

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) (2016) remaja adalah mereka yang berusia sekitar 10 hingga 14 tahun (remaja muda atau *young adolescent*) yang mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang memerlukan perlindungan dan perhatian. (Proverawati, 2009 dalam Anisaul,2017)

Masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus karena sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa (Soetjningsih, 2010 dalam Amelia, 2017).

Pubertas pada perempuan ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*), perubahan psikis, perubahan fisik yang diikuti perkembangan ciri-ciri seksual sekunder, seperti pembesaran payudara dan tumbuhnya rambut halus pada daerah kemaluan (*pubis*). (Proverawati, 2009 dalam Rummy,et all 2017).

Hidup modern menyebabkan gaya hidup yang tidak sehat diyakini sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi penurunan rata-rata usia *menarche*. Hal ini dikarenakan kemajuan peradaban diikuti pula dengan perubahan-perubahan pada manusia, mulai dari perubahan pola makan sampai perubahan pola hidup. Percepatan usia *menarche* dapat memperbesar peluang terjadinya *hiperplasia endometrium*, kanker uterus dan kanker payudara yang dihubungkan dengan *menarche* dini dengan alasan hormonal, dalam hal ini

lebih didominasi oleh *estrogen* (Swart, 2011).

Penurunan usia *menarche* dapat menjadi faktor risiko yang menentukan status gizi dan kondisi kesehatan saat dewasa (Day FR, et al 2017). Beberapa penelitian menyebutkan, *menarche* dini berhubungan dengan peningkatan kejadian sindrom metabolik (Chang, 2015), obesitas (Berenjy, 2008), penyakit kardiovaskuler (Dreyfus, 2015), penyakit hati non-alkoholik (Ryu S, 2015) dan asma (lieberoth, 2015).

Kejadian *menarche* dini berhubungan dengan peningkatan *growth hormone/IGF-1* secara progresif. Semakin tinggi level IGF-1 maka akan meningkatkan penumpukan lemak tubuh dan sel *adiposity* yang lebih besar ( Thankamony, 2016 dalam Anissa, 2017).

Menurut data riskesdas 2018 mengatakan bahwa Denpasar termasuk Kabupaten/Kota dengan masalah obesitas tertinggi di Bali sesuai Prevalensi Status Gizi (IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun serta untuk Prevalensi Status Gizi (IMT/U) pada remaja umur 13-15 tahun, Denpasar termasuk masalah Obesitas tertinggi kedua setelah Badung. menurut penelitian syarifah, et al menunjukkan bahwa tingkat konsumsi *junk food* tertinggi adalah golongan pelajar yaitu sebesar 83,3%. Dengan mengkonsumsi *junk food* secara terus menerus akan menyebabkan gizi lebih yang akan berdampak pada pubertas dini, karena *junk food* mengandung kadar gula, lemak dan kalori yang tinggi.(Amita, 2017)

Adapun hasil penelitian Ni Putu Amita Pratiwi (2017) yang dilakukan di 4 Sekolah Dasar di kota Denpasar menunjukkan 32,84% responden mengalami

*menarche* dini (<12 tahun). Seluruh Responden dengan status gizi gemuk dan sebagian besar sering mengonsumsi makanan dan minuman *junk food* mengalami *menarche* pada usia dini. Responden yang kurang aktif melakukan aktivitas fisik lebih banyak yang mengalami *menarche* dini dibanding responden aktif.

Menurut penelitian Anisaul 2017 semakin tinggi persen lemak tubuh, maka semakin dini usia menstruasi. Adanya hubungan antara dua variabel tersebut karena disebabkan keterkaitan antara persen lemak tubuh dengan status gizi. Jaringan lemak tubuh dalam mempengaruhi permulaan pubertas dikaitkan dengan kadar *leptin* yang disekresi oleh kelenjar *adipose*.( Hendri, et al. 2009)

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Nurrahmaton, 2020 di SMP Amanah Medan menunjukkan dari 33 sampel (100%) yang memiliki gaya hidup tidak baik sebanyak 23 sampel (69.7%) dan yang baik 10 (30.3%), sedangkan yang mengalami *menarche* dini sebanyak 18 sampel (54.6%) dan yang mengalami *menarche* normal sebanyak 15 sampel (45.5%).

Penelitian Adila, (2016) juga menunjukkan siswi yang status gizinya obesitas dan gemuk rata-rata usia *menarchenya* lebih cepat daripada siswi yang status gizinya normal dengan rata-rata persen lemak tubuh sampel adalah 23,16% dan hasil bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT/U dan persen lemak tubuh dengan status *menarche*.

Kenaikan berat badan merupakan faktor yang berkaitan dengan awal kematangan seksual pada remaja maupun dewasa muda. Beberapa penelitian

menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *menarche* sebelum usia 12 tahun memiliki berat badan yang lebih besar dibandingkan dengan remaja yang mengalami *menarche* pada usia normal (Nababan, 2016).

Dari latar belakang diatas saya sebagai peneliti masih melihat adanya masalah terkait usia *menarche* sesuai dengan hasil penelitian terdahulu dimana masih ditemukannya remaja yang mengalami *menarche* dini dan keterlambatan *menarche*. Denpasar merupakan kota dari Provinsi Bali dimana lingkungan Denpasar sudah terkena dampak dari lingkungan luar, salah satunya di bidang makanan. Makanan yang sering ditemui di wilayah Denpasar yaitu *junk food*, dijelaskan diatas bahwa *junk food* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi usia *menarche*. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan jenis dan jumlah konsumsi *junk food*, dengan status gizi dan usia *menarche*.

Sampel pada penelitian ini adalah 106 siswi SMP Negeri 10 Denpasar. Lokasi SMP Negeri 10 Denpasar peneliti pilih karena strategis berada di pusat kota dan banyak akses untuk mendapatkan *junk food*, dimana dapat dilihat terdapat KFC, MCD,Chattime, J.Co dan di kantin sekolah terdapat soft drink dan mie instant .

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalahnya yaitu sebagai berikut : “ Apakah ada hubungan Jumlah dan Jenis konsumsi *junk food*, dengan status gizi dan usia *menarche* pada siswi di SMP Negeri 10 Denpasar?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum :

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan jumlah dan jenis konsumsi *junk food* dengan status gizi dan usia *menarche* pada siswi di SMP Negeri 10 Denpasar.

#### 2. Tujuan Khusus :

Adapun tujuan khusus dalam penelitian meliputi :

- a. Menghitung jumlah konsumsi *junk food* pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.
- b. Mengidentifikasi jenis konsumsi *junk food* pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.
- c. Menentukan status gizi pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.
- d. Mengidentifikasi usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.
- e. Menganalisis hubungan antara jumlah konsumsi *junk food* dengan status gizi pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.
- f. Menganalisis hubungan antara jenis konsumsi *junk food* dengan status gizi pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.
- g. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Secara teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi tambahan bagi peneliti yang relevan
- b. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi para pembaca yang ingin mengetahui hubungan antara jumlah dan jenis konsumsi *junk food*, kaitannya dengan status gizi dan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar.

2. Secara praktis
  - a. Bagi anak sekolah menengah pertama sebagai pendidikan dan bahan masukan untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya jumlah dan jenis konsumsi *junk food*, kaitannya dengan status gizi dan usia *menarche*
  - b. Bagi Sekolah dimana sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memiliki peran dalam memberikan informasi, tidak hanya ilmu pengetahuan formal melainkan pendidikan kesehatan reproduksi juga diperlukan bagi siswa dan siswi untuk mempersiapkan mental menuju fase remaja, selain itu dapat menjadi bahan evaluasi terkait status gizi siswa pada instansi tersebut.
  - c. Bagi masyarakat yaitu penelitian ini sebagai bahan masukan untuk memantau pertumbuhan anak- anak khususnya saat memasuki masa peralihan antara anak-anak menjadi dewasa dengan memberikan informasi mengenai reproduksi dan *menarche*.

