

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja atau masa *adolescence* adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan (Moersintowarti, 2002).

Jika dipandang dari aspek psikologis dan sosial, masa remaja adalah suatu fenomena fisik yang berhubungan dengan pubertas. Pubertas adalah suatu bagian yang penting dari masa remaja dimana yang lebih ditekankan adalah proses biologis yang pada akhirnya mengarah kepada kemampuan bereproduksi. Masa pubertas adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi percepatan pertumbuhan (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas, dan terjadi perubahan psikologis yang mencolok (Moersintowarti, 2002).

Masa remaja berlangsung melalui 3 tahapan yang masing-masing ditandai dengan isu-isu biologis, psikologis dan sosial, yaitu: masa remaja awal, menengah dan akhir. Yang dimaksud dengan masa remaja awal adalah periode dimana masa anak telah lewat dan pubertas dimulai, ditandai dengan peningkatan yang cepat dari pertumbuhan dan pematangan fisik. Pada anak perempuan biasanya terjadi antara umur 10-13 tahun sedangkan pada anak laki-laki 10,5-15 tahun. Masa remaja menengah ditandai dengan hampir lengkapnya pertumbuhan pubertas, timbulnya ketrampilan-ketrampilan berpikir yang baru, peningkatan pengenalan terhadap datangnya masa dewasa dan keinginan

tercapainya stadium ini sangat bervariasi, bisa berkisar antara umur 11-14 tahun pada anak perempuan dan 12-15,5 tahun pada anak laki-laki. Masa ini adalah masa perubahan dan pertumbuhan yang paling dramatis. Masa remaja akhir adalah tahap terakhir dari perkembangan pubertas. Umur kronologis pencapaian stadium ini seperti halnya pada stadium-stadium sebelumnya sangat bervariasi. Pada anak perempuan berkisar antara 13-17 tahun dan pada anak laki-laki antara 14-16 tahun. Masa remaja akhir ditandai dengan persiapan untuk peran sebagai orang dewasa, termasuk klarifikasi dari tujuan pekerjaan dan internalisasi suatu sistem nilai pribadi (Moersintowati, 2002).

Pada masa remaja terjadi perkembangan dari kemampuan reproduksi. Indikasi klinis yang pertama bahwa pubertas telah dimulai adalah pembesaran testes dan ovarium, yang terjadi kira-kira 1 tahun sebelum munculnya tanda pertama dari ciri-ciri seks sekunder (Moersintowati, 2002).

Pada perempuan, salah satu tanda dari perkembangan kemampuan reproduksi adalah dengan munculnya menstruasi pertama (*menarche*). *Menarche* adalah pembentukan atau permulaan menstruasi, sedangkan menstruasi adalah siklus discharge fisiologik darah dan jaringan mukosa melalui vagina dari uterus yang tidak hamil; dibawah kendali hormonal dan berulang secara normal, biasanya interval sekitar empat minggu, tanpa adanya kehamilan selama periode reproduktif (pubertas sampai menopause) pada wanita dan beberapa spesies primata (Dorland, 2002).

Pertumbuhan dan perkembangan remaja harus berlangsung secara utuh. Pada masa remaja ini tumbuh kembang berlangsung pesat baik fisik maupun psikologis. Untuk mengimbangi tumbuh kembang yang pesat ini anak harus mendapat perhatian termasuk nutrisi yang baik (Moersintowati, 2002).

Selama masa remaja terjadi kenaikan tinggi badan sekitar 20% tinggi dewasa

dengan persentase tertinggi terjadi selama 18-24 bulan yaitu pada masa pacu tumbuh. Umur saat dimulainya masa pubertas dan pencapaian puncak pacu tumbuh setiap individu berbeda, pada umumnya anak perempuan lebih cepat daripada anak laki-laki. Pertumbuhan melambat setelah maturitas seksual tercapai, dan akhirnya berhenti pada anak perempuan sekitar umur 18 tahun dan laki-laki 20 tahun. Sebagian besar pertumbuhan remaja perempuan setelah *menarche* tidak lebih dari 2-3 inchi (Moersintowati, 2002).

Selama masa pertumbuhan ini, komposisi tubuh juga mengalami perubahan. Pada masa pra-remaja, komposisi lemak tubuh pada anak laki-laki dan perempuan relatif sama, masing-masing 15% dan 19%. Tetapi pada masa remaja pertumbuhan lemak anak perempuan lebih pesat, sehingga pada waktu dewasa menjadi 22% pada perempuan 15% pada laki-laki (Moersintowati, 2002).

Salah satu masalah nutrisi yang sering muncul pada masa anak adalah obesitas. Obesitas atau kegemukan dari segi kesehatan merupakan salah satu penyakit salah gizi, sebagai akibat konsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya. Nabi Muhammad bersabda, makanlah selagi lapar dan berhentilah selagi kenyang. Angka kejadian obesitas terus meningkat, hal ini disebabkan perubahan pola makan serta pandangan masyarakat yang keliru bahwa sehat adalah identik dengan gemuk. Makin

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, perumusan masalah yang dapat di angkat yaitu :

1. Adakah hubungan antara onset *menarche* dengan timbulnya obesitas pada remaja putri
2. Adakah hubungan antara onset *menarche* dengan lingkaran pinggang remaja putri
3. Adakah hubungan antara onset *menarche* dengan rasio antara lingkaran pinggang dan lingkaran pinggul remaja putri

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

1.1 Mengkaji hubungan antara onset *menarche* dengan timbulnya obesitas pada remaja

### 2. Tujuan Khusus

1.1 Mengkaji apakah terdapat hubungan antara onset *menarche* dengan panjang lingkaran pinggang

1.2 Mengkaji apakah terdapat hubungan antara onset *menarche* dengan besar rasio antara lingkaran pinggang dan lingkaran pinggul

## D. Manfaat Penelitian

1. Bagi ilmu pengetahuan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu tentang hal-hal yang berpengaruh pada *menarche*

2. Diharapkan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan

3. Bagi peneliti, sebagai syarat kelulusan program studi S1 Fakultas Kedokteran Universitas Yogyakarta
4. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi untuk pengembangan penelitian

#### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang berhubungan dengan obesitas dan *menarche* antara lain :

1. Penelitian Maya Paramitha (2005)

Merupakan penelitian retrospektif yang mengkaji hubungan onset menarche dengan parameter antropometrik siswa SLTP 1 Sumbawa Besar.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara onset menarche dengan Indeks Masa Tubuh pada remaja putri siswa SLTP 1 Sumbawa Besar.

Hubungan kedua variable tersebut dipengaruhi oleh genetik.

2. Penelitian Fella Revinosha (2004)

Merupakan penelitian cross sectional yang mengkaji hubungan antara total tebal lipatan kulit trisepts, bisepts, subskapula, abdominal dan suprailiaka dengan usia menarche pada remaja putrid usia 13-16 tahun di SLTPN 3 Kabupaten Sleman.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan onset menarche berbanding terbalik dengan total tebal lipatan kulit.

Perbedaan penelitian-penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah penelitian ini merupakan penelitian retrospektif yang mengkaji hubungan parameter