

Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche Dini

Tri Nili Sulayfiah¹, Mukhoirotin Mukhoirotin²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Email: mukhoirotin@fik.unipdu.ac.id

ABSTRACT

The development task of the age, menarche of age commonly occurred at the average of under 12 years old to 14 years old. The purpose of the present study was to analyze the factors related with the early menarche. The research design in this study used analytical descriptive with case control approach. The population in this study was 303 respondents, and 68 respondent was selected by simple random sampling (both in early menarche and normal menarche). The independent variable including social economy (income), adult mass media exposure, and lifestyle, the dependent variable was the incidence of early menarche. The data were collected by using questionnaire and the data were analyzed by using Chi Square statistical test with 5% significant level ($\alpha \leq 0.05$) and logistic regression. The results of this study showed that 76.5% of participant who have unhealthy lifestyle were experienced early menarche, and 67.6% of the participant who exposed of adult mass media were experienced early menarche. Moreover, 85.3% of the participant who have high income of their parent said that they got early menarche. Based on Chi Square test found that there were relationship between lifestyle ($p = 0.003$), mass media exposure ($p = 0.029$), high parent income ($P = 0.000$) and the prevalence of early menarche. The dominant factors associated with early menarche events in adolescents were income (OR = 24.433, 95% CI: 2.148-277.885). Early menarche was associated with the unhealthy lifestyle, adult mass media exposure, and has a high income of their parent. The female adolescent who got early menarche should have an efforts to prevent the impact of early menarche (risk of breast cancer, uterine myoma) by controlling ideal body weight, a low-fat diet, consuming fruits, vegetables and doing exercise.

KEYWORDS

Menarche; adolescent; lifestyle; adult mass media exposure; social economi

PENDAHULUAN

Menarche merupakan perubahan yang menunjukkan kematangan organ seksual pada remaja (Manuaba, 2009). Dengan berkembangnya zaman, usia menarche juga terjadi penurunan yang cukup signifikan yang sebelumnya dari rata-rata 14 tahun menjadi dibawah usia 12 tahun (Silva dalam Pujiani, 2012). *Menarche* dini dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit keganasan, seperti kanker payudara (Bustan, 2007), kanker serviks dan mioma uteri (Proverawati and Misaroh, 2009). Data WHO (World Health Organization) menunjukkan bahwa 16% remaja mengalami *menarche* dini, 64% tepat waktu dan 20% menarche terlambat (WHO, 2011). Sebuah

penelitian yang dilakukan di Tamale, Ghana pada tahun 2016 menunjukkan bahwa 11.26% remaja putri mengalami *menarche* kurang dari 12 tahun, 57.34% pada usia 12-14 tahun dan 31.4% pada usia 14 tahun ke atas (Ameade and Garti, 2016). Berdasarkan studi pendahuluan pada santri asrama Muzamzah-Chosyi'ah Pondok Pesantren Darul 'Ulum Jombang pada tanggal 13 November 2017, dari 26 responden didapatkan sebanyak 26.92% (7 santriwati) mengalami usia menarche kurang dari 12 tahun, 42.31% (11 santriwati) dengan usia *menarche* 12-14 tahun dan 30.77% (8 santriwati) belum mengalami *menarche*.

Menarche dapat terjadi karena beberapa faktor yang meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya organ reproduksi,

penyakit kronis, hormonal, dan status menarche ibu (genetic). Faktor genetik merupakan faktor yang tidak bisa dimodifikasi. Faktor eksternal adalah lingkungan (kediaman di kota atau desa), status gizi, sosial ekonomi (pendapatan keluarga), gaya hidup dan keterpaparan media massa, (Maulidiah, 2011) dalam (Wulandari, Aini and Astuti, 2015).

Faktor sosial ekonomi yang dicerminkan oleh pendapatan orang tua dapat mempengaruhi percepatan menarche secara signifikan. Seorang gadis remaja dengan keluarga status sosial ekonomi tinggi lebih mungkin mendapatkan nutrisi yang cukup dan kesehatan yang baik, sehingga akan mengalami *menarche* lebih cepat. Makin baiknya nutrisi mempercepat usia menarche. Anak perempuan dengan jaringan lemak yang berlebih, mengalami *menarche* lebih cepat dari pada anak kurus (Prawirohardjo, 2008). Selain itu, kemajuan teknologi menyebabkan berbagai informasi lebih mudah diakses. Kemajuan sistem informasi ini mempermudah remaja untuk menjangkau penerimaan informasi. Media massa memberikan banyak informasi dan pengaruh terhadap remaja melalui pesan yang disampaikan. Mudahnya mengakses media massa dewasa seperti majalah bergambar seks, film-film porno dan kemudahan mengakses internet akan mempercepat pematangan hormon seksual sehingga menyebabkan menarche dini (Syarif, 2010).

Salah satu upaya dalam pencegahan *menarche* dini yaitu mengendalikan berat badan ideal agar tidak berlebih atau overweight, melakukan diet rendah lemak dan mengonsumsi buah dan sayur (Handayani et al., 2013). Serta adanya pengawasan dari orang tua yang sangat diperlukan anak saat mengakses media (Syarif, 2010). Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *menarche* dini.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *Case Control* yaitu suatu penelitian dengan melakukan pengukuran pada variabel dependen terlebih dahulu (efek) sedangkan variabel independen ditelusuri secara retrospektif untuk menentukan ada tidaknya faktor (variabel independen) yang berperan (Nursalam, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri yang berada di Asrama Muzamamah-Chosyi'ah Pondok Pesantren Darul 'Ulum Peterongan Jombang sebanyak 303 responden. Jumlah sampel adalah 34 responden untuk kelompok kasus dan 34 responden untuk kelompok kontrol dengan menggunakan tehnik *simple randon sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data berupa kuesioner. Kuesioner untuk mengukur keterpaparan media massa dan gaya hidup disusun oleh peneliti dan sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada 30 remaja putri yang mempunyai karakteristik yang sama dengan responden penelitian. Hasil uji validitas dan reliabilitas didapatkan bahwa semua item pertanyaan adalah valid dengan rentang nilai koefisien korelasi (r) pada keterpaparan media massa dari 0.391 sampai 0.827 dan gaya hidup 0.467 sampai 0.844. Reliabel keterpaparan media massa dengan tingkat *Alpha Cronbach* 0.751 dan gaya hidup dengan tingkat *Alpha Cronbach* 0.751. Data dianalisis menggunakan uji *Chi Square* dan Regresi Logistik dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$.

HASIL

Responden yang mengalami menarche dini hampir seluruhnya dengan sosial ekonomi tinggi sebanyak 29 (85.3%) responden. Sedangkan responden yang mengalami menarche normal sebagian besar dengan sosial ekonomi sedang sebanyak 18 (52.9%) responden dan sebagian kecil dengan sosial ekonomi tinggi sebanyak 7 (20.6%) responden. Hasil uji korelasi *Chi Square* didapatkan nilai signifikan (p) sebesar 0.000 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna

antara sosial ekonomi dengan kejadian menarache. OR pada remaja putri yang memiliki sosial ekonomi tinggi dengan remaja putri yang memiliki sosial ekonomi sedang terhadap kejadian menarache adalah 14.5 dengan 95% CI (3.887-54.088). Sedangkan OR pada remaja putri

yang memiliki sosial ekonomi tinggi dengan remaja putri yang memiliki sosial ekonomi rendah terhadap kejadian menarache adalah 22.556 dengan 95% CI (2.438 - 38.516) (Tabel 1).

Tabel 1

No.		Menarache Dini		Menarache Normal		P value	OR
		N	%	N	%		
	A Sosio enomi						
1	Tinggi	29	85.3	9	26.5	0.000	14.5 (3.887 - 54.088)
2	Sedang	4	11.8	18	52.9		
3	Rendah	1	2.9	7	20.6		
	B Keterpaparan						
1	Terpapar	23	67.6	13	38.2	0.029	3.37 (1.24 - 9.15)
2	Tidak	11	32.4	21	61.8		
	C Gaya Hidup						
1	Tidak Sehat	26	76.5	13	38.2	0.003	5.25 (1.83 - 15.03)
2	Sehat	8	23.5	21	61.8		

Tabel 1 Responden yang mengalami menarache dini, sebagian besar terpapar media massa dewasa sebanyak 23 (67.6%) dan sebagian kecil tidak terpapar media massa dewasa sebanyak 11 (32.4%) responden. Sedangkan responden yang mengalami menarache normal, sebagian besar tidak terpapar media massa dewasa sebanyak 21 (61.8%) responden. Hasil uji korelasi *Chi Square* didapatkan nilai signifikan (ρ) sebesar 0.029 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara keterpaparan media massa dengan kejadian menarache. Kejadian menarache dini pada remaja putri yang terpapar media massa 3.37 kali dibandingkan dengan remaja putri yang tidak terpapar media massa.

Responden yang mengalami menarache dini hampir seluruhnya memiliki kebiasaan gaya hidup tidak sehat sebanyak 26 (76.5%) responden

dan hampir setengahnya memiliki gaya hidup sehat sebanyak 8 (23.5%) responden. Sedangkan responden yang mengalami menarache normal sebagian besar memiliki kebiasaan gaya hidup sehat sebanyak 21 (61.8%) responden. Hasil uji korelasi *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$ didapatkan nilai signifikan (ρ) sebesar 0.003 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara gaya hidup dengan kejadian menarache. OR pada remaja putri yang mempunyai kebiasaan gaya hidup tidak sehat dengan remaja putri yang mempunyai kebiasaan gaya hidup sehat terhadap kejadian menarache adalah 5.25 dengan 95% CI (1.83 - 15.03). Hal ini berarti bahwa remaja yang mempunyai gaya hidup tidak sehat, kejadian menarache dini 5.25 kali dibandingkan dengan remaja dengan gaya hidup sehat.

Tabel 2 Faktor Dominan yang berhubungan dengan Kejadian *Menarache*

Variabel	B	P Value	OR	95% CI
Sosial Ekonomi (1)	3.105	0.000	22.307	4.376 – 113.7
Sosial Ekonomi (2)	3.196	0.010	24.433	2.148 – 277.88
Media Massa	1.150	0.092	3.158	0.829 – 12.038
Gaya Hidup	2.085	0.006	8.046	1.831 – 35.358

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan variabel yang berhubungan bermakna dengan kejadian

menarache adalah sosial ekonomi (1), sosial ekonomi (2) dan gaya hidup dengan p value <

0.05. Sedangkan variabel keterpaparan media massa sebagai variabel pengontrol. Hasil analisis didapatkan OR paling besar adalah variabel sosial ekonomi (2) yaitu sosial ekonomi tinggi dibanding dengan sosial ekonomi rendah dengan 24.433 (95% CI: 2.148 - 277.88). Jadi variabel yang paling dominan berhubungan dengan kejadian menarche adalah sosial ekonomi, dimana remaja dengan sosial ekonomi tinggi angka kejadian menarche dini 24.433 kali dibandingkan dengan remaja dengan sosial ekonomi rendah.

PEMBAHASAN

Pendapatan merupakan salah satu indikator untuk mengukur sosial ekonomi (Santrock, 2007). Taraf hidup atau pendapatan yang cukup atau tinggi mempermudah orang tua dalam memenuhi kebutuhan remaja, sedangkan orang tua dengan pendapatan relatif rendah pada umumnya sulit untuk memenuhi segala kebutuhan (Notoatmodjo, 2009). Tingkat sosial ekonomi pada suatu keluarga akan mempengaruhi kemampuan keluarga menyediakan pangan rumah tangga yang berdampak pada kecukupan gizi keluarga, terutama gizi anak perempuan. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sosial ekonomi dengan kejadian menarche dini pada remaja putri. Responden yang mengalami menarche dini hampir seluruhnya dengan sosial ekonomi tinggi dan responden yang mengalami menarche normal sebagian besar dengan sosial ekonomi sedang dan sebagian kecil dengan sosial ekonomi tinggi. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan perempuan dari keluarga dengan pendapatan lebih tinggi mengalami menarche dini dibandingkan dengan perempuan dari keluarga dengan pendapatan rendah (Lusiana, 2012; Ameade and Garti, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara keterpaparan media massa dengan kejadian menarche dini pada remaja putri. Hal ini terjadi karena adanya

rangsangan-rangsangan yang mereka dapat dari menonton film-film yang bukan untuk kelompok umur mereka sehingga membuat reaksi-reaksi seksual pada remaja meningkat, dan mereka akan menjadi matang lebih cepat dibandingkan yang seharusnya. Tontonan yang mengarah pada sensualitas akan mempercepat pematangan hormone FSH sebagai akibat dari rangsangan ke otak. Hipotalamus bereaksi dengan kelenjar hipofisis yang selanjutnya mengeluarkan zat yang menghubungkan hormone dengan organ seks. Zat penghubung ini dinamakan *neurotransmitter*, yaitu zat kimiawi yang dihasilkan oleh impuls listrik yang berjalan menuju perpanjangan sel saraf, lalu membawa pesan di antara sinaps saraf dan menuruni *medulla spinalis* kesemua bagian tubuh. Vagina yang basah karena menonton film porno, melihat gambar pornografi atau mendengar suara bisikan dan rintihan atau sentuhan disebabkan karena pelepasan *neurotransmitter*. Pada wanita hormon estrogen dan progesteron yang ada didalam indung telur inilah yang mempengaruhi kematangan organ seks sekunder sehingga menyebabkan *menarche* (Himawan, 2007) dalam (Aisya and Wibowo, 2016). Pada saat ini, mudahnya mengakses media massa dewasa seperti majalah bergambar seks, film-film porno dan lain-lain, mengakibatkan reaksi seksualitas pada remaja meningkat, sehingga mempercepat terjadinya menarche. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara keterpaparan media massa dengan kejadian menarche (Fildza, Muda and Jemadi, 2014; Wulandari, Aini and Astuti, 2015; Sulung and Yellisia, 2017).

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian menarche dini pada remaja putri. Responden yang mengalami menarche dini hampir seluruhnya memiliki kebiasaan gaya hidup tidak sehat, dimana responden sering mengkonsumsi makanan siap saji (*fast food*) dan mengkonsumsi minuman bersoda (*soft drink*). Makan makanan *fast food*

mengandung kalori yang lebih tinggi yang dihasilkan dari *snack, soft drink*, mie instan yang dapat menyebabkan *menarche* dini (Mueller *et al.*, 2015; Paath, 2015). Remaja saat ini lebih suka mengonsumsi makanan siap saji dan minuman *soft drink* karena lebih banyak variannya, mudah didapat dan rasanya enak. Makanan *fast food* mengandung kadar lemak dan garam yang tinggi. Mengonsumsi makanan dengan kadar lemak yang tinggi mempercepat usia *menarche* (Susanti, 2012; Putri and Meilani, 2013). Remaja yang memiliki kebiasaan gaya hidup tidak sehat akan mempercepat usia *menarche*, hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian *menarche* pada siswi di SMPN 31 Semarang dengan p value 0,000 (Wulandari, Aini and Astuti, 2015).

Faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian *menarche* dini adalah faktor sosial ekonomi. Hasil analisis didapatkan OR paling besar adalah variabel sosial ekonomi dengan nilai 24.433 (95% CI: 2.148 - 277.88), hal ini berarti bahwa kejadian *menarche* dini didapatkan 24 kali pada remaja dengan sosial ekonomi tinggi dibanding dengan remaja sosial ekonomi rendah. Remaja dengan kondisi sosial ekonomi orang tua yang tinggi akan terpenuhi kebutuhan sehari-hari, sehingga remaja mendapatkan asupan nutrisi yang cukup seperti protein dan lemak. Intake lemak yang tinggi merupakan faktor risiko terjadinya *menarche* dini (Susanti and Sunarto, 2012). Kebutuhan lemak sangat diperlukan untuk cadangan energi. Bila pola makan anak berlebihan memacu tubuh tidak mampu memecah lemak yang berakibat penumpukan. Akibatnya semakin banyak kolesterol yang dihasilkan sehingga semakin tinggi pula kadar leptin yang disekresikan dalam darah. Leptin memicu pengeluaran *Follicle Stimulation Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) di ovarium sehingga terjadi pematangan folikel dan pembentukan ekstrogen. Ekstrogen

menyebabkan umpan balik negatif terhadap FSH, bertambah akibat pertumbuhan folikel akan menurun pula. Dengan menurunnya kadar estrogen berakibat pembuluh darah endometrium mengalami proliferasi atau mengerut dan terputus-putus lapisan endometrium mengalami deskuamasi sehingga terjadi perdarahan dan mengalir melalui vagina berwujud sebagai haid pertama atau *menarche* (Paath, 2015). Orang tua yang memiliki penghasilan cukup bisa memenuhi kebutuhan anak khususnya kebutuhan gizi dan fasilitas seperti media elektronik, sehingga remaja lebih mudah mengakses media massa dewasa. Orang tua dengan sosial ekonomi rendah, pemenuhan kebutuhan gizi berbeda dengan orang tua dengan penghasilan tinggi, pemenuhan fasilitas media elektronik juga tidak semudah orang tua dengan sosial ekonomi tinggi.

KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan yang dihadapi peneliti adalah peneliti hanya mengambil tiga faktor yang mempengaruhi *menarche* dini yaitu sosial ekonomi, keterpaparan media massa dan gaya hidup. Sedangkan banyak faktor yang mempengaruhi kejadian *menarche* dini, sehingga ada beberapa faktor yang tidak diteliti diantaranya lingkungan tempat tinggal, genetik, dll. Karena pada tempat tinggal peneliti belum memiliki parameter yang jelas untuk menentukan lingkungan tempat tinggal dan pada genetik harus tahu kapan *menarche* ibunya, sedangkan peneliti melakukan penelitian di asrama sehingga merasa kesulitan untuk mencari data kapan *menarche* ibunya.

SIMPULAN DAN SARAN

Menarche dini didapatkan pada remaja dengan sosial ekonomi (pendapatan) tinggi, terpapar media massa dewasa, gaya hidup tidak sehat dan faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian *menarche* dini adalah sosial ekonomi. Remaja putri yang mengalami *menarche* dini hendaknya melakukan upaya untuk mencegah

terjadinya resiko kanker payudara, kanker serviks, dan mioma uteri dengan mengendalikan berat badan ideal, diet rendah lemak, mengkonsumsi buah dan sayur serta olah raga.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisya, M. and Wibowo, A. (2016) 'Hubungan Riwayat Menonton Media Dewasa, Teman Menonton Media Dewasa dan Perilaku Seksual dengan Kejadian Menarche', *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(1), pp. 35–42. doi: 10.20473/jbk.v5i1.2016.35-42.
- Ameade, E. and Garti, H. (2016) 'Age at Menarche and Factors that Influence It: A Study among Female University Students in Tamale, Northern Ghana', *PLoS ONE*, 11(5), p. e0155310. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0155310>.
- Bustan, M. (2007) *Epidemiologi Penyakit tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fildza, R., Muda, S. and Jemadi (2014) 'Analisis Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Menarche pada Siswi di SMP Swasta Harapan 1 dan 2 Medan Tahun 2014'.
- Handayani, L. et al. (2013) *Menaklukkan Kanker Serviks Dan Kanker Payudara Dengan 3 Terapi Alami*. Yogyakarta: AgroMedia Pustaka.
- Lusiana, N. (2012) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche Siswi SMP PGRI Pekanbaru (Factors Associated with Age of Menarche Junior High School Student PGRI Pekanbaru)', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(1), pp. 40–44. Available at: <http://ejournal.htp.ac.id/stikes/pdf.php?id=JR L0000040>.
- Manuaba, I. G. (2009) *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: EGC.
- Mueller, N. T. et al. (2015) 'Consumption of caffeinated and artificially sweetened soft drinks is associated with risk of early menarche', *American Journal of Clinical Nutrition*, 102(3), pp. 648–654. doi: 10.3945/ajcn.114.100958.
- Notoatmodjo, S. (2009) *Promosi Kesehatan : Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam (2016) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Paath, E. (2015) *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2008) *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Proverawati, A. and Misaroh, S. (2009) *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pujiani (2012) 'Hubungan Antara Status Gizi dengan Usia Menarche', *Journal Eduhealth*, 2(2).
- Putri, R. and Meilani (2013) 'Analisis faktor hubungan usia menarche dini', *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 2(1), pp. 42–50.
- Santrock, J. (2007) *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Sulung, N. and Yellisia, M. (2017) 'Factors associated with menarche at seventh grade students in junior high school', *Jurnal Human Care*, 2(3), pp. 1–13.
- Susanti, A. (2012) 'Faktor risiko kejadian menarche dini pada remaja di SMPN 30', *Journal of Nutrition College*, 1(1), pp. 386–400.
- Susanti, A. V. and Sunarto (2012) 'Faktor risiko kejadian menarche dini pada remaja di SMPN 30 Semarang', *Journal of Nutrition College*, 1(1), pp. 115–126.
- Syarif, S. (2010) *Perkembangan Organ Reproduksi*. Available at: <http://www.halalsehat.com>.
- WHO (2011) 'DDT in Indoor Residual Spraying: Human Health Aspects.', in. WHO Library Cataloguing-in-Publication Data.
- Wulandari, P., Aini, D. N. and Astuti, S. W. (2015) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Siswi Di SMPN 31 Semarang', *Jurnal Keperawatan*, 6, Nomor 2, pp. 117–122.