

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Menurut WHO, remaja ada pada rentang usia 10 hingga 19 tahun (WHO, 2014). Masa remaja adalah masa perubahan dari anak- anak menjadi dewasa, yang diikuti dengan perubahan emosi, fisik, dan psikologis. Masa ini juga masa dimana remaja akan menganggap dirinya sudah dewasa dengan ditandai, laki- laki akan mengalami mimpi basah dan pada perempuan akan ditandai dengan adanya menstruasi pertama atau yang bisa disebut dengan *menarche*. Hasil Sensus Penduduk 2020 (Badan Pusat Statistik, 2021b) menyatakan bahwa, jumlah penduduk remaja di Indonesia sebanyak 46 juta jiwa atau sekitar 17% dari total penduduk. Sebaran populasi remaja terbanyak berada di Jawa Barat sekitar 8,2 juta jiwa (UNICEF, 2021).

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang akan muncul dari uterus remaja putri. *Menarche* merupakan kejadian yang penting didalam masa pubertas, dan ini merupakan pembeda yang mendasar antara masa pubertas laki- laki dan perempuan . *Menarche* pada perempuan biasanya terjadi sekitar umur 12-13 tahun (Waryono, 2010), namun seiring berjalannya waktu usia *menarche* semakin menurun. Usia *menarche* pada perempuan terjadi secara berbeda- beda, tergantung gaya hidup perempuannya. Umur anak perempuan saat mendapatkan *Menarche* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu status gizi, genetik dari ibu, status ekonomi sosial, keterpaparan media massa (pornografi) dan juga aktivitas fisik

(Soetjiningsih, 2012). Pada masa sekarang usia *menarche* semakin cepat atau terbelang semakin dini, yang artinya organ reproduksi perempuan sudah cepat matangnya. Ada juga menurut Ameade dan Garti (2016) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *menarche* yaitu genetik, kondisi lingkungan, paparan media sosial, jumlah anggota keluarga, sosial ekonomi, pendidikan dan indeks masa tubuh.

Rata-rata global usia *menarche* adalah sekitar 12 tahun (Selvi P dkk, 2020). Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah dilakukan diketahui adanya penurunan rata-rata usia *menarche* di dunia. Amerika usia rata-rata *menarche* adalah 12,2 tahun, tetapi usia *menarche* dini berada di usia kurang dari 12 tahun (Rosenie Thelus Jean *et al.*, 2011). Penelitian lainnya juga sudah dilakukan oleh Song *et al.* (2014) yaitu rata-rata usia *menarche* perempuan di Cina yang tadinya pada tahun 1985 sekitar 13,41 turun menjadi 12,47 di tahun 2010.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada 2018 diketahui bahwa 20,9% perempuan di Indonesia mengalami *menarche* di umur kurang dari 12 tahun (Riskesdas, 2018). Usia *menarche* yang biasa dialami perempuan menurut Hendrick (2006) yaitu antara 10-16 tahun, dengan rata-rata pada usia 12,5 tahun. Sedangkan, hasil survey yang dilakukan oleh Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2017, 28% perempuan mulai menstruasi pada usia 13 tahun, 26% pada usia 12 tahun, dan 23% pada usia 14 tahun. Perempuan yang berusia 15 tahun pada saat survei, 32% mulai menstruasi pada usia 12 tahun dan 31% pada usia 13 tahun. Sedangkan perempuan yang berusia 24

tahun pada saat survei, 30% *menarche* pada usia 13 tahun dan 25% pada usia 14 tahun (BKKBN, 2018). Ini menunjukkan bahwa pada beberapa studi epidemiologi di beberapa bagian dunia membuktikan bahwa adanya penurunan pada usia *menarche* (Sudikno dan Sandjaja, 2019).

*Menarche* dini bisa menyebabkan resiko osteoporosis. Penelitian yang dilakukan (Susanti, 2012) juga menyebutkan jika usia *menarche* semakin dini bisa mempunyai resiko terjadinya penyakit kardiovaskular, obesitas abdominal, kanker payudara, dan hipertensi yang lebih tinggi pada perempuan yang mengalami *menarche* dibawah usia 12 tahun. Usia dini saat *menarche* telah dikaitkan dengan beberapa gangguan kesehatan seperti depresi, kanker payudara, gangguan makan, diabetes tipe 2, kardiovaskuler dan sampai dengan kematian.

Penelitian menunjukkan *menarche* dini dapat meningkatkan risiko kanker payudara. Menurut (UNICEF, 2011) *menarche* pada tahap awal akan menjadi awal dari eksplorasi seksual seorang perempuan. *Menarche* lebih awal juga akan meningkatkan kemungkinan hiperplasia endometrium, kanker rahim dan kanker payudara, karena tahap kehidupan ini terkait dengan masalah hormonal progresif yang didominasi estrogen (Eid Al Agha, et.al., 2015). *Menarche* dini juga dapat meningkatkan resiko obesitas abdominal (Maditias, 2015), serta jika tidak dibekali dengan pengetahuan yang baik akan menyebabkan masalah seperti hamil diluar nikah yang akan berujung dengan aborsi.

Usia *menarche* yang dini bisa menjadi faktor terjadinya resiko penyakit disminore primer. Beberapa peneliti membuktikan bawah *menarche* dini lebih

rentan untuk terkena efek jangka panjang ketimbang *menarche* yang lambat karena merupakan dampak dari perkembangan fisik yang cenderung lebih awal dan tidak siap. Penurunan usia *menarche* bisa menyebabkan meningkatnya resiko terjadinya penyakit kanker payudara, kelainan kardiovaskular dan juga kanker ovarium (Anurogo, 2011) Tetapi, *menarche* yang terlambat juga tidak baik bagi tubuh perempuan, karena berdasarkan penelitian Senolinggi (2015) di Kecamatan Kakas Sulawesi Utara, usia *menarche* yang terlambat dapat mempercepat *menopause*.

Paparan media sosial merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan *menarche* (Ameade dan Garti, 2016). Van Dijk (2015) juga menyebutkan bahwa media sosial merupakan platform media yang difokuskan kepada pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktifitas sehari-hari. Karena itu media sosial bisa dilihat sebagai fasilitator *online* yang menguatkan hubungan antar pengguna. Era yang sudah maju sekarang, remaja lebih sering menggunakan media elektronik, ditambah lagi remaja sekarang jika mencari informasi lebih sering melalui media sosial, karena menurut mereka lebih mudah dan cepat (Cahyono, 2016).

Remaja pada saat ini sangat gampang terpengaruh oleh media sosial dan remaja tidak terlepas dengan gadget. Kemajuan teknologi ini juga membawa dampak atau pengaruh yang besar bagi perkembangan remaja, ini akan memicu kebiasaan yang kurang baik seperti mudahnya akses internet untuk menonton adegan film-porno, atau gambar yang berhubungan dengan pornografi. Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang merangsang sistem reproduksi untuk lebih cepat matang yang akan menyebabkan *menarche* dini. Penelitian yang telah

dilakukan oleh Devi dkk (2019) mengenai lingkungan terhadap early *menarche* pada remaja putri SD sebesar 39,3 % remaja putri dipengaruhi dengan lingkungan hidup, ini berdasarkan dari hasil observasi kepada remaja putri bahwa pergaulan remaja putri tersebut seharusnya menjadi perhatian diakibatkan pergaulan bebas dimana remaja putri dapat dipengaruhi oleh media sosial yang bisa memicu remaja putri pernah melihat, menonton dan membaca majalah porno, melihat film porno baik itu di Tv maupun di internet.

*Menarche* dini lebih beresiko mengalami kehamilan dibawah umur karena terpaparnya media yang disalah gunakan, misalnya seks bebas (Putri & Melaniani, 2014). Dikuatkan juga dengan penelitian Deswita (2019) menjelaskan bahwa bahwa media sosial memberikan informasi yang mengandung seksual dan beberapa sering kali memiliki akses yang mudah untuk menonton konten yang terlarang, ini menunjang pada peurunan usia *menarche* dan kemungkinan beresiko pada perkembangan fisik dimasa yang akan datang.

Selain paparan media sosial, perilaku makan remaja juga dapat mempengaruhi status gizi. Karena di era sekarang promosi makan makanan cepat saji sudah tersebar luas di media sosial maka dari itu dengan promosi makan makanan cepat saji membuat banyak remaja putri tertarik sehingga bisa membeli makanan tersebut dan ini bisa mempengaruhi status gizi remaja putrinya. Status gizi menyebabkan *menarche* dini, dan status gizi juga dapat mempengaruhi kematangan seksual. Menurut penelitian Atmasari (2016) terjadinya *menarche* dini yang disebabkan oleh status gizi sebesar 60%, dengan  $p=0,03$ , yang berarti

status gizi berhubungan dengan timbulnya *menarche* dini. Selain itu ada juga penelitian yang menyatakan bahwa di SMP Banjaran Kabupaten Bandung remaja putri mengalami *menarche* dini pada umur 11 tahun, dikarenakan remaja putri di SMP ini sering mengkonsumsi makanan cepat saji dan setengah dari remaja putri SMP Banjaran mengalami status gizi yang berlebihan (Fuadah, 2016).

Makanan cepat saji adalah salah satu makanan yang tidak seimbang status gizinya, tetapi konsumen terbesar dari makanan cepat saji ini ada di kalangan remaja putri. Makanan cepat saji ini banyak mengandung lemak, pemanis buatan dan zat adiktif lainnya yang bisa menyebabkan *menarche* dini. Status gizi dapat diinterpretasikan dengan mudah melalui Indeks Massa Tubuh atau IMT seseorang yang ditentukan dari Berat Badan dan Tinggi Badan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2003).

Status gizi seseorang itu juga tergantung apa yang dia konsumsi. Menurut hasil penelitian remaja putri yang memiliki status gizi tinggi akan cepat mengalami *menarche*. Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Sarah, et al. (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi IMT dengan usia *menarche*, yang menyatakan bahwa status gizi yang berlebihan akan mengalami *menarche* dini dibandingkan remaja putri yang berstatus gizi normal atau dibawah normal. Ini sejalan dengan penelitian De Siqueira Barros *et al.* (2019), yang menyatakan bahwa hasil analisis multivariat menunjukkan anak perempuan yang obesitas rata rata *menarche* di usia 11,71 tahun dan seusia mereka yang status gizinya normal lebih rendah dari pada yang kelebihan berat badan, sehingga

penelitian ini menyatakan bahwa kelebihan berat badan atau obesitas ( $HR = 1,28$ ; 95% CI 1,21---1,36;  $p < 0,001$ ) berhubungan dengan *menarche* dini.

Paparan media sosial dan status gizi jika dikaitkan dengan teori H.L Blum, yang diambil dari variabel perilaku ini menjadi sangat berkaitan dekat dengan *menarche* pada remaja putri, karena perilaku dari seseorang dapat diketahuinya status gizi dan bagaimana mereka mengakses media sosial. Meningkatnya frekuensi konten yang tidak pantas diakses oleh remaja putri merangsang pematangan yang cepat di kalangan anak perempuan, dan dikaitkan dengan *menarche* dini. Sementara itu, status gizi juga berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan biologis remaja putri. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi strategi yang tepat untuk merespon fenomena *menarche* dini dan perkembangan seksual remaja putri (Deswita, Refnandes dan Putri, 2019).

Kota Bekasi merupakan lingkungan perkotaan yang sudah berkembang dan bisa memfasilitasi kebutuhan yang menjadikan remaja ini dapat menikmati kemudahan yang sudah tersedia. Sekarang perkotaan adalah tantangan bagi remaja terutama dalam mengakses media sosial yang mudah beredar luas dan serta tersebar nya tempat makanan cepat saji yang membuat remaja ini sulit mengendalikan asupannya. Oleh karena itu peneliti ini mengambil data penelitian di SMP Swasta X di Bekasi, Kota Bekasi. Dikarenakan lokasi strategis dari sekolah tersebut yang dekat dengan pusat kota, sehingga akses internet disana yang sangat mudah dan juga tersebar luasnya makanan cepat saji yang digemari para remaja.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Kejadian *menarche* di Indonesia menurut KEMENKES RI (2018) menyatakan bahwa umur kejadian *menarche* berada pada umur 12,4 tahun dengan kejadian prevalensi sekitar 60%, pada usia 9-10 tahun sekitar 2,6% dan usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%. Survey yang telah dilakukan oleh Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) di tahun 2017, 28% perempuan mulai menstruasi pada usia 13 tahun, 26% pada usia 12 tahun, dan 23% pada usia 14 tahun. Perempuan yang berusia 15 tahun pada saat survei, 32% mulai menstruasi pada usia 12 tahun dan 31% pada usia 13 tahun. Widyastuti (2011) mendapatkan dua faktor terjadinya *menarche* yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi keterpaparan media sosial, ekonomi, lingkungan sosial dan status gizi. Sedangkan faktor internalnya berupa status kejadian *menarche* ibu, yang berhubungan dengan lambat atau cepatnya kejadiannya *menarche* pada putrinya dan jumlah anggota keluarganya.

Populasi remaja putri Kota Bekasi sekitar 409 ribu jiwa atau 26,58% dari jumlah penduduk remaja putri di Jawa Barat yang artinya ada banyak remaja putri yang tinggal di Kota Bekasi dengan rincian laki-laki sebanyak 211 ribu jiwa dan perempuan 198 ribu jiwa (Badan Pusat Statistik, 2020). Kota Bekasi merupakan salah satu kota yang maju dan terletak di daerah yang dekat dengan pusat kota metropolitan yaitu Jakarta, sehingga Kota Bekasi mendapatkan kemajuan dan pertumbuhan yang pesat. Kemudahannya akses internet, tersebar luasnya makanan cepat saji serta populasi wanita yang di daerah ini memiliki bahaya yang cukup

menarik perhatian. Hal inilah yang bisa menyebabkan status gizi perempuan ini tidak seimbang, dan juga menyebabkan sebagian remaja putri mampu mengakses situs- situs yang kurang layak dilihat pada seusia mereka.

Kota Bekasi merupakan lingkungan perkotaan yang sudah berkembang dan bisa memfasilitasi kebutuhan yang menjadikan remaja putri ini dapat menikmati kemudahan yang sudah tersedia. Kota Bekasi juga dekat dengan kota satelit, yang terletak dekat dengan ibu kota negara yaitu Jakarta yang merupakan kota metropolitan. Sekarang perkotaan adalah tantangan bagi remaja putri terutama dalam pergaulan mereka dalam menerima informasi yang mudah beredar luas dan juga sudah tersebar tempat makanan cepat saji yang membuat remaja putri ini sulit mengendalikan asupannya.

Kota Bekasi yang berjumlah sekitar 3,084 juta penduduk dan dimoninasi oleh jenis kelamin perempuan sebesar 57,58% (Badan Pusat Statistik, 2021a). Oleh karena itu peneliti ini mengambil data penelitian di SMP Swasta X di Bekasi, Kota Bekasi. Dikarenakan akses internet disana yang sangat lah mudah dan tersebar luasnya makanan cepat saji yang digemari para remaja putri. Salah satu penyebab *menarche* dini yaitu mengenai akses internet yang mudah didapat karena faktor *menarche* dini adalah terpaparnya media sosial berbau pornografi yang akan mempercepat pematangan hormone seksual yang dapat menyebabkan *menarche* dini (H dan S, 2013). Makanan cepat saji juga tersebar luas di daerah ini, penelitian yang dilakukan menyatakan di SMP Banjaran Kabupaten Bandung remaja putri mengalami *menarche* dini pada umur 11 tahun, karena remaja putri

di SMP ini sering mengonsumsi makanan cepat saji sehingga setengah remaja putri SMP Banjaran mengalami status gizi yang berlebihan (Fuadah, 2016). Masalah yang timbul akibat *menarche* dini secara umum adalah resikonya perkembangan fisik dan psikis pada remaja putri dimasa yang akan mendatang, beberapa masalah kesehatan juga akan timbul seperti penyakit kanker payudara, kelainan kardiovaskular dan juga kanker ovarium (Anurogo, 2011).

Studi pendahuluan di SMP Swasta X di Bekasi yang sudah dilakukan oleh peneliti melalui hasil wawancara dengan lima remaja siswi mendapatkan hasil tiga diantaranya mengalami *menarche* dini dengan kategori status gizi berlebih dikarenakan mereka lebih sering mengonsumsi makanan tidak bergizi. Dari hasil wawancara yang sudah peneliti lakukan terdapat empat remaja siswi seringkali mengakses konten dewasa atau tidak sengaja menonton film yang terdapat adegan dewasanya hal ini menyebabkan remaja siswi mengalami *menarche* dini. Hasil yang dapat disimpulkan bahwasanya tiga dari lima siswi mengalami *menarche* dini dikarenakan status gizi berlebih dan paparan media sosialnya berat.

Berdasarkan penjelasan diatas mengenai remaja putri wanita yang mengalami *menarche* yang semakin lama umur *menarche* ini semakin cepat dan hubungannya dengan faktor paparan media sosial dan status gizi yang pada era sekarang sangat mudah di dapat, begitu juga dengan lokasi yang strategis dikarenakan kota ini sangat mudah untuk mendapatkan akses dan menjadi kota ini makanan cepat saji sudah tersebar luas disetiap sudut kota. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan antara faktor paparan

media sosial dan status gizi terhadap kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi”.

### **1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah**

#### **1.3.1 Pembatasan Penelitian**

Pembatasan penelitian ini yaitu mengetahui faktor kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi yang terdiri dari mengidentifikasi usia *menarche*, status gizi, paparan media sosial, hubungan antara status gizi dengan kejadian *menarche* dan hubungan antara status paparan media sosial dengan kejadian *menarche*.

#### **1.3.2 Rumusan Masalah**

Pada penjelasan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah diatas, maka dari rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah ada hubungan antara faktor paparan media sosial dan status gizi terhadap kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi?”.

### **1.4 Tujuan dan Manfaat**

#### **1.4.1 Tujuan**

##### **1.4.1.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum pada penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara faktor paparan media sosial dan status gizi terhadap kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.

#### 1.4.1.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi paparan media sosial pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.
2. Mengidentifikasi status gizi pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.
3. Mengidentifikasi kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.
4. Menganalisis hubungan paparan media sosial dengan kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.
5. Menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.

#### 1.4.2 Manfaat

##### 1.4.2.1 Manfaat Teoritis

Memberikan informasi mengenai faktor yang berhubungan dengan dengan kejadian *menarche* pada remaja putri SMP Swasta X di Bekasi.

##### 1.4.2.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti  
Dapat menambah pegetahun hubungan status gizi, dan paparan media sosial dengan *menarche*.
2. Bagi Instansi Pendidikan

Menambah pengetahuan mengenai hubungan paparan media sosial dan status gizi dengan *menarche*, Dan juga berguna sebagai bahan bacaan untuk menjadikan referensi jika ingin meneliti lebih dalam mengenai hal ini.

### 3. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi mengenai hubungan status gizi, dan paparan sosial massa dengan *menarche*, sehingga dapat digunakan sebagai materi dalam penyuluhan kesehatan reproduksi remaja putri tentang *menarche*.

### 4. Bagi Responden

Penelitian ini bisa meningkatkan pengetahuan pada remaja putri mengenai faktor- faktor *menarche*.