

**HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DAN MEDIA INFORMASI
TERHADAP *MENARCHE* DINI PADA SISWI SEKOLAH DASAR DI
SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh :

NIKEN ARYANI WULANSARI

J 210 080 009

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2012

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DAN MEDIA
INFORMASI TERHADAP *MENARCHE* DINI PADA SISWI
SEKOLAH DASAR DI SURAKARTA


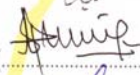

Diajukan oleh:

NIKEN ARYANI WULANSARI

J 210 080 009

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 17 Juli 2012 dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji:

1. Winarsih Nur Ambarwati, S.Kep.,Ns, ETN, M.Kep. (.....)
2. Endang Zulaicha S, S.Kp. (.....)
3. Bd. Sulastri, S.Kp. M.Kes. (.....)

Surakarta, 17 Juli 2012
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan,



Arif Widodo, A.Kep., M.Kes

**SURAT PERNYATAAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Bismillahirrahmanirrohim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya

Nama : NIKEN ARYANI WULANSARI
N I M : J 210 080 009
Fakultas / Jurusan : Ilmu Kesehatan / S1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi
Judul : **Hubungan Konsumsi *Junk Food* dan Media Informasi Terhadap *Menarche* Dini Pada Siswi Sekolah Dasar Di Surakarta**

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan UMS atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikan, serta menampilkannya dalam bentuk softcopy untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan UMS, tanpa perlu meminta ijin dari saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UMS, dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 17 Juli 2012
Yang menyatakan,



Niken Aryani Wulansari



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jln A.Yani, Tromol Pos I Pabelan, KartasuraTelp. (0271) 717417
Surakarta 57102

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : NIKEN ARYANI WULANSARI
NIM : J210080009
Program Studi : S1 - KEPERAWATAN
Judul Skripsi : **HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DAN
MEDIA INFORMASI TERHADAP *MENARCHE*
DINI PADA SISWI SEKOLAH DASAR DI
SURAKARTA**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya buat dan serahkan ini, merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan–kutipan dan ringkasan–ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari dan atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi apapun dari Fakultas Ilmu Kesehatan dan atau gelar dan ijazah yang diberikan oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta batal saya terima.

Surakarta, 17 Juli 2012
Yang membuat pernyataan,

Niken Aryani Wulansari

PENELITIAN

HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DAN MEDIA INFORMASI TERHADAP *MENARCHE* DINI PADA SISWI SEKOLAH DASAR DI SURAKARTA

Niken Aryani Wulansari.*
Winarsih Nur Ambarwati, S.Kep.,Ns,ETN,M.Kep **
Endang Zulaicha S, S.Kp ***

Abstrak

Menarche adalah menstruasi pertama yang dialami remaja putri saat pubertas. Penurunan usia *menarche* yang terjadi pada remaja putri di dunia saat ini semakin cepat. Fenomena saat ini menunjukkan bahwa siswi sekolah dasar telah mengalami *menarche*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dan media informasi terhadap *menarche* dini pada siswi sekolah dasar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi sekolah dasar yang mengalami *menarche* dini di wilayah Surakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive* sampling dan *snowball*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia *menarche* dini adalah 9,8 tahun dengan standar deviasi 0,4. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,497 dengan *p-value* 0,005 sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini. Sedangkan hasil uji korelasi media informasi dengan usia *menarche* dini diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,457 dengan *p-value* 0,011 disimpulkan bahwa terdapat hubungan paparan informasi dengan usia *menarche* dini pada siswi Sekolah dasar di Surakarta.

Kata kunci: *menarche dini, konsumsi junk food, media informasi, siswi sekolah dasar*

CORRELATION BETWEEN JUNK FOOD AND INFORMATION MEDIA TOWARD EARLY MENARCHE ON FEMALE LEARNER OF ELEMENTARY SCHOOL IN SURAKARTA

Niken Aryani Wulansari.*

Winarsih Nur Ambarwati, S.Kep.,Ns,ETN,M.Kep **

Endang Zulaicha S, S.Kp ***

Abstraction

Menarche is first menstruation on female teenager during puberty period. The menarche age which happens on female teenager today is going fast. This phenomenon shows that elementary female learner have been gotten menarche. The purpose of this research is to know the correlation junk food and information media toward early menarche on elementary female learner. The population in this research is all of elementary female learner getting early menarche in Surakarta region. The sampling technique is using purposive sampling and snowball. The result shows the average of early menarche age is 9.8 year with the deviation standard 0.4. The result rank spearman correlation test of junk food consumption with early menarche get value r_s -0.497 with *p-value* 0.005. It can be concluded that there is correlation between junk food consumption with early menarche age. While the result of information media correlation tests with early menarche age get value r_s -0.457 with *p-value* 0.011. It can be concluded that there is correlation between information shelf with the early menarche age on elementary female learner in Surakarta.

Key word: early menarche, junk food consumption, information media, elementary female learner

PENDAHULUAN

Masa remaja atau masa *adolescence* merupakan periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Masa remaja adalah suatu fenomena fisik yang berhubungan dengan pubertas. Pubertas pada perempuan (9-12 tahun) dapat ditandai dengan datangnya menstruasi untuk pertama kalinya disebut sebagai *menarche* (Proverawati, 2009).

Lebih dari setengah abad, rata-rata usia *menarche* mengalami penurunan dari usia 16 tahun menjadi rata-rata 13 tahun (Pardede, 2002). Saat ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda yang disebut *menarche* dini yaitu antara 10-11 tahun (Wiknjosastro, 2005). Penelitian Gudineau (2010) mendefinisikan bahwa fenomena *menarche* dini terjadi pada usia kurang dari 11 tahun.

Penurunan usia *menarche* yang terjadi pada remaja putri di dunia saat ini sangat berkaitan erat dengan beberapa faktor McAnarney (2003) menyebutkan bahwa usia *menarche* berkaitan dengan status gizi dan status sosial ekonomi keluarga. Adanya keterkaitan antara keterpaparan informasi atau media massa (televisi, radio, dan majalah) dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan cepatnya usia *menarche* remaja putri (Brown et al., 2005). Penelitian Bagga (2000) mengatakan bahwa umur *menarche* juga dikaitkan dengan aktivitas fisik..

Menarche dini juga dikaitkan dengan faktor resiko terjadinya gangguan kesehatan. Penurunan usia *menarche* akan berdampak pada kesehatan reproduksi wanita,

khususnya kesehatan reproduksi remaja. Semakin cepat remaja mendapatkan *menarche*, maka akan semakin cepat mengenal kehidupan seksual aktif dimulai dari munculnya ketertarikan pada lawan jenis, dorongan untuk mengetahui dan melakukan aktivitas seksual. Hal itu memperbesar resiko terjadinya kehamilan remaja, aborsi pada remaja dan akhirnya mempengaruhi tingkat kematian ibu, terutama melalui aborsi dan kehamilan remaja (Damayanti, 2001). Percepatan usia *menarche* dapat memperbesar peluang terjadinya hiperplasia endometrium. Insiden kanker uterus dan kanker payudara juga dihubungkan dengan *menarche* dini (Swart, 2011). Kecenderungan usia *menarche* yang semakin dini berimplikasi pada risiko terjadinya kehamilan pada usia yang lebih muda (Martaadisoebrata, 2005). Dari segi psikologis remaja putri yang mengalami *menarche* dini menurut Kartono (2004) akan berdampak pada timbulnya perasaan cemas dan takut dalam menghadapi *menarche*, timbulnya perasaan bersalah dan berdosa yang berkaitan dengan proses pendarahan serta adanya anggapan bahwa dirinya kotor dan menderita suatu penyakit. Pada masa ini juga terjadi perubahan keairahan seperti, pemalas, lekas marah, mementingkan diri sendiri dan tingkah lakunya menjadi buruk (Santrock, 2007).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, 5 dari 21 siswi kelas lima dan enam pada dua sekolah dasar di Surakarta telah mengalami *menarche* di usia 10-11 tahun. Hasil wawancara terhadap 3 siswi diantaranya mengatakan bahwa mereka merasa cemas, timbul perasaan takut, kaget, dan bingung ketika menghadapi menstruasi untuk

pertama kalinya. Tiga siswi yang sudah mengalami *menarche* mengatakan menyukai makanan *junk food* dan mengalami pertumbuhan tubuh yang cepat daripada teman-temannya.. Dua siswi lainnya mengatakan pernah membaca majalah dan melihat tayangan yang diperuntukan untuk orang dewasa milik kakak atau temannya yang usianya lebih tua. Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap guru kelas didapatkan bahwa beberapa sekolah dasar di Surakarta belum pernah menganalisis *menarche* dini pada siswi didiknya.

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dan media informasi terhadap usia *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta

LANDASAN TEORI

Remaja Putri

Masa remaja (*adolescence*) merupakan tahap perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa, yang ditandai oleh perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Batasan usia remaja yang digunakan oleh para ahli adalah 12-21 tahun (Desmita, 2005). Masyarakat Indonesia mendefinisikan remaja dengan batasan usia yaitu 10-24 tahun dan belum menikah, dengan pertimbangan karena usia 10 tahun merupakan usia dimana remaja putri mengalami perubahan dalam tubuhnya yang biasa disebut masa pubertas (Pardede, 2002). Pada remaja perempuan tanda pubertas umumnya ditandai dengan pertumbuhan payudara stadium 2 atau disebut *breast bud* dan haid

pertama (*menarche*) terjadi pada stadium lanjut dan sangat bervariasi pada umur masing-masing individu yang mengalaminya (Soetjningsih, 2004).

Menarche Dini

Menarche adalah menstruasi pertama kali dialami oleh seorang gadis dan merupakan perubahan ciri-ciri seks sekunder pada masa pubertas (Desmita, 2005). *Menarche* dini adalah menstruasi yang datangnya lebih awal antara 10-11 tahun (Wiknjosastro, 2005). Pertanda biologis dari *menarche* adalah kematangan seksualnya. Pada perempuan yang mengalami *menarche* dini, fungsi reproduksinya sama cepat dengan perempuan dewasa. Pardede (2002) mengatakan bahwa usia *menarche* remaja putri telah bergeser ke usia yang lebih muda yaitu 10-11 tahun namun secara normal *menarche* pada perempuan terjadi pada usia 12 - 16 tahun dengan rata-rata usia 13 tahun.

Menarche dini dihubungkan dengan usia remaja putri saat mendapatkan haid atau menstruasi pertamanya. Terdapat dua faktor yang mempengaruhinya yaitu, faktor endogen (genetik) dan faktor eksogen diantaranya status gizi, keterpaparan terhadap media informasi orang dewasa (cetak dan elektronik), aktivitas olahraga, iklim, keadaan geografis, status sosial ekonomi, rangasangan psikis.

Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi setiap bulannya kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi pertama (*menarche*) biasa terjadi pada usia 11 tahun dan berlangsung hingga seorang wanita mengalami *menopause*. Menstruasi merupakan proses pengeluaran darah dari

vagina yang berlangsung selama 3-7 hari setiap bulan. Siklus menstruasi merupakan menstruasi yang terjadi secara terus-menerus setiap bulannya antara 21-35 hari, tetapi mayoritas remaja putri mengalami siklus menstruasi antara 25-30 hari, Menstruasi terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon-hormon reproduksi, seperti *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH), *Follicle Stimulating Hormone* (FSH), *Luteinizing Hormone* (LH), estrogen, dan progesteron. Peranan *menarche* dalam sebuah siklus tidak menyatakan kemampuan reproduksi seseorang. Namun, secara umum *menarche* mendahului kesuburan dalam waktu yang relatif singkat (Silva, 2005).

Menarche dini dikaitkan dengan faktor risiko beberapa penyakit keganasan. Di pandang dari segi klinis usia *menarche* dini merupakan faktor resiko terjadinya kanker ovarium, hiperplasia endometrium, dan kehamilan pada usia yang lebih muda. Insiden kanker uterus dan kanker payudara juga dihubungkan dengan usia *menarche* oleh alasan hormonal, yang lebih didominasi oleh estrogen (Althuis, MD. 2005). Sedangkan dampak psikologis *menarche* pada remaja putri akan timbul perasaan cemas dan takut dalam menghadapi *menarche*, timbulnya perasaan bersalah dan berdosa yang berkaitan dengan proses pendarahan serta adanya anggapan bahwa dirinya kotor dan menderita suatu penyakit.

Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Menarche Dini

Menarche yaitu menstruasi yang biasanya terjadi pada usia 12-

13 tahun (Prince, 2006). Namun kenyataanya saat ini banyak ditemukan remaja perempuan yang mendapatkan menstruasi pertamanya di usia 10-11 tahun. Berikut faktor-faktor yang berhubungan dengan *menarche* dini :

Faktor Genetik

Timbulnya *menarche* juga kebanyakan ditentukan oleh pola dalam keluarga. Hubungan antara usia *menarche* sesama saudara kandung lebih erat dari pada antara ibu dan anak perempuannya (Pardede, 2002). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ersoy, B et al (2005) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara usia *menarche* ibu dan anak perempuannya, hanya terpaut sekitar 1 tahun, dimana usia anak saat *menarche* adalah 12.82 tahun dan umur ibu saat *menarche* adalah 13.6 tahun.

Faktor Sosial - Ekonomi

Usia *menarche* menggambarkan berbagai karakteristik-karakteristik kesehatan dari suatu populasi, termasuk kondisi sosial-ekonomi dan lingkungan (Kalichman, et al., 2006). Status ekonomi keluarga mempunyai peran yang cukup penting dalam percepatan usia *menarche* saat ini. Tingkat sosial ekonomi dikaitkan dengan kemampuan keluarga dalam hal kecukupan gizi keluarga terutama gizi anak perempuannya, kemampuan anak menikmati media cetak maupun media elektronik serta mengakses informasi budaya luar dan tingkat rangsangan psikis yang akhirnya akan berhubungan dengan usia *menarche*.

Status Gizi (Indeks Massa Tubuh/IMT)

Konsumsi *junk food* pada remaja berpengaruh terhadap peningkatan gizi remaja. Umumnya makanan cepat saji umumnya mengandung kalori, kadar lemak, gula dan sodium (Na) yang tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, asam akorbat, kalsium dan folat (Khomsan, 2004). Remaja putri dengan kelebihan nutrisi (kelebihan lemak dan berat badan), *menarche* juga terjadi lebih dini. Nutrisi mempunyai pengaruh terhadap kematangan seksual manusia, karena gizi mempengaruhi sekresi hormon gonadotropin dan respon terhadap *Luteinizing Hormone (LH)*, hormon ini berfungsi untuk sekresi estrogen dan progesteron dalam ovarium sehingga tanda-tanda seks sekunder akan cepat muncul dibanding remaja putri yang kekurangan nutrisi (Kazoka dan Vetra, 2007). Kegagalan mengkonsumsi gizi adekuat selama remaja menyebabkan kematangan seksual terlambat dan pertumbuhan mengalami keterlambatan atau terhenti (Said, 2004).

Faktor Keterpaparan Informasi

Remaja saat ini cenderung mudah terpengaruh oleh media informasi. Menurut Kartono (2004) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *menarche* disebabkan oleh rangsangan-rangsangan kuat dari luar, salah satunya adalah melalui keterpaparan media informasi, baik cetak maupun elektronik. Keterpaparan media informasi dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan percepatan usia *menarche* remaja putri. Para perempuan atau remaja putri yang mengalami *menarche* dini memperlihatkan minat yang lebih kuat ketika menonton tayangan yang

mengandung unsur-unsur seksual di film, televisi, dan majalah dibandingkan dengan para remaja yang *menarche* dalam rentang usia normal. (Santrock, 2007)

Faktor Aktifitas Fisik

Para peneliti telah mengemukakan bahwa aktivitas individu berkurang, ketika mereka mencapai masa remaja (Merrick dalam Santrock, 2007). Menurut penelitian Bagga (2000), remaja putri yang melakukan aktivitas fisik dengan durasi waktu yang panjang, akan menunda pubertasnya. Hasil penelitian Bagga juga menyatakan bahwa penurunan umur *menarche* pada remaja putri (9-11 tahun) terjadi pada siswi yang hanya kadang-kadang melakukan olahraga dibandingkan dengan siswi yang sering melakukan olahraga seperti voli, bulutangkis, dan renang. Diperkirakan latihan fisik/olahraga yang berat dapat menunda *menarche* melalui mekanisme hormonal karena telah menurunkan produksi progesteron dan sebagai akibatnya menunda kematangan endometrium atau lapisan dalam dinding rahim (Abdurrahman, 2001)

Hipotesis

Hipotesis alternatif (H_a) : ada hubungan antara konsumsi *junk food* dan media informasi terhadap *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta

Hipotesis nol (H_0) : tidak ada hubungan antara konsumsi *junk food* dan media informasi terhadap *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta

METODELOGI PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian tehnik potong lintang (cross-sectional) dimana desain penelitian ini akan mencari hubungan antara variabel bebas (faktor resiko) dengan variabel tergantung (efek) dengan melakukan pengukuran dalam satu waktu (Nursalam, 2008). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dan media informasi pada siswi sekolah dasar di Surakarta yang sudah mengalami *menarche* di usia < 11 tahun.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi sekolah dasar yang mengalami *menarche* dini di wilayah Surakarta. Sampel penelitian sebanyak 30 siswi sekolah dasar di Surakarta dengan teknik penentuan sampel adalah *purposive sampling* dan *snowball*.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa checklist usia menarche dini, media informasi, dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

Analisis Data

Pengujian hipotesis dilakukan dengan teknik korelasi yang digunakan untuk mencari hubungan dua variabel. Dalam penelitian ini menggunakan uji *Rank Spearman* dan di olah menggunakan progam SPSS 15,00.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Distribusi Usia *Menarche*

Tabel 1. Tendensi Sentral Usia *Menarche* Dini

Statistik Umur	Nilai
Terendah	9
Tertinggi	10
Rata-rata	9,8
Standar deviasi	0,4

Tendensi sentral data usia *menarche* dini responden menunjukkan bahwa umur terendah adalah 9 tahun, umur tertinggi 10 tahun, rata-rata umur 9,8 tahun dan standar deviasi adalah 0,4. Sedangkan bila ditinjau dari distribusi frekuensi umur *menarche*, maka distribusi tertinggi adalah usia 10 tahun yaitu sebanyak 25 responden (81%) dan sisanya 6 responden (19%) mengalami *menarche* pada usia 9 tahun.

Distribusi Konsumsi *Junk Food*

Tabel 2. Distribusi Konsumsi *Junk Food* Responden

Konsumsi <i>Junk Food</i>	Jumlah	%
Jarang	12	40
Sering	18	60
Sangat sering	0	0
Total	30	100

Distribusi konsumsi *junk food* menunjukkan distribusi tertinggi responden dalam kategori sering yaitu sebanyak 18 responden (60%) dengan skor 20-34 kali dan sisanya 12 responden (40%) memiliki pola konsumsi *junk food* dengan skor <20 kali.

Distribusi Media Informasi

Tabel 3. Distribusi Media Informasi Responden

Media Informasi	Jumlah	%
Tidak sering	0	0
Normal	16	53
Sering	14	47
Total	30	100

Distribusi media informasi yang diterima oleh responden setiap harinya menunjukkan bahwa distribusi tertinggi adalah normal (5-6 jam per hari) yaitu sebanyak 16 responden (53%) dan sering (>6 jam per hari) sebanyak 14 responden (47%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hasil Uji *Rank Spearman*

Hubungan	r_{hitung}	$p-value$
Konsumsi <i>junk food</i> dengan usia <i>menarche</i> dini	-0,497	0,005
Media informasi dengan usia <i>menarche</i> dini	-0,457	0,011

- Hasil uji korelasi *Rank Spearman* hubungan konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,497 dengan $p-value$ 0,005. Karena nilai $p-value$ lebih kecil dari 0,05 maka keputusan uji adalah H_0 ditolak, sehingga disimpulkan terdapat hubungan konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta.
- Hasil uji korelasi *Rank Spearman* hubungan media informasi dengan usia awal *menarche* diperoleh nilai r_{hitung}

sebesar -0,457 dengan $p-value$ 0,011. Nilai $p-value$ lebih kecil dari 0,05 maka keputusan uji adalah H_0 ditolak, sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara media informasi dengan usia *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta.

Pembahasan

Distribusi Pola Makan

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa konsumsi *junk food* responden menunjukkan bahwa sebanyak 18 responden (58%) responden memiliki frekuensi mengkonsumsi *junk food* dalam kategori sering yaitu dan sisanya 13 responden (42%) memiliki pola frekuensi mengkonsumsi *junk food* jarang.

Tingkat keseringan mengkonsumsi *junk food* yang tinggi pada responden meliputi konsumsi makanan-makanan seperti mie instans, sosis, *fried chicken*, dan makanan cepat saji lainnya. Tingginya pola konsumsi *junk food* pada remaja dipengaruhi pula oleh pola perilaku masyarakat yang memilih makanan praktis, mudah didapat dan siap saji. Kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dikarenakan pesatnya perdagangan, industri pengolahan pangan, jasa dan informasi yang mengubah gaya hidup dan pola konsumsi makan masyarakat, terutama di daerah perkotaan. Melalui rekayasa ilmu pengetahuan dan teknologi maka selera terhadap produk teknologi pangan tidak lagi bersifat lokal, tetapi menjadi global, sehingga dalam waktu singkat telah diperkenalkan pola makan *gayafast* atau *junk food* yang populer di seluruh negara dunia (Baliwati, 2004).

Distribusi Media Informasi

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa media informasi yang diterima oleh responden setiap harinya adalah normal (5-6 jam per hari) yaitu sebanyak 16 responden (53%) dan sering (>6 jam per hari) sebanyak 14 responden (47%), dimana rata-rata perhari mereka menggunakan sarana media informasi selama 6,46 jam. Penggunaan media informasi tersebut disebabkan oleh mudahnya remaja mengakses informasi dari berbagai media massa yang terdapat di masyarakat serta karakteristik remaja yang labil, rasa ingin tahu lebih tinggi dan mudah dipengaruhi oleh temannya. Media-media tersebut mulai dari media cetak (majalah dan koran), media elektronik (televisi, komputer, dan media internet) yang selain dapat diakses melalui komputer juga dapat diakses melalui telepon genggam (*handphone*).

Hal tersebut sesuai dengan penelitian di Amerika Serikat menyebutkan bahwa dari remaja yang berumur antara 8-13 tahun sebesar 44% menyaksikan tayangan televisi, 17% memilih mendengarkan radio, sedangkan sisanya gemar menggunakan komputer, melihat-lihat gambar dan bermain *video games* (Louge, 2006).

Distribusi Usia *Menarache*

Tabel 1 tentang tendensi sentral data usia *menarache* dini responden menunjukkan bahwa usia terendah responden mengalami *menarache* adalah 9 tahun, usia tertinggi 10 tahun, rata-rata usia *menarache* dini 9,8 tahun dan standar deviasi adalah 0,4. Sedangkan bila ditinjau dari distribusi frekuensi usia *menarache*, maka distribusi tertinggi adalah usia 10 tahun yaitu sebanyak 25 responden (81%) dan sisanya 6

responden (19%) mengalami *menarache* pada usia 9 tahun. *Menarache* dini adalah menstruasi yang datangnya lebih awal antara 10-11 tahun. Pertanda biologis dari *menarache* adalah kematangan seksualnya. Pada perempuan yang mengalami *menarache* dini, fungsi reproduksinya sama cepat dengan perempuan dewasa.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Noor (2011) mengenai hubungan antara status gizi dengan usia *menarache* yang menyebutkan bahwa usia *menarache* remaja putri telah bergeser ke usia yang lebih muda yaitu 10-11 tahun. Rata-rata usia *menarache* pada siswa SD dan SMP Shafiyatul Amaliyyah Medan adalah 11,62 tahun.

Hubungan Pola Makan dengan Usia Awal *Menarache*

Hasil uji korelasi *Rank Spearman* hubungan pola makan dengan usia *menarache* dini diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,497 dengan *p-value* 0,005. Karena nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan analisis tersebut disimpulkan bahwa terdapat hubungan pola makan dengan usia *menarache* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta.

Hal tersebut sebagaimana dikemukakan oleh Roveny (2011) yang menyatakan bahwa pada remaja putri dengan kelebihan nutrisi (kelebihan berat badan), *menarache* juga terjadi lebih dini. Hal ini dikaitkan dengan kadar leptin yang disekresikan oleh kelenjar adiposa. Peningkatan kronik dari konsentrasi leptin di perifer turut memacu peningkatan serum *Luteinizing Hormone (LH)* yang berfungsi untuk sekresi estrogen dan progesteron dalam ovarium.

Menurut Wilson dkk. (2003) dalam Uche-Nwachi dkk. (2007), LH

merupakan hormon yang dihasilkan oleh kelenjar pituitari di hipofisis anterior dan dapat dijadikan parameter menilai pubertas pada perempuan. Semakin tinggi kadar serum LH maka produksi estrogen dan progesteron di ovarium akan meningkat lebih dini dari seharusnya dan berdampak pada tanda-tanda seks sekunder yang tampak lebih cepat serta menarche.

Hubungan Paparan Informasi dengan Usia *Menarche* Dini

Hasil uji korelasi *Rank Spearman* hubungan paparan informasi dengan usia *menarche* dini diperoleh nilai r_{hitung} sebesar -0,457 dengan *p-value* 0,011. Karena nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan analisis tersebut disimpulkan bahwa terdapat hubungan paparan informasi dengan usia *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta.

Hasil wawancara peneliti dengan beberapa responden menunjukkan bahwa informasi yang mereka terima khususnya tentang perilaku orang-orang dewasa mereka peroleh dari informasi teman atau saudara mereka. Seringkali mereka memperlihatkan foto-foto artis idola mereka yang mungkin diantara sedang beradegan berciuman dengan artis lainnya. Foto-foto atau film-film tersebut, meskipun bukan merupakan film dewasa, namun secara tidak langsung foto-foto atau film tersebut meningkatkan keingintahuan mereka tentang perilaku seks.

Remaja putri yang menerima rangsangan-rangsangan yang kuat dari luar, misalnya berupa tayangan sinetron yang menampilkan anak-anak berperan sebagai orang dewasa, film tentang seks (blue films), buku-buku bacaan (novel) dan majalah-majalah bergambar

seks, godaan dan rangsangan dari laki-laki, pengamatan secara langsung terhadap perbuatan seksual. Rangsangan pancaindera diubah di dalam korteks serebri dan melalui nukleus amigdala disalurkan menuju ke hipotalamus, merangsang pembentukan dalam bentuk *gonadotropin-releasing hormone* (GnRH) yang merangsang hipofisis anterior dengan sistem portal sehingga kelenjar pituitari yang menghasilkan *FSH* (*follicle-stimulating hormone*) dan *LH* (*luteinizing hormone*) mengirimkan sinyal melalui gonadotropin (hormon yang merangsang kelenjar seks) menuju ovarium untuk menghasilkan hormon estrogen. Estrogen dengan konsentrasi rendah sudah mampu merangsang pertumbuhan payudara karena organ ini mempunyai reseptor untuk estrogen, khususnya pada glandulanya. Estrogen juga menimbulkan kematangan organ-organ reproduksi dan perubahan organ-organ seks sekunder, diantaranya : distribusi rambut, deposit jaringan lemak, dan akhirnya perkembangan endometrium di dalam uterus. Rangsangan estrogen yang cukup lama terhadap endometrium akhirnya perdarahan lucut pertama yang disebut *menarche* (Guyton & Hall, 2007).

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Harpenas (2012) tentang hubungan antara siaran TV dan status gizi terhadap status *menarche* pada siswi SMP Negeri 5 Tinambung menunjukkan bahwa dari 68 responden yang terpapar dengan siaran TV dengan status *menarche* dini adalah sebanyak 40 (100%) dan status *menarche* normal sebanyak 25 (89,3%).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Usia *menarche* dini pada siswi Sekolah Dasar di Surakarta besar adalah 10 tahun sebanyak 25 responden atau 81%.
2. Terdapat hubungan konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini pada siswi Sekolah Dasar di Surakarta, dimana semakin tinggi konsumsi *junk food* siswi maka semakin rendah usia *menarche*.
3. Terdapat hubungan media informasi dengan usia *menarche* dini pada siswi Sekolah Dasar di Surakarta, dimana semakin tinggi penggunaan media informasi yang diterima siswi maka semakin rendah usia *menarche*.

Saran

1. Bagi pengelola sekolah dasar
 - a. Guru dan pihak sekolah pada hendaknya turut memperhatikan siswi-siswi yang sudah mengalami *menarche* dan pola pergaulan siswinya di sekolah serta mengontrol penggunaan media-media informasi terutama media elektronik yang ada di sekitar siswi.
 - b. Saat kunjungan orangtua ke sekolah, sebaiknya pihak sekolah menyampaikan kepada orang tua siswi mengenai menstruasi dini yang saat ini sering terjadi pada siswi sekolah dasar.
2. Bagi Siswi
Siswi hendaknya meningkatkan pengetahuan dan pendidikan

kesehatan reproduksi dengan cara mencari informasi dari orangtua atau tenaga kesehatan sehingga mereka siap, tidak takut dan bingung saat mereka mengalami menstruasi.

3. Bagi tenaga kesehatan
Tenaga kesehatan seharusnya memberikan pendidikan kesehatan secara berkesinambungan tentang kesehatan reproduksi khususnya mengenai menstruasi dini pada siswi sekolah dasar dengan cara mengaktifkan kembali program kesehatan reproduksi remaja di puskesmas dan melakukan kunjungan rutin ke sekolah.
4. Bagi peneliti yang akan datang
Peneliti yang akan datang hendaknya meningkatkan variabel penelitian dengan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan usia *menarche* dini misalnya faktor lingkungan, genetik dukungan keluarga, dan aktifitas fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Acharya, A, V. P. Reddaiah, and N. Barydalyne. (2006). Nutritional Status and Menarche in Adolescent Girls in An Urban Resettlement Colony of South Delhi. *Indian Journal of Community Medicine*. October-December Vol. 31, No.4.
- Althuis Michelle D., Kamran S. Moghissi, Carolyn L. Westhoff, Bert Scoccia, Emmet J. Lamb5., Jay H. Lubin, Louise A. Brinton. 2005. Uterine Cancer after Use of Clomiphene Citrate to Induce Ovulation. *American Journal of Epidemiology* Vol. 161:7

- Bagga, A., S. K. 2000. Age at Menarche and Secular Trend in Maharasthrian Girls. India: University of Pune. Available from: <http://www.sci.u-szeged.hu/ABS> (Accessed 14 Maret 2012)
- Baliwati, Yayuk Farida, dkk. 2004. *Pengantar Pangan dan Gizi*. PT. Penebar Swadaya. Jakarta
- Brown, Jane D., Ph.D. (2005). Mass Media As A Sexual Super Peer for Early Maturing Girl. *Journal of Adolescent Health* Vol. 36 : 420-427. Available from http://teenmedia.unc.edu/pdf/JAH_1.pdf (Diakses 02 Januari 2012)
- Dahlan, M. Sopiudin. (2008). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Dickey, Sabrina L. (2007). A Study to Determine The Effects of Mass Media On A College Age Male and Female Decision to Become Sexually Active As An Adolescent. College of Nursing, The Florida State University. Available from <http://diginole.lib.fsu.edu/etd/89> (Diakses 02 Januari 2012)
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Ginarhayu. 2002. *Analisis Faktor – Faktor yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Remaja Putri (9 - 15 tahun) Pada Siswi Sekolah Dasar dan Sekolah Lanjutan Tingkat pertama di Jakarta Timur*. Depok : FKM-UI
- Gudineau. A et al. 2010. Factors Associated With Early Menarche : Results From The French Health Behaviour in School-Aged Children (HSBC) Study. *Journal of BMC Public Health*, 10:175. Available from : www.biomedcentral.com/1471-2458/10/175 (Diakses 29 Desember 2011)
- Guyton, A., & Hall. J. E. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran edisi 11*, Jakarta: EGC
- Ersoy, B., C. Balkan., T. Gunay., A. Egemen (2005). The factors affecting the relation between the menarcheal age of mother and daughter. *Child: Care, Health and Development*. May, Vol 31, No.3: 303-308. Available from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15840150t> (Diakses 12 Januari 2012)
- Harpenas., Asmarudin Pakhri., Ismail. 2012. *Hubungan Antara Siaran Televisi dan Status Gizi Terhadap Menarche Pada Siswi SMP Negeri 5 Tinambung Kabupaten Polman*. STIKES Bina Bangsa Majene Sulawesi Barat.
- Kalichman, L., Ida, M., Gregory, L. Dan Eugene, K. (2006). Age at menarche in a Chuvashian rural population, *Journal of Informa Health Care*, 33(3) 390-397 Available from : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/p>
-

- ubmed/17092874 (Diakses 12 Januari 2012)
- Karapanou, O., and Papadimitriou, P., 2010. Determinants of menarche. *Reproductive Biology and Endocrinology* 8(115). Available from: <http://www.rbej.com/content/8/1/115> (Diakses 12 Juli 2012)
- Karen E., Remsberg, Ellen W., Demerath, Christine M., Schubert, Wm. Cameron C., Shumei S.S., & Roger M.S. 2005. *Early Menarche and the Development of Cardiovascular Disease Risk Factors in Adolescent Girls: The Fels Longitudinal Study*. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* [internet] 90 (5):2718-2724 Available from: <http://jcem.endojournals.org> (Diakses 14 Desember 2011)
- Kartono, Kartini. (2004). *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja Dan Wanita Dewasa*. Bandung : CV Mandar Maju
- Kazoka, D. dan Vetra, J. (2007). Relationship between age at menarche and adult Body Mass Index (BMI), Riga, Latvia, LV-1010, *Papers on Anthropology XVI*: 170-179
- Lemeshow, A.R. 2008. Subjective Social Status in the School and Change in Adiposity in Female Adolescents. New York: National Institutes of Health. Available from: <http://archpedi.ama-assn.org> (Diakses 14 April 2012)
- Louge N. 2006. Adolescents and the Internet. www.actforyouth.net. (25 Desember 2010)
- Manuaba, L.B.G., Manuaba, L.A.C., dan Manuaba, I.B.G.F., 2007. Pengantar Kuliah Obstetri. 1st ed. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Martaadisoebrata, Djamhoer. 2005. *Obstetri dan Ginekologi Sosial*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Ong Ken K., Northstone K., Wells JC, 2007. Earlier Mother's Age at Menarche Predicts Rapid Infancy Growth and Childhood Obesity. *Medical Research Council Epidemiology Unit, Cambridge, United Kingdom*. Available from : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17455989> (Diakses 27 Februari 2012)
- Pardede, Nancy. (2002). *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Dalam Narendra, MB. Sularyo, TS. Soetjiningsih. Hariyono, S. Gde Ranuh. Sambas, W: Jakarta : Sagung Seto.
- Price, Sylvia Anderson dan Wilson, Lorraine McCarty. 2006. *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Jakarta: EGC.
-

- Proverawati, A & Misaroh, S. (2009). *Menarche : Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Putri, Anni Kartika. 2009. *Hubungan Antara Status Gizi, Status Menarche Ibu, Media Massa, dan Aktivitas Olahraga Dengan Status Menarche Siswi SMP Al-Azhar, Rawamangun, Jakarta Timur Tahun 2009*. Depok. FKM-UI
- Santrock, John W. 2007. *Remaja* (11th ed). Jakarta : Erlangga
- Sastroasmoro, Sudigdo., Ismael Sofyan. (2008) *Dasar-dasar metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : CV Sagung Seto.
- Silva, D. P. 2005. Menarche and Lifestyle. *Wisconsin Medical Journal*. Wisconsin: Gundersen Lutheran Medical Centre, 7,104.
- Soetjningsih. 2004. *Pertumbuhan Somatik Pada Remaja*. Jakarta : CV Sagung Seto.
- Swart, Rachel. (2011). *Breast Care Risk Factors*. Department of Hematology and Oncology, Arizona Cancer Center, University of Arizona. Available from : <http://emedicine.medscape.com/article/1945957-overview> (Diakses 29 Desember 2011)
- Trenham, Amy-Dietz., Nichols B. Hazel., Remington L.Patrick., Lucinda Yanke., John M. Hampton., Polly A Newcomb., Richard R. Love (2005). Correlates of age menarche among sixth grade students in Wisconsin. *Journal of Wisconsin Medical*, 7,104.
- Uche-Nwachi, E.O., dkk. 2007. Mean Age of Menarche in Trinidad and Its Relationship to Body Mass Index Ethnicity and Mothers Age of Menarche. *Journal of Biological Sciences*. 2007. Trinidad: Science Publications Available from : <http://docsdrive.com/pdfs/sciencepublications/ojbsci/2007/66-71.pdf> (Diakses 12 Juli 2012)
- WHO. 2008. *BMI for AGE GIRLS : 5-19 years (z-scores)*
- Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
-
- Niken Aryani Wulansari:**
Mahasiswa S1 Keperawatan FIK UMS. Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura
- ** Winarsih Nur Ambarwati, S.Kep.,Ns, ETN, M.Kep:** Dosen Keperawatan FIK UMS. Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura.
- *** Endang Zulaicha S, S.Kp:** Dosen Keperawatan FIK UMS. Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura
-