

# Studi Kasus Menstruasi Prekok Pada Remaja

Marwati Biswan, Siti Rahmadani, Alice Leiwakabessy

Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta I

Email : aksarahmadani@gmail.com

## Abstrak

Penelitian ini membahas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi menstruasi prekok pada remaja putri di SMPN 14 Kota Depok Tahun 2014.

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian menstruasi prekok pada remaja putri.

Penelitian ini adalah data primer yang menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan Cross Sectional, dan melakukan wawancara pada remaja putri serta profil SMPN 14 Kota Depok. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat, bivariat dan melihat faktor yang paling dominan berpengaruh terhadap kejadian menstruasi prekok pada remaja putri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, ada pengaruh antara status gizi dengan kejadian menstruasi prekok dimana hasil test chi square didapatkan p-value  $0,003 < 0,05$  dengan OR 6. Ada pengaruh antara mengakses media informasi dengan kejadian menstruasi prekok dimana hasil test chi square didapatkan p-value  $0,001 < 0,005$  dengan OR 0,160. Faktor yang paling dominan berpengaruh, adalah status gizi terhadap kejadian menstruasi prekok di SMPN 14 Kota Depok. Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar para guru dan orang tua berperan aktif dalam pengawasan asupan gizi, dan mampu memotivasi remaja untuk mengkomsumsi gizi seimbang.

Kata Kunci : Menstruasi prekok.

## Abstract

This research examines about factors affecting precocious menstruation in adolescents at SMPN (junior high schools) 14 Depok City 2014.

This research was primary data are used descriptive analytic method with a cross sectional approaches, and interview with female students (adolescents), rather SMPN (junior high schools) 14 Depok City's profile. Collected data were analyzed using univariate, bivariate and multivariate analyzes, it was presented in tabular form.

The results showed that there is influence between nutritional status and the incidence of precocious menstruation where the chi-square test results obtained p-value  $0,003 < 0,05$  with OR 6. There is the influence of the mediato access information with the incidence of precocious menstruation where the chi-square test result was p-value  $0,001 < 0,005$  with O R 0,160. The dominant factoris the effect of nutritional status on the incidence of precocious menstruation in SMPN 14 Depok. Based on the research results suggested that teachers and parents play an active rolein monitoring the nutrition al intake and able to motivate adolescents to consume balanced nutrition.

Keywords: precociousmenstruation.

## **Pendahuluan**

Remaja adalah masa peralihan dari anak menuju ke dewasa dimana terjadi perubahan fisik, mental, dan emosional, yang sangat cepat (Proverawati, 2009). Monks (2000) memberi batasan usia remaja, yaitu 12-21 tahun. Stanley Hall mengatakan usia remaja berada pada rentang 12-23 tahun. Pada tahun 2008, jumlah remaja di Indonesia mencapai 62 juta jiwa (IDAI, 2012).

Menurut Sarwono (2009) Pubertas berlangsung kurang lebih selama 4 tahun dimana kejadian terjadi pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri kelamin sekunder, menarche, dan perubahan psikis. Santrock (2003) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi pubertas meliputi mutu makan, kesehatan bawaan dan masa tubuh.

Menstruasi adalah suatu permulaan masa menstruasi (Dorland, 2002). Usia gadis remaja pada waktu pertama kalinya mendapatkan haid (menarche) bervariasi lebar, yaitu antara 10-16 tahun tapi rata-rata 12,5 tahun. Statistik menunjukkan bahwa usia menarche dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum. Semmelweis menyatakan bahwa 100 tahun yang lampau usia gadis-gadis Vienna pada waktu menarche berkisar antara 15-19 tahun. Brown mengatakan bahwa usia menarche disebabkan oleh keadaan gizi dan kesehatan umum yang membaik, dan berkurangnya penyakit menahun. Menarche terjadi ditengah-tengah masa pubertas, yaitu masa peralihan dari anak-anak kedewasa (Wiknjosastro, 2009).

Kemajuan yang pesat dalam pembangunan nasional dan perkembangan ilmu pengetahuan menyebabkan meningkatnya taraf dan kualitas hidup masyarakat, terutama yang tinggal di wilayah perkotaan yang menimbulkan

perubahan yang sangat cepat akan perilaku kehidupan modern, perubahan aktivitas fisik sehingga dapat meningkatkan prevalensi gizi lebih yang merupakan faktor resiko terhadap penyakit degeneratif. Dampak gizi lebih pada remaja dapat menurunkan produktivitas dan daya tahan tubuh serta umur harapan hidup, lebih cepat lelah dan kurang aktif bergerak. dilihat dari pengukuran indeks massa tubuh (IMT) yang dihubungkan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji modern (fast food), aktifitas fisik (waktu tidur, waktu menonton TV, main komputer/main video games), pola konsumsi (konsumsi energi, konsumsi karbohidrat, konsumsi lemak dan konsumsi protein), karakteristik siswa (jenis kelamin, pengetahuan gizi dan uang saku) dan karakteristik orang tua yang meliputi pendidikan ibu dan pendapatan orang tua (Paath dkk, 2004).

Ada hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan usia menarche, dimana nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada gadis yang lebih dini mendapatkan menstruasi, mereka cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menstruasi pada usia yang sama. Sebaliknya pada gadis yang menrusinya terlambat, beratnya lebih ringan dari pada yang sudah menruasi pada usia yang sama, walaupun tinggi badan (TB) mereka sama. Pada umumnya, mereka menjadi lebih matang lebih dini akan memiliki body mass index (indeks massa tubuh, IMT) yang lebih tinggi dan mereka yang matang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama (Soetjningsih, 2004)

Departemen Kesehatan Republik Indonesia melaporkan terjadinya penurunan usia menarche di Indonesia. Nelson tahun 2000 menyatakan hal ini disebabkan status gizi yang lebih baik dan membaiknya kesehatan umum. Anurogo (2011) mengatakan bahwa usia menarche terlalu dini

dapat menjadi faktor resiko terjadinya dismenorea primer. Sedangkan menurut Santrock (2003) remaja yang tidak siap dan yang mengalami menstruasi terlalu dini cenderung menunjukkan lebih banyak reaksi negatif. Penurunan usia menstruasi akan menyebabkan peningkatan resiko terjadinya kelainan kardiovaskular (Lakshman, 2009), kanker ovarium dan kanker payudara (Susan, 2005) dan peningkatan gejala depresif (Joinson, 2009).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMPN 14 Kota Depok, dari 10 remaja putri ada 3 orang yang mengalami menstruasi prekok yang berumur 9 tahun. Berdasarkan dari data survey pendahuluan tersebut, maka perlu diketahui hubungan antara status gizi, faktor-faktor pengaruh lainnya dengan usia menstruasi pada remaja putri kelas I di SMPN 14 Kota Depok.

### Metode

Studi ini merupakan studi kasus deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional.

Sampel studi kasus ini adalah semua remaja putri kelas I di SMPN 14 Kota Depok dengan kriteria inklusi remaja putri yang sudah menstruasi sebesar 232 remaja.

Faktor-faktor yang mempengaruhi menstruasi prekok pada remaja adalah : faktor keturunan, gizi, kesehatan umum, pola makan, status ekonomi keluarga, aktivitas olahraga.

Cara analisis data dengan menggunakan instrumen terstruktur sesuai variabel yang diteliti.

### Hasil.

Usia menstruasi pada remaja di SMPN 14 Kota Depok berkisar antara umur 8 sampai dengan 15 tahun.

Hasil studi diperoleh rata-rata usia menstruasi adalah 11,06 tahun dengan standar deviasi 0,99 tahun. usia termuda menstruasi adalah 8 tahun dan tertua adalah 15 tahun.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Menstruasi dan Faktor-Faktornya di SMPN 14 Kota Depok Tahun 2014

Variabel	Frekuensi	Persen
<b>Usia Menstruasi</b>		
Prekok	9	3,9
Normal	223	96,1
<b>Status Gizi</b>		
Gemuk	8	3,4
Normal	95	40,9
Kurus	129	55,6
<b>Pola Makan</b>		
Kurang	176	75,9
Baik	56	24,1
<b>Akses Media Informasi</b>		
Mudah	172	74,1
Sulit	60	25,9

Hasil studi diperoleh remaja yang mengalami menstruasi prekok sebanyak 29,7% dan remaja

yang mengalami menstruasi usia normal adalah sebesar 70,3%. Berdasarkan status gizi sebagian besar remaja termasuk dalam kelompok kurus yaitu sebesar 55,6% dan 3,4% remaja mengalami kegemukkan. Berdasarkan pola makan sebagian besar remaja mempunyai pola makan kurang baik yaitu sebesar 75,9%. Berdasarkan akses media informasi, sebagian besar remaja mudah mengakses media informasi yaitu sebesar 74,1%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Status Gizi, Pola Makan dan Akses Media Informasi Berdasarkan Usia menstruasi di SMPN 14 Kota Depok Tahun 2014

Variabel	N	Umur Menstruasi				Nilai P	OR
		PreKok		Normal			
		N	%	N	%		
<b>Status Gizi</b>							
Gemuk	8	2	25	6	75	0,003	6
Normal	95	5	5,3	90	94,7		
Kurus	129	2	1,6	127	98,4		
<b>Pola Makan</b>							
Kurang	176	7	4	169	96	1	1,118
Baik	56	2	3,6	54	96,6		
<b>Akses Media Informasi</b>							
Mudah	172	3	1,7	169	98,3	0,01	0,160
Sulit	60	6	10	54	90		

Hasil studi menunjukkan bahwa remaja yang gemuk mengalami menstruasi prekok sebesar

25%, sedangkan remaja yang memiliki IMT normal hanya 5,3% yang mengalami menstruasi prekok dan remaja dengan status IMT kurang hanya 1,6% yang mengalami menstruasi prekok. Dari uji statistik diperoleh nilai  $p=0,003$  artinya ada perbedaan yang bermakna umur menstruasi pada kelompok IMT gemuk, normal dan sedang. uji statistik juga menunjukkan nilai  $OR=6$  dan  $21,167$ , artinya remaja dengan IMT gemuk berisiko 6 kali lebih tinggi untuk mengalami menstruasi prekok dibandingkan dengan remaja yang mempunyai IMT normal, dan remaja dengan IMT gemuk juga akan berisiko  $21,167$  kali untuk mengalami menstruasi prekok dibandingkan dengan remaja yang dengan IMT kurus.

Tabel 3 juga menunjukkan remaja yang mempunyai pola makan kurang baik dan mengalami menstruasi prekok sebanyak 4%. Demikian juga remaja dengan pola makan baik 3,6% mengalami menstruasi prekok. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p=1$ , artinya tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian menstruasi prekok.

Ditemukan juga menunjukkan bahwa remaja yang mudah mengakses media informasi mengalami menstruasi prekok sebanyak 1,7%. Sedangkan remaja yang sulit

mengakses media informasi mengalami menstruasi prekok sebesar 10%. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $P=0,01$ , artinya ada hubungan media informasi dengan kejadian menstruasi prekok. Pada tabel 3 dikemukakan nilai  $OR=0,160$ , artinya remaja yang mudah mengakses media informasi berisiko mengalami menstruasi prekok sebesar 0,160 kali lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang sulit mengakses media informasi.

Tabel 4. Faktor Penentu Usia Menstruasi pada Remaja SMPN 14 Kota Depok Tahun 2014

Variabel	B/Koef	SE	Wald	P
<b>Status Gizi</b>				
Gemuk			8,953	0,003
Normal	1,946	1,040	3,500	0,062
Kurus	3,482	1,193	8,523	0,003
<b>Akses Media Informasi</b>				

Mudah		
Sulit	-2,137	0,773
<b>Konstanta</b>	<b>3,951</b>	<b>1,415</b>

Hasil akhir studi ini diperoleh ada hubungan status gizi dengan umur menarche. Hal ini ditunjukkan dengan nilai p lebih kecil dari 0,05. Hasil uji statistik ini juga diperoleh nilai OR tertinggi yaitu 32,523, artinya remaja dengan IMT gemuk berisiko 32,523 kali lebih tinggi untuk mengalami menstruasi prekoks dibandingkan dengan remaja yang dengan IMT kurus. Dengan demikian status gizi merupakan faktor dominan yang berpengaruh terhadap kejadian menstruasi prekoks.

Hasil akhir ini juga diperoleh adanya hubungan akses media informasi dengan usia menarche yang ditunjukkan dengan nilai  $p=0,006$ . Hasil uji statistik ini juga diperoleh nilai  $OR = 0,118$ , artinya remaja yang mudah mengakses media informasi berisiko mengalami kejadian menstruasi prekoks sebesar 0,118 kali lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang sulit mengakses media informasi.

## Pembahasan

Remaja mengalami menstruasi prekoks 3,9%. Usia menstruasi diperoleh rata-rata usia menstruasi adalah 11,06 tahun, dan usia termuda adalah 8 tahun. Status gizi yang diukur melalui IMT, sebagian besar remaja IMT memiliki katagori kurus yaitu IMT kurang dari 18,5, dan sebagian kecil mengalami kegemukan yaitu sebanyak 3,4%. Indeks massa tubuh (IMT) merupakan indikator dalam mengukur status gizi yang secara tidak langsung dapat menentukan besar komposisi tubuh dengan status gizi tertentu.

Pola makan remaja diperoleh hasil memprihatinkan, yaitu sebagian besar remaja mempunyai pola makan yang kurang. Hal ini dipengaruhi dengan adanya perkembangan makanan cepat saji yang sangat bervariasi dan cukup banyak sehingga remaja cenderung mengkonsumsi makanan tersebut yang berakibat pada status gizi, kesehatan dan lain sebagainya. Akses media informasi diperoleh hasil sebagian besar remaja mudah mengakses

media informasi. Hal ini didukung dengan perkembangan teknologi yang semakin canggih antara lain jaringan internet yang mudah diakses baik melalui computer ataupun melalui alat komunikasi.

Uji statistik analisa bivariat diperoleh bahwa variabel status gizi dan akses media informasi mempunyai nilai p kurang 0,25, sehingga kedua variabel ini dapat dianalisis lebih lanjut. Sedangkan pola makan mempunyai nilai  $p=1$ , sehingga tidak dapat dimasukkan ke dalam analisa multivariat. Hasil akhir penelitian menunjukkan ada hubungan status gizi dengan usia menarche, dan status gizi ini merupakan faktor dominan yang mempengaruhi usia menarche pada remaja putri. Hasil penelitian ini diperoleh nilai OR 6,998 dan 32,523, artinya remaja putri dengan IMT gemuk berisiko 6,998 kali lebih tinggi untuk mengalami menstruasi prekoks dibandingkan dengan remaja dengan IMT normal, dan remaja putri dengan IMT gemuk juga berisiko 32,523 kali lebih tinggi untuk mengalami menstruasi prekoks dibandingkan dengan remaja yang dengan IMT kurus. Hal ini sejalan dengan pernyataan Wiknjosastro (2009) bahwa makin baiknya nutrisi mempercepat usia menstruasi. Beberapa ahli mengatakan anak perempuan dengan jaringan lemak yang lebih banyak, lebih cepat mengalami menstruasi dari pada anak yang kurus. Status gizi remaja wanita sangat mempengaruhi terjadinya menstruasi baik dari faktor usia terjadinya menstruasi, adanya keluhan-keluhan selama menstruasi maupun lamanya hari menstruasi.

Faktor yang terpenting mempengaruhi usia menstruasi adalah status gizi, gadis gemuk akan mendapat menarche lebih awal dari pada yang kurus. Semua penyakit kronik yang mengganggu status gizi atau oksigenasi jaringan akan memperlambat pola maturasi pubertas, terutama waktu menstruasi yang pertama kali. Pada studi kasus ini juga diperoleh adanya hubungan akses media informasi dengan usia menstruasi. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $OR = 0,118$ , artinya remaja yang mudah mengakses media informasi berisiko mengalami kejadian menstruasi prekoks sebesar 0,118 kali lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang sulit mengakses media informasi.

## Simpulan

Prevalensi remaja putri yang mengalami menstruasi prekoksial adalah sebesar 3,9%. Karakteristik remaja putri di SMPN 14 kota Depok sebagian besar adalah mempunyai status gizi kurus, memiliki pola makan yang kurang baik dan mudah mengakses media informasi. Ada hubungan status gizi, akses media informasi dengan usia menstruasi, sedangkan pola makan tidak berpengaruh terhadap usia menstruasi. Semakin gemuk remaja putri, maka semakin dini mendapatkan menstruasi. Kemudahan mengakses media informasi berdampak pada usia menstruasi yang normal.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Paath, dkk. 2004. Gizi dalam kesehatan reproduksi. Jakarta : EGC. Hal. 50-51 dan 69-71
2. Supriasa, dkk. 2001. Penilaian status gizi. Jakarta : EGC hal. 59-62.
3. Wiknjastro .2009. ilmu kandungan. Edisi kedua. Cetakan ketujuh. Jakarta: PT bina pustaka sarwono prawirohardjo. Hal 127, 236-237.
4. Syafiq,A dkk.2007. Gizi dan kesehatan masyarakat . Jakarta : PT raja grafindo persada
5. Proverawati dan Maisaroh.2009.menarche menstruasi pertama penuh makna. Yogyakarta : Nuha medika hal.58-73
6. Waryana. 2010. Gizi reproduksi. Yogyakarta: pustaka rihama. Hal 116-124
7. Santrock, John W. 2007. Remaja. Edisi kesebelas. Jilid 1. Ahli bahasa, widyasinta : Erlanga
8. Proverowati dan Asfua. 2009. Gizi untuk kebidanan. Yogyakarta: Nuha medika. Hal : 141 dan 205
9. Rumengan, Jimmy. 2008. Metodologi penelitian kesehatan. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
10. Nursalam. 2009. Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
11. Notoatmodjo, soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
12. Koran, (2010), 04, [http: // Koran. Republik .co.id/Koran/105/114389/](http://Koran.Republik.co.id/Koran/105/114389/) menikmati-masa-remaja-dengan-sehat. Diperoleh tanggal 7 agustus 2014
13. [http://www.lucianasutanto.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=37&Itemid=46](http://www.lucianasutanto.com/index.php?option=com_content&task=view&id=37&Itemid=46) . Diperoleh tanggal 8 agustus 2014
14. <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/21602>. diperoleh tanggal 24 april 2012
15. <http://www.bascommetro.com/2011/04/hubungan-indeks-massa-tubuh-dengan-usia.html>. diperoleh tanggal 8 agustus 2014.