

# PENYEBAB MENARCHE DINI DITINJAU DARI STATUS GIZI DAN RIWAYAT KELUARGA PADA SISWI SDN 169 PEKANBARU

Andriani

STIKes Payung Negeri Pekanbaru

Korespondensi: [andriani.lecturer@gmail.com](mailto:andriani.lecturer@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** Menarche is the first menstruation that occurs in every woman at different ages which generally occurs at the age of 12 years. Early menarche is the first menstruation that occurs in women under the age of 12 years which is influenced by several factors, namely nutritional status and family history. In Indonesia, the youngest age of menarche is 9 years and the oldest is 18 years. **Purpose:** The purpose of this study was to determine the cause of early menarche in SDN 169 Pekanbaru students from nutritional status and family history, by taking primary data obtained directly from respondents. **Method:** This type of research used quantitative with descriptive design. Respondents In this study were students of SDN 169 Pekanbaru who had experienced menarche with the age of less than 12 years, taken by means of a saturated sample with a total of 20 female respondents. Data processing is done manually and data analysis shows the results of the calculation of the frequency and percentage of results from the study. **Results:** The majority of female students who experienced early menarche in terms of nutritional status were 11 people (55%) with normal body mass index and viewed from family history as many as 10 people (50%) with family history of early menarche. **Conclusion:** Based on the results of this study it can be concluded that the most common cause of early menarche are nutritional status with a normal Body Mass Index of 11 people (55%) and family history of 10 people (55%). It is hoped that this research for students of SDN 169 Pekanbaru can provide additional information about the causes of early menarche in terms of nutritional status and family history for students to know exactly what causes them to experience early menarche

*Keyword: Causes; Schollgirl; Early Menarche*

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** *Menarche* adalah menstruasi pertama yang terjadi pada setiap perempuan yang terjadi dalam umur yang berbeda beda yang pada umumnya terjadi pada umur 12 tahun. *Menarche* dini adalah menstruasi pertama yang terjadi pada perempuan pada umur dibawah 12 tahun yang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu Status gizi dan Riwayat keluarga. Di Indonesia usia *menarche* termuda adalah 9 tahun dan tertua 18 tahun. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penyebab *menarche* dini pada siswi SDN 169 Pekanbaru ditinjau dari status gizi dan riwayat keluarga, dengan mengambil data primer yang diperoleh

langsung dari responden. **Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan Kuantitatif dengan desain deskriptif. Responden dalam penelitian ini yaitu siswi SDN 169 Pekanbaru yang sudah mengalami menarache dengan usia kurang 12 tahun, diambil dengan cara sampel jenuh dengan jumlah responden 20 orang siswi. Pengolahan data dilakukan secara manual dan analisis data menunjukkan hasil perhitungan frekuensi dan persentasi hasil dari penelitian. **Hasil:** Mayoritas siswi yang mengalami *menarache* dini ditinjau dari status gizi adalah 11 orang (55%) dengan Indeks Masa Tubuh normal dan ditinjau dari riwayat keluarga sebanyak 10 orang (50%) dengan riwayat keluarga *menarache* dini. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab *menarache* dini yang paling banyak terjadi dikarenakan status gizi dengan Indeks Masa Tubuh normal sebanyak 11 orang (55%) dan riwayat keluarga yang mengalami *menarache* dini sebanyak 10 orang (50%). Diharapkan penelitian ini bagi siswi SDN 169 Pekanbaru dapat memberikan tambahan informasi mengenai penyebab *menarache* dini ditinjau dari status gizi dan riwayat keluarga agar siswi lebih mengetahui secara pasti apa yang menyebabkan mereka mengalami *menarache* dini.

*Kata Kunci: Status Gizi; Riwayat Keluarga; Menarache Dini*

## PENDAHULUAN

Reproduksi mempunyai arti suatu proses kehidupan manusia dalam menghasilkan keturunan demi kelestarian hidupnya. Sedangkan yang disebut organ reproduksi adalah alat tubuh yang berfungsi untuk reproduksi manusia. Alat reproduksi wanita merupakan alat lahir (*end organ*) yang dipengaruhi oleh sistem hormonal yang kompleks (Marmi, 2013). Kematangan seksual remaja putri ditandai dengan terjadinya *menarache* atau haid, pembesaran mammae, tumbuhnya bulu bulu halus didaerah tertentu, serta terjadinya perubahan pada panggul (Nengsih, 2016) *Menarache* adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang remaja putri (menstruasi pertama). Menstruasi merupakan ciri khas biologis seorang remaja putri yang secara fisik ditandai dengan keluarnya darah dari vagina dan merupakan salah satu perubahan pada alat reproduksi sebagai persiapan untuk kehamilan (Hardiningsih, 2013).

Studi epidemiologi mengungkapkan fenomena yang menunjukkan fakta bahwa usia *menarache* remaja putri di berbagai negara tidaklah sama. Di negara maju seperti Amerika usia rata rata *menarache* terjadi pada usia 13 tahun. Di Inggris *menarache* terjadi pada rata rata usia 13 tahun, sedangkan di Australia pada suku Bundi di Papua Nugini berusia 18 tahun. Di Negara berkembang seperti Indonesia rata-rata usia *menarache* terjadi pada usia 10 – 16 tahun dan rata rata *menarache* pada usia 12,5

tahun, usia *menarche* lebih dini di daerah perkotaan daripada perdesaan dan lebih lambat pada wanita yang bekerja berat (Herawati, 2013).

*Menarche* dini berhubungan karena beberapa faktor yang meliputi keadaan gizi, genetik, konsumsi makanan, hormon, sosial ekonomi, keterpaparan media masa orang dewasa (Fornografi), perilaku seksual dan gaya hidup. Usia *menarche* dini yang berhubungan dengan faktor gizi karena kematangan seksual dipengaruhi oleh nutrisi dalam tubuh remaja. Remaja yang lebih dini *menarche* akan memiliki indeks masa tubuh (IMT) yang lebih tinggi dan remaja *menarche* terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama. Faktor genetik berperan mempengaruhi percepatan dan perlambatan *menarche* yaitu antara *menarche* ibu dengan usia *menarche* putrinya. Penurunan usia *menarche* yang terjadi pada remaja putri di dunia saat ini sangat berkaitan erat dengan beberapa faktor usia *menarche* berkaitan dengan status gizi dan status sosial ekonomi keluarga (Sinaga, 2015).

Dari hasil survey awal yang telah dilakukan di SDN 169 Pekanbaru pada kelas IV dan V didapatkan siswi yang sudah mengalami *menarche* pada usia dini sebanyak 20 orang dari 185 orang siswi. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti penyebab *menarche* dini pada siswi SDN 169 Pekanbaru ditinjau dari status gizi dan riwayat keluarga.

## **TUJUAN**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penyebab *menarche* dini pada siswi SDN 169 Pekanbaru ditinjau dari status gizi dan riwayat keluarga

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif. Dalam penelitian ini melihat penyebab *menarche* dini pada siswi ditinjau dari status gizi dan riwayat keluarga di SDN 169 Pekanbaru. Lokasi penelitian ini dilakukan di SDN 169 Pekanbaru dan telah mendapatkan izin riset/ penelitian No:504/DPMPSTP/IZIN RISET/8076. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang mengalami *menarche* dini di SDN 169 Pekanbaru, yaitu

berjumlah 20 orang, dengan sampel 20 orang yang diambil dengan menggunakan teknik sampel jenuh yaitu seluruh populasi menjadi sampel. Cara ini dilakukan jika populasinya kecil, bila sampelnya kurang dari tiga puluh maka anggota populasi tersebut diambil seluruhnya untuk dijadikan sampel penelitian. Istilah lain Sampling Jenuh adalah Total Sampling, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Proses awal pengumpulan data yaitu penandatanganan informed consent merupakan suatu hal yang kompleks maka proses informed consent dilakukan dengan prosedur dual consent (siswi dan orang tua) selanjutnya pengambilan data primer dengan cara mengisi kuesioner, untuk mengetahui IMT menggunakan alat pengukur tinggi badan dan berat badan.

## HASIL

### Tinggi Badan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tinggi Badan Responden di SDN 169 Pekanbaru

No	Tinggi Badan	Frekuensi	Persentasi
1	139 cm – 145 cm	7	35%
2	151 cm – 168 cm	13	65%
	Jumlah	20	100%

Sumber: Data Primer

Dari tabel 1, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 orang yang mengalami *menarche* dini ditinjau dari tinggi badan responden mayoritas adalah 151 cm – 168 cm sebanyak 13 responden (65%)

### Berat Badan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berat Badan Responden di SDN 169 Pekanbaru

No	Berat Badan	Frekuensi	Persentasi
1	29 kg – 37 kg	5	25%
2	38 kg – 56 kg	15	75%
	Jumlah	20	100%

Sumber: Data Primer

Dari tabel 2, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 orang yang mengalami *menarche* dini ditinjau dari berat badan responden mayoritas adalah 38 kg – 56 kg sebanyak 15 responden (75%) .

### Faktor Status Gizi (IMT)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Status Gizi di SDN 169 Pekanbaru

No	Status Gizi (IMT)	Frekuensi	Persentasi
1	Underweight (IMT $\leq$ 18,4)	8	40%
2	Normal (IMT=18,5-25)	11	55%
3	Overweight (IMT $\geq$ 25)	1	5%
Jumlah		20	100%

Sumber: Data Primer

Dari tabel 3, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 orang yang mengalami *menarche* dini ditinjau dari status gizi mayoritas adalah normal sebanyak 11 responden (55%)

### Faktor Riwayat Keluarga

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Riwayat Keluarga Terhadap *Menarche* Dini di SDN 169 Pekanbaru

No	Kategori	Frekuensi	Presentasi
1	Ya (Ada riwayat <i>menarche</i> dini)	10	50%
2	Tidak (Tidak ada riwayat <i>menarche</i> dini)	10	50%
Jumlah		20	100%

Sumber: Data Primer

Dari tabel 4, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 responden yang *menarche* dini dipengaruhi oleh riwayat *menarche* ibu sebanyak 10 responden (50%).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh adalah status gizi normal dengan IMT=18,5-25 yaitu 55%, *Menarche* dini cenderung dipengaruhi oleh berat badan dan tinggi badan yang berlebih meskipun IMT dalam batas normal. Dilihat dari hasil penelitian berat badan responden mayoritas 38 kg – 56 kg yaitu sebanyak 75%, dimana tinggi badan yang diperoleh mayoritas 151 cm – 168 cm yaitu 65%. Berat

badan ini melebihi berat badan rata-rata untuk anak umur 10 sampai 12 tahun yaitu lebih dari 37 kg dan tinggi badan lebih dari 145 cm. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Irianto (2014) yaitu status gizi yang dilihat dari berat dan tinggi badan berkaitan dengan usia *menarche* dini siswi. Hasil ini tidak sesuai dengan teori yang dijelaskan oleh Putra (2016) yang menyebutkan dimana usia *menarche* yang lebih dini dialami oleh wanita dengan IMT berlebihan (*Overweight*) dibandingkan dengan yang normal dan kurus (*Underweight*).

Status gizi mempengaruhi kematangan seksual pada remaja yang mengalami *menarche* dini), mereka cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menstruasi pertama dibandingkan dengan mereka yang belum menstruasi pada usia yang sama. Sebaliknya pada remaja yang menstruasinya terlambat, beratnya lebih ringan daripada yang sudah menstruasi pada usia yang sama, walaupun tinggi badan mereka sama (Irianto, 2014). Selain itu salah satu penelitian menyebutkan bahwa reseptor estrogen  $\alpha$  (*ER $\alpha$  gene*) merupakan gen spesifik penentu usia *menarche* anak putri yang mampu merubah aktifitas biologis estrogen yang dipengaruhi oleh asupan protein, dimana protein hewani akan merangsang aktifitas dari *ER $\alpha$  gene* yang membuat seseorang lebih cepat *menarche* (Susanti, 2012) .

Ada pengaruh status gizi terhadap *early menarche* siswi Sekolah Dasar dengan X2 hit. 8,780 bahwa keadaan status gizi yang normal dan keadaan status gizi yang tidak normal atau obesitas mempengaruhi terjadinya *erlay menarche* karena asupan gizi yang kurang menyebabkan gizi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi (Sari, 2019) hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Larasati (2019) yaitu ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian *menarche* dini pada siswi SMP Setia Negara Depok dan Niu (2019) pada siswi Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Kabupaten Keerom – Papua. Menurut peneliti hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* saling berkaitan erat, semakin tinggi status gizi akan semakin banyak yang mengalami *menarche* dan dapat mempengaruhi kerja hormon yang dapat memicu perkembangan organ reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh tentang faktor riwayat usia *menarche* keluarga didapatkan adanya riwayat *menarche* dini pada keluarga yaitu

50%, Usia *menarche* keluarga dapat digunakan untuk memprediksi usia *menarche* pada anaknya dan riwayat *menarche* anak akan cenderung mirip dengan usia *menarche* keluarganya, semakin cepat keluarga mengalami *menarche* semakin cepat pula anak memperoleh *menarche* begitu pula sebaliknya apabila keluarga mengalami *menarche* pada usia normal, maka anaknya akan mengalami *menarche* pada usia normal, usia *menarche* keluarga berhubungan dengan usia *menarche* anak.

Hasil penelitian Rois (2018) menunjukkan bahwa siswi pada usia 10-13 tahun di Sekolah Islam Cikal Harapan Kabupaten Tangerang sebagian besar memiliki usia *menarche* ibu yang cepat, yaitu sebanyak 64 orang (51,2%) dan terdapat hubungan antara usia *menarche* ibu (genetik) dengan kejadian *menarche* prekoks. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki & Sabngatun (2015) di dapatkan nilai Z hitung lebih besar dari Z tabel ( $6,36 > 1,96$ ) dan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari pada tahun 2015 dengan hasil nilai  $P = 0,000$ , dapat dinyatakan terdapat hubungan antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* anak. Seorang remaja putri dengan *menarche* yang cepat akan memiliki kecenderungan memiliki usia *menarche* sama dengan ibu atau saudara perempuannya yang juga mengalami *menarche* pada usia yang lebih cepat. Hubungan genetik ini diduga berkaitan dengan lobus yang mengatur estrogen yang diwariskan. Usia *menarche* yang paling dekat adalah pada anak kembar identik, tidak terlalu dekat pada saudara kembar tidak identik dan cukup jauh pada kakak adik dari ibu yang berbeda (Rizki & Sabngatun, 2015). Menurut Susanti, (2012) Faktor genetik merupakan faktor yang tidak bisa diubah. Dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa reseptor estrogen  $\alpha$  (Era gene) merupakan gen spesifik penentu usia *menarche* anak putri yang mampu mengubah aktifitas biologis estrogen (Ismail, 2015).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Dari Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa responden di SDN 169 Pekanbaru mayoritas responden mengalami *menarche* dini ditinjau dari status gizi dengan Indeks Masa Tubuh normal, dan dipengaruhi oleh riwayat keluarga.

Saran dari peneliti diharapkan pihak sekolah di SDN 169 Pekanbaru agar dapat melakukan pemeriksaan status gizi dan memberikan penyuluhan kesehatan seputar kesehatan reproduksi bagi siswi secara berkala dengan bekerja sama pada pihak Puskesmas atau Instansi pendidikan kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hardiningsih, Aulia. 2013. *Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) Islam As-Sya'fi Iyah Bekasi Tahun 2013*. <http://lib.ui.ac.id/naskahringkas/2015-09/S52620-Aulia%20Hardiningsih>
- Herawati, Rika. 2013. *Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri di SMP Negeri 8 Tambusai Utara Tahun 2013*. *Jurnal Maternity And Neonatal* Volume 1 No. 3. <http://e-journal.upp.ac.id/index.php/akbd/article/download/1104/805>, 05 Noverber 2017 23:45 WIB
- Irianto, Koes. 2014. *Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung: ALFABETA, cv
- Ismail, D. S. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Menarche Dini Pada Remaja Putri SDN 1 Pulubala Kabupaten Gorontalo. Retrieved from <http://eprints.ung.ac.id/12211/1/2015-1-1-14201-841411024-abstraksi02082015011845.pdf> . Diakses 18 April 2017. Pukul 11.3
- Kumalasari Intan, dan Andyantoro Iwan. 2012. *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Larasati Nenda, dkk, 2019, *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Siswi Smp Setia Negara Depok Tahun 2018*, <Http://Medika.Respati.Ac.Id/Index.Php/Medika/Article/View/251/212>
- Marmi. 2013, *Kesehatan Reproduksi*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Nengsih, Lidia. *Faktor Faktor Terjadinya Desminore Pada Remaja Putri di SMAN 11 Pekanbaru Tahun 2016*. Pekanbaru
- Niu Flora, dkk, 2019, *Hubungan status gizi remaja putri dengan usia menarche pada siswi Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Kabupaten Keerom – Papua*, [https://www.researchgate.net/publication/346413966\\_HUBUNGAN\\_STATUS\\_GIZI\\_REMAJA\\_PUTRI\\_DENGAN\\_USIA\\_MENARCHE\\_PADA\\_SISWI\\_K](https://www.researchgate.net/publication/346413966_HUBUNGAN_STATUS_GIZI_REMAJA_PUTRI_DENGAN_USIA_MENARCHE_PADA_SISWI_K)

ELAS VII MADRASAH TSANAWIYAH NURUL HUDA ARSO III KA  
BUPATEN KEEROM - PAPUA

- Putra, Rahmat Nurul Yuda. 2016. *Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dengan Usia Menarche Pada Siswi SMP Negeri 1 Padang*. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/download/575/464>
- Rizki, A. S., & Sabngatun. (2015). Hubungan Antara Usia Menarche Ibu Dengan Usia Menarche Anak Pada Mahasiswi Tingkat I Di Akademi Kebidanan Mamba'ul'ulum Surakarta. Retrieved from <http://jurnal.akbidmus.ac.id/index.php/jurnalumus/article/view/118>. Diakses 03 Agustus 2017. Pukul 15.00%0A
- Rois Amika, dkk, 2018, *Factors Realted to Incidence of Menarche Praecox [Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Prekoks, [https://www.researchgate.net/publication/331549249\\_Factors\\_Realted\\_to\\_Incidence\\_of\\_Menarche\\_Praecox\\_Faktor\\_Yang\\_Berhubungan\\_Dengan\\_Kejadian\\_Menarche\\_Prekoks/fulltext/5c7fd4b3458515831f896eae/Factors-Realted-to-Incidence-of-Menarche-Praecox-Faktor-Yang-Berhubungan-Dengan-Kejadian-Menarche-Prekoks.pdf](https://www.researchgate.net/publication/331549249_Factors_Realted_to_Incidence_of_Menarche_Praecox_Faktor_Yang_Berhubungan_Dengan_Kejadian_Menarche_Prekoks/fulltext/5c7fd4b3458515831f896eae/Factors-Realted-to-Incidence-of-Menarche-Praecox-Faktor-Yang-Berhubungan-Dengan-Kejadian-Menarche-Prekoks.pdf)*
- Sari Dp, dkk, 2019, *Faktor-faktor yang mempengaruhi Early Menarche pada siswi sekolah dasar kelurahan Lpadde Kota Parepare*, Jurnal ilmiah manusia dan kesehatan, <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Sinaga, Sarma Eko Natalia. Mei-Agustus 2015. *Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Menarche di SMP X di Rangkabitung*. Coping Ners Journal Vol. 3 No. 2. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=366259&val=956&title=faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-status-menarche-di-smp-x-di-rangkabitung>. 05 November 2017. 23:28 WIB
- Susanti Agres Vivi. 2012. *Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Di SMP N 30 Semarang*. <https://media.neliti.com/media/publications/136770-ID-faktor-risiko-kejadian-menarche-dini-pad.pdf>. Januari 2018
- Wulandari, Priharyanti, & et al. (n.d.). 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Siswi Di SMPN 31 Semarang*. Retrieved from <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2866>. Diakses 19 April 2018. Pukul 19.00