

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa transisi kehidupan manusia dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yaitu mulai dari usia 10 hingga 19 tahun. Pada masa ini terjadi perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Masa remaja sangat penting untuk diperhatikan karena perubahan-perubahan tersebut memengaruhi kehidupan dalam pola perilaku, cara berpikir dan membuat keputusan, serta berinteraksi dengan sekitar (WHO, 2024). Perubahan fisik remaja dapat menyebabkan kebingungan, ragu, dan cemas akan dirinya sendiri, hal ini berdampak pada perilaku dan cara menyesuaikan diri (Widiastini et al., 2024).

Pubertas merupakan pematangan fisik remaja berupa kematangan seksual dan kemampuan bereproduksi. Usia rata-rata dimulainya pubertas pada perempuan antara usia 8 sampai 13 tahun, sedangkan pada laki-laki antara usia 9 hingga 14 tahun (Breehl & Caban, 2023). Pubertas diawali dengan masa praremaja dan diakhiri dengan kematangan seksual yang ditandai dengan perubahan biologis, fisik, dan psikologis (Soliman et al., 2022). Tanda pada perempuan berupa perkembangan payudara (*thelarche*), pertumbuhan rambut kemaluan (*pubarche*), dimulainya menstruasi (*menarche*), perkembangan ovarium, ukuran rahim, dan vagina. Pubertas pada laki-laki ditandai dengan peningkatan ukuran testis, *pubarche*, dan pertumbuhan ukuran penis (Breehl & Caban, 2023). Beberapa faktor yang dapat memengaruhi pubertas seperti etnis, sosial, psikologis, fisik, penyakit kronis, dan nutrisi (Widiastini et al., 2024).

Nutrisi adalah faktor penting yang memengaruhi waktu dan tempo pubertas. Kebutuhan kalori, protein, zat besi, kalsium, seng, dan folat meningkat dalam masa ini untuk memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kognitif (Soliman et al., 2022). Keseimbangan antara kebutuhan zat gizi dengan asupan makanan disebut dengan status gizi

(Putri et al., 2022). Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, status gizi dapat dikategorikan menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT) menurut Umur (IMT/U). Kategori status gizi meliputi gizi buruk (*severely thinness*), gizi kurang (*thinness*), gizi baik (normal), gizi lebih (*overweight*), dan obesitas (*obese*).

Beberapa masalah gizi yang terjadi pada remaja adalah gizi kurang (*underweight*), obesitas (*overweight*), dan anemia. Masalah gizi terbanyak pada remaja di Indonesia yaitu kekurangan energi protein (KEP), kekurangan energi kronis (KEK), anemia, kekurangan yodium, kekurangan vitamin A, dan obesitas. Data dari Riskesdas tahun 2018 yang menyebutkan bahwa 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun berstatus gizi perawakan pendek dan sangat pendek. Selain itu, 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun tercatat dengan status kurus dan sangat kurus. Prevalensi obesitas pada remaja sebanyak 16% pada rentang usia 13-15 tahun dan 13,5% pada rentang usia 16-18 tahun (Sabiah et al., 2023).

Menurut Christian & Smith (2018), beberapa faktor endokrin dapat dipengaruhi oleh keadaan kekurangan gizi yang menyebabkan keterlambatan sinyal untuk memulai pubertas. Keterlambatan ini disebabkan oleh pengaruh amplitudo *gonadotropin releasing hormone* (GnRH) yang menstimulasi pelepasan *leuteinizing hormone* (LH) dan *follicle stimulating hormone* (FSH) yang berperan dalam produksi hormon steroid seksual di ovarium dan testis. Faktor endokrin lain seperti hormon leptin dan ghrelin yang merupakan pengatur keseimbangan energi dan nafsu makan juga berperan dalam pubertas. Rendahnya konsentrasi hormon leptin dikaitkan dengan onset menstruasi yang terlambat. Sedangkan hormon ghrelin yang banyak diproduksi ketika kondisi kekurangan energi juga memengaruhi terhambatnya pelepasan GnRH. Hormon seksual tersebut sangat penting untuk pematangan seksual dan stimulasi pertumbuhan pada remaja. Pada laki-laki, hormon testosteron berperan dalam spermatogenesis,

karakteristik seksual sekunder, perubahan komposisi tubuh, pembentukan otot, dan perkembangan otak pada area dimorfik gender. Sedangkan peran hormon estrogen pada perempuan mempengaruhi pematangan reproduksi, perkembangan kelenjar susu, perubahan komposisi tubuh, mineralisasi dan penutupan lempeng tulang.

Menurut penelitian Arsyad et al. (2018) yang dilakukan pada tahun 2017 dengan metode wawancara kuesioner pertanyaan tertutup pada remaja putri usia 11-13 tahun di SDN 003 Loa Janan Ulu dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan ciri seksual sekunder pada remaja putri. Remaja yang mengalami *menarche* dini memiliki berat badan dan tinggi badan lebih besar dibandingkan remaja seusianya yang belum menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa asupan nutrisi memengaruhi kematangan seksual pada remaja putri, sehingga anak dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) tinggi akan mengalami maturitas seksual lebih awal (Arsyad et al., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Wijayati (2021) tentang hubungan kejadian *menarche* dengan status gizi pada remaja putri di MI Nururrisallah Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri dengan metode *cross sectional* menggunakan kuesioner, didapatkan hasil dari 70 responden terdapat 19 responden dengan status gizi tidak normal belum *menarche*, 7 responden dengan status gizi tidak normal sudah *menarche*, 38 responden dengan status gizi normal belum *menarche*, dan 6 responden berstatus gizi normal sudah *menarche*. Sehingga dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara kejadian *menarche* dengan status gizi remaja putri.

Pubertas atau *baligh* adalah masa penting yang menandai awal dari kewajiban menjalankan hukum syariat (taklif) Islam bagi seorang anak. Tanda-tanda *baligh* dalam fikih Islam adalah mimpi basah (*ihtilam*) pada laki-laki dan keluarnya darah haid (*menarche*) pada perempuan. Anak yang telah *baligh* dianggap telah mampu membedakan hal yang benar dan salah. Hal ini disebutkan dalam QS. An-Nur ayat 59, yang menjelaskan bahwa

anak-anak yang telah *baligh* harus mematuhi aturan sebagaimana orang dewasa. Oleh karena itu, kematangan seksual bukan hanya perubahan dalam aspek biologis, tetapi juga menandakan kesiapan moral dan spiritual seseorang (Syaiful et al., 2024a).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui hubungan antara status gizi dengan tingkat kematangan seksual pada usia pubertas pada remaja di SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana status gizi siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi?
2. Bagaimana status kematangan seksual siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi?
3. Apakah ada hubungan status gizi dengan kematangan seksual pada siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi?
4. Bagaimana pandangan Islam mengenai hubungan status gizi dengan kematangan seksual?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi dengan kematangan seksual pada siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui status gizi siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi.

2. Mengetahui tingkat kematangan seksual siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi.
3. Mengetahui hubungan status gizi dengan kematangan seksual pada siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II.
4. Mengetahui pandangan Islam mengenai hubungan status gizi dengan kematangan seksual pada siswa SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Mahasiswa

Menambah wawasan tentang status gizi remaja dan hubungannya dengan tingkat kematangan seksual.

1.5.2 Manfaat Bagi Universitas YARSI

Memberikan informasi dan data-data ilmiah mengenai hubungan status gizi dengan tingkat kematangan seksual pada siswa SD, serta dapat dijadikan referensi bagi Civitas Akademika Universitas YARSI.

1.5.3 Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai wadah pembelajaran untuk melakukan penelitian, mengasah keterampilan metodologi, menyusun laporan penelitian, dan menambah wawasan mengenai isu-isu kesehatan di masyarakat.

1.5.4 Manfaat Bagi Lokasi Penelitian

Meningkatkan kesadaran masyarakat terutama orang tua murid SD Al-Irsyad Al-Islamiyyah II Bekasi mengenai pentingnya gizi serta meningkatkan pendidikan seksual.