



**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI SMP NEGERI 1 JEMBER**

SKRIPSI

Oleh

Ratih Ayuningtyas

NIM 062310101002

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
TAHUN 2013**



HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA SISWI SMP NEGERI 1 JEMBER

SKRIPSI

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat
untuk menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan (S1) dan
mencapai gelar Sarjana Keperawatan

oleh

Ratih Ayuningtyas

NIM 062310101002

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS JEMBER

2013

SKRIPSI

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN USIA *MENARCHE* PADA SISWI SMP NEGERI 1 JEMBER

oleh

Ratih Ayuningtyas

NIM 062310101002

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Iis Rahmawati, S.Kp, M.Kes

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Ratna Sari Hardiani, M.Kep

PERSEMBAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember” ini saya persembahkan untuk :

1. Allah SwT atas segala rahmat dan hidayah-Nya serta karunia dan kekuatan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini;
2. papa Samak Eko Susanto dan mama Luluk Nurhayati tercinta atas segala kasih sayang dan cinta yang tulus, serta pengorbanannya, terima kasih papa dan mama atas segala yang diberikan dan diajarkan kepada saya, restu dan doa papa dan mama selalu memberiku jalan untuk mencapai kesuksesan;
3. kakakku Retno Wulandari dan adikku M. Rendra Triasmara, yang menjadi kebanggaan saya dan keluarga;
4. dosen pembimbing utama Iis Rahmawati, S.Kp, M.Kes, dosen pembimbing anggota Ns. Ratna Sari Hardiani, M.Kep, dosen penguji Ns. Dodi Wijaya, M.Kep dan dosen pembimbing akademik Ns. Tantut Susanto, M. Kep., Sp. Kep. Kom serta Ns. Siswoyo, S.Kep;
5. sahabat-sahabatku (Mahardika Wahyu P. N., Siesca Yunita D., Siti Maisyaroh, Tifanie Rablyana, Arisna Tunggal P., Risa Wargiana, Ariska Ana Veronika, Dwi Anis S., Luvita S., Vita Rahma F., Ahimsa Uki N. dan Rina) yang selalu menyemangati dan menemani dikala suka dan duka;
6. almamater dan bapak ibu guruku tercinta di TK Muslimat 24 Gresik, MI Al-Mathlabatul Khoiriyah Gresik, SLTP Semen Gresik, SMA Semen Gresik seluruh dosen, staf dan karyawan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember dan pihak-pihak lain yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan dan motivasi-motivasi dalam meraih kesuksesan;
7. guru-guru dan siswi SMP Negeri 1 Jember yang telah membantu kelancaran pengambilan data penelitian;
8. semua teman-teman angkatan 2006 PSIK Universitas Jember; dan
9. seluruh mahasiswa PSIK Universitas Jember dari kakak angkatan 2005 hingga adik angkatan 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, terima kasih atas keakraban yang kalian berikan selama ini.

MOTTO

Sesungguhnya kamu melalui tingkat demi tingkat (dalam kehidupan).

(terjemahan Surat Al Insiqaaq ayat 19)*

Bergaullah sebebasmungkin namun bukan pergaulan bebas yang diharapkan.

(Ratih Ayuningtyas, 2012)

Keluhan membatasi. Imajinasi membebaskan. Tindakan menjadikan. Ikhlas mendamaikan. Kesyukuran membahagiakan. Dan, Iman memuliakan.

(Mario Teguh)**

*) Departemen Agama Republik Indonesia. 2006. Al-Qur'an dan Terjemahannya. Surabaya: Pustaka Agung Harapan

***) Mario Teguh

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ratih Ayuningtyas

NIM : 062310101002

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember” adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali kutipan yang saya sebutkan sumbernya, belum pernah diajukan pada institusi manapun dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 22 November 2012
Yang menyatakan

Ratih Ayuningtyas
NIM. 062310101002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada:

hari, tanggal : Kamis, 22 November 2012

tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan

Tim Penguji

Ketua,

Iis Rahmawati, S. Kp., M. Kes.
NIP. 197509112005012001

Anggota I,

Anggota II,

Ns. Ratna Sari Hardiani, M. Kep.
NIP. 198108112010122002

Ns. Dodi Wijaya, M. Kep.
NIP. 198206222010121002

Mengesahkan
Ketua Program Studi,

dr. Sujono Kardis, Sp. KJ.
NIP. 194906101982031001

Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember

(The Correlation between Nutritional Status and Age of Menarche at SMPN 1 Jember Students)

Ratih Ayuningtyas

Nursing Study Program University of Jember

ABSTRACT

Some studies show there has been a change in the age of menarche in girls and it is influenced by many factors, one of which is nutritional status. This study aims to know the correlation between nutritional status and the age of menarche in girls of SMPN 1 Jember. This study used observational research with cross sectional analytic and using simple random sampling with a sample of 60 respondents. Data were analyzed by independent T test. The results showed that age of girl's menarche at SMPN 1 Jember which has poor nutritional status is 11.10 ± 1.959 years and the age of girls menarche which has good nutritional status is 11.95 ± 1.432 years. The youngest age of menarche was 8 years old and the oldest age of menarche was 14 years old. From the bivariate analysis showed that there was no correlation between nutritional status and age of menarche in girls of SMPN girls ($p = 0.062$, $p > 0.05$). From these results it is suggested that further studies which will be done use the other variables that may affect the age of menarche, such as diet, genetics and so forth.

Keywords: *Nutritional Status, Age of Menarche*

RINGKASAN

Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember; Ratih Ayuningtyas, 062310101002; 2012; 88 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Kata kunci: Status gizi, Pubertas, *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). Umur *menarche* yang semakin menurun ini dapat menyebabkan masalah remaja misalnya kehamilan diluar nikah.

Faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di antaranya adalah status gizi, sosial ekonomi, kelainan fisik, audio visual, lingkungan sosial dan genetik. Status gizi remaja dapat ditentukan dengan memperhitungkan berat badan dan tinggi badan. Indeks massa tubuh merupakan rasio berat badan dengan tinggi badan kuadrat (BB/TB^2), yang dinyatakan dalam tabel normogram. Batasan IMT orang dewasa dan anak-anak berbeda. Pada anak-anak IMT didasarkan pada usia dan dibedakan berdasarkan jenis kelamin karena pertumbuhan keduanya berbeda. IMT menurut usia dan jenis kelamin digunakan pada anak-anak usia 2-20 tahun, dan kemudian IMT dimasukkan dalam grafik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember. Jenis penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di UKS SMP Negeri 1 Jember dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 60 rsiswi. Penelitian ini menggunakan uji statistik T *independen*.

Hasil analisis univariat didapatkan bahwa rata-rata umur responden $12,9 \pm 0,752$ tahun, 52 siswi (86,7%) dengan pendapatan orang tua $> \text{Rp } 920.000,-$, 38 siswi (63,3%) tidak pernah menonton film/DVD/VCD orang dewasa dan tidak pernah membaca buku bacaan/majalah/tabloid orang dewasa, 23 siswi (38,3%) dengan status gizi lebih, dan rata-rata usia *menarche* $11,38 \pm 1,833$ tahun. Analisis bivariat menggunakan uji T *independen*. Berdasarkan pengolahan data melalui SPSS, didapatkan bahwa p value $(0,062) > \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 gagal ditolak. Kesimpulannya adalah tidak ada hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember.

PRAKATA

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember”. Penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian proposal ini, terutama kepada:

1. dr. Sujono Kardis, Sp.KJ selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan;
2. Iis Rahmawati, S.Kp, M.Kes selaku dosen pembimbing utama dan Ns. Ratna Sari Hardiani, M.Kep selaku dosen pembimbing anggota yang telah memberikan motivasi, bimbingan dan arahan dalam mengerjakan skripsi ini;
3. Ns. Dodi Wijaya, M.Kep, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan masukan demi kesempurnaan skripsi ini;
4. Seluruh mahasiswa PSIK khususnya angkatan 2006 yang selalu memberikan dukungan demi terselesaikannya penelitian ini;
5. Semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan bagi kita semua.

Aamiin.

Jember, November 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PEMBIMBINGAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERNYATAAN	vi
LEMBAR PENGESAHAN	vii
ABSTRAK	viii
RINGKASAN	ix
PRAKATA	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti	8
1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan	8
1.4.3 Manfaat Bagi Keperawatan	9
1.4.4 Manfaat Bagi Masyarakat	9

1.5 Keaslian Penelitian	9
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Definisi Gizi	11
2.2 Status Gizi	11
2.2.1 Definisi Status Gizi	11
2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	12
2.2.3 Macam-macam Status Gizi	15
2.2.4 Cara Penilaian Status Gizi	16
2.2.5 Indeks Antropometri	18
2.3 IMT (Indeks Massa Tubuh)	20
2.4 Menstruasi	25
2.4.1 Definisi Menstruasi	25
2.4.2 Mekanisme Menstruasi	25
2.5 Menarche	27
2.5.1 Definisi <i>Menarche</i>	27
2.5.2 Mekanisme <i>Menarche</i>	28
2.5.3 Usia <i>Menarche</i>	29
2.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Usia <i>Menarche</i>	31
2.6.1 Status gizi	31
2.6.2 Sosial Ekonomi	32
2.6.3 Kelainan Fisik	33
2.6.4 Sering Terpapar Informasi Melalui Audio Visual	33
2.6.5 Lingkungan Sosial	34
2.6.7 Genetik	34
2.7 Hubungan antara Status Gizi dengan Usia <i>Menarche</i>	35
2.8 Kerangka Teori	37

BAB 3. KERANGKA KONSEP	38
3.1 Kerangka Konsep	38
3.2 Hipotesa Penelitian	39
BAB 4. METODE PENELITIAN	40
4.1 Jenis Penelitian	40
4.2 Populasi dan Sampel	40
4.2.1 Populasi	40
4.2.2 Sampel	41
4.2.3 Teknik Sampling	41
4.2.4 Kriteria Subjek Penelitian	41
4.3 Tempat Penelitian	42
4.4 Waktu Penelitian	42
4.5 Definisi Operasional	42
4.6 Pengumpulan Data	44
4.6.1 Sumber Data	44
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data	44
4.6.3 Alat/Instrumen Pengumpulan Data	44
4.7 Rencana Pengolahan Data dan Analisa Data	45
4.7.1 <i>Editing</i>	45
4.7.2 <i>Coding</i>	45
4.7.3 <i>Processing/Entry</i>	45
4.7.4 <i>Cleaning</i>	45
4.8 Analisa Data	46
4.8.1 Analisa Univariat	46
4.8.2 Analisa Bivariat	46
4.9 Etika Penelitian	47

BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN	49
5.1 Hasil Penelitian	49
5.1.1 Analisis Univariat	49
5.1.2 Analisis Bivariat	54
5.2 Pembahasan	55
5.2.1 Karakteristik Siswi SMP Negeri 1 Jember Berdasarkan Umur, Kelas, Sosial Ekonomi dan Keterpaparan Informasi Audio Visual	55
5.2.2 Status Gizi Siswi SMP Negeri 1 Jember	57
5.2.3 Usia <i>Menarche</i> Siswi SMP Negeri 1 Jember	59
5.2.4 Hubungan Status Gizi dengan Usia <i>Menarche</i> pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	61
5.3 Keterbatasan Penelitian	64
5.3.1 Rancangan Penelitian	64
BAB 6. SIMPULAN DAN SARAN	65
6.1 Simpulan	65
6.2 Saran	66
6.2.1 Bagi Peneliti	66
6.2.2 Bagi Institusi Pendidikan	66
6.2.3 Bagi Keperawatan	66
6.2.4 Bagi Masyarakat	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 Grafik IMT/U Anak Perempuan (usia 2-20 tahun)	23
Gambar 2.8 Kerangka Teori	37
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	38

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia	21
Tabel 2.2 Standar WHO untuk IMT Menurut Umur Remaja Putri	24
Tabel 4.1 Definisi Operasional	43
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Umur Responden pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	50
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Kelas Responden pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	51
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Pendapatan Orang Tua Perbulan pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	51
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Keterpaparan Informasi melalui Audio Visual pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	52
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	53
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia <i>Menarche</i> pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	53
Tabel 5.7 Analisis Hubungan Status Gizi dengan Usia <i>Menarche</i> pada Siswi SMP Negeri 1 Jember	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar <i>Informed</i>	73
Lampiran 2. Lembar <i>Consent</i>	74
Lampiran 3. Karakteristik Responden	75
Lampiran 4. Alat Ukur Variabel Dependent	76
Lampiran 5. Alat Ukur Variabel Independent	77
Lampiran 6. SOP	78
Lampiran 7. Hasil Analisis Data	81
Lampiran 8. Surat Rekomendasi	87
Lampiran 9. Lembar Konsultasi	92
Lampiran 10. Dokumentasi	95

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa pubertas merupakan tahapan yang penting dalam perkembangan seksualitasnya, tidak ada batasan waktu yang tegas mengenai masa peralihan antara masa kanak-kanak menjadi dewasa ini, tetapi pada wanita umumnya masa pubertas dimulai pada saat usia 8-14 tahun dan berlangsung kurang lebih selama 4 tahun. Gizi seorang anak bertambah baik maka masa pubertasnya dapat terjadi lebih cepat. Pubertas berakhir pada saat ovarium sudah berfungsi secara mantap dan teratur (Proverawati, 2009).

Masa pubertas ditandai dengan pertumbuhan badan yang cepat, menstruasi pertama (*menarche*), perubahan psikis dan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder seperti tumbuhnya rambut pada daerah kemaluan (pubis) dan pembesaran payudara. Perubahan tersebut sebagian besar terjadi karena pengaruh peningkatan hormon estrogen yang dihasilkan oleh indung telur yang sudah mulai berfungsi. Pertumbuhan tubuh yang sangat pesat ini juga dipengaruhi oleh hormon androgen yang kira-kira secara bersamaan dihasilkan oleh kelenjar anak ginjal. Hormon ini memegang peranan dalam pertumbuhan badan (Proverawati, 2009).

Hormon estrogen juga berpengaruh pada pertumbuhan alat kelamin dalam dan alat kelamin luar. Masa pubertas alat kelamin dalam dan alat kelamin luar lambat laun tumbuh baik bentuk dan sifatnya seperti pada masa dewasa. Androgen dilepaskan selama *adrenarche* yang biasa menyebabkan sekresi hormon pubertas. Peningkatan estrogen menyebabkan *thelarche* (misalnya perkembangan payudara, suatu indikator yang dapat diamati atau sekresi estrogen (Proverawati, 2009).

Hormon estrogen dan progesteron merupakan salah satu hormon steroid kelamin, karena mempunyai struktur kimia berintikan steroid yang secara fisiologik sebagian besar diproduksi oleh kelenjar endokrin sistem produksi wanita, keduanya disintesis di dalam ovarium terutama dari kolesterol yang berasal dari darah, walaupun dalam jumlah kecil juga diperoleh dari asetil koenzim A, suatu molekul multiple yang dapat berkombinasi untuk membentuk inti steroid yang tepat (Guyton, 2007).

Biben (dalam Pikiran Rakyat, 2011) menyatakan bahwa hormon utama yang berperan terhadap kejadian pubertas dikeluarkan oleh kelenjar di otak yang menstimulasi tumbuh kembang remaja masa pubertas, hormon tersebut antara lain FSH (*follicle stimulating hormone*), hormon pertumbuhan (GH) yang menstimulasi indung telur untuk menghasilkan hormon estrogen dan progesteron demikian pula terhadap kelenjar adrenal yang terutama menghasilkan androgen/testosteron. Hormon-hormon ini umumnya menyebabkan perangsangan terhadap semua organ reproduksi seperti payudara, rahim, indung telur, vagina. Hormon-

hormon ini juga menstimulasi awal terjadinya proses haid pertama (*menarche*) pada remaja perempuan.

Menstruasi atau *menarche* terjadi sekitar 2 tahun setelah terjadi perubahan pubertas pertama, kira-kira 9 bulan setelah kecepatan pertambahan tinggi badan mencapai puncaknya. Rentang usia normal terjadinya *menarche* biasanya adalah 10,5 sampai 15 tahun, dengan usia rata-rata yaitu 12 tahun 9,5 bulan pada remaja putri Amerika Utara (Wong, 2008). Usia *menarche* dapat menggambarkan aspek kesehatan dalam suatu populasi, terutama mengenai kematangan seksual perempuan (Ofuya, 2007).

Faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di antaranya adalah status gizi, sosial ekonomi, kelainan fisik, audio visual, lingkungan sosial dan genetik (Proverawati, 2009). Protein merupakan salah satu zat gizi yang sangat dibutuhkan tubuh sebagai zat pembangun. Protein dapat berupa enzim dan hormon yang sangat berguna sebagai katalis dan pengatur metabolisme serta sintesis berbagai bagian penting dalam tubuh. Protein terutama dibutuhkan oleh mereka yang sedang dalam masa pertumbuhan, seperti pada masa remaja. Remaja memerlukan lebih banyak protein dibandingkan mereka yang telah melewati masa remaja. Protein yang mereka konsumsi mempengaruhi produksi somatopedin, yaitu suatu fasilitator pertumbuhan yang diproduksi oleh hati sebagai hormon pertumbuhan (*growth hormone*) yang berfungsi sebagai penggerak utama kematangan seksual. Protein juga berfungsi dalam sintesis beberapa hormon yang penting bagi remaja putri, yaitu hormon estrogen, progesteron, hormon lutinasi (*luteinizing hormone/LH*) dan hormon perangsang folikel (*folikel stimulating*

hormone/FSH) yang berperan ketika mereka memasuki masa pubertas, yaitu masa menstruasi awal yang dikenal dengan istilah *menarche* (Wirahadikusumah, 1989 dalam Salirawati, 2010).

Kelebihan konsumsi karbohidrat dan lemak juga dapat memicu terjadinya menstruasi (*menarche*) dini akibat kelebihan berat badan (*obesitas*). Penelitian yang dilakukan Dr. Rajalaksmi Laksana dari Universitas Cambridge menyatakan sebagian besar kasus menstruasi dini berkaitan dengan jumlah lemak di dalam tubuh perempuan (Salirawati, 2010).

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. 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. Survey 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.

Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang besar dari penduduk dunia. Menurut WHO (1995) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 10-19 tahun. Rata-rata 900 juta remaja berada di Negara sedang berkembang. Tahun 2008 jumlah remaja di Indonesia diperkirakan sudah mencapai 62 juta jiwa (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2011).

Menurut Biro Pusat Statistik (2010) di Kabupaten Jember kelompok umur 10-19 tahun adalah terdiri dari 50,1% remaja laki-laki dan 49,9% remaja perempuan.

Studi pada 1166 remaja putri umur 12-16 tahun di Inggris menunjukkan usia *menarche* adalah 12 tahun 11 bulan, dibandingkan 20-30 tahun yang lalu 6 bulan. Studi yang dilakukan di Amerika juga menunjukkan adanya penurunan usia *menarche* 1-3 bulan per dekade. Selama 20 tahun terakhir ini di Moscow, usia *menarche* meningkat dari 12 tahun 6 bulan menjadi 13 tahun. Remaja putri di Yunani dan Kanada, terutama bagi mereka yang berbadan kurus dan aktivitas yang tinggi (Kabir, 2007).

Penelitian di Indonesia, menurunnya umur *menarche* terjadi pula di daerah Yogyakarta, dari 562 remaja Jawa di Yogyakarta (300 perempuan dan 262 laki-laki), usia berkisar antara 11-18 tahun menunjukkan bahwa rerata tinggi dan berat badan serta usia *menarche* remaja Yogyakarta yang diukur tahun 2005 lebih besar dengan usia *menarche* lebih muda dibanding remaja Yogyakarta 23 tahun yang lalu. Tinggi dan berat badan serta usia *menarche*: 7,37 cm (5,1%), 9,21 kg (26,1%) dan 16,6 bulan (10,6%) (Rahmawati *et al*, 2005). Penurunan usia *menarche* ini mungkin disebabkan oleh peningkatan sosial ekonomi, status gizi dan peningkatan kondisi kesehatan secara umum (Bagga, 2000).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada lokasi penelitian yaitu SMP Negeri 1 Jember, menunjukkan jumlah siswa yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 581 siswi, dengan 527 siswi sudah mengalami menstruasi. Peneliti menemukan data dari 20 orang remaja putri sebagai berikut: 5% remaja putri mengaku bahwa mereka telah mengalami *menarche* pada usia 7 tahun, 15% siswi

mengalami *menarche* pada usia 9 tahun, 30% siswi mengalami *menarche* pada usia 10 tahun, dan 35% siswi mengalami *menarche* pada usia 11 tahun, serta 15% mengalami *menarche* pada usia 12 tahun.

Menurunnya usia *menarche* ini terdapat implikasi negatif terhadap kesehatan anak remaja dan membingungkan karena remaja merupakan sumber daya manusia yang penting. Implikasinya antara lain adalah meningkatnya resiko kanker payudara. Usia *menarche* pada awalnya diobservasi bersamaan dengan obesitas tipe abdominal serta peningkatan insulin, testosteron dan *insulin-like growth factor 1*, yang bertindak sebagai faktor pertumbuhan untuk proliferasi jaringan kelenjar mama dan mempromosi karsinogenesis kelenjar mama. Implikasi kesehatan yang lainnya adalah penyakit kardiovaskular serta gangguan metabolik atau gangguan psikologi (Karapanou dan Papadimitriou, 2010).

Kecenderungan usia *menarche* yang semakin dini juga berimplikasi pada resiko terjadinya kehamilan pada usia yang lebih muda (Silva, 2005; Rah dkk, 2009) dan perpanjangan waktu persalinan (MacKibben, 2003). Usia *menarche* yang terlalu cepat pada sebagian remaja putri dapat menimbulkan keresahan karena secara mental mereka belum siap. Menstruasi juga berarti pengeluaran zat besi, yang mana pada setiap siklus menstruasi sekitar 4 mg zat besi dikeluarkan. Seorang remaja putri mengalami *menarche* 1 tahun lebih awal maka dia akan kehilangan zat besi sebanyak 48 mg lebih banyak (MacKibben, 2003).

Rata-rata usia *menarche* juga bisa dijadikan patokan untuk menentukan abnormalitas dalam *menarche*. Seseorang dikatakan mengalami pubertas prekoks (lebih cepat dari normal) apabila *menarche* terjadi di bawah usia 8 tahun dan

mengalami pubertas tarda (terlambat) bila *menarche* terjadi di atas usia 18 tahun, keadaan tersebut merupakan keadaan patologis akibat gangguan aksis hipotalamus, hipofisis dan ovarium. Usia *menarche* yang terus menurun bisa jadi patokan usia untuk pubertas patologis juga perlu mengalami penyesuaian (Uche-Nwachi *et al*, 2007).

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat menunjukkan data terjadinya penurunan usia *menarche*, sehingga menarik minat peneliti untuk mengetahui lebih jauh mengenai hubungan antara status gizi dan status *menarche* pada siswi di SMP Negeri 1 Jember. Responden dalam penelitian adalah siswi SMP karena peneliti mengasumsikan umur *menarche* siswi SMP dan SD tidak jauh berbeda. Pemilihan sekolah SMP Negeri 1 Jember sebagai lokasi penelitian karena sekolah tersebut merupakan salah satu SMP Negeri di daerah perkotaan yang memiliki jumlah siswi yang cukup banyak, yaitu 581 orang dengan jumlah siswi yang sudah mengalami menstruasi sebesar 527 orang. Populasi yang banyak tersebut diharapkan akan mendapat jumlah sampel yang cukup banyak pula, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, terdapat rumusan masalah yaitu apakah ada “Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah menganalisis hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi karakteristik siswi SMP Negeri 1 Jember.
- b. Mengidentifikasi status gizi pada siswi SMP Negeri 1 Jember.
- c. Mengidentifikasi usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember.
- d. Mengidentifikasi hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu ilmu yang dapat diperoleh peneliti khususnya mengenai status gizi dan usia terjadinya *menarche*, serta sebagai bahan pertimbangan untuk peneliti selanjutnya terutama di bidang keperawatan anak.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat dimasukkan ke dalam kurikulum baru untuk mata ajaran mengenai kesehatan reproduksi bagi siswi dalam rangka mempersiapkan mereka menuju remaja sepenuhnya khususnya pada siswi di SMP Negeri 1 Jember.

1.4.3 Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang usia terjadinya *menarche* dan status gizi pada remaja putri khususnya di Jember sehingga dapat dijadikan informasi dasar dalam melakukan asuhan keperawatan selanjutnya sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan anak.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Penelitian ini 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*.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember berdasarkan pada penelitian sebelumnya. Penelitian dilakukan oleh Sri Mulyani (2008) yang berjudul “Hubungan tingkat kecukupan gizi dan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMK Trunojoyo Jember tahun 2008”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan gizi dan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMK Trunojoyo Jember. Variabel yang digunakan yaitu variabel tergantung siklus menstruasi dan variabel bebasnya adalah tingkat kecukupan gizi dan status gizi (IMT). Jenis penelitian *analitik observasional* menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik *stratified random sampling*, dengan

jumlah responden 76 siswi. Data dianalisis dengan uji statistik menggunakan *korelasi spearman*.

Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti sekarang berjudul “Hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 1 Jember”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik atau metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan jumlah sampel 60 siswi. Data dianalisis dengan uji statistik menggunakan uji T *independen*.

Berdasarkan penjelasan penelitian sebelum dan penelitian yang akan dilakukan terdapat perbedaan. Variabel tergantung pada penelitian terdahulu siklus menstruasi dan pada penelitian sekarang usia *menarche*. Penelitian terdahulu pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*, dengan jumlah sampel 76 responden sedangkan teknik pengambilan sampel pada penelitian sekarang adalah *simple random sampling* dengan jumlah sampel 60 responden. Penelitian terdahulu data dianalisis dengan uji statistik menggunakan *korelasi spearman* dan untuk penelitian sekarang data dianalisis dengan uji statistik menggunakan uji T *independen*.