BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era ini pola dan gaya hidup masyarakat Indonesia terutama kaum remaja sedang mengalami perubahan, seperti meningkatnya aktivitas kehidupan sosial sehingga membuat kaum remaja tidak menghiraukan pentingnya kesehatan. Salah satunya yaitu tidak memperhatikan kesehatan makanan yang akan dikonsumsi seperti sering makan di luar, sering jajan sembarangan, mengosumsi makanan cepat saji, tidak sempat makan pagi atau bahkan sama sekali tidak makan siang.

Menurut (Subarja, 2012) seorang pemerhati kesehatan mengatakan bahwa "Perubahan pada pola hidup dan pola makan telah menyebabkan maraknya muncul makanan-makanan yang tidak sehat atau lebih dikenal dengan sebutan *junk food*. Makanan yang termasuk dalam golongan *junk food* adalah semua makanan yang kandungan garam, gula, lemak dan kalorinya tinggi, tetapi kandungan mikro nutirennya seperti vitamin, mineral, asam amino, dan serat rendah.

Penelitian yang dilakukan Oktaviani (2012), menyebutkan bahwa sebanyak 43,75% remaja mempunyai kebiasaan konsumsi *junk food* dengan frekuensi >7 kali/minggu. Kebiasaan mengkonsumsi *junk food* ini berpengaruh terhadap peningkatan status gizi remaja.

Terdapat hubungan antara jumlah tertentu lemak tubuh dengan mulai berlangsungnya *menarche*. *Menarche* adalah haid pertama yang terjadi, yang merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil (Ambarwati, 2015). *Menarche* yang terjadi lebih dini biasanya disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu berat badan yang berlebihan.

Selain itu *menarche* dini berhubungan karena beberapa faktor yang meliputi genetik, konsumsi makanan, hormon, sosial ekonomi, keterpaparan media massa orang dewasa (pornografi), perilaku seksual dan gaya hidup. *Menarche* dini berhubungan dengan faktor gizi karena kematangan seksual dipengaruhi oleh nutrisi dalam tubuh remaja. Status gizi memiliki peran penting dalam pencapaian usia *menarche*, meningkatnya status gizi akan menurunkan usia *menarche*. Hal ini terlihat bahwa semakin tinggi IMT pada remaja putri, maka *menarche* akan semakin cepat. (Hardiningsih, 2013).

Selain status gizi, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi usia *menarche* seperti frekuensi konsumsi *junk food*. Penelitian yang dilakukan oleh Khasanah & Randa (2016) menunjukan bahwa ada hubungan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian *menarche*. Hasil penelitiannya menunjukan bahwa mengkonsumsi *junk food* lebih sering, maka akan mempercepat usia *menarche*.

Hal ini dapat diakibatkan karena kandungan gizi dalam *junk food* terutama kandungan lemak dan kalori yang dapat merangsang produksi hormon yang berperan dalam pematangan folikel dan pembentukan esterogen. Hormon esterogen inilah yang berperan dalam perkembangan tanda-tanda pubertas baik

primer maupun sekunder. Kebiasaan mengkonsumsi *junk food* mempengaruhi terjadinya *menarche* dini (Susanti,2012).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2010) usia anak yang mendapat *menarche* pada usia diatas 12 tahun yaitu sebanyak 61,8 % dengan rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun. Prevalensi anak yang mengalami menstruasi pada usia 12 tahun yaitu sebanyak 17,2%. Sedangkan prevalensi terjadinya *menarche* dini (usia *menarche* dibawah 12 tahun) yaitu sebanyak 5,2 %. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 15 orang siswi di SMP Dharma Praja Badung ternyata terdapat 8 orang siswi yang mengalami *menarche* dibawah 12 tahun.

Hasil penelitian Maidartati (2013) menyatakan bahwa saat menstruasi terjadi lebih awal, artinya semakin cepat remaja putri matang secara seksual dan semakin cepat pula timbul ketertarikan terhadap lawan jenis. Pada perempuan dengan usia *menarche* yang dini membuat panjang rentang usia reproduksi perempuan dan berdampak pada banyaknya anak yang dilahirkan (Riskesdas 2010). Sehubungan dengan masalah tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang frekuensi konsumsi *junk food*, status gizi dan usia *menarche* pada siswi SMP Dharma Praja Kabupaten Badung Provinsi Bali.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah frekuensi konsumsi *junk food*, status gizi dan usia *menarche* pada siswi SMP Dharma Praja Kabupaten Badung Provinsi Bali?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui frekuensi konsumsi *junk food*, status gizi dan sebaran usia *menarche* siswi SMP Dharma Praja Kabupaten Badung Provinsi Bali..

2. Tujuan khusus

a. Menghitung frekuensi konsumsi *junk food* pada siswi SMP Dharma Praja Badung.

b. Mengidentifikasi status gizi pada siswi SMP Dharma Praja Badung.

c. Mengidentifikasi usia *menarche* pada siswi SMP Dharma Praja Badung.

d. Menganalisis kecenderungan keterkaitan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan status gizi.

e. Menganalisis kecenderungan keterkaitan antara status gizi dengan usia *menarche*.

f. Menganalisis kecenderungan keterkaitan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan usia *menarche*.

D. Manfaat

1. Manfaat praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan menambah pengetahuan siswi SMP mengenai *junk food*, *menarche* dini,serta dapat dijadikan kebijakan program-program gizi.

2. Manfaat teoristis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah bahan bacaan khususnya tentang frekuensi konsumsi *junk food* dan kejadian *menarche* dini.