

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelebihan berat badan dan obesitas sudah menjadi epidemi bagi seluruh dunia, khususnya bagi negara Indonesia. Kelebihan berat badan dari tahun ke tahun selalu mengalami peningkatan yang signifikan terutama pada anak sekolah dan menjadi suatu masalah kesehatan yang harus segera diatasi (Nugraha, Relaksana, and Siregar 2021). Siswa sekolah dasar masih sering mengonsumsi jajanan tidak sehat, serta perkembangan teknologi seperti *gadget* dan adanya akses media sosial menyebabkan seseorang semakin malas untuk melakukan aktivitas fisik salah satunya adalah berolahraga. Kondisi tersebut tanpa disadari memicu terjadinya kelebihan berat badan. Gaya hidup yang tidak seimbang antara pola makan dan aktivitas akan mempengaruhi kesehatan dan menyebabkan kelebihan berat badan (Setiawati et al. 2019). Kondisi kelebihan berat badan memiliki konsekuensi berat termasuk diabetes dini, tekanan darah tinggi, masalah psikososial terkait stigma dan perundungan oleh anak lain, capaian pembelajaran yang lebih rendah dan lebih berisiko mengalami berbagai penyakit tidak menular namun mengancam nyawa saat dewasa. Misalnya, penyakit jantung, *stroke*, dan beberapa jenis kanker (United Nations Indonesia 2021).

Menarche merupakan menstruasi yang pertama kali terjadi akibat ovulasi (pelepasan sel telur) pada permulaan masa menstruasi. Studi epidemiologis mengungkapkan fenomena bahwa usia *menarche* di berbagai

belahan dunia semakin cepat. Penurunan usia *menarche* mencerminkan asupan gizi dan kesehatan umum yang lebih baik. Kemenkes melaporkan terjadi penurunan usia *menarche* di Indonesia dari rata-rata 14 tahun menjadi 12,8 tahun. Hal ini dikarenakan perubahan kondisi sosial ekonomi dan perubahan gaya hidup manusia terutama pola makan. Dampak dari *menarche* dini menjadi pemicu timbulnya sel kanker pada payudara karena stimulus estrogen terhadap pembelahan sel epitel atau karena estrogen dan metabolitnya bertindak sebagai mutagen. *Menarche* dini juga mempunyai resiko tinggi mengalami menopause dini yang meningkatkan seseorang mengalami kelainan jantung dan juga tulang (Kurnia 2020). Menurut WHO, *menarche* yang semakin dini memungkinkan remaja putri lebih cepat bersentuhan dengan kehidupan seksual yang memungkinkan remaja untuk hamil dan menjadi seorang ibu semakin besar. *Menarche* yang terlambat juga berdampak pada terlambatnya kematangan fisik, hormon maupun organ tubuh (Nurwiliani 2022).

Menurut hasil survei WHO tahun 2018, sekitar 155 juta anak dengan *overweight* di seluruh dunia, 30-45 juta anak mengalami obesitas. Di Indonesia, pada anak usia 5-12 tahun sebanyak 18,8% kelebihan berat badan (*overweight*) dan 10,8% mengalami obesitas (Kementerian Kesehatan RI 2018). Menurut Kemenkes RI (2018) umur kejadian *menarche* di Indonesia rata-rata terjadi pada umur 12,4 tahun dengan prevalensi 60%, usia 9-10 tahun 2,6% usia 11-12 tahun sebanyak 30,3% dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%. Sisanya mengalami *menarche* diatas usia 13 tahun (Hafidha 2020).

Peningkatan berat badan menyebabkan kadar leptin mempengaruhi maturasi oosit yang merangsang pematangan ovum yang dihasilkan ovarium dan mempengaruhi produksi GnRH. Perubahan sekresi GnRH menyebabkan sekresi kadar FSH dan LH berubah yang dapat mempengaruhi kejadian *menarche* (Fathin, Ardiania, and Fitrianti 2017). Berat badan juga memiliki peranan penting dalam siklus menstruasi, apabila terjadi kekurangan atau kelebihan dapat memunculkan gangguan siklus menstruasi. Jaringan lemak yang sedikit dalam tubuh dapat menyebabkan keterlambatan *menarche*, semakin banyak lemak semakin banyak pula kandungan esterogen yang diproduksi sehingga menyebabkan *menarche* lebih cepat terjadi. Kecepatan metabolisme tubuh tergantung pada keadaan gizi. Penambahan lemak selama pertumbuhan memberikan kontrol pada sekresi hormon GnRH, sehingga jaringan lemak menjadi sumber esterogen di luar hipofisis (Reswari 2012).

Upaya pemerintah dalam mewujudkan remaja sehat dengan pembentukan program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang bertujuan meningkatkan pelayanan kesehatan remaja yang berkualitas, pemanfaatan layanan puskesmas untuk pelayanan kesehatan reproduksi remaja dan meningkatkan keterampilan remaja dalam mencegah masalah kesehatan (Agustiani et al. 2022). Peran bidan dalam menangani remaja yang mengalami *menarche* dengan memberikan konseling tentang kesehatan reproduksi remaja sesuai UU No.28 Tahun 2017 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan (Kementerian Kesehatan RI 2017). Pendidikan kesehatan dan konsultasi mengenai kesehatan reproduksi perlu

diberikan, serta adanya rujukan untuk remaja yang berisiko kelebihan berat badan melalui kerja sama antara sekolah dengan Puskesmas di wilayah tersebut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan sebelumnya. Terdapat 24,7% dari 182 siswi yang mengalami *overweight* di MIN 1 Kota Malang. MIN 1 Kota Malang terletak di tengah perkotaan sehingga akses konsumsi makanan terutama *junkfood* sangat mudah, ditambah lagi dengan kecanggihan digital yang dapat memesan makanan melalui online. Tingkat sosial ekonomi wali murid pada sekolah ini termasuk ke dalam golongan menengah ke atas yang berpotensi terjadi perubahan pola makan dan minimnya aktivitas pada anak.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Overweight* dengan Usia *Menarche* ada Remaja Awal di MIN 1 Kota Malang”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan *Overweight* dengan Usia *Menarche* pada Remaja Awal di MIN 1 Kota Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *Overweight* dengan Usia *Menarche* pada Remaja Awal di MIN 1 Kota Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi remaja *overweight* di MIN 1 Kota Malang
- b. Mengidentifikasi usia *menarche* di MIN 1 Kota Malang
- c. Menganalisis hubungan *overweight* dengan usia *menarche* pada remaja awal di MIN 1 Kota Malang

1.4 Manfaat Penelitian

- a. Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi keilmuan dan dapat menjelaskan hubungan remaja *overweight* dengan usia *menarche*.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian dapat memberi pengetahuan remaja *overweight* dengan usia *menarche* pada remaja putri.

2) Bagi Institusi Tempat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi mengenai remaja *overweight* dengan usia *menarche*. Sehingga dapat digunakan sebagai tambahan materi dalam pemberian Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja terutama tentang *menarche*.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dan wawasan juga mengembangkan teori khususnya di bidang kebidanan. Serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

4) Bagi Responden/Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran remaja dan orang tua mengenai kelebihan berat badan (*overweight*) sehingga para remaja mendapatkan kesehatan yang optimal di masa mendatang.