

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah fase pertumbuhan dan perkembangan saat individu mencapai usia 10-19 tahun. Dalam rentang waktu ini terjadi pertumbuhan fisik yang cepat, termasuk pertumbuhan serta kematangan dari fungsi organ reproduksi (Tarwoto, et al., 2012). Perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja atau sering dikenal dengan istilah masa pubertas ditandai dengan datangnya haid pertama (*menarche*) pada wanita atau mimpi basah pada pria. Datangnya haid ini tidak sama pada setiap wanita. Ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapatkan menstruasi pertama kali, tetapi ada juga yang usia 8 tahun sudah memulai siklusnya. Bila usia 16 tahun baru mendapat menstruasi pun dapat terjadi (Proverawati&Misaroh, 2009). Masa ini merupakan periode yang sulit bagi remaja, disebabkan karena adanya perubahan fisik dan biologi serta perubahan tuntutan dari lingkungan sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri. Banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut, beberapa diantaranya adalah status gizi, gaya hidup, informasi media massa (Lestari, 2011).

Di Amerika Serikat tahun 2009, sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat *menarche*. Di India rata-rata usia *menarche* pada anak perempuan adalah 12,5 tahun, 24,92% *menarche* dini (10-11 tahun), 64,77% *menarche* ideal (12-13 tahun) dan 10,30% *menarche* terlambat (14-15 tahun). Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 menunjukkan rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun dengan usia *menarche* termuda di bawah 9 tahun dan tertua 20 tahun. Survei nasional menunjukkan rata-rata usia *menarche* kebanyakan wanita Indonesia adalah 12,96 tahun dengan penurunan 0,145 tahun per dekade. Kebanyakan anak perempuan Indonesia mendapatkan menstruasi pertamanya pada usia 12 tahun (31,33%), 13 tahun

(31,30%), dan 14 tahun (18,24%). Rata-rata usia *menarche* terendah berada di Yogyakarta (12,45tahun) dan yang paling tinggi terdapat di Kupang (13,86). Berdasarkan penelitian Nurillah Amaliah tahun 2012, dari 13.550 responden di Indonesia sebesar 48,2 persen sudah mengalami *menarche* pada usia rata-rata $12,39 \pm 1,08$ tahun (Fidriandkk, 2014). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SDN Sukun 2 Malang dengan cara wawancara tidak terstruktur pada bulan Juni tahun 2017, kepada 31 siswi kelas V dengan rata – rata usia 11 tahun, diperoleh data 7 siswi yang sudah mengalami *menarche*.

Usia untuk mencapai fase terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain gizi, informasi media massa dan gaya hidup (Lestari , 2011). Zat gizi mempunyai nilai yang sangat penting, yaitu untuk memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan yang sehat, terutama bagi mereka yang masih dalam pertumbuhan. Keadaan gizi gadis remaja dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik dan usia *menarche*. Dengan demikian perbedaan usia *menarche* sangat ditentukan berdasarkan keadaan status gizi. Semakin lengkap status gizinya, maka semakin cepat usia *menarche*. Kebiasaan perempuan remaja untuk makan tidak teratur juga berpengaruh, misalnya tidak sarapan, dan diet yang tidak terkendali. Gaya hidup juga berperan penting dalam menentukan usia *menarche*. Pada remaja yang mempunyai aktivitas olahraga tinggi, umumnya menstruasi pertama akan datang terlambat. Kondisi ini sering dialami oleh atlet putri atau penari. Di sisi lain, remaja putri yang memiliki pola makan sehat dan olahraga baik akan memperoleh *menarche* dengan normal dan baik. Selain itu, faktor lain terjadinya *menarche* disebabkan oleh rangsangan – rangsangan kuat dari luar yang salah satunya adalah melalui informasi media massa, baik cetak maupun elektronik. Kemajuan teknologi menyebabkan informasi yang makin cepat dalam berbagai hal. Kemajuan sistem informasi ini mempermudah remaja untuk menjangkau penerimaan informasi. Media massa memberikan banyak informasi dan pengaruh terhadap remaja melalui pesan yang disampaikan. Kemudahan itu seperti mengakses

media massa dewasa seperti majalah bergambar seks, film-film porno dan kemudahan mengakses internet akan mempercepat pematangan *hormone* seksual sehingga menyebabkan *menarche* terjadi lebih awal.

Secara psikologis, masa remaja adalah usia saat individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Usia saat anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua. Melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Selama masa remaja, tingkat perubahan sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan yang terjadi pada masa remaja memang beragam, tetapi ada perubahan yang terjadi pada semua remaja yaitu emosi yang tinggi. Salah satu cirri awal remaja adalah mereka memandang diri sendiri dan orang lain berdasarkan keinginannya, dan bukan berdasarkan kenyataan yang sebenarnya. Dan apabila dalam hal cita-cita yang tidak realistis ini dapat berakibat pada tingginya emosi. Dalam *menarche* kesiapan sangat penting bagi remaja putri. Kesiapan ini akan menjadikan remaja putri lebih dapat mengontrol emosinya ketika mengalami *menarche*. Terlebih lagi remaja putri yang siap dengan datangnya *menarche* akan memperhatikan personal hygienenya. Menurut Nurngaeni (2003) kesiapan dapat dilihat dari beberapa komponen, diantaranya adalah dilihat dari kemampuan (*skill*) menghadapi menstruasi. Kemampuan yang dimaksud adalah kemampuan dalam menjaga kebersihan diri seperti mengganti pembalut dan kebersihan alat kelamin atau *vulva hygiene*. Kesiapan juga dilihat dari segi social atau kemampuan menyesuaikan diri, subjek sadar dengan harus rajin ibadah, patuh kepada orang tua dan mandiri dan harus hati-hati dalam bergaul.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti berkeinginan untuk mengetahui “**Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Usia *Menarche* pada Siswi Kelas V di SDN Sukun 2 Malang**”.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana status gizi pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang saat mengalami *menarche*?

2. Bagaimana informasi media massa dewasa siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang?
3. Bagaimana gaya hidup (aktifitas olahraga) siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang sebelum mengalami *menarche*?
4. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi status gizi pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang saat mengalami *menarche*.
2. Mengidentifikasi informasi media massa dewasa pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang sebelum menghadapi *menarche*.
3. Mengidentifikasi gaya hidup atau aktifitas fisik olahraga siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang sebelum menghadapi *menarche*.
4. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Prodi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan bagi mahasiswa lain untuk dapat mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche*.

2. Bagi Siswa

Diharapkan dapat memberikan masukan dan menambah wawasan kepada siswi perempuan, bagi yang belum *menarche* bermanfaat untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche*. Bagi siswi yang sudah menghadapi *menarche* untuk lebih

mengetahui dan menambah wawasan mengenai faktor–faktor yang dapat mempengaruhi usia *menarche*.

3. Bagi Sekolah

Untuk dapat membantu dalam melakukan promosi kesehatan dan pengetahuan mengenai faktor–faktor yang mempengaruhi usia *menarche* sehubungan dengan kesiapan dan pengetahuan yang dimiliki siswi tersebut.