

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN *MENARCHE* SISWI DI SMPN 31 SEMARANG

Factors affecting menarche among junior high schools' students in Semarang

Priharyanti Wulandari¹, Dwi Nur Aini², Suprapti Wiji Astuti³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Widya Husada Semarang

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi yang pertama kali dialami wanita, dimana secara fisik ditandai dengan keluarnya darah dari vagina akibat peluruhan lapisan endometrium. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian *menarche* pada siswi di SMP 31 Semarang. Jenis penelitian ini yaitu *study korelasi* dengan metode pendekatan *cross sectional study*. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 176 sisi yang terdiri dari kelas VII, VIII dan IX. Data dianalisa dengan uji korelasi *rank spearman*. Ada hubungan antara status *menarche* ibu (genetik), keterpaparan media massa, gaya hidup, nutrisi, status gizi dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang, dinyatakan dengan *p value* $0,000 < 0,05$ Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMPN 31 Semarang didapatkan hasil kejadian *menarche* siswi mayoritas normal >11-15 tahun

Kata kunci: Status *menarche* ibu (genetik), gaya hidup, status gizi

ABSTRACT

Menarche is the first menstruation in women , which is physically characterized by bleeding from the vagina as a result of the decay of the endometrial lining. The purpose of this research is determine what factors are associated with the occurrence of menarche in girls at SMP 31 Semarang. The type of research is a correlation study with cross sectional approach. The number of samples in this research is 176 respondents consisting of VII, VIII, and IX grade. Data analyzed with the Spearman Rank correlation test. There is a relationship between maternal menarche status (genetic), mass media exposure, lifestyle, nutrition nutrients with the occurrence of menarche student at SMPN 31 Semarang, expressed by the p value $0,000 < 0,05$. Based on research conducted at SMPN 31 Semarang showed normal occurrence of menarche schollgirl majority (>11-15 years).

Keywords: *Menarche status of the mother (genetic lifestyle, nutrition, nutritional status, occurrence of menarche girls.*

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan suatu tahapan antara masa kanak – kanak dengan masa dewasa, biasanya terjadi antara usia 10 – 18 tahun. Sebelum memasuki masa remaja, seseorang akan mengalami periode pubertas terlebih dahulu. Pada periode pubertas inilah akan terjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik dari anak-anak menjadi dewasa serta mengalami kematangan organ reproduksi seksual. *Menarche* merupakan menstruasi yang pertama kali dialami wanita, dimana secara fisik ditandai dengan keluarnya darah dari vagina akibat peluruhan lapisan

endometrium. *Menarche* terjadi pada periode pertengahan pubertas atau yang biasa terjadi 6 bulan setelah mencapai puncak percepatan pertumbuhan. Hormone yang berpengaruh terhadap usia terjadinya *menarche* adalah estrogen dan progesterone. Estrogen berfungsi mengatur siklus haid, sedangkan progesterone berpengaruh pada uterus yaitu dapat mengurangi kontraksi selama siklus haid. Usia *menarche* bervariasi dari rentang umur 10-16 tahun, akan tetapi usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Proverawati, 2009).

Banyak faktor-faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan kejadian

menarche. Faktor internal berupa : status *menarche* ibu (genetik), berhubungan dengan percepatan dan perlambatan kejadian *menarche* yaitu antara status *menarche* ibu (genetik) dengan kejadian *menarche* putrinya. faktor eksternal berupa : lingkungan sosial, ekonomi, nutrisi, keterpaparan media massa dan gaya hidup (Maulidiah, 2011). Dari studi pendahuluan dengan wawancara dan observasi yang telah dilakukan pada hari jumat, tanggal 27 Maret 2015 di SMP 31 Semarang kelas VII, dari 10 orang siswi didapatkan hasil bahwa 2 orang mengalami *menarche* saat SD kelas VI(10-11 tahun) ,8 orang mengatakan menstruasi pertama saat usia 12 tahun (SMP kelas VII), dari 2 orang yang mengalami *menarche* saat SD kelas VI (10-11 tahun) mengatakan bahwa mereka sering mengkonsumsi protein nabati seperti : tahu dan tempe, dari 8 orang yang mengalami *menarche* saat usia 12 tahun(SMP kelas VII), 6 orang mengatakan bahwa mereka sering mengkonsumsi minuman *soft drink* dan makanan *fast food*, 2 orang mengatakan karena faktor genetik. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti akan melakukan penelitian di SMP 31 Semarang pada siswi kelas VII, VIII dan IX mengetahui lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *menarche*.

METODE

Jenis penelitian ini yaitu *study korelasi* dengan metode pendekatan *cross sectional*, Penelitian ini memiliki variabel dependen yaitu kejadian *menarche* siswi dan variabel independen meliputi faktor-faktor yang berhubungan yaitu status *menarche* ibu (genetik), status gizi, gaya hidup, keterpaparan media massa dan nutrisi. Penelitian ini dilakukan di SMPN 31 Semarang pada siswi kelas VII, VIII dan IX.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII, VIII dan IX di SMPN 31 Semarang yang terdiri dari 24 kelas, dengan jumlah kelas VII 144 siswi, kelas VIII

123 siswi, kelas IX 124 siswi. Populasi terjangkau yang sudah mengalami *menarche* yaitu kelas VII 83 siswi, kelas VIII 108 siswi, kelas IX 124 siswi, total keseluruhan 315 siswi. Dari jumlah populasi yang ada sebesar 315 siswi, yaitu < 1000 maka besar atau banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus *slovin* (Sugiyono, 2008), dan didapatkan jumlah sampel 176 siswi. Pemilihan sampel menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria eksklusi adalah keadaan dimana subyek yang memenuhi kriteria inklusi yang tidak dapat diikutsertakan dalam penelitian, sedangkan kriteria inklusi merupakan persyaratan umum yang harus dipenuhi oleh subyek agar dapat diikutsertakan dalam penelitian (Riyanto, 2013). Analisis yang digunakan pada penelitian ini yaitu *korelasi rank spearman*, digunakan untuk menguji jenis data yang dikorelasikan adalah data ordinal, serta data dari kedua variabel tidak harus berdistribusi normal. Jadi *korelasi spearman rank* adalah bekerja dengan data ordinal atau berjenjang ranking dan bebas distribusi (Hidayat, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pengambilan data pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2015 di SMPN 31 Semarang sebanyak 176 siswi diberikan penjelasan dan menandatangani *informant concent* untuk dijadikan responden penelitian. Responden berasal dari kelas VII, VIII dan IX yang ditentukan dengan metode *stratified random sampling*, berdasarkan kuesioner dan dianalisa.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah kelas dapat diketahui sampel pada penelitian ini terdiri dari kelas VII, VIII dan IX, yang terdiri dari kelas VII sebanyak 46 (26,1%), kelas VIII sebanyak 61 (34,7%), kelas IX sebanyak 69 (39,2%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian *menarche*, didapatkan hasil siswi yang mengalami kejadian *menarche* dini sebanyak 56 (31,8%), siswi yang mengalami

kejadian *menarche* normal sebanyak 120 (68,2%), dan tidak ada siswi yang mengalami kejadian *menarche* terlambat. Distribusi frekuensi status *menarche* ibu (genetik), dapat diketahui ibu yang mengalami *menarche* dini sebanyak 80 (45,5%), ibu yang mengalami *menarche* normal sebanyak 96 (54,5%) dan tidak ada yang mengalami *menarche* terlambat. Distribusi frekuensi siswi berdasarkan keterpaparan media massa, didapatkan hasil siswi yang terpapar media massa sebanyak 84 (47,7%), siswi yang tidak terpapar media massa sebanyak 92 (52,3%). Distribusi frekuensi siswi berdasarkan gaya hidup, didapatkan hasil siswi yang gaya hidup sehat sebanyak 106 (60,2%), siswi yang gaya hidup tidak sehat sebanyak 70 (39,8%)

Distribusi frekuensi siswi berdasarkan nutrisi, didapatkan hasil siswi yang nutrisi terpenuhi sebanyak 96 (54,5%), siswi yang nutrisi kurang terpenuhi sebanyak 80 (45,5%). Distribusi frekuensi siswi berdasarkan status gizi, didapatkan hasil siswi yang status gizi normal sebanyak 80 (45,5%), siswi yang status gizi gemuk sebanyak 22 (12,5%), siswi yang status gizi *obesitas I* sebanyak 50 (28,4%), siswi yang status gizi *obesitas II* sebanyak 24 (13,6%).

Hubungan status *menarche* ibu (genetik) dengan kejadian *menarche* siswi, didapatkan hasil status *menarche* dini ibu dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 42 (52,5%), status *menarche* dini ibu dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 38 (47,5%), sedangkan status *menarche* normal ibu dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 14 (14,6%), status *menarche* ibu normal dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 82 (85,4%). Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* di dapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,844, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara status *menarche* ibu (genetik) dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang.

Hubungan keterpaparan media massa dengan kejadian *menarche* siswi, didapatkan

hasil siswi yang terpapar media massa dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 51 (55,4%), siswi yang terpapar media massa dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 41 (44,6%). Siswi yang tidak terpapar media massa dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 5 (6,0%), siswi yang tidak terpapar media massa dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 79 (94,0%). Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* di dapatkan \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,438, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara keterpaparan media massa dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Hubungan gaya hidup dengan kejadian *menarche* siswi, didapatkan hasil siswi yang gaya hidup sehat dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 20 (18,9%), siswi yang gaya hidup sehat dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 86 (81,1%). Siswi yang gaya hidup tidak sehat dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 36 (51,4%), siswi yang gaya hidup tidak sehat dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 34 (48,6%). Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* didapatkan \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,824, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Hubungan antara nutrisi dengan kejadian *menarche* siswi, didapatkan hasil siswi yang termasuk nutrisi kurang terpenuhi dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 18 (22,5%), siswi yang termasuk nutrisi kurang terpenuhi dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 62 (77,5%). Siswi yang termasuk nutrisi terpenuhi dengan kejadian *menarche* dini siswi sebanyak 38 (39,6%), siswi yang termasuk nutrisi terpenuhi dengan kejadian *menarche* normal siswi sebanyak 58 (60,4%).

Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* didapatkan \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,270, H_a diterima H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara nutrisi dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Hubungan antara status gizi

dengan kejadian *menarche* siswi, didapatkan hasil siswi yang termasuk status gizi normal dengan kejadian *menarche* dini sebanyak 2 (2,5%), siswi yang termasuk status gizi normal dengan kejadian *menarche* normal sebanyak 78 (97,5%), siswi yang termasuk status gizi gemuk dengan kejadian *menarche* dini sebanyak 13 (59,1%), siswi yang termasuk status gizi gemuk dengan kejadian *menarche* normal sebanyak 9 (40,9%), siswi yang termasuk status gizi *obesitas* I dengan kejadian *menarche* dini sebanyak 28 (56,0%), siswi yang termasuk status gizi *obesitas* I dengan kejadian *menarche* normal sebanyak 22 (44,0%), siswi yang termasuk status gizi *obesitas* II dengan kejadian *menarche* dini sebanyak 13 (54,2%), siswi yang termasuk status gizi *obesitas* II dengan kejadian *menarche* normal sebanyak 11 (45,8%). Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* didapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,985, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah sampel 176 siswi, didapatkan hasil siswi yang mengalami kejadian *menarche* dini sebanyak 56 (31,8%), siswi yang mengalami kejadian *menarche* normal sebanyak 120 (68,2%), dan tidak ada siswi yang mengalami kejadian *menarche* terlambat. Hal ini menunjukkan mayoritas siswi mengalami kejadian *menarche* normal sebanyak 120 (68,2%), hal ini dikarenakan dari beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian *menarche* siswi, seperti, status *menarche* ibu (genetik), nutrisi, status gizi, keterpaparan media massa, dan gaya hidup termasuk dalam kategori normal. Hasil status *menarche* ibu (genetik) pada penelitian ini dapat diketahui ibu yang mengalami *menarche* dini sebanyak 80 (45,5%), ibu yang mengalami *menarche* normal sebanyak 96 (54,5%) dan tidak ada ibu yang mengalami *menarche* terlambat. hal ini dikarenakan faktor – faktor yang berhubungan dengan *menarche* seperti nutrisi

dan status gizi, apabila nutrisi dan status gizi ibu tidak terpenuhi akan mengalami *menarche* terlambat, apabila nutrisi dan status gizi ibu berlebih maka akan mengalami *menarche* dini. Sebaiknya, orang tua dapat memperhatikan asupan gizi dan nutrisi putrinya karena dapat berhubungan dengan kejadian *menarche* yang dialami putrinya.

Hasil keterpaparan media massa pada penelitian ini, didapatkan hasil siswi yang terpapar media massa sebanyak 84 (47,7%), siswi yang tidak terpapar media massa sebanyak 92 (52,3%). Mayoritas siswi pernah melihat, mendengar dan berbicara tentang media massa orang dewasa (pornografi) dengan kategori jarang atau tidak terpapar sebanyak 92 (52,3%), kebanyakan siswi pernah melihat 1 kali media massa orang dewasa (pornografi) dan secara tidak sengaja melihat media massa orang dewasa (pornografi) sehingga dikategorikan terpapar media massa, siswi yang tidak terpapar media massa mengatakan sama sekali tidak pernah melihat ataupun berbicara tentang media massa orang dewasa (pornografi). Sebaiknya siswi tidak terpapar media massa, karena pada rentang usia 11 – 12 tahun termasuk pada masa pubertas dan dapat mempengaruhi proses pertumbuhan tubuh. Hasil nutrisi pada penelitian ini, didapatkan hasil siswi yang nutrisi terpenuhi sebanyak 96 (54,5%), siswi yang nutrisi kurang terpenuhi sebanyak 80 (45,5%). Mayoritas nutrisi terpenuhi sebanyak 96 (54,5%), hal ini dapat dilihat dari konsumsi sumber energi, sumber protein nabati dan sumber protein hewani siswi. Kebanyakan siswi mengatakan sering mengkonsumsi sumber energi seperti nasi, sumber protein hewani seperti daging, ayam, ikan dan sumber protein hewani seperti tahu, tempe dan kacang – kacangan.

Hasil status gizi pada penelitian ini, didapatkan hasil siswi yang status gizi normal sebanyak 80 (45,5%), siswi yang status gizi gemuk sebanyak 22 (12,5%), siswi yang status gizi *obesitas* I sebanyak 50 (28,4%), siswi yang status gizi *obesitas* II sebanyak

24 (13,6%). Hal ini menunjukkan mayoritas status gizi normal sebanyak 80 (45,5%), keadaan status gizi siswi pada umumnya dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan, yang di bedakan zat gizi tinggi dan rendah terdiri dari sumber energi, sumber protein hewani dan sumber protein nabati (Waluya, 2007).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMPN 31 Semarang didapatkan hasil kejadian *menarche* siswi mayoritas normal (>11-15 tahun. Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* di dapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,844, H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya ada hubungan antara status *menarche* ibu (genetik) dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* di dapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,438, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara keterpaparan media massa dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* didapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,824, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* didapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,270, H_a diterima H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara nutrisi dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang. Berdasarkan uji korelasi *rank spearman* didapatkan hasil \tilde{n} value $0,000 < 0,05$, dan ρ hitung 0,985, H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S, (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta,
- Astuti, R, (2010). *Usia Menarche, Indeks Massa Tubuh, Frekuensi Konsumsi, dan Status Sosial Ekonomi Orang Tua pada Siswi X di Pinggir dan Pusat Kota X*. Skripsi.
- Bagga, Amrita dan Kulkani, S. (2005). *Age Of Menarche and Secular Trend In Maharashrian (Indian) Girls*.
- Batubara JR, Et Al. (2010). *Age At Menarche In Indonesian Girls : A National Survey*.
- Boenga, A. (2011). *Hubungan Status Gizi (Indeks BB/TB dan TB/U) dengan Usia Menarche pada Siswi SMPN di Kecamatan Pati Kabupaten Pati*. Thesis.
- Creswel, J. W. (2009). *Research Design : Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches. Third Edition*.
- Cunningham, F. Gerry, Dkk. (2005). *Obstetri Williams*. Edisi 21, Jakarta : EGC.
- Dilla. (2010), *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Status Menarche pada Siswi SMPN X*. Skripsi.
- Fajriyanti, I. A, (2008). *Hubungan Antara Status Gizi, Kontak Media Pornografi dengan Menarche Dini pada Pelajar X Kecamatan X*. Skripsi.
- Graha Cendekia, (2012). *Hubungan Karakteristik Informasi Tentang Menarche dan Status Gizi Wanita Usia 9-12 Tahun dengan Percepatan Terjadinya Menarche*. Skripsi
- Harmanto. N. (2006). *Ibu Sehat dan Cantik dengan Herbal*. PT Elek Media Komputindio. Jakarta.
- Hastono, S. P. (2007). *Analisa Data Kesehatan*. Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Jakarta.
- Karapnou, Olga dan Papadimitnou, Anastasios. (2010). *Determinant Of Menarche Reproductive Biology and Endocrinology*.
- Lusiana, S. A. (2008). *Status Gizi, Konsumsi Pangan dan Usia Menarche Anak Perempuan Sekolah Dasar X*. Skripsi.

- Macsali, F., et al.,(2011). *Early Age at Menarche, Lung Function, and Adult Astma. American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine.*
- Manuaba, I. B. G. (2007). Pengantar Kuliah Obstetri. Jakarta : EGC.
- Maulidiah, f. (2011). *Gambaran Status gizi dan Genetik pada Kejadian Menarche di Perumahan x.* Skripsi
- Nopembri, S. (2012). Menstruasi dan Obstetri Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Jasmani Wanita. Yogyakarta Path, E. F. (2005). Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. Jakarta : EGC.
- Proverawati. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna.* Yogyakarta : Penerbit Mulia Medika.
- Riskesda. (2010). Laporan Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI.
- Riyanto, A. (2013). Statistik Deskriptif untuk Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Rosenthal. M., (2009). Revolusi Terapi Hormon Pendekatan Alami. Yogyakarta : B-First.
- Rousdy, A. S, (2005). *Usia Rata-rata Menarche pada Remaja Putri Pelajar di Dua SMP X ;* Tesis.
- Sabri, Luknis dan Hastono,S.P.(2006). Statistik Kesehatan.Edisi Revisi, Jakarta; Rajawali Press.
- Santrock, John, (2007). Remaja Edisi ke Sebelas Jilid Pertama : Erlangga.
- Sastroasmoro. S. dan Ismael, S. (2010). Dasar –dasar Metodologi Penelitian Klinis. Edisi ke – 3, Jakarta : Sagung Seto.
- Silva, Paul, (2009). *Menarche and Lifestyle.* Skripsi.
- Soetjiningsih. (2007). Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta : Sagung Seto.
- Sugiyono. (2008). Statistika untuk Penelitian. Cetakan ke Delapan. Jawa Barat : Alfabeta
- Susanti, A. V. (2012). *Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja Putri di SMPN X.* Skripsi
- Valkenburg, Patty M dan Petter, Jochen.(2011). *The Use Of Sexuality Explicit Internet Material and Its Antecedents : A Longitudinal Comparison Of Adolscents and Adults. Archived of Sexual Behaviour.*
- Winkjosastro, (2007). Ilmu Kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Sehat Pustaka Saswono Prawirohardjo.
- Zulkifli, (2005). Psikologi Perkembangan. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.