

HUBUNGAN PENDAPATAN ORANG TUA DAN STATUS GIZI TERHADAP USIA *MENARCHE*

Syarifah Rahmi Asfahani¹, Raja Fitriana Lestari², Dian Roza Adila³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan

STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru

E-mail: stikes.htp@gmail.com

Abstrak

Usia *menarche* adalah usia pertama kali menstruasi. Di Indonesia terjadi penurunan usia *menarche* sekitar 5,2 %. Percepatan dan perlambatan usia *menarche* mempunyai beberapa konsekuensi yang berkaitan dengan aspek biologis dan lingkungan. Usia *menarche* dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah faktor gizi dan pendapatan orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pendapatan orang tua dan status gizi terhadap usia *menarche*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *retrospektif*. Sampel penelitian sebanyak 193 dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan lembar kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *pearson chi-square*. Hasil penelitian diperoleh tidak terdapat hubungan antara pendapatan orang tua dengan usia *menarche* dengan $p\text{-value} = 0,549$ dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* dengan $p\text{-value} = 0,376$. Disarankan kepada siswi untuk lebih aktif dalam menggali informasi mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang *menarche*.

Kata kunci : Usia *menarche*, Pendapatan Orang Tua, Status gizi

Abstract

The age of menarche is the first age of menstruation. In Indonesia there is a decline in menarche age of around 5.2%. The velocity and deceleration of menarche age have a consequence that is related to biological and environmental aspect. The menarche age is influenced by some factors, including nutrition factors and parent's income. This research aims to know the correlation between parent's income and the nutrition toward menarche age. The research is quantitative research design with retrospective design. Sample of the research consists of 193 female student using purposive sampling technique. The instrument of this research is by giving a questionnaire. The analysis used is univariate and bivariate analysis with pearson chi-square examination. The result of this research is that there is no correlation between parent's income and the age of menarche with $p\text{-value} = 0,549$ and there is no correlation between nutrition status and the age of menarche with $p\text{-value} = 0,376$. The suggestion is that the female students have to be more active in searching for information regarding reproduction health especially menarche.

Keywords : Age of menarche, Parent's income, Nutritional status

PENDAHULUAN

Menarche adalah menstruasi pertama kali yang terjadi pada seorang wanita, dan paling sering terjadi pada usia 11 tahun. Menstruasi yaitu pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan keluarnya darah dari vagina dan terjadi secara berulang

setiap bulan kecuali pada seorang wanita yang hamil. Menstruasi juga sebagai pertanda masa reproduktif pada kehidupan seorang wanita yang dimulai dari *menarche* sampai *menopause* (Prayitno, 2014).

Usia mendapatkan *menarche* di setiap negara berbeda-beda. Wanita di Negara maju

seperti Amerika mengalami *menarche* rata-rata pada usia 12,8 tahun dan di China rata-rata pada usia 17 tahun (Rosenthal, 2009). Sedangkan di Asia Tenggara seperti Thailand rata-rata wanita mendapatkan *menarche* pada usia 12,5 tahun (Karapanou & Papaditrimou, 2010). Rata-rata Di Indonesia usia *menarche* 12,8 tahun (Khusen, 2013).

Seiring dengan kemajuan zaman, usia *menarche* bergeser ke usia yang lebih muda. Data Riskesdas (2010), menunjukkan Indonesia mengalami penurunan usia *menarche* dibawah usia 12 tahun sebanyak 5,2% remaja di 17 Provinsi. Percepatan usia *menarche* mempunyai beberapa konsekuensi yang dapat berkaitan dengan aspek biologis dan lingkungan. Remaja dengan *menarche* dini mengalami kematangan organ reproduksi lebih cepat, hal ini mengakibatkan meningkatnya aktifitas seksual lebih dini, sehingga mempunyai resiko kehamilan yang tidak diinginkan akibat hubungan seks pranikah dikalangan remaja yang dapat menimbulkan peningkatan aborsi pada remaja (Aryati, 2008). Selain itu, usia *menarche* yang lebih dini terutama di bawah 10 tahun juga dapat beresiko terjadinya kanker rahim maupun payudara (Olivia, 2013).

Usia *menarche* lebih awal atau lebih lambat dapat dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu ras, suku, genetik, gizi, sosial ekonomi, media dewasa, perilaku seksual dan gaya hidup (Wiknjosastro, Saifuddin & Rachimhadhi, 2009). Apabila status gizi wanita baik, maka tidak akan ada hambatan

dalam sistem reproduksinya, sebaliknya jika kekurangan gizi maka akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi (Sibagariang, 2010). Status gizi sering kali dihubungkan dengan pendapatan orang tua, pendapatan orang tua merupakan kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi remaja, pemenuhan gizi remaja dapat berkaitan dengan kematangan seksual pada remaja. Oleh karena itu, keluarga yang mempunyai pendapatan lebih dari cukup, secara otomatis mempengaruhi keadaan status gizi remaja yang berkaitan erat dengan cepatnya usia *menarche* (Putri, 2009).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di SMPN 8 Pekanbaru, terhadap 8 orang didapatkan 4 orang *menarche* pada usia di bawah 11 tahun, 3 orang *menarche* pada usia 12 tahun dan 1 orang belum mengalami *menarche* dengan usianya 14 tahun.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan pendapatan orang tua dan status gizi terhadap usia *menarche*”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pendekatan *Retrospektif*. Penelitian dilakukan di SMPN 8 Pekanbaru pada 11 Mei 2018. Sampel penelitian sebanyak 166 orang siswi kelas VII dan VIII dengan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan lembar kuesioner. Analisa yang digunakan adalah

analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *pearson chi-square*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi karakteristik responden: Umur responden, Usia *menarche*, pendapatan orang tua, Jumlah saudara dan Status gizi di SMP Negeri 8 Pekanbaru, disajikan pada tabel 1.

Tabel 1
Distribusi frekuensi karakteristik responden

No	Kategori	(n)	(%)
Usia Responden			
1	11 Tahun	18	10,8
2	12 Tahun	28	16,9
3	13 Tahun	60	36,1
4	14 Tahun	51	30,7
5	15 Tahun	7	4,2
6	16 Tahun	2	1,2
Usia <i>menarche</i>			
1	Normal	164	98,8
2	Lambat	2	1,2
Pendapatan Orang Tua			
1	Sangat tinggi	6	3,6
2	Tinggi	77	46,6
3	Sedang	45	27,1
4	Rendah	38	22,9
No	Kategori	(n)	(%)

Tabel 2

*Hubungan pendapatan orang tua terhadap usia *menarche* di SMP Negeri 8 Pekanbaru*

Pendapatan Orang Tua	Usia <i>menarche</i>						P Value
	Normal		Lambat		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Tinggi (Rp. 2.500.000,00 s/d Rp.3.500.000,00 per bulan)	82	98,8	1	1,2	83	100	0,549
Sedang (Rp. 1.500.000,00 s/d Rp. 2.500.000,00 per bulan)	45	100,0	0	0,0	45	100	
Rendah (≤ Rp. 1.500.000,00 per bulan.)	37	97,4	1	2,6	38	100	
Total	164	98,8	2	1,2	166	100	

No	Kategori	(n)	(%)
Jumlah saudara			
1	Anak tunggal	28	16,9
2	2 orang	63	38,0
3	3 orang	40	24,1
4	4 orang	33	19,9
5	>4 orang	2	1,2
Status Gizi			
1	Kurus	39	23,5
2	Normal	81	48,8
3	Gemuk	46	27,7
Total		166	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 166 responden mayoritas berumur 13 tahun sebanyak 60 orang (36,1%), mayoritas responden mendapatkan usia *menarche* normal sebanyak 164 orang (98,8%), mayoritas responden yang mempunyai orang tua dengan pendapatan tinggi sebanyak 83 orang (50%), mayoritas responden dengan jumlah saudara 2 orang sebanyak 63 orang (38,0%) dan sebagian besar responden memiliki status gizi normal sebanyak 81 orang (48,8%).

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa responden dengan orang tua berpendapatan tinggi, yang mengalami usia *menarche* normal 82 orang (98,8%) dan yang mengalami usia *menarche* lambat 1 orang (1,2%). Responden dengan orang tua berpendapatan sedang, yang mengalami usia *menarche* normal 45 orang (100%) dan tidak ada responden yang mengalami usia

menarche lambat. Sedangkan responden dengan orang tua berpendapatan rendah, yang mengalami usia *menarche* normal 37 orang (97,4%) dan yang mengalami usia *menarche* lambat 1 orang (2,6%). Hasil uji *pearson chi-square* didapat p_{value} 0,549 ($> 0,05$) hal ini menunjukkan tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan usia *menarche*.

Tabel 3

Hubungan status gizi terhadap usia menarche di SMP Negeri 8 Pekanbaru

Status Gizi	Usia menarche						P Value
	Normal		Lambat		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurus (-3 SD sampai <-2 SD)	38	97,4	1	2,6	39	100	0,376
Normal (-2 SD sampai 1 SD)	81	100	0	0,0	81	100	
Gemuk (>1 sampai 2 SD)	45	97,8	1	2,2	46	100	
Total	164	98,8	2	1,2	166	100	

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa responden yang memiliki status gizi kurus, yang mengalami usia *menarche* normal 38 orang (97,4%) dan yang mengalami usia *menarche* lambat 1 orang (2,6%). Responden yang memiliki status gizi normal, yang mengalami usia *menarche* normal 81 orang (100%) dan tidak ada responden yang mengalami usia *menarche* lambat. Sedangkan responden yang memiliki status gizi gemuk, yang mengalami usia *menarche* normal 45 orang (97,8%) dan yang mengalami usia *menarche* lambat 1 orang (2,2%). Hasil uji *pearson chi-square* didapat p_{value} 0,376 ($> 0,05$) hal ini berarti tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar responden berusia 13 tahun sebanyak 60 orang (36,1%). Lestari (2011) menjelaskan pada usia 12 tahun mulai dihasilkan hormon GnRH (*Gonadotrophic hormone*) kemudian mencapai kelenjar pituitary dan menghasilkan dua jenis hormon yaitu FSH (*follicle-stimulating hormone*) dan LH (*luteinizing hormone*) yang mempunyai efek sangat besar terhadap kematangan seksual remaja putri, sehingga pada usia inilah kebanyakan remaja mengalami *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar usia *menarche* dalam kategori normal (11-15 tahun) sebanyak 164 orang (98,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan

teori Manuaba (2009) yang mengatakan usia *menarche* normalnya terjadi pada usia 11 sampai 15 tahun. Data Riskesdas (2010) menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun, secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui sebagian besar orang tua responden memiliki pendapatan tinggi sebanyak 77 orang (46,6%). Pendapatan orang tua sangat berpengaruh besar dalam kehidupan, terutama dalam kebutuhan pokok seperti sandang, pangan, dan papan. Pendapatan orang tua juga sangat berkaitan erat dengan pemenuhan status gizi anak yang akan berdampak pada pertumbuhan anak terutama pertumbuhan organ reproduksi. Selain itu pendapatan orang tua juga dapat berpengaruh dalam pendidikan, seperti sarana dan prasarana sekolah yang diperlukan dalam proses belajar.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar responden memiliki status gizi dalam kategori normal sebanyak 81 orang (48,8%). Kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan IMT/U yang termasuk kriteria gizi normal yaitu berada pada standar - 2 SD sampai dengan 1 SD (Kemenkes RI, 2011). Hasil penelitian ini mendukung Riskesdas (2010) yang menunjukkan bahwa status gizi anak perempuan Indonesia, pada usia 6 sampai 12 tahun (IMT/U) mayoritas berada pada kategori normal sebanyak 81,1%. Sedangkan status gizi anak perempuan pada usia 13 sampai 15 tahun (IMT/U) mayoritas

berada pada kategori normal yaitu sebanyak 67,5%.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa diperolehnya hasil sebagian besar responden dalam kelompok usia 12 hingga 14 tahun, hal ini dikarenakan sesuai dengan kriteria inklusi bahwa responden yang diambil adalah kelas VII dan VIII yang rata-rata berusia 12 sampai 14 tahun. Berdasarkan hasil penelitian juga didapatkan sebagian besar usia *menarche* normal dan status gizi responden normal, hal ini didukung dengan sebagian besar responden memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi yang mana akan memicu tingkat daya beli yang tinggi pula, sehingga terpenuhinya kebutuhan gizi remaja yang dapat berpengaruh pada usia *menarche* dalam kategori normal.

1. Hubungan pendapatan orang tua terhadap usia *menarche*

Berdasarkan penelitian tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan usia *menarche* ($p_{value} = 0,549$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aisyah (2016) yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pendapatan orang tua dengan usia *menarche*. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Mutasya (2016) bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendapatan per kapita dengan usia *menarche*. Perbedaan hasil penelitian dapat dikarenakan usia *menarche* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pendapatan orang tua. Banyak faktor yang mempengaruhi usia *menarche*, salah satunya

adalah lingkungan sosial. Menurut Sukarni dan Margareth (2013), remaja dengan lingkungan keluarga yang harmonis dapat memperlambat terjadinya *menarche*, sedangkan remaja yang tinggal bersama keluarga yang tidak harmonis dapat mempercepat usia *menarche*.

Fikawati (2017), menyatakan orang tua dengan pendapatan tinggi akan memiliki anggota keluarga dengan status gizi yang baik pula, sehingga akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan seksual yang berpengaruh pada usia *menarche*. Walaupun demikian, tidak selalu pendapatan tinggi menjamin terpenuhinya semua kebutuhan gizi. Sebagai contoh remaja yang menderita anoreksia nervosa banyak yang berasal dari keluarga dengan orang tuanya berpendapatan tinggi, sehingga pertumbuhan dan perkembangan remaja tersebut terganggu.

Dalam penelitian ini menunjukkan hampir semua responden yang orang tuanya berpendapatan rendah mengalami usia *menarche* dalam kategori normal. Menurut peneliti, hal ini mungkin dipengaruhi dari jumlah saudara responden. Rendahnya pendapatan orang tua namun tanggungan biaya hidup tidak besar maka dapat lebih terpenuhinya kebutuhan makanan, informasi yang didapat bahkan fasilitas pada remaja yang mana nantinya dapat berpengaruh pada pertumbuhan dan kematangan seksualnya. Hal ini dibuktikan dari 38 responden yang berpendapatan rendah, responden yang

mempunyai jumlah saudara < 3 orang sebanyak 32 orang.

2. Hubungan status gizi terhadap usia *menarche*

Berdasarkan penelitian tidak terdapat hubungan antara status gizi terhadap usia *menarche* dengan $p_{value} = 0,376 (> 0,05)$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wulandari dan Ungsianik (2013) yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri.

Remaja putri yang terpelihara kadar gizinya akan terjaga kesehatan reproduksinya. Namun tidak menutup kemungkinan bila remaja yang status gizinya kurang atau lebih kesehatan reproduksinya tetap terjaga. Proverawati dan Misaroh (2009) juga mengatakan kualitas gizi yang lebih baik dapat memicu terjadinya *menarche* dini, tetapi gizi yang kurang juga dapat mengakibatkan *menarche* dini. Hal ini dikarenakan usia *menarche* tidak hanya di pengaruhi oleh status gizi namun di pengaruhi oleh banyak faktor yang lainnya.

Menurut Irianto (2014) usia *menarche* sangat erat hubungannya dengan usia *menarche* ibu, dan lebih erat lagi antar usia *menarche* saudara perempuannya. Sukarni dan Margareth (2013) mengatakan faktor penyebab *menarche* juga datang dari rangsangan *audio visual*, baik berasal dari percakapan maupun tontonan dari film-film atau akses internet berlabel dewasa, vulgar atau mengumbar

sensualitas. Rangsangan dari mata dan telinga tersebut akan merangsang sistem reproduksi dan genetalia menjadi lebih cepat matang.

Dalam sistem reproduksi seorang remaja selain dibutuhkan nutrisi yang baik, juga dipengaruhi oleh faktor psikologi. Jika seorang remaja mengalami psikologi meskipun status gizinya baik maka sistem reproduksinya bisa terganggu. Misalnya stress, ini dapat mempengaruhi kesuburan seorang remaja yang secara tidak menutup kemungkinan dapat mempengaruhi usia *menarche* remaja (Sibagariang, 2010).

Remaja putri yang mempunyai latihan keras seperti seorang atlet dapat terjadi *menarche* lebih lambat di bandingkan remaja yang bukan seorang atlet. Aktivitas fisik yang berlebihan dapat meningkatkan massa otot dibandingkan massa timbunan lemak, sehingga meskipun berat badan bertambah, tidak akan memberikan pengaruh kepada peningkatan persentase lemak tubuh dan mengurangi jumlah jaringan lemak yang berguna untuk menghasilkan leptin yang dapat mempengaruhi *menarche* (Fikawati, 2017).

Pada hasil penelitian ini dan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa usia *menarche* dalam kategori normal dapat terjadi pada siswi dengan segala status gizi seperti, normal, kurus maupun gemuk. Status gizi bukanlah merupakan satu-satunya faktor yang mempengaruhi usia *menarche*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berumur 13 tahun, sebagian besar responden mengalami usia *menarche* normal, sebagian besar responden mempunyai orang tua dengan pendapatan tinggi, sebagian besar responden memiliki jumlah saudara 2 orang dan sebagian besar responden memiliki status gizi normal. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pendapatan orang tua dengan usia *menarche* di SMP Negeri 8 Pekanbaru dengan $p_{value} = 0,549 (> 0,05)$ dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* di SMP Negeri 8 Pekanbaru dengan $p_{value} = 0,376 (> 0,05)$.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, M. (2016). *Hubungan gaya hidup dengan kejadian menarche di SMA Negeri 1 Driyorejo Kabupaten Gresik*. Skripsi tidak dipublikasikan
- Aryati, D. (2008). Usia menarche pada siswi SD dan SLTP di kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 2(6), 244. Diperoleh dari <http://jurnalkesmas.ui.ac.id/kesmas/article/view/243>
- Fikawati, S. (2017). *Gizi anak dan remaja*. Depok: Rajawali Pers.
- Irianto, K. (2014). *Gizi seimbang dalam kesehatan reproduksi*. Bandung: Alfabeta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Standar antropometri penilaian status gizi anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khusen, D. (2013). *Rahasia kesehatan wanita*. Badan Penerbit FKUI: Jakarta.
- Lestari, N. (2011). *Tips praktis mengetahui masa subur*. Yogyakarta: Katahati.
- Manuaba, I. G. D. (2009). *Memahami kesehatan reproduksi wanita*. Jakarta: EGC.

- Mutasya, F. U., Edison., & Hasyim, H. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan usia *menarche* siswi SMP Adabiyah. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 233-237. Diperoleh dari <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/475>
- Noviana, N. (2014). *Kesehatan reproduksi untuk mahasiswa kebidanan*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Olivia, F. (2013). *Mengatasi gangguan haid*. Jakarta: Media Komputindo.
- Prayitno, S. (2014). *Buku lengkap kesehatan organ reproduksi wanita*. Yogyakarta: Saufa.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *Menarche: Menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Putri, A. K. (2009). *Hubungan antara status gizi, status menarche ibu, media massa, aktifitas olahraga dengan status menarche siswi di SMP islam al-azhar Rawamangun, jakarta timur*. Skripsi tidak dipublikasikan.
- Riset Kesehatan Dasar (2010). *Kesehatan reproduksi: Masa Reproduksi Perempuan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Riset Kesehatan Dasar (2010). *Gizi: Status gizi anak umur 6-12 tahun dan status gizi anak umur 13-15 tahun*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Rosenthal, M. S. (2009). *Revolusi terapi hormon*. Yogyakarta: B-frist.
- Safitri, D., Arneliwati., & Erwin. (2014). Analisis indikator gaya hidup yang berhubungan dengan usia *menarche* remaja putri. *JOM PSIK*, 1(2), 1-8. Diperoleh dari <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/download/3395/3292>
- Sibagariang, E. E. (2010). *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Sukarni, K. I., & Margareth. ZH. (2013). *Kehamilan, persalinan, dan nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wiknjastro, H., Saifuddin, A. B., & Rachimhadhi, T. (2009). *Ilmu kandungan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wulandari, S., & Ungsianik, T. (2013). Status gizi, aktivitas fisik, dan usia *menarche* remaja putri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(1), 56-58. Diperoleh dari <https://www.neliti.com/id/publications/106049/status-gizi-aktivitas-fisik-dan-usia-menarche-remaja-putri>