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan terjadinya pertumbuhan yang cepat serta perubahan signifikan (Kurniawati & Nurmawati, 2021). Pubertas biasanya dapat dicapai antara usia 8,5 sampai 11,5 tahun yang memiliki puncak rata-rata terjadinya menstruasi ketika mencapai usia 12,5 tahun (Rahmananda & Sari, 2020). Pubertas yang khususnya dialami oleh perempuan akan diawali dengan *thelarche*, *pubarche*, dan terakhir terjadi *menarche* (Tayebi *et al.*, 2016). *Menarche* dapat diartikan sebagai menstruasi pertama kali pada perempuan yang menandakan perempuan telah mencapai titik terjadinya kematangan seksual (Fitriasari *et al.*, 2019). Usia *menarche* remaja di Indonesia berkisar antara 10 sampai 16 tahun dengan usia rata-rata yaitu 12,5 tahun (Nurrahmaton, 2020). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018, 70,1% remaja di Indonesia dengan rentang usia 10 sampai 19 tahun telah mengalami menstruasi, sedangkan di daerah Jawa Timur sendiri terdapat 73,6% remaja telah menstruasi pada usia 10 sampai 19 tahun dan di Kabupaten Sumenep terdapat 66,98% remaja telah mengalami menstruasi pada usia 10 sampai 19 tahun (Kemenkes, 2018).

Menarche dini merupakan menstruasi pertama kali yang terjadi pada remaja wanita subur sebelum memasuki usia 12 tahun (Nurrahmaton, 2020). Berdasarkan hasil penelitian terhadap siswi siswi sekolah dasar yang dilakukan di Surabaya, ditemukan bahwa 51,2% siswi mengalami *menarche* dini (Sukarsih & Supatmi, 2018). Penelitian lainnya yang dilakukan di Bojonegoro didapatkan bahwa prevalensi remaja wanita yang mengalami *menarche* dini sebesar 40,4% (Fitriasari *et al.*, 2019). Selain itu, terdapat pula penelitian yang dilakukan di Kota Malang dengan prevalensi sebesar 70,3% siswi yang telah mengalami *menarche* dini (Arifin, 2019). Usia *menarche* yang terjadi lebih dini pada remaja dapat meningkatkan terjadinya gangguan psikologis, kanker payudara, obesitas, penyakit kardiovaskular, serta gangguan metabolisme (Fitriasari *et al.*, 2019). Remaja yang telah mengalami *menarche* dini akan mempunyai sistem reproduksi yang fungsinya

sama dengan perempuan dewasa (Hutasuhut, 2020). *Menarche* dini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti genetik, keadaan makanan yang dikonsumsi, status gizi, hormon, gaya hidup, paparan media massa dewasa (pornografi), sosial ekonomi, serta perilaku seksual (Andriani, 2022).

Salah satu penyebab *menarche* dini yang terjadi pada remaja perempuan yaitu pola konsumsi makanan yang tidak sehat seperti makanan jenis *fast food*. *Fast food* sendiri merupakan makanan yang termasuk dalam kategori *junk food* (Arifin, 2019). *Junk food* mengacu pada makanan yang sedikit atau tidak memiliki nilai gizi, serta produk yang memiliki nilai gizi, tetapi juga mengandung bahan yang tidak sehat, jika sering dikonsumsi oleh tubuh (Sutrisno *et al.*, 2018). Jenis makanan yang termasuk dalam kategori ini seperti pizza, es krim, *fried chicken*, kentang goreng, serta aneka mi (Emilda, 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan di Kalimantan Barat menemukan adanya hubungan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian *menarche* dini pada siswi (Chian & Santoso, 2021). Selain itu, pada penelitian yang dilakukan di Medan menemukan adanya hubungan antara konsumsi *junk food* dengan *menarche* pada remaja perempuan (Sihombing, 2018).

Status gizi merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya *menarche* dini pada remaja perempuan (Sadiman & Islamiyati, 2019). Status gizi seseorang bisa dipengaruhi oleh makanan yang dimakan serta pemanfaatan zat gizi di dalam tubuh (Cahyanto *et al.*, 2021). Pada umumnya, remaja perempuan yang mengalami *menarche* lebih awal memiliki status gizi lebih daripada remaja yang memiliki status gizi normal ataupun status gizi kurang (Arifin, 2019). Pada penelitian Arifin tahun 2019, menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan *menarche* dini, penelitian menemukan sebanyak 44 dari 64 siswi yang mengalami *menarche* dini memiliki berat badan *overweight* dan Obesitas. Penelitian yang dilakukan oleh Marlia tahun 2020 di Kabupaten Indramayu menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan *menarche* dini.

Hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan pada 3 sekolah yaitu SDN Manding Timur 2, SDN Manding Laok 1, dan SDN Lalangon 1 didapatkan hasil kondisi di SDN Manding Timur 2 terdapat kantin, istirahat 2 kali masing-masing 15 menit. Namun, siswi tetap mengonsumsi *junk food* dari pedagang kaki lima

karena pada jam istirahat pertama terdapat pedagang kaki lima yang berjualan di depan sekolah, tetapi pada istirahat kedua tidak ada pedagang kaki lima yang berjualan lagi, sehingga peluang siswi untuk mengonsumsi dan membeli *junk food* rendah. Selain itu, jumlah murid di sekolah ini yang sedikit, serta di sekitar sekolah tidak ada toko yang menjual *snack*. Pada SDN Manding Laok 1 tidak terdapat kantin, istirahat dua kali masing-masing 15 menit, dan terdapat pedagang kaki lima hanya pada istirahat pertama saja yaitu 15 menit dan untuk istirahat kedua pedagang kaki lima sudah tidak berjualan lagi, sehingga siswi di sana hanya memiliki waktu yang sedikit untuk membeli macam-macam *junk food* dan mengonsumsinya. Kondisi di SDN Lalangon 1 yaitu tidak terdapat kantin, istirahat 2 kali masing-masing 20 menit, pedagang kaki lima berjualan saat istirahat pertama dan kedua, sehingga kesempatan murid di sana lebih banyak untuk membeli dan mengonsumsi berbagai jenis *junk food*. Selain itu, di sekitar SDN Lalangon 1 terdapat toko yang berjualan *snack* cukup lengkap dan murah, sehingga peluang murid di sana untuk membeli *snack* lebih tinggi. Selain itu, murid di SDN Lalangon 1 juga cukup banyak, serta terletak di desa yang cukup padat penduduknya.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti lebih tertarik untuk melakukan penelitian di SDN Lalangon 1 karena peluang mereka untuk mengonsumsi *junk food* lebih besar dari sekolah yang lain. Hasil survei pendahuluan di SDN Lalangon 1 dengan mewawancarai siswi kelas 4, 5, dan 6 di SDN Lalangon 1 sebanyak 6 anak. Dari wawancara tersebut, didapatkan hasil bahwa sebesar 5 siswi (83,3%) mengonsumsi *junk food* 2-3 kali seminggu dan 1 siswi (16,7%) mengonsumsi 6-7 kali dalam seminggu. Selain itu, berdasarkan perhitungan IMT/U terdapat 2 siswi (33,3%) mengalami obesitas, dan 4 siswi (66,7%) dengan berat badan normal. Dari hasil tersebut, didapatkan bahwa 2 siswi (33,3%) yang mengalami *menarche* dini.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti ingin melakukan mengkaji lebih lanjut terkait hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi dengan fenomena *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 di Kecamatan Manding Kabupaten Sumenep.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi dengan fenomena *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi dengan fenomena *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi usia pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.
2. Mengidentifikasi tingkat konsumsi *junk food* 1 bulan terakhir pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.
3. Mengidentifikasi status gizi pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.
4. Mengidentifikasi usia *menarche* pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.
5. Mengidentifikasi jumlah siswi yang mengalami dan tidak mengalami *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.
6. Menganalisis hubungan konsumsi *junk food* dengan fenomena *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.
7. Menganalisis hubungan status gizi dengan fenomena *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman dan kesadaran para peneliti di bidang gizi, khususnya mengenai hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi fenomena *menarche* dini pada siswi SDN Lalangon 1 Kabupaten Sumenep.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini, secara khusus, hasil penelitian ini diharapkan layak dijadikan sebagai bahan bacaan dan referensi bagi program studi D-IV Gizi Klinik, sehingga memperluas pemahaman para pembaca mengenai hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi dengan fenomena *menarche* dini.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini, bertujuan untuk memberikan informasi lebih banyak kepada masyarakat mengenai hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi dengan *menarche* dini.

1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini, dimaksudkan agar dapat menjadi sumber informasi, sumber rujukan, dan bahan referensi untuk kajian lebih lanjut mengenai hubungan konsumsi *junk food* dan status gizi dengan fenomena *menarche* dini.