

SKRIPSI

**FAKTOR EKSTERNAL DAN INTERNAL YANG
MEMPENGARUHI USIA MENARCHE PADA REMAJA
PUTRI DI SMP NEGERI 16 PALEMBANG TAHUN 2020**



OLEH

NAMA : ISTIQOMAH

NIM :10021181722009

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2021

GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, 19 July 2021

Istiqomah

Faktor Eksternal dan Internal Yang Mempengaruhi Usia Menarche Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 16 Palembang Tahun 2020

Xcv+

ABSTRAK

Masa remaja adalah tahapan seseorang yang berada pada masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan emosional, fisik, kognitif, biologi dan terjadi perubahan dalam keterkaitan terhadap sesuatu. *Menarche* merupakan menstruasi yang pertama kali dialami remaja putri ditandai dengan perdarahan dari uterus. Usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi antara usia 12 sampai 14 tahun dilihat berdasarkan pada setiap individu dan wilayah tempat tinggal. *Menarche* dini berhubungan dengan risiko terkena kanker payudara, resistensi insulin, obesitas abdominal, penumpukan lemak dalam jaringan adipose, hipertensi serta penyakit kardiovaskuler. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Populasi penelitian semua siswi kelas VII di SMP Negeri 16 Palembang yang berjumlah 135 responden. Perhitungan sampel menggunakan rumus uji hipotesis dua proporsi dan didapatkan 84 sampel. Analisis data secara univariat, bivariat dan multivariat. Analisis bivariat yang digunakan adalah uji *chi-square* dan *pearson chi-square*. Sedangkan analisis data multivariat menggunakan uji regresi logistik. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa variabel genetik, konsumsi *fast food*, pendapatan keluarga, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu berhubungan dengan usia *menarche* karena memiliki nilai ($p\text{-value} < 0,05$), status gizi, dan keterpaparan media informasi tidak berhubungan dengan usia *menarche* karena nilai $p\text{-value} > 0,05$. Berdasarkan hasil analisis multivariat didapatkan bahwa variabel genetik ($p\text{-value}=0,000$) yang menunjukkan bahwa H_a diterima.

Kata Kunci : Remaja, *Menarche*, Faktor Eksternal dan Internal

**NUTRITION SCIENCE
PUBLIC HEALTH FACULTY
SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, 19 July 2021**

Istiqomah

External and Internal Factors Related to the Age of Menarche in Young Women at SMP Negeri 16 Palembang 2020

ABSTRACT

Adolescence is the stage of a person who is in a transitional period between childhood and adulthood characterized by emotional, physical, cognitive, and changes in relation to something. Menarche age can be said to be normal when it occurs between the ages of 12 to 14 years judging by each individual and area of residence. Early menarche is associated with the risk of developing breast cancer, insulin resistance, abdominal obesity, fat buildup in adipose tissue, hypertension as well as cardiovascular disease. The purpose of this study was to find out the factors that affect menarche age in young women at SMP Negeri 16 Palembang. This research is an analytical research correlation with cross sectional approach. The sampling technique used is purposive sampling. The research population of all grade VII students at SMP Negeri 16 Palembang amounted to 135 respondents. The sample calculation uses a two-proportion hypothesis test formula and obtained 84 samples. Univariate, bivariate and multivariate data analysis. Bivariate analysis used is chi-square test and pearson chi square. While multivariate data analysis using logistic regression test. The results of the bivariate analysis showed that genetic variables, fast food consumption, family income, maternal education and maternal work are related to menarche age because it has a value (p-value <0.05), nutritional status, and exposure to information media is not related to menarche age because the p-value value >0.05. Based on the results of a multivariate analysis, it was obtained that a genetic variable (p-value=0.000) showed that H_a was accepted.

Keywords : *Teenager, Menarche, External and Internal Factors*

RIWAYAT HIDUP

Nama : Istiqomah
NIM : 10021181722009
Tempat, Tanggal Lahir : Palembang, 07 April 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat :
Jalan.KH.Balqi, Lr.Banten 6 RT 60,
RW 16, No.266 Plaju Palembang
Sumatera Selatan. 30265
Email : isti1765@gmail.com
No. HP/ WA : 08127818012 / 087886284079 (WA)



Riwayat Pendidikan

2017 - Sekarang Universitas Sriwijaya – S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat
2014 - 2017 SMA Negeri 8 Palembang
2011 - 2014 SMP Negeri 16 Palembang
2006 - 2011 SD Negeri 102 Palembang

Pengalaman Organisasi

2016 Wakil Ketua English Club SMA N 8 Palembang
2015 Wakil Ketua Sekbid English Club
2016 Wakil Bendahara OSIS SMA N 8 Palembang
2016 Putri Lingkungan Hidup SMA N 8 Palembang
2019 Wakil Bendahara Event Al-Azhar Convention Hall Palembang

Prestasi

2014 Juara III Newscasting Contest in SHS 18 Palembang
2014 Juara II Speech Contest in SHS PGRI Palembang
2015 Juara II Speech Contest in SHS 10 Palembang
2015 Juara Harapan II Storytelling Contest in SHS 8 Palembang
2018 Inovation Teacher In Budiwijaya English Course Palembang

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunianya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Usia *Menarche* pada Remaja Putri di SMP Negeri 16 Kota Palembang Tahun 2020”

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis banyak sekali mendapatkan bantuan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Orangtua dan keluarga tercinta, yang selalu memberi semangat, mendukung, terus berusaha menuntut ilmu dan menjadi terbaik versi diriku. Terimakasih papa mama, abang Iqbal, kak hendra, dan adek imam.
2. Ibu DR. Misnaniarti, S.KM.,M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Univeristas Sriwijaya.
3. Ibu Fatmalina Febry,S.KM.,M.Si selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Yuliarti.S.KM.,M.Gizi selaku Dosen Pembimbing skripsi yang selalu sabar memberi motivasi, saran, membimbing, memahami dan merasakan perasaan mahasiswanya selama bimbingan. *love you* bukyulkuh.
5. Ibu DR. Rostika Flora, S.Kep.,M.Kes.,AIF selaku penguji 1 yang telah memberi arahan dan masukkan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Nurmalia Ermi, S.ST.,M.KM selaku peguji II yang telah memberi arahan dan masukkannya.
7. Seluruh staff pengajar Program Studi S1 Gizi Fakutas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah membimbimbing dan memberi kemudahan dalam proses administrasi dan lainnya kepada penulis.
8. Kepala Sekolah dan Wakil Kurikulum SMP Negeri 16 Palembang ibu Diana Sari, S.Pd.,M.Pd yang bersedia memberikan izin, memberikan data, dan mendukung penelitian yang penulis lakukan. Adik-adik yang telah memberikan izin dan waktunya untuk bersedia diwawancarai.

9. Sahabat-sahabat seperjuangan gizi firda, prima, ratna, ariza, sarah, brili dan tria yang telah banyak membantu, memberikan masukan, mendengarkan cerita, teman berkeluh kesah selama masa perkuliahan. *Thankyou guys you're awesome, real friends ever.*
- 10 .Terutama terimakasih untuk diriku sendiri karena sudah mampu melewati masa studi selama dibangku perkuliahan, semangat menuntut ilmu dan menggapai cita-cita. *I'm proud with myself.*

Penulis menyadari bahwa hasil dari proposal skripsi penelitian ini tidak lepas dari kekurangan dan kesalahan. Akhir kata, saya berharap semoga skripsi penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Indralaya, Juli 2021

Penulis

Lembar Pernyataan Integritas/ Bebas Plagiarisme

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 19 Agustus 2020



Istiqomah
10021181722009

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul “Faktor Eksternal dan Internal yang Mempengaruhi Usia Menarche pada Remaja Putri di SMP Negeri 16 Palembang Tahun 2020” telah dipertahankan di hadapan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 19 Juli 2021 dan telah diperbaiki, diperiksa serta disetujui sesuai dengan masukan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Indralaya, 19 Juli 2021

Panitia Sidang Ujian Skripsi

Ketua :

1. Dr. Rostika Flora S.Kep.,M.Kes.,AIF
NIP 197109271994032004

Anggota :

2. Nurmalia Ermi S.ST.,M.KM
NIP 199208022019032020
3. Fatmalina Febry S.KM.,M.Si
NIP 19782082002122003
4. Yuliarti, S.KM.,M.Gizi
NIP 198807102019032018

Indralaya, 19 Juli 2021

Mengetahui

Dekan FKM Unsri

Dr. Misnaniarti S.KM.,M.KM
NIP. 19760692002122001

Koordinator Program Studi Gizi

Fatmalina Febry S.KM.,M.Si
NIP 19782082002122003

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
RIWAYAT HIDUP	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Bagi Peneliti	7
1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat	7
1.4.3 Bagi SMP Negeri 16 Palembang	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Remaja	8
2.1.1 Definisi Remaja	8
2.1.2 Usia Remaja	9
2.1.3 Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja	10
2.2 Menstruasi.....	14
2.2.1 Definisi Menstruasi	14
2.2.2 Definisi <i>Menarche</i>	14
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Datangnya <i>Menarche</i>	15
2.2.4 Dampak <i>Menarche</i> Dini dan Terlambat	16
2.2.5 Penyakit Infeksi (ISPA)	16
2.3 Status Gizi Pada Remaja.....	17
2.3.1 Perhitungan Status Gizi Remaja	17
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Menurut UNICEF	17
2.3.3 Masalah Gizi pada Remaja	17
2.4 Keterpaparan Media Informasi	20
2.4.1 Media Elektronik	20
2.5 Konsumsi <i>Fast Food</i>	21
2.6 Sosial Ekonomi	23
2.6.1 Definisi Status Sosial Ekonomi	23
2.6.2 Kriteria Status Sosial Ekonomi.....	23

2.7	Kerangka Teori	24
2.8	Kerangka Konsep	25
2.9	Definisi Operasional	26
2.10	Hipotesis	28
2.11	Penelitian Terdahulu	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		31
3.1	Desain Penelitian	31
3.2	Populasi Penelitian	31
	3.2.1 Populasi Penelitian.....	31
	3.2.2 Sampel Penelitian	31
	3.2.3 Besar Sampel	31
	3.2.4 Teknik Pengambilan Sampel	33
3.3	Jenis dan Cara Pengambilan Data	33
	3.3.1 Jenis Data	33
	Data Primer	34
	Data Sekunder.....	34
	3.3.2 Cara Pengumpulan Data	34
	3.3.3 Alat Pegumpulan Data	34
3.4	Pengolahan Data	34
	3.4.1 Editing.....	34
	3.4.2 Coding.....	35
	3.4.3 Entry.....	35
	3.4.4 Tabulating	35
3.5	Validitas dan Reabilitas	35
	3.5.1 Validitas	35
	3.5.2 Reliabilitas	36
3.6	Analisis dan Penyajian Data	39
	3.6.1 Analisis Data.....	37
	Univariat	37
	Bivariat.....	37
	Multivariat.....	38
	3.6.2 Penyajian Data	38
	Tabel	38
BAB IV HASIL PENELITIAN		39
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	39
	4.1.1 SMP Negeri 16 Palembang.....	39
	4.1.2 Prosedur Penelitian	39
4.2	Hasil Penelitian	40
	4.2.1 Karakteristik Responden.....	40
	4.2.2 Analisis Univariat	41
	4.2.3 Analisis Bivariat	42
	4.2.4 Analisis Multivariat	45
BAB V PEMBAHASAN.....		49
5.1	Keterbatasan Penelitian.....	49
5.2	Pembahasan.....	49
	5.2.1 Status Gizi dengan Usia <i>Menarche</i>	49

5.2.2 Genetik (usia <i>menarche</i> ibu) dengan Usia <i>Menarche</i>	52
5.2.3 Keterpaparan Media Informasi dengan Usia <i>Menarche</i>	53
5.2.4 Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Usia <i>Menarche</i>	55
5.2.5 Pendapatan Keluarga dengan Usia <i>Menarche</i>	56
5.2.6 Pendidikan ibu dengan Usia <i>Menarche</i>	58
5.2.7 Pekerjaan ibu dengan Usia <i>Menarche</i>	59
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	61
6.1 Kesimpulan	ix
6.2 Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sexual Maturation Ratings (SMR)	13
Tabel 2.2 Klasifikasi IMT anak usia 5-18 tahun.....	18
Tabel 2.3 Definisi Operasional	26
Tabel 2.4 Penelitian Terdahulu	28
Tabel 3.1 Hasil Perhitungan Sampel.....	33
Tabel 4.1 Hasil Analisis Univariat.....	41
Tabel 4.2 Hasil Analisis Bivariat	42
Tabel 4.3 Hasil Seleksi Bivariat Variabel Independen dengan Dependen ...	45
Tabel 4.4 Analisis Multivariat	47
Tabel 4.5 Model Akhir Pemodelan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Usia <i>Menarche</i>	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Grafik IMT Remaja Menurut Anak umur 5-18 tahun (z-score)	18
Gambar 3.2 Kerangka Teori	24
Gambar 3.3 Kerangka Konseptual	25

DAFTAR SINGKATAN

BB	: Berat Badan
FFQ	: Food Frequency Questionare
IMT	: Indeks Massa Tubuh
TB	: Tinggi Badan
U	: Umur
UMR	: Upah Minimum Regional
WHO	: World Health Organization

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian

Lampiran 2 Lembar Penilaian Seminar Hasil

Lampiran 3 Surat Pernyataan

Lampiran 4 Lembar Bimbingan/Konsultasi Skripsi

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Kota Palembang

Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian di SMP Negeri 16 Palembang

Lampiran 8 Hasil Analisis Data

Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahapan dimana seseorang berada dalam tahapan transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan emosi, fisik, kognitif, biologis dan perubahan hubungan dengan sesuatu (Effendi dan Latifah, 2018). Berdasarkan kematangan seksual dan sosial psikologis, meliputi: 1) pubertas dini (pubertas dini), usia 11-13 tahun; 2) pubertas menengah (pubertas menengah), usia 14-16 tahun, dan 3) pubertas lanjut (pubertas lanjut))) 17-20 tahun (Noerpramana, 2011)

Remaja akan memasuki masa pubertas, pada masa remaja pertumbuhan dan perkembangan fisik dari remaja hingga dewasa akan mengalami percepatan, dan mereka akan mengalami pematangan alat reproduksi seksual (Proverawati, 2009). Pubertas merupakan titik dimana remaja perempuan mencapai kematangan seksual, yaitu melalui penampilan *menarche*. *Menarche* adalah periode menstruasi pertama yang ditandai dengan perdarahan uterus pada wanita muda. Usia *menarche* bisa bervariasi antara 10 sampai 16 tahun, namun bila usia *menarche* terjadi antara 12-14 tahun (berdasarkan masing-masing orang dan daerah tempat tinggal) maka bisa dikatakan normal. (Susanti, 2012). Faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan terjadinya *menarche*, Faktor internal berupa: status *menarche* ibu (keturunan) dan kejadian *menarche* anak perempuan, serta bentuk faktor eksternal yaitu: status gizi, penyakit infeksi, lingkungan sosial ekonomi, eksposur media dan konsumsi makanan cepat saji.

Menurut penelitian Mitayani (2010), status gizi remaja putri sangat mempengaruhi usia *menarche*. Kekurangan gizi akan mempengaruhi perkembangan fungsi organ tubuh dan terganggunya fungsi reproduksi akibat gangguan haid, namun bila asupan gizi dan aktivitas fisik termasuk dalam kategori baik maka keadaan tersebut akan membaik. Status gizi adalah status kesehatan seseorang atau suatu kelompok dan tergantung pada kebutuhan tubuh akan makanan dan energi yang dapat diukur dengan metode antropometri (Almatsier, 2011). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu asupan makanan dan penyakit menular yang tergolong penyebab langsung, serta faktor olahraga, faktor personal meliputi umur, faktor sosial ekonomi keluarga (pendidikan, pekerjaan dan pendapatan orang tua), Faktor yang

mempengaruhinya adalah secara tidak langsung diklasifikasikan sebagai media informasi sebagai penyebab (Almatsier, 2011). Status gizi juga mempengaruhi kematangan seksual, pada remaja putri yang mengalami menstruasi pertama lebih awal, berat badannya cenderung lebih berat dan lebih tinggi dibandingkan pada remaja putri yang tidak menstruasi pada usia yang sama (Soetjiningsih, 2010).

Selain itu, terjadinya *menarche* juga dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah faktor sosial ekonomi keluarga dan juga mempengaruhi status gizi. Hal ini berdasarkan studi terhadap dua daerah yang memiliki karakteristik berbeda (Astuti, 2010). Menurut Burhanuddin (2007) dalam Astuti (2010), umur *menarche* perempuan muda berbeda dalam hal lokasi geografis dan karakteristik demografis (seperti kondisi sosial ekonomi). Di Bugis Kota, rasio perempuan muda saat *menarche* (12,93 tahun) lebih rendah dibandingkan dengan di Bugis Kota (13,18 tahun).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, usia *menarche* remaja putri mengalami percepatan. A. Susanti (2012) menunjukkan bahwa usia *menarche* remaja putri adalah antara 12-13 tahun. Data ini menunjukkan bahwa usia saat *menarche* menurun, yaitu 0,145 tahun per sepuluh tahun. Terdapat hipotesis bahwa percepatan usia *menarche* disebabkan oleh peningkatan status gizi remaja. Peningkatan status gizi berasal dari konsumsi *fast food*. Senada dengan Wulansari (2012), menurutnya *fast food* sangat populer di kalangan remaja, dan mengkonsumsi makanan tersebut akan meningkatkan status gizi remaja putri. Nikelan (2010) menjelaskan dalam hasil penelitian Wulansari (2012) bahwa minimal 3 dari 21 siswa kelas V dan 6 di dua SD di Surakarta mengalami menstruasi pada usia 10-11 tahun. Mereka bertiga menyukai *fast food* dan tingkat nutrisinya lebih tinggi dari rekan-rekannya. Penelitian Schuh, S.M. et al. (2019) juga mendukung bahwa semakin dini usia *menarche* berhubungan dengan status gizi yang lebih tinggi dari biasanya. Remaja dengan gizi lebih akan mempengaruhi percepatan usia *menarche*. Menurut penelitian A. Susanti (2012), tingginya asupan *fast food* pada remaja merupakan akibat dari pubertas dini akibat aksi hormon dalam tubuh, sesuai dengan Surya Anita (2018). Hubungan konsumsi *fast food* dengan umur *menarche* (0,021). Percepatan usia *menarche* biasanya juga terkait dengan paparan media. Dalam sebuah penelitian dijelaskan bahwa keterpaparan media cetak dan media informasi online merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya penyimpangan perilaku makan remaja.

Kisswardhani (2014) juga mempelajari faktor keterpaparan media massa, namun dalam penelitian ini faktor keterpaparan media informasi tidak berpengaruh terhadap usia *menarche*. Penelitian ini sebenarnya mengungkapkan bahwa faktor keturunanlah yang mempengaruhi usia saat *menarche*. Karena adanya perbedaan hasil penelitian sebelumnya, maka perlu dilakukan penelitian lain untuk mereview hasil penelitian yang dilakukan.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), menurut indeks IMT / U, prevalensi lemak pada remaja usia 13-15 tahun di Indonesia adalah 16%, dengan 11,7% kelebihan berat badan dan 3,4% kelebihan berat badan atau obesitas. Terdapat 13 provinsi dengan angka obesitas lebih tinggi dari angka nasional yaitu Aceh, Jawa Timur, Kepulauan Riau, DKI Jakarta, Sumatera Selatan, Kalimantan Barat, Bangka Belitung, Bali, Kalimantan Timur, Sulawesi Utara dan Papua. Di Sumatera Selatan prevalensi obesitas usia 13-15 tahun adalah 4,3%.

Peningkatan taraf hidup berdampak pada penurunan usia saat *menarche* menjadi lebih muda (*menarche dini*). Kondisi *menarche* ini terkait dengan pubertas dini pada anak dibawah usia 12 tahun (Susanti, 2012). *Menarche* juga terkait dengan faktor risiko gangguan kesehatan. Menurunnya usia saat *menarche* akan berdampak pada kesehatan reproduksi perempuan, terutama kesehatan reproduksi remaja. Remaja yang lebih muda mengalami menstruasi, maka usia mereka lebih muda dari 12 tahun, dimulai dari munculnya ketertarikan pada lawan jenis dan dorongan untuk memahami dan melakukan aktivitas seksual, mereka akan lebih cepat memahami seks.

Menurut Maulidiah (2011), menurutnya konsumsi makanan yang berlebihan akan meningkatkan kerja organ tubuh manusia berupa hemodialisis. Peningkatan beban kerja organ tersebut juga akan mempengaruhi kerja optimal organ intim wanita berupa peningkatan progesteron, estrogen, LH dan FSH. Salah satu gangguan yang terjadi adalah terputusnya siklus haid yang terlalu cepat (semakin dini *menarche*).

Menarche dapat menyebabkan alat reproduksi tidak berfungsi secara maksimal dan tidak siap mengalami perubahan, sehingga timbul nyeri saat haid. Usia dini saat *menarche* juga merupakan faktor risiko terjadinya kanker ovarium dan kanker payudara. Hal ini karena tingkat estrogen dan progesteron memicu beberapa tumor yang mungkin menjadi ganas. Survei Kesehatan Pernafasan Komunitas Eropa 2011 Macsali menunjukkan bahwa wanita di usia yang lebih muda dari menarke juga menderita asma. Selain itu, tahap awal *menarche*

akan menyebabkan wanita fungsi paru-paru menurun di masa dewasa, yang disebabkan oleh peran metabolisme dan faktor hormonal dalam kesehatan pernafasan wanita. Sebaliknya, nyeri lambat juga akan berdampak pada lambatnya kematangan tubuh, hormon dan organ tubuh akan menyebabkan kegagalan penumpukan mineral tulang dan menurunkan kepadatan mineral tulang. Karena keadaan ini, risiko terkena osteoporosis di kemudian hari akan semakin besar.

Bertempat di SMP NEGERI 16 Palembang di Jl. Mahameru No. 16 ulu Kota Palembang terletak di Sumatera Selatan, merupakan salah satu sekolah terpopuler di Kota Palembang, terletak di pusat kota dekat pusat jajanan, banyak wali yang tertarik anak-anaknya untuk bersekolah disana. jumlah siswanya. Terbukti. Pada tahun 2020, akan ada 75 siswa di kelas tersebut. SMP Negeri 16 Palembang dipilih sebagai lokasi penelitian karena setelah dilakukan survey awal, latar belakang sosial ekonomi siswa SMP NEGERI 16 sangat berbeda, dan mereka dapat ditemukan di ekonomi tingkat rendah, menengah, hingga tinggi. Saat mengamati 10 remaja putri yang pernah mengalami *menarche* ditemukan ada siswa yang mengalami obesitas dan berat badan kurang, dan sebagian siswa baru berusia 11 tahun tetapi sudah pernah mengalami *menarche* (*Menarche dini*), konsumsi makanan cepat saji dan media informasi yang berlebihan (dibuktikan dengan data survei kuesioner yang lengkap), dan beberapa siswa menderita penyakit infeksi. Berdasarkan hasil penelitian Ardina Sovyana (2014) yang berjudul “Hubungan Status Gizi Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 6 dan SMP Negeri 16 Palembang dengan Usia Menarche”, terlihat bahwa 94,4% remaja putri memiliki status gizi yang baik dan usia *menarche* normal. Analisis Bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi remaja putri dengan usia saat *menarche* dengan nilai $p (0,0005)$

Berkaitan dengan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche*, kedepannya diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat (khususnya remaja) dan menunjukkan bahwa usia *menarche* merupakan pertimbangan yang penting. Karena itu mempengaruhi kesehatan secara tidak langsung.

1.2 Rumusan Masalah

Usia *menarche* kini telah diubah menjadi lebih muda, salah satunya berdasarkan faktor genetik dari usia *menarche* ibu yaitu faktor sosial ekonomi keluarga yang dapat mempengaruhi status gizi remaja. Disebabkan oleh status gizi yang berlebihan dan penyakit infeksi. Hal ini berdampak pada kecepatan remaja putri melakukan aktivitas seksual. Selain itu, keterpaparan remaja perempuan terhadap media informasi secara dini juga akan berdampak pada semakin banyaknya informasi yang diterima remaja, termasuk konten seksual yang dapat merangsang pubertas dini dan konsumsi *fast food* yang berlebihan sehingga remaja perempuan dapat merasakan kesehatan. Meningkatkan status gizi dan mempercepat usia *menarche*. Oleh karena itu, peneliti ingin mengidentifikasi “faktor eksternal dan internal yang mempengaruhi usia *menarche* pada remaja⁶ putri di SMP NEGERI 16 PALEMBANG tahun 2020?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor eksternal dan internal yang mempengaruhi usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang Tahun 2020.

1.3.2. Tujuan Khusus

- A. Mengetahui distribusi frekuensi BB, TB, IMT, dan Umur pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang.
- B. Mengetahui gambaran usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- C. Mengetahui gambaran genetik (usia *menarche* ibu) pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- D. Mengetahui gambaran status gizi berdasarkan indeks IMT/U pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- E. Mengetahui distribusi frekuensi paparan media informasi pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- F. Mengetahui distribusi frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang

- G. Mengetahui distribusi frekuensi sosial ekonomi remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- H. Menganalisis hubungan status gizi terhadap usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- I. Menganalisis hubungan genetik (usia menarche ibu) terhadap usia menarche pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- J. Menganalisis hubungan paparan media informasi terhadap usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- K. Menganalisis hubungan konsumsi *fast food* terhadap usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang
- L. Menganalisis hubungan sosial ekonomi terhadap usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan informasi kepada remaja putri mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi usia *menarche*.

1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan studi pustaka tambahan bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

1.4.3 Bagi SMP Negeri 16 Palembang

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan menjadi bahan referensi bacaan siswi khususnya kelas VII mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara usia *menarche* remaja putri di SMP Negeri 16 Palembang dengan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhinya. Remaja yang mengalami *menarche* akan banyak berdampak buruk pada kesehatannya. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 16 Palembang dari tanggal 1 sampai dengan 15 Desember 2020. Jenis penelitian yang digunakan adalah analisis korelasi yaitu penelitian non eksperimental. Peneliti mengukur dua variabel terlebih dahulu kemudian mengevaluasi korelasi antar variabel tersebut. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan menggunakan metode cross-sectional, yaitu studi tentang hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan cara mengumpulkan data pada waktu yang bersamaan. Peneliti mengukur variabel dependen atau dampak sebelumnya, dan melakukan studi retrospektif terhadap variabel independen.

DAFTAR PUSTAKA

- Adityawarman. (2007). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Komposisi Tubuh pada Remaja. <http://eprints.undip.ac.id/22215/1/Aditya.pdf>. (Diakses: 8 Mei 2020)
- Ahyani, Latifah N., & Dwi Astuti (2018). *Psikologi Perkembangan Anak dan remaja* : Kudus, Badan Penerbit Universitas Maria Kudus, 81-110
- Aishah, S. (2011). *Hubungan antara Status Gizi dengan Usia Menarche pada Siswa Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) Shafiyatul Amaliyyah Medan Tahun 2011*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara. Medan/pdf. (Diakses: 11 Mei 2020)
- Amaliah, Nurillah. (2012). *Status Tinggi Badan Pendek Berisiko terhadap Keterlambatan Usia Menarche pada Perempuan Remaja Di Tingkat Puskesmas*. Available: <http://www.ejournal.litbang.depkes.go.id>. (Diakses: 15 Mei 2020)
- Azrimaidaliza., & Purnakarya, I. (2011). Analisis Pemilihan Makanan pada Remaja di Kota Padang, Sumatra Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, Vol. 6, No.1. Diakses dari <http://jurnalkesmas.ui.ac.id> (Diakses 28 Juni 2020)
- Balitbangkes Kemenkes RI. (2010). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, Jakarta: Balitbangkes. Available: <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf> Diakses: 20 Mei 2020).
- Bertental. B., & Champos, J., 1987. *New Direction in Study of Early Experience Child Development*, 58, 1089-109
- Brancorft. J, Herbenick, D., & Reynolds. M., (In Press). *Masturbation as a marker an sexual development*. Brancorft (end). Sexual Development Bollmington. IN: Indiana University Press
- Fitriyah, N., (2015). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Menarche Pada Siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta*. *Jurnal Kesehatan*. Available: <http://digilib.unisayogya.ac.id/669/> (Diakses: 20 Mei 2020)
- Freud, S. *The Standart edition of the Complete Psychological Works Of Sigmund Freud*. London : Hogarth, 1953-1962. 21 Vols.
- Heryanti, Evi. 2009. Kebiasaan Makan Cepat Saji (Fast Food Modern), Aktivitas Fisik dan Faktor Lainnya Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Penghuni asrama UI Depok Tahun 2009. Skripsi. Universitas Indonesia Jakarta (Diakses 11 September 2020)

- Karapanou, Olga., & Papadimitriou, Anastasios. (2010). *Determinants of Menarche. Reproductive Biology and Endocrinology*, 8(115). January 25, 2011. Available: <http://www.rbej.com/content/pdf/1477-7827-8-115.pdf>. (Diakses: 25 Mei 2020)
- Kementerian Kesehatan R.I. (2013). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. http://www.depkes.go.id/sites/download/rkd2013/laporan_Rkd2013.pdf (Diakses 3 Juli 2020)
- Kemenkes, R. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (p. 1).
- Kristianti, N., Sarbini, D., dan Mutalazimah. 2009. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Frekuensi Konsumsi FastFood dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 4 Surakarta. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, ISSN 1979-7621, VOL 2, No.1, Juni 2009 (Diakses 22 September 2020)
- Maulina, A. (2015). *Hubungan Antara Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Usia Menarche Pada Remaja Puteri Di SMP Negeri 21 Padang*. *Jurnal Kesehatan*. Available: <http://repo.unand.ac.id/73/> (Diakses: 3 Juni 2020)
- Par'i, H. M., (2016). *Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Jakarta: EGC
- Proverawati., (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Penerbit Mulia Medika
- Putri, (2016) *Hubungan Antara Status Gizi dan Komposisi Lemak Tubuh dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SMP N 9 Palembang*. *Jurnal Kesehatan*. (Diakses : 12 Juni 2020)
- Proverawati. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Penerbit Mulia Medika.
- Rahmah, Ulfa F. (2016). *Gambaran Keterpaparan Media Massa Berkonten Pornografi pada Usia Menarche di Wilayah Pancoran Mas-Depok*. Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta/pdf (Diakses : 27 Agustus 2020)
- Riskesdas. 2010. *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan http://www.depkes.go.id/sites/download/rkd2013/laporan_Rkd2010.pdf (Diakses 3 Juli 2020)

Roberts, Bennie Warthington Dan Williams Sue R.(2000). *Nutrition Throughout The Life Cycle, Fourth Edition*. The McGraw-Hill Book. Dalam sari (2012).

Sastroasmoro. (2011). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Sagung Seto: Jakarta.

Susanti, A. V. (2012). *Faktor Risiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja di SMPN 30 Semarang*. Journal of Nutrition College. 1(1): 386-407. Universitas Diponegoro. Available: <http://eprints.undip.ac.id/38409/> (Diakses: 18 Juni 2020)

Sylvia, V dan Saftarina, F (2013). *Hubungan status gizi dengan usia menarche pada remaja putri di SMP Negeri 22 Bandar Lampung*, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, 18:23. Jurnal Kesehatan. (Diakses: 25 Juni 2020)

Supariasa, 2016. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta. EGC

Sarwono, 2012; Piaget, dalam Ali & Asrori, 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

WHO, (2014), Low birth weight. Journal of the American Medical Association, 287(2), 270, <https://doi.org/10.1001/jama.287.2.270>

Widodo, Antoni. “Hubungan Status Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswi (studi kasus mahasiswi P.IPS)”. Skripsi-UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015 (Diakses: 11 September 2020).