

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN *MENARCHE* DINI PADA SISWI SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN PATI, KABUPATEN PATI

Ayu Dya Puspaning Tyas, Lintang Dian Saraswati, Mateus Sakundarno Adi,
Henry Setyawan S.

Bagian Epidemiologi dan Penyakit Tropik, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Diponegoro

Email: ayudyatyas95@yahoo.com

Abstract

Early menarche is the first menstruation in women in early adolescence that occurs under the age of 12 years. Nutritional status / BMI (Body Mass Index) can affect the occurrence of early menarche through the rate of growth and sexual maturity, which is an indicator of the occurrence of menarche. The aim of this study was to analyze the relationship of nutritional status with the incidence of early menarche in elementary school students. This type of study is analytical observational with cross-sectional study design. The sample of this study amounted to 110 elementary school students with early menarche and 110 elementary school students who experienced normal menarche. Data analysis was done by univariate and bivariate using the Spearman rank correlation test. The results of the analysis show that there is a relationship between nutritional status and early menarche incidence in elementary school students ($p = 0.001$, $r_s = -0.321$). If children have more nutritional status, they will have an age of early menarche. It is hope that respondents who have excess nutritional status, control the consumption of foods containing fat.

Keywords: Early Menarche, Nutritional Status, Elementary Schools Students

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah perdarahan yang dialami oleh wanita yang terjadi pada vagina dalam selang waktu yang tetap karena terlepasnya lapisan endometrium uterus. Menstruasi yang terjadi untuk pertama kali di awal masa remaja pada setiap wanita disebut dengan *menarche*. *Menarche* normal jika terjadi pada usia 12-13 tahun, apabila terjadi dibawah usia 12 tahun maka dikatakan sebagai *menarche* dini. Meskipun begitu, usia *menarche* pada setiap perempuan bervariasi yaitu antara usia 10-16 tahun.¹

Indonesia memiliki rata-rata usia *menarche* remaja putri adalah

13 tahun dengan kejadian awal 9 tahun.² Berdasarkan beberapa penelitian yang pernah dilakukan di Indonesia, rata-rata usia *menarche* dari tahun 1948 sampai dengan 2015 yaitu 14,63 tahun menjadi 12,72 tahun.^{3,4} Penelitian yang pernah dilakukan di Medan didapatkan hasil bahwa proporsi *menarche* dini sebesar 60,3% dengan rata-rata usia *menarche* adalah 11,11 tahun.⁵

Menarche dini dapat mengakibatkan resiko terjadinya kanker payudara, kanker ovarium, penyakit kardiovaskular, menopause dini pada remaja putri.⁶ Remaja putri yang mengalami *menarche* lebih dini berisiko 6,66 kali lebih besar untuk terkena kanker payudara.⁷

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *menarche* dini adalah status gizi (IMT / Indeks Massa Tubuh). Semakin baik status gizi, semakin dini usia *menarche*.⁸ Hormon seksual yang mempengaruhi terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh status gizi. Anak perempuan pada usia dini yang mengalami peningkatan IMT mengakibatkan pertumbuhan dan kematangan seksual lebih cepat, yang kemudian menyebabkan terjadinya *menarche* lebih dini.⁹

Kecamatan Pati merupakan pusat kota dari Kabupaten Pati.¹⁰ Keadaan perkotaan dengan segala fasilitas berbagai pilihan tempat makan, pertokoan, mall mempermudah masyarakatnya memenuhi kebutuhan gizi dengan baik. Dimana segala kemudahan tersebut dapat mempengaruhi masyarakatnya memiliki status gizi yang baik bahkan berlebih, yang kemudian berakibat pada percepatan terjadinya *menarche*.¹¹

Studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya pada sekolah dasar di Kecamatan Pati baik negeri maupun swasta didapatkan hasil bahwa pada satu sekolah dasar negeri menunjukkan sebesar 33,3% siswi kelas 4-6 mengalami *menarche* dini dan pada sekolah dasar swasta sebesar 35% siswi kelas 4-6 mengalami *menarche* dini.

Berdasarkan pada permasalahan tersebut, maka perlu diteliti mengenai hubungan status gizi dengan kejadian *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Kecamatan Pati.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan rancangan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini yaitu siswi kelas 4-6 sekolah dasar baik negeri

maupun swasta di Kecamatan. Sedangkan sampel pada penelitian ini yaitu sebagian siswi kelas 4-6 sekolah dasar di Kecamatan Pati, dengan kriteria yang sudah menstruasi. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *simple random sampling* untuk menentukan sekolah mana yang akan dijadikan lokasi penelitian dan *quota sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan oleh peneliti untuk menentukan siswi yang akan menjadi sampel penelitian. Besar sampel yaitu sebanyak 55 siswi yang *menarche* dini dan 55 siswi yang *menarche* normal baik pada negeri maupun swasta. Sehingga total sampel yaitu sebanyak 220 siswi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* karena sebelumnya sudah dilakukan uji kenormalan data menggunakan Kolmogorof-Smirnov dan menunjukkan hasil bahwa data berdistribusi tidak normal.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Gambaran umum karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1 dan 2 dibawah ini. Dari hasil dapat disimpulkan bahwa rata-rata usia responden adalah 11,74 tahun dengan usia paling muda 10 tahun dan paling tua 14 tahun. Sedangkan untuk rata-rata usia *menarche* responden yaitu pada usia 11,36 tahun dengan usia paling dini yaitu usia 9 tahun dan usia *menarche* paling tua yaitu 13 tahun.

Tabel 1 Analisis Deskriptif Umur Responden

	Frekuensi	Mean	Min	Max
Umur	220	11,74	10	14

Tabel 2 Analisis Deskriptif Usia *Menarche* Responden

	Frekuensi	Mean	Min	Max
Usia <i>Menarche</i> Responden	220	11,36	9	13

2. Analisis Univariat

a. Status Gizi Responden Sekolah Dasar Negeri

Tabel 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan Status Gizi Responden

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gizi lebih	54	24,5
Gizi normal	143	65,5
Gizi kurang	23	10,5
Total	220	100,00

Berdasarkan tabel 3, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden

memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 143 responden (65,5%).

3. Analisis Bivariat

a. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian *Menarche* Dini

Dari hasil analisis hubungan menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*, didapatkan nilai *p value* 0,001 (*p value* < 0,05), yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Kecamatan Pati, Kabupaten Pati. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah $r = -0,321$. Hasil tersebut menunjukkan arah hubungan yang berlawanan dengan tingkat kekuatan hubungan yang lemah.

Jadi, apabila anak perempuan mempunyai status gizi yang lebih maka usia *menarche* nya dini.

PEMBAHASAN

Ada Hubungan Status Gizi dengan Kejadian *Menarche* Dini pada Siswi Sekolah Dasar Di Kecamatan Pati, Kabupaten Pati

Status gizi pada anak perempuan dapat mempengaruhi usia *menarche* nya, dimana status gizi yang semakin baik dapat mempercepat datangnya *menarche*. Status gizi mempengaruhi pembentukan hormon-hormon penyebab perkembangan seksual sekunder yang dihasilkan oleh kelenjar hypothalamus, pituitary dan ovarium. Pembentukan hormon-hormon tersebut dapat terjadi

lebih dini pada anak perempuan dengan status gizi yang berlebih. Dimana hal tersebut akan berakibat pada terjadinya *menarche* dini.¹² Status gizi berlebih atau secara fisik badan gemuk diindikasikan dengan penimbunan lemak dalam tubuh. Kelenjar adiposa dari lemak tubuh dapat mensekresikan kadar leptin. Jika konsentrasi leptin di perifer meningkat maka dapat memicu peningkatan serum *Luteinizing Hormone* (LH). Peningkatan LH akan berpengaruh pada meningkatnya serum estradiol yang kemudian menyebabkan terjadinya *menarche* dini pada remaja perempuan.¹

Sebuah penelitian yang pernah dilakukan di Yogyakarta mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan *menarche* dini (*p value* 0,017).¹³ Penelitian yang pernah dilakukan di Kabupaten Bandung didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan *menarche* dini (*p value* 0,023). Anak perempuan yang memiliki status gizi berlebih berpeluang 2,6 kali lebih tinggi mengalami *menarche* dini dibandingkan dengan anak perempuan yang memiliki status gizi normal.¹⁴ Sama halnya dengan hasil sebuah penelitian yang pernah dilakukan di Kabupaten Ponorogo bahwa semakin baik status gizi anak perempuan maka semakin awal usia *menarchenya*.⁸ Sebuah penelitian lain dengan hasil yang berbeda pernah dilakukan di Jakarta, yaitu tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan *menarche* dini (*p value* 0,737).¹⁵

Status gizi pada penelitian ini dilihat dari IMT (Indeks Massa

Tubuh), yang kemudian dikategorikan berdasarkan tabel Z-Score untuk anak perempuan usia 2-20 tahun sesuai ketentuan CDC.¹⁶ Pada penelitian ini didapatkan hasil yang sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan di Yogyakarta, Kabupaten Bandung dan Kabupaten Ponorogo, juga sesuai dengan teori. Hasil menyatakan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* dini pada sekolah dasar di Kecamatan Pati (*p value* 0,001). Nilai koefisien korelasinya adalah $r=-0,321$ yang berarti apabila anak perempuan mempunyai status gizi lebih maka usia *menarchenya* dini.

Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Pati yang merupakan pusat kota dari Kabupaten Pati. Keadaan pusat kota yang modern sangat mendukung para masyarakatnya memiliki status gizi yang lebih baik. Perkotaan dilengkapi dengan segala kemudahan fasilitas seperti restoran, cafe, swalayan, toko, dll dengan berbagai macam pilihan. Hal tersebut mempengaruhi gaya hidup dan pola konsumsi masyarakat yang akan berpengaruh pada status gizinya.¹¹ Didukung dengan hasil di lapangan yang menunjukkan yaitu sebagian besar responden kedua kelompok mempunyai status gizi normal, kemudian status gizi lebih merupakan status gizi yang paling banyak kedua. Sedangkan status gizi kurang merupakan status gizi yang paling sedikit dimiliki oleh responden.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* dini pada siswi sekolah

dasar di Kecamatan Pati,
Kabupaten Pati.

SARAN

1. Bagi Responden

Responden yang memiliki status gizi berlebih diharapkan lebih bijak dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi, seperti membatasi konsumsi makanan yang mengandung lemak misalnya gorengan.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua responden yang memiliki status gizi berlebih memberikan bekal makanan berupa sayur dan lauk yang mengandung protein serta air mineral kepada anak saat sekolah sehingga anak tidak jajan sembarangan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sukami IK & Wahyu P. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
2. Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar. 2010. 178 p.
3. Damayanti D. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Umur Menarche Mahasiswi Baru S1 Reguler Universitas Indonesia Tahun Ajaran 2000/2001. Universitas Indonesia; 2001.
4. Hendrawati L & Glinka J. Age at Menarche in Indonesia. Folia Medika Indones. 2003;39(December 1999):1.
5. Fildza R. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche pada Siswi di SMP Swasta Harapan 1 dan 2 Medan tahun 2014. USU; 2014.
6. Karapanou O, Papadimitriou A & Heidi, et al. Determinants Of Menarche. Reproductive Biology Endocrinology. 2010;8(1):115.
7. Anggorowati L. Faktor Risiko Kanker Payudara Wanita. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2013;8(2):113–120.
8. Yunitasari E, Indarwati R, Sofia DR. Status Gizi Mempengaruhi Usia Menarche (Nutritional Status Effects The Age of Menarche). Jurnal Ners. 2009;4(2):168–75.
9. Song Y, Ma J & Wang H-J, et al. Trends of Age at Menarche and Association with Body Mass Index in Chinese School-Aged Girls, 1985-2010. The Journal of Pediatrics. 2014;165(6):1172–7.
10. Badan Pusat Statistik. Peraturan Kepala Badan Pusat Statistik Nomor 37 Tahun 2010: Klasifikasi Perkotaan dan Pedesaan di Indonesia. 2nd. Badan Pusat Statistik Kabupaten Pati; 2010. 317 p.
11. Burhanuddin S. Beberapa Variabel yang Berpengaruh terhadap Usia Menarche Pelajar Putri Bugis Kota dan Desa di Sulawesi Selatan. Universitas Airlangga; 2003.
12. Waryana. Gizi Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Rihama; 2010.
13. Ratnaningsih E. Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche. Universitas Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
14. Fuadah F. Hubungan antara Status Gizi dengan Usia Menarche Dini pada Remaja Putri di SMP Umi Kulsum Banjaran Kab. Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2016. Jurnal Ilmu Kesehatan. 2016;10(2):707–14.

15. Rosanti A. Status Menarche dan Faktor-Faktor yang Berhubungan pada Siswi SDN Cijantung 03 dan SMPN 103 Jakarta Tahun 2013. 2013.
16. Susilowati. Pengukuran Gizi dengan Antropometri Gizi. Cimahi: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Achmad Yani; 2008.



