



HUBUNGAN KETERPAPARAN MEDIA MASSA INTERNET DENGAN USIA MENARCHE PADA SISWI DENGAN STATUS GIZI LEBIH

Silvia Agustin¹, Nike Sari Oktavia², Alsri Windra Doni³

¹ Program Studi DIV Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Padang

^{2,3} Poltekkes Kemenkes RI Padang

Jl. Simpang Pondok Kopi Kec. Nanggalo Kota Padang 25146

*E-mail korespondensi: silviaagustin665@gmail.com

ABSTRACT

In the last decade the age of menarche has shifted to a younger age. The youngest age of menarche in Indonesia is 9 years with a prevalence of 15.3%. West Sumatra, 41.4% of young women experience menarche at the age of 13-14 years. Girls who experience early menarche at risk of cancer. Excess nutrition and media exposure are factors that trigger early menarche. The purpose of this study was to determine the relationship between internet mass media exposure and the age of menarche in students with more nutritional status. The type of this research is quantitative, analytic survey with cross sectional design. The study population was all female students with more nutritional status at SMPN 23 and SMPN 14 Pauh District Padang City with a total sampling technique, which met the sample criteria of 52 respondents. Data were analyzed univariately and bivariately with the Chi-Square statistical test. The results showed that 53.8% of respondents had heavy internet mass media exposure, and 63.5% of respondents experienced early menarche age. The youngest age of menarche was 10 years and the oldest was 14 years 7 months. The mean menarche age was 11.4 years. The p value is 0.027 ($p < 0.05$). It can be concluded that there is a relationship between internet mass media exposure and the age of menarche in students with over nutritional status.

Keywords : Age of Menarche, Internet Mass Media Exposure, Over Nutritional Status.

ABSTRAK

Dalam dasawarsa terakhir usia *menarche* bergeser ke usia yang lebih muda. Usia *menarche* termuda di Indonesia adalah 9 tahun dengan prevalensi 15,3%. Sumatera Barat, 41,4% remaja putri mengalami *menarche* saat usia 13-14 tahun. Anak perempuan yang mengalami *menarche* dini beresiko mengalami penyakit kanker. Gizi yang berlebih dan keterpaparan media merupakan faktor pencetus *menarche* dini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan keterpaparan media massa internet dengan usia *menarche* pada siswi dengan status gizi lebih. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, survei analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswi dengan status gizi lebih di SMPN 23 dan SMPN 14 Kecamatan Pauh Kota Padang dengan teknik total sampling, yang memenuhi kriteria sampel sebanyak 52 orang responden. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji statistik *Chi-Square*. Hasil penelitian didapatkan 53,8% responden dengan keterpaparan media massa internet berat, dan 63,5% responden mengalami usia *menarche* dini. Usia *menarche* termuda adalah 10 tahun dan yang tertua adalah 14 tahun 7 bulan. Usia *menarche* rata-rata adalah 11,4 tahun. Nilai *p value* 0,027 ($p < 0,05$) dapat disimpulkan ada hubungan keterpaparan media massa internet dengan usia *menarche* pada siswi dengan status gizi lebih.

Kata kunci : Usia *Menarche*, Keterpaparan Media Massa Internet, Status Gizi Lebih.

PENDAHULUAN

Menarche merupakan menstruasi pertama dan merupakan penanda akhir dari pubertas. Ia merupakan indikator dan kejadian yang paling mudah diingat dalam proses kematangan seksual wanita.¹ *Menarche* muncul pada usia 12 sampai 14 tahun atau 2 sampai 3 tahun setelah munculnya perkembangan seks sekunder (*thelarche*). Rata-rata usia *menarche* adalah 12,8 tahun namun dalam beberapa dekade terakhir rata-rata usia *menarche* telah mengalami penurunan.²

Dalam dasawarsa terakhir ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda.³ Di Indonesia rata-rata usia *menarche* adalah 13-14 tahun, Usia *menarche* termuda di Indonesia adalah 9 tahun dan usia *menarche* tertua adalah 18 tahun. Usia rata-rata *menarche* di Indonesia adalah 12,96 tahun dengan proporsi usia 12 tahun (31,33%), usia 13 tahun (31,30%) dan pada usia 14 tahun (18,24%). Untuk Sumatera Barat, 41,4%

remaja putri mengalami *menarche* saat usia 13-14 tahun.^{4,5}

Penurunan usia *menarche* ini menjadi isu kesehatan penting karena berdampak pada peningkatan risiko berbagai masalah kesehatan. *Menarche* yang terlalu cepat merupakan faktor risiko terjadinya kanker payudara, kanker ovarium, risiko penyakit kardiovaskuler, dan juga menopause yang lebih cepat.⁶

Hasil penelitian Susanti AV tahun 2012 menyebutkan bahwa kecenderungan usia *menarche* semakin dini mempunyai implikasi terhadap resiko terjadinya kanker payudara, obesitas abdominal, resiko penyakit kardiovaskular dan hipertensi yang lebih tinggi pada wanita yang mengalami *menarche* dibawah usia 12 tahun.⁷

Menarche lambat berhubungan dengan osteoporosis, dalam penelitian Karapanou tahun 2010 study kohort mengenai faktor-faktor penentu *menarche* di Jepang, menunjukkan hasil perempuan yang mengalami *menarche* lambat (>14

Silvia Agustin^{1*}, Nike Sari Oktavia², Alsri Windra Doni³ | HUBUNGAN KETERPAPARAN MEDIA MASSA INTERNET DENGAN USIA MENARCHE PADA SISWI DENGAN STATUS GIZI LEBIH

tahun) berhubungan dengan peningkatan risiko kepadatan mineral tulang yang rendah di area pinggul pada wanita yang berusia 40 tahun ke bawah.⁶

Pergeseran usia *menarche* yang lebih cepat pada remaja sekarang dibandingkan dengan remaja dahulu dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor gizi, genetik, sosial, ekonomi dan dipengaruhi oleh rangsangan audio visual baik berasal dari percakapan maupun tontonan dari film-film atau internet berlabel dewasa, vulgar dan menggambarkan tentang sensualitas.⁸

Berdasarkan rekapitulasi hasil penjarangan kesehatan peserta didik di wilayah kerja Puskesmas Pauh tahun 2019, SMPN 23 Padang dan SMPN 14 Padang adalah sekolah dengan penilaian status gizi gemuk dan obesitas tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Pauh tahun 2019. Siswi dengan status gizi gemuk sebanyak 25 orang dan status gizi obesitas sebanyak 12 orang. Sedangkan SMPN 14 Padang dengan penilaian status gizi gemuk sebanyak 15 orang dan status gizi obesitas sebanyak 8 orang. Jadi jumlah siswi dengan status gizi gemuk dan obesitas yang ada di SMP Negeri Kecamatan Pauh sebanyak 60 orang.

Survei awal yang peneliti lakukan pada hari kamis tanggal 10 Oktober 2019 di SMPN 23 Padang terhadap 10 orang siswi yang telah memenuhi kriteria inklusi dengan menggunakan alat ukur kuesioner dan tabel rujukan status gizi, didapatkan usia *menarche* dini sebanyak 6 siswi dan usia *menarche* normal sebanyak 4 siswi.

Dari 6 siswi tersebut keterpaparan media massa internetnya sedang 2 orang dan berat 4 orang. Status gizi normal 2 orang dan gemuk 4 orang.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet dengan Usia Menarche pada Siswi dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Survey Analitik* dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keterpaparan media massa internet dengan usia *menarche* pada siswi dengan status gizi lebih. Penelitian ini dilakukan di SMPN 14 Padang dan SMPN 23 Padang Kecamatan Pauh Kota Padang. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 24 dan 25 Februari di SMPN 14 Padang dan pada tanggal 4 dan 6 Maret di SMPN 23 Padang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total populasi berjumlah 60 orang siswi. Pada saat penelitian, hanya 52 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan adalah timbangan badan, *microtoise*, kuesioner dan tabel rujukan status gizi Kepmenkes RI Nomor: 1995/Menkes/SK/XII/2010. Data di analisis secara univariat dan bivariat menggunakan komputerisasi dengan uji *Chi-Square* ($\alpha=0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Univariat

a) Usia Menarche

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Usia *Menarche* pada Siswi dengan Status Gizi Lebih di SMP

Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang Tahun 2020

Usia Menarche	f	%
Dini	33	63,5 %
Normal	17	32,7 %
Terlambat	2	3,8 %

Silvia Agustin^{1*}, Nike Sari Oktavia², Alsri Windra Doni³ | HUBUNGAN KETERPAPARAN MEDIA MASSA INTERNET DENGAN USIA MENARCHE PADA SISWI DENGAN STATUS GIZI LEBIH

Total	52	100,0 %
--------------	-----------	----------------

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa dari 52 orang responden di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang tahun 2020, sebanyak 33 orang (63,5%) yang mengalami *menarche* dini. Usia *menarche* dini di SMPN 14 Padang sebanyak 13 orang dan usia *menarche* dini di SMPN 23 Padang sebanyak 20 orang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Velga Yazia tahun 2016 di SMPN 22 Padang tentang hubungan keterpaparan media massa internet dan status gizi terhadap usia *menarche* pada siswi kelas VII. Hasilnya juga ditemukan bahwa lebih banyak (63,6 %) siswi SMPN 22 Padang mengalami *menarche* dini yaitu usia < 12 tahun berjumlah 56 orang dari 88 responden.⁹

Menurut analisa peneliti, keadaan gizi yang lebih pada siswi akan mengakibatkan terjadinya percepatan pertumbuhan dan pematangan seksual siswi sehingga *menarche* pada siswi akan terjadi lebih awal. Demikian juga sebaliknya. Anak perempuan dengan jaringan lemak yang lebih banyak, lebih cepat mengalami *menarche* dari pada anak yang kurus.¹⁰

Masalah yang timbul akibat pola makan yang kurang gizi namun tinggi kalori yang biasa dikonsumsi oleh para remaja atau biasa dikenal dengan istilah *junk food* dapat memicu terjadinya obesitas. Selain itu, pola olahraga yang tidak teratur disertai terlalu banyak makan menyebabkan energi yang keluar tidak sesuai dengan kalori yang masuk sehingga terjadi penumpukan lemak yang berlebih yang dikenal dengan istilah obesitas.¹¹

Siswi dalam penelitian ini rata-rata mereka lahir dan besar di Kota Padang, dalam hal ini peneliti berasumsi mereka tinggal di perkotaan memiliki kebiasaan mengkonsumsi *junk food* mereka lebih

dominan ke makanan jajanan yang belum tentu bergizi, karena diperkotaan kebiasaan penggunaan jasa makanan *online* seperti, *catering*, *go-food* dan *grabfood* yang dinilai lebih praktis dan sudah tersebar di seluruh kota Padang. Jadi status gizi pada remaja harus diperhatikan agar *menarche* terjadi tidak terlalu dini. Status gizi yang baik pada remaja dapat diperoleh dengan konsumsi gizi seimbang sesuai kebutuhan pada masa remaja. Status gizi remaja dapat diketahui dengan menggunakan nilai Z-Score berdasarkan Indeks IMT/U, status gizi baik atau normal bila diperoleh nilai Z-Score -2 SD sampai dengan 1 SD.¹²

b) Keterpaparan Media Massa Internet

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Keterpaparan Media Massa Internet pada Siswi dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang Tahun 2020

Keterpaparan Media Massa Internet	f	%
Ringan	8	15,4 %
Sedang	16	30,8 %
Berat	28	53,8 %
Total	52	100,0 %

Berdasarkan tabel 2. dapat dilihat bahwa dari 52 orang responden di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang tahun 2020, sebanyak 28 orang (53,8%) memiliki tingkat keterpaparan media massa internetnya berat. Tingkat keterpaparan media massa internet berat di SMPN 14 Padang sebanyak 7 orang dan tingkat keterpaparan media massa internet berat di SMPN 23 Padang sebanyak 21 orang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indriyastuti tahun 2015 tentang hubungan riwayat

Silvia Agustin^{1*}, Nike Sari Oktavia², Alsri Windra Doni³ | HUBUNGAN KETERPAPARAN MEDIA MASSA INTERNET DENGAN USIA MENARCHE PADA SISWI DENGAN STATUS GIZI LEBIH

menonton audio visual dengan usia *menarche* pada siswi SLTP Kecamatan Kebumen Tahun 2015, bahwa responden yang mengalami *menarche* dini memiliki riwayat menonton audio visual berbau pornografi sebesar 55,6%.¹³

Penelitian yang dilakukan oleh Sadiman tahun 2018 tentang status gizi dan keterpaparan media massa meningkatkan kejadian *menarche* dini pada siswi SMP Negeri 4 Metro Provinsi Lampung, bahwa responden yang keterpaparan media tinggi berisiko mengalami menstruasi dini 2,49 kali lebih besar dibandingkan siswi yang keterpaparan media rendah terhadap berbagai media atau vidio untuk orang dewasa (> 17 tahun).¹⁴

Menurut analisa peneliti keterpaparan media massa internet erat hubungannya dengan usia *menarche* karena seiring dengan perkembangan zaman penggunaan *handphone* atau gadget sebagai sumber informasi yang dapat diperoleh dengan mudah dan terjangkau serta mudahnya para remaja mengakses situs porno melalui internet. Pada lokasi penelitian berada pada wilayah yang memang banyak menggunakan jaringan internet dan akses internet yang cepat, hal-hal yang menonjolkan aspek pornografi melalui media massa internet, hal tersebut akan membangkitkan hasrat seksual dan merangsang kematangan emosi sehingga memacu hormon androgen menjadi estrogen sehingga terjadi sentakan LH. Rangsangan yang ditimbulkan dari pengaruh media internet yang berbau pornografi tersebut yang dapat mempengaruhi usia *menarche* menjadi dini atau cepat.⁸

2. Bivariat

Tabel 3.

Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet dengan Usia *Menarche* Pada Siswi

dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang Tahun 2020

Keterpaparan Media Massa Internet	Usia <i>Menarche</i>						Total	
	Dini		Normal		Terlambat		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%
Ringan	4	12,1	3	17,6	1	50	8	15,4
Sedang	6	18,2	9	53,0	1	50	16	30,8
Berat	23	69,7	5	29,4	0	0	28	53,8
Total	33	100	17	100	2	100	52	100

p-value : 0,027

Berdasarkan tabel 3. dapat dilihat bahwa dari 28 orang siswi yang memiliki tingkat keterpaparan media massa internet berat terdapat 23 siswi (69,7 %) yang mengalami usia *menarche* dini. Sedangkan dari 16 orang siswi dengan keterpaparan media massa internet sedang terdapat 9 orang siswi (53,0 %) yang mengalami usia *menarche* normal, dan dari 8 orang siswi dengan keterpaparan media massa internet ringan terdapat 1 orang siswi (50,0 %) yang mengalami usia *menarche* terlambat.

Hasil uji *Chi-Square* didapatkan *p value* 0,027 (*p* <0,05). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak H_a diterima atau terdapat hubungan antara keterpaparan media massa internet dengan usia *menarche* pada siswi dengan status gizi lebih di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang tahun 2020.

Penelitian ini sejalan dengan peneitian yang dilakukan Wulandari dkk tahun 2015 mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang tahun 2015 menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara keterpaparan media massa dengan kejadian *menarche* siswi di SMPN 31 Semarang dengan uji korelasi *rank spearman* di dapatkan *p value* 0,000 <0,05, dan rh_0 hitung 0,438. Hal ini karena mayoritas siswi pernah melihat, mendengar dan berbicara tentang media massa orang dewasa (pornografi).¹⁵

Menurut analisa peneliti keterpaparan media massa internet dapat berpengaruh

negatif terhadap siswi seperti perilaku-perilaku seksual yang menyimpang dikalangan remaja. Kita ketahui bahwa saat ini internet bisa mengakses apa saja yang diinginkan termasuk media sosial yang banyak diminati remaja seperti *facebook*, *instagram*, *twitter*, *youtube* serta *game online*. Media sosial yang digunakan dalam hal ini dapat mengakses dan membuka situs pornografi baik dalam bentuk iklan maupun situs porno.

Remaja yang masih dalam keadaan labil dan masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan akan cepat terpengaruh terhadap hal-hal negatif tersebut dan mempunyai keinginan untuk coba-coba sehingga berdampak pada hal-hal yang tidak diinginkan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa media massa mempunyai pengaruh yang kuat pada remaja terhadap apa yang dilihat dan didengar terlebih dengan konten seksual sehingga dapat menyebabkan keingintahuan terhadap seks yang akan mempercepat tingkat kematangan pada remaja.³

Dalam penelitian ini keterpaparan media massa internet yang berat lebih banyak pada responden yang mengalami usia *menarche* dini dengan persentase 69,7%. Sedangkan ada 2 responden yang mengalami usia *menarche* terlambat dengan keterpaparan media massa internet ringan dan sedang. Maka dari itu peneliti berasumsi hal ini mungkin disebabkan karena faktor budaya atau kultur masyarakat di Sumatera Barat.

Menurut Elsesmita pada tahun 2006 dalam Mutasya tahun 2016, 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. Sedangkan usia *menarche* terlambat dengan status gizi lebih pada siswi tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh hormon. Dari *Pediatric Endocrinology* tahun 2014 dalam Mutasya tahun 2016, kurangnya hormon gonadotropin bisa menjadi salah satu penyebab *menarche* terlambat.⁴

Remaja puteri yang mendapatkan *menarche* lebih dini cenderung lebih berat dan lebih tinggi dibandingkan dengan remaja puteri lain yang belum *menarche* walaupun usianya sama. Sebaliknya pada remaja puteri yang mengalami *menarche* yang terlambat, kondisi berat badan lebih ringan dari pada yang sudah menstruasi dengan usia yang sama dan tinggi badan mereka sama. Umumnya mereka menjadi matang lebih dini akan memiliki indeks massa tubuh (IMT) yang lebih tinggi, dan mereka yang matang terlambat menstruasi memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama.¹⁴

Dalam penelitian ini responden yang diambil adalah siswi dengan status gizi lebih yang penilaian status gizinya dengan menggunakan nilai Z-Score berdasarkan Indeks IMT/U. Siswi dengan nilai Z-Score >1SD (gemuk) sebanyak 38 orang dan siswi dengan nilai Z-Score >2SD (obesitas) sebanyak 14 orang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa keterpaparan media massa internet dengan usia *menarche* pada siswi dengan status gizi lebih dengan nilai p value 0,027 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara keterpaparan media massa internet dengan usia *menarche* pada siswi dengan status gizi lebih di SMP Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang tahun 2020. Disarankan agar pendidikan kesehatan reproduksi dapat disampaikan di sela-sela pembelajaran di sekolah sehingga dapat

**Silvia Agustin^{1*}, Nike Sari Oktavia², Alsri Windra Doni³ | HUBUNGAN
KETERPAPARAN MEDIA MASSA INTERNET DENGAN USIA MENARCHE
PADA SISWI DENGAN STATUS GIZI LEBIH**

menambah pengetahuan siswi tentang dampak *menarche* dini pada remaja, mengarahkan siswi untuk menggunakan internet pada hal yang positif serta tidak menggunakan internet disekolah hal ini bertujuan agar tidak mengganggu siswi dalam pembelajaran dan terhindar dari pengaruh negatif yang ditimbulkan oleh media massa internet, serta diharapkan siswi bisa mengontrol status gizinya dengan memperhatikan makanan yang dikonsumsi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sibagariang EE. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Cv Trans Infomedia; 2016.
2. Kliegman RM, Stanton BF., Geme JW ST. SN. *Nelson Text Book O Pediatrics*. 20 Th Ed. Philadelphia : Elsevier; 2015.
3. Ariani Ta. *Hubungan Antara Paparan Pesan Media Massa Elektronik (Khusus Orang Dewasa) Dan Percepatan Usia Menarche Di SDN Kesatrian 1 Malang*; 2004:86-92.
4. Mutasya Fu, Hasyim H. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Siswi SMP Adabiah*. Jurnal Kesehatan Andalas. 2016;5(1):233-237.
5. Kementrian Kesehatan Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. *Laporan Nasional Riskesdas*; 2010.
6. Karapanou, O., & Papadimitriou A. *Determinants Of Menarche. Reproductive Biology And Endocrinology*. 2010.
7. Susanti A. *Faktor-Faktor Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Di SMPN Semarang*. J Nutr Coll. 2012.
8. Proverawati A. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009.
9. Yazia V. *Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet Dan Status Gizi Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Kelas VII SMPN 22 Padang*. 2019;XIII(6):244-256.
10. Susanti E. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi Tahun 2016*. Jurnal Kesehatan. 2016.
11. Febriani RT. *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Lebih Remaja di Kota Malang*. 2018.
12. Kementrian Kesehatan RI. *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta; 2011.
13. Indriyastuti, Hastin Ika, Muhamad Hakimi DI. *Hubungan Riwayat Menonton Audio Visual Dengan Usia Menarche Pada Siswi SLTP Kecamatan Kebumen Kabupaten Kebumen Provinsi Jawa Tengah Tahun 2015*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 11, No. 2 Juni 2015. 2015;11(2):79-90.
14. Sadiman I. *Status Gizi dan Keterpaparan Media Meningkatkan Kejadian Menarche Dini pada Siswi SMP Negeri 4 Metro Lampung*. 2019:50-55.
15. Wulandari P, , Dwi Nur Aini SWA. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Menarche Siswi di SMPN 31 Semarang Tahun 2015*. 2015;6:117-122.

