

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche Siswi SMP Adabiah

Fitrah Umi Mutasya¹, Edison², Hasnar Hasyim³

Abstrak

Menarche (menars) adalah haid pertama dari uterus yang merupakan awal dari fungsi menstruasi dan tanda telah terjadinya pubertas pada remaja putri. Pada dekade terakhir menunjukkan kecenderungan pergeseran usia menars ke arah umur yang lebih muda. Tujuan penelitian ini adalah menentukan faktor-faktor yang berhubungan dengan usia menars. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dalam bentuk rancangan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMP Adabiah kelas VII dan VIII tahun ajaran 2012/2013. Jumlah sampel sebanyak 72 siswi yang diambil secara *Simple Random Sampling*. Data dikumpulkan dengan angket dan pengukuran tinggi dan berat badan responden. Pengolahan data dilakukan secara komputerisasi dan analisis dengan uji *chi-square* pada $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian didapatkan bahwa usia menars rata-rata siswi SMP Adabiah adalah $12,29 \pm 0,49$ tahun. Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendapatan per kapita dan status gizi dengan usia menars sedangkan tingkan pendidikan orang tua dan paparan media massa tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan usia menars.

Kata kunci: usia menars, pendapatan per kapita, status gizi

Abstract

Menarche is the first menstruation or bleeding of the uterus that is the beginning of the menstrual function and mark the occurrence of puberty in young girls. In the past decade shows a shift in the age of menarche trend toward younger age. The objective of this study was to determine the associated factors to age of menarche. This type of research is observational analytic with cross sectional study design. The population in this study were all junior high school students of class VII and VIII academic year 2012/2013. The total sample of 72 student were taken by simple random sampling. Data were collected by questionnaire and measurement of height and weight. Data was analyzed by chi-square test at $\alpha = 0,005$. The result showed that the average age of menarche Adabiah junior high school student was 12.29 ± 0.49 years. There is a significant correlation between the level of per capita income and nutritional status with age of menarche, while the level of parental education and exposure to mass media have no significant correlation with age of menarche.

Keywords: *menarche age, per capita income, nutritional status*

Affiliasi penulis: 1. Pendidikan Dokter FK UNAND (Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang), 2. Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat FK UNAND, 3. Bagian Biologi FK UNAND

Korespondensi: Fitrah Umi Mutasya, email : umimutasya@gmail.com Telp: 087895920148

PENDAHULUAN

Menarche (menars) adalah haid atau perdarahan pertama dari uterus. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya menars, seperti

faktor genetik, status gizi, keadaan sosial ekonomi dan massa tubuh. Faktor lain yang juga mempengaruhi terjadinya menars adalah iklim, budaya dan bangsa.^{1,2}

Studi epidemiologi menunjukkan bahwa usia menars di berbagai belahan dunia akhir-akhir ini semakin cepat.³ Di Amerika Serikat dan Eropa Barat, terjadi penurunan usia menars antara tahun 1840-1970. Kecenderungan ini melambat pada 20 tahun terakhir. Pada tahun 2001, usia rata-rata menars di Amerika Serikat adalah sekitar 12,8 tahun.⁴ Pada

penelitian di Norwegia, penurunan usia menars juga menurun secara tajam antara tahun 1840-1950, yaitu dari usia 17 tahun menjadi 13,3 tahun.⁵

Usia menars remaja putri di negara berkembang saat ini terjadi antara usia 12-13 tahun. Indonesia sendiri menempati urutan ke- 15 dari 67 negara dengan penurunan usia menars mencapai 0,145 tahun per dekade.⁶ Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 menunjukkan bahwa 37,5% remaja putri mengalami menars pada usia 13-14 tahun. Untuk Sumatera Barat, 41,4% remaja putri mengalami menars saat usia 13-14 tahun.⁷

Awal dimulainya menars merupakan hal yang mengganggu bila remaja putri belum siap dan dewasa lebih cepat. Saat ini lebih banyak penelitian yang menemukan bahwa kematangan terlalu dini dapat meningkatkan kerentanan terhadap remaja putri untuk mengalami sejumlah masalah. Remaja putri yang matang lebih dini cenderung untuk merokok, meminum minuman keras, depresi, memiliki gangguan makan, menuntut kemandirian lebih dini dari orang tuanya dan memperlihatkan insiden gangguan mental yang lebih besar.⁸ Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa kecenderungan usia menars semakin dini juga mempunyai implikasi terhadap resiko terjadinya kanker payudara, obesitas abdominal, resistensi insulin, penumpukkan lemak dalam jaringan adiposa, resiko penyakit kardiovaskuler dan hipertensi yang lebih tinggi pada wanita yang mengalami menars di bawah usia 12 tahun.⁶ Adanya penurunan usia menars tersebut, maka perlu dilakukan penelitian mengenai usia menars untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan usia menars.

METODE

Penelitian ini bersifat analitik observasional dalam bentuk rancangan *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di SMP Adabiah Padang dari Februari - Maret 2013. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII tahun ajaran 2012/2013 yang telah mengalami menars yang berjumlah 234 siswi, sedangkan untuk kelas IX tidak diikutsertakan karena melihat kecenderungan usia rata-rata menars yang semakin muda. Sampel pada penelitian ini berjumlah 72 siswi yang didapat dari

perhitungan dengan menggunakan suatu rumus. Sampel dipilih secara *simple random sampling* pada siswi disetiap tingkatan kelas. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket dan pengukuran berat serta tinggi badan. Data yang terkumpul diolah dan dianalisis secara univariat. distribusi frekwensi dari tiap variabel dan secara bivariat untuk melihat hubungan tingkat pendidikan orang tua, hubungan tingkat penghasilan orang tua, hubungan status gizi dan hubungan paparan media massa dengan usia menars. Uji statistik yang digunakan dalam analisis ini adalah uji *chi-square* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,005$).

HASIL

Penelitian dilakukan pada tanggal 25 - 26 Maret 2013. Dari 234 siswi kelas VII dan VIII yang telah mengalami menars didapatkan sebanyak 72 siswi yang terpilih menjadi responden yang memenuhi kriteria.

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi frekwensi responden berdasarkan usia menars

Usia menars (tahun)	f	%
10	2	2,8
11	13	18,1
12	27	37,5
13	22	30,6
14	8	11,1
Jumlah	72	100

Tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar responden (37,5%) mengalami menars pada usia 12 tahun. Usia menars termuda adalah 10 tahun dan yang tertua adalah 14 tahun. Usia menars rata-rata adalah 12,29 tahun dengan standar deviasi 0,49. Persentase tertinggi tingkat pendidikan ayah responden adalah tingkat pendidikan sedang, yaitu sebanyak 34 (47,2%) dan tingkat pendidikan ibu responden adalah tingkat pendidikan sedang, yaitu sebanyak 29 (40,3%). Untuk tingkat pendapatan per kapita, sebagian besar responden berasal dari keluarga dengan pendapatan per kapita yang tinggi, yaitu sebanyak 55 (76,4%). Sebanyak 44 (61,1%) responden memiliki status gizi normal, 16 (22,2%) memiliki status gizi kurus, 12 (16,7%) memiliki status

gizi kegemukan dan tidak ada responden yang memiliki status gizi obesitas. Hampir seluruh responden (91,7%) mendapat paparan yang ringan terhadap media massa.

Tabel 2. Hubungan antara tingkat pendidikan ayah dan usia menars

Tingkat pendidikan Ayah	Usia Menars				Jumlah		p
	< 13		≥ 13		f	%	
	f	%	f	%			
rendah	5	35,7	9	64,3	14	19,4	0,150
sedang	21	61,8	13	38,2	34	47,2	
tinggi	16	66,7	8	33,3	24	33,3	
Jumlah	42	58,3	30	41,7	72	100	

Tabel 2 dan 3 didapatkan nilai $p = 0,15$ untuk tingkat pendidikan ayah dan $p = 0,076$ untuk tingkat pendidikan ibu dengan usia menars. Berdasarkan uji statistik didapatkan hubungan yang tidak bermakna antara usia menars dengan tingkat pendidikan ayah maupun ibu.

Tabel 3. Hubungan antara tingkat pendidikan ibu dan usia menars

Tingkat Pendidikan Ibu	Usia Menars				Jumlah		p
	< 13		≥ 13		f	%	
	f	%	f	%			
rendah	6	35,3	11	64,7	17	23,6	0,076
sedang	18	62,1	11	37,9	29	40,3	
tinggi	18	69,2	8	30,8	26	36,1	
Jumlah	42	58,3	30	41,7	72	100	

Terdapat 38 (69,1%) responden yang mengalami menars < 13 tahun yang berasal dari keluarga dengan pendapatan per kapita yang tinggi (Tabel 4).

Tabel 4. Hubungan antara tingkat pendapatan per kapita dan usia menars

Pendapatan per kapita	Usia Menars				Jumlah		p
	< 13		≥ 13		f	%	
	f	%	f	%			
Rendah	4	23,5	13	76,5	17	23,6	0,001
Tinggi	38	69,1	17	30,9	55	76,4	
Jumlah	42	58,3	30	41,7	72	100	

Responden yang berasal dari keluarga dengan pendapatan per kapita yang rendah hanya 4 (23,5%) responden. Hasil uji statistik menunjukkan hubungan yang bermakna antara tingkat pendapatan per kapita keluarga dengan usia menars dengan nilai $p = 0,001$.

Tabel 5. Hubungan antara status gizi dan usia menars

Status gizi	Usia Menars				Jumlah		p
	< 13		≥ 13		f	%	
	f	%	f	%			
kurus	5	31,2	11	68,8	16	22,2	0,018
normal	27	61,4	17	38,6	44	61,1	
gemuk	10	83,3	2	16,7	12	16,7	
Jumlah	42	58,3	30	41,7	72	100	

Telah dilakukan uji silang dengan keempat kategori status gizi berdasarkan IMT, namun hasilnya tidak layak untuk dilakukan uji *chi-square* karena tidak memenuhi syarat, perlu dilakukan uji alternatif, yaitu dengan penggabungan sel kategori obesitas dengan gemuk. Setelah dilakukan penggabungan sel dilakukan uji *chi-square* kembali dan didapatkan hasil yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dan usia menars pada $p = 0,018$.

Tabel 6. Hubungan antara paparan media massa dan usia menars

Paparan media massa	Usia Menars				Jumlah		p
	< 13		≥ 13		f	%	
	f	%	f	%			
Ringan	37	56,1	29	43,9	66	91,7	0,387
Berat	5	83,3	1	16,7	6	8,3	
Jumlah	42	58,3	30	41,7	72	100	

Pada Tabel 6 menunjukkan bahwa paparan media massa ringan dan berat lebih banyak pada responden yang mengalami menars < 13 tahun. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,387$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara paparan media massa dengan usia menars.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan usia menars rata-rata adalah $12,29 \pm 0,49$ tahun. Bila dibandingkan dengan penelitian sebelumnya oleh Masrizal, 1995, di

Sumatera Barat didapatkan usia menars $12,59 \pm 1,07$ dan Ramadanus, 2008 di Padang mendapatkan usia menars $12,49 \pm 0,78$ tahun. Hal ini sejalan dengan literatur yang mengatakan usia menars mengalami penurunan dari masa ke masa.^{9,10}

Sebagian besar responden memiliki ayah dengan tingkat pendidikan sedang (SMA, SMK, atau sederajat), yaitu sebanyak 34 (47,2%) responden dan ibu dengan tingkat pendidikan sedang sebanyak 29 (40,3%) responden. Pendidikan orang tua tidak berhubungan secara langsung dengan pertumbuhan anak, namun melalui mekanisme hubungan lain seperti produktivitas dan efisiensi penjaagaan kesehatan, peningkatan pengasuhan, dan karakteristik keluarga. Orang yang berpendidikan tinggi umumnya memiliki pendapatan yang relatif tinggi pula yang akan berimbas dalam hal pemenuhan kebutuhan gizi.¹¹ Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menyatakan bahwa 55 (76,4%) responden berasal dari keluarga dengan tingkat pendapatan per kapita yang tinggi.

Tingginya tingkat pendapatan cenderung diikuti dengan tingginya jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi. Tingkat pendapatan per kapita juga dapat menentukan pola makan, termasuk pola jajan anak. Menurut Lusiana tahun 2008 sebanyak 75% dari 120 remaja di Bogor mempunyai frekwensi jajan sebanyak 3 kali dalam sehari dan 25% di atas 3 kali. Kebiasaan jajan memungkinkan tubuh memperoleh tambahan energi sehingga tanpa disadari asupan energi ke dalam tubuh melebihi kebutuhan dan dampaknya berupa bertambahnya timbunan lemak dalam tubuh. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Lusiana, 2008, dengan nilai $p = 0,033$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendapatan per kapita dengan usia menars.¹¹

Berdasarkan hasil penelitian, responden yang memiliki status gizi normal dan kegemukkan lebih banyak mengalami menars di bawah usia 13 tahun, sedangkan yang mengalami menars di atas usia 13 tahun lebih banyak responden dengan status gizi kurus. Dari uji statistik didapatkan nilai $p = 0,018$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan usia menars. Status gizi remaja putri sangat mempengaruhi terjadinya menars baik dari faktor terjadinya menars, adanya keluhan selama menstruasi, maupun lamanya hari menstruasi.

Gizi yang berlebih akan mempercepat pertumbuhan dan pematangan organ seksual, sedangkan tidak terpenuhinya kebutuhan gizi pada masa ini dapat berakibat terlambatnya pematangan seksual dan hambatan pertumbuhan linear. Makanan bergizi tinggi dan mengandung tinggi lemak akan mengakibatkan kadar kolesterol meningkat. Kadar yang tinggi dapat mengakibatkan peningkatan estrogen. Jadi dengan perbaikan gizi atau asupan gizi yang baik dapat menyebabkan usia menars menjadi lebih cepat.^{3,6}

Paparan media massa yang ringan maupun berat lebih banyak pada responden yang mengalami menars di bawah usia 13 tahun. Berdasarkan uji statistik didapatkan nilai $p = 0,387$ sehingga dapat disimpulkan tidak terdapatnya hubungan yang bermakna antara paparan media massa dengan usia menars. Hal ini mungkin disebabkan karena faktor budaya atau kultur masyarakat di Sumatera Barat. Menurut Elsesmita pada tahun 2006, meskipun anak dan remaja sudah terpapar media massa sedemikian rupa, namun kultur masyarakat Sumatera Barat yang penuh kekeluargaan dilihat dengan adanya pengawasan dari orang tua maka memungkinkan adanya penyeleksian dan sedikitnya peluang bagi remaja untuk menonton hal yang ditayangkan secara bebas.¹²

KESIMPULAN

Didapatkan hubungan yang bermakna antara tingkat pendapatan per kapita dan status gizi terhadap usia menars, sedangkan tingkat pendidikan ayah atau ibu dan paparan media massa tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan usia menars.

DAFTAR PUSTAKA

1. Santrock JW. *Adolescence*. Jakarta: Erlangga; 2003.
2. Sastrawinata S. Wanita dalam berbagai masa kehidupan. Dalam: Ilmu Kandungan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2009. hlm. 125-8.
3. Nelson WE. *Ilmu kesehatan anak Nelson*. Jakarta: EGC; 1999.
4. Cunningham FG. *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC; 2005.

5. Buyalos R. Pubertas dan pubertas prekok. Dalam: Esensial Obstetri dan Ginekologi. Jakarta: Hipokrates; 2001. hlm. 550-5.
6. Susanti AV. Faktor-faktor kejadian menarche dini pada remaja di SMP N 30 Semarang. *Journal of Nutrition College*. 2012; 14-6 (diunduh 12 Februari 2013). Tersedia dari: URL: HYPERLINK <http://ejournal-s1.undip.ac.id>
7. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar 2010. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (diunduh 14 Februari 2013). Tersedia dari: URL: HYPERLINK <http://www.litbang.depkes.go.id/>
8. Santrock JW. Remaja. Jakarta: Erlangga; 2007.
9. Masrizal. Beberapa faktor yang mempengaruhi usia menars pada pelajar SMP di Sumatera Barat (tesis). Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas; 1995.
10. Ramadanus. Hubungan status gizi dengan usia menarche dan faktor-faktor yang mempengaruhi pada siswi SMPN 5 Padang. (skripsi). Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas; 2008.
11. Lusiana SA. Status gizi, konsumsi pangan dan usia menarche anak perempuan sekolah dasar di Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2008; 26-35 (diunduh 18 Februari 2013) Tersedia dari: URL: HYPERLINK <http://journal.ipb.ac.id>
12. Elsesmita. Hubungan status gizi dan paparan media televisi dengan usia menarche pada siswi SMPN 2 Pariaman (skripsi). Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas; 2006.