

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN MENARCHE DINI PADA SISWI KELAS IV - V DI SD NEGERI 014 SIALANG KAYU BATU KECAMATAN BUNUT KABUPATEN PELALAWAN

Siti Romlah

Akademi Kebidanan Payung Pelalawan, Riau, Indonesia
sitiromlah06072018@gmail.com

Abstrak

Menarche atau menstruasi pertama merupakan salah satu dari banyak manifestasi pubertas dan tanda remaja awal pada anak perempuan. Variasi saat timbulnya menarche dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah berat badan. Dalam penelitian ini berat badan diukur menggunakan parameter Indeks Massa Tubuh (IMT). Penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan IMT dengan menarche dini di SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut Kabupaten Pelalawan. Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan pendekatan studi cross sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah total Sampling. Besar sampel sebanyak 68 siswi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2019 di SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut Kabupaten Pelalawan. Data penelitian diperoleh dengan kuesioner dan pengukuran langsung terhadap berat dan tinggi badan. Analisis statistik yang digunakan adalah Chi-Square. Berdasarkan analisis Chi-Square didapatkan $p = 0.000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan yang bermakna. Diharapkan pada pihak sekolah, tenaga kesehatan perlunya memberikan informasi dan pendidikan kesehatan mengenai menarche dini pada seluruh siswa.

Kata kunci : Indeks Massa Tubuh; Menarche Dini

THE CORRELATION BETWEEN BODY MASS INDEX AND EARLY MENARCHE ON STUDENTS OF GRADE IV – V AT SDN 014 OF SIALANG KAYU BATU, BUNUT, PELALAWAN

Siti Romlah

Akademi Kebidanan Payung Pelalawan, Riau, Indonesia
sitiromlah06072018@gmail.com

ABSTRACT

Menarche or first menstruation is one of various signs in early teens and girls. Variations in the onset of menarche are influenced by various factors, one of which is weight. In this study weight was measured using the parameters of the Body Mass Index (BMI). This is to find out the relationship between BMI and early menarche at SDN 014 Sialang Kayu Batu, Bunut District, Pelalawan Regency. This research is an analytic observational study with cross sectional study approach. The sampling technique used is total sampling. The sample size is 68 students. This research was conducted on February 22, 2019 at SDN 014 Sialang Kayu Batu, Bunut District, Pelalawan Regency. Research data obtained by questionnaire and direct measurement of weight and height. The statistical analysis used was Chi-Square. Based on Chi-Square analysis, $p = 0.000$ ($p < 0.05$) showed a significant relationship. It is expected that schools, health workers are to provide information and education of health regarding early menarche to all students.

Keywords : Body Mass Index; Early Menarche

PENDAHULUAN

Menarche adalah saat haid/menstruasi yang datang pertama kali pada seorang wanita yang sedang menginjak dewasa. Usia remaja putri pada waktu mengalami *menarche* berbeda-beda, sebab hal itu tergantung kepada faktor genetik (keturunan), bentuk tubuh, serta gizi seseorang. Umumnya *menarche* terjadi pada usia 10 – 15 tahun, tetapi rata-rata terjadi pada usia 12,5 tahun. Namun, ada juga yang mengalami lebih cepat/dibawah usia tersebut. *Menarche* yang terjadi sebelum usia 8 tahun disebut menstruasi *precox* (Sarwono, 2015).

Menurut Waryana (2010), *menarche* yaitu biasanya terjadi pada usia 12-13 tahun. Cepat atau lambatnya kematangan seksual meliputi menstruasi, dan kematangan fisik individual, juga di pengaruhi faktor ras atau suku bangsa, faktor iklim, Cara hidup yang melingkungi anak. Usia *menarche* adalah menstruasi pertama yang biasanya terjadi pada perempuan umur 12-13 tahun dalam rentang umur 10-16 tahun. Dalam keadaan normal *menarche* diawali dengan periode pematangan yang dapat memakan waktu 2 tahun. *Menarche* merupakan tanda diawalinya masa puber pada perempuan.

Seiring dengan perubahan pola hidup saat ini ada kecenderungan anak perempuan mendapatkan menstruasi yang pertama kali usianya makin lebih muda. Ada 2 faktor yang menyebabkan terjadinya menstruasi datang lebih dini, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal biasanya terjadi karena adanya ketidak seimbangan hormonal yang dibawa sejak lahir. Kondisi ini kemudian dipicu pula oleh faktor eksternal, seperti makanan (terutama *junkfood*), lingkungan yang modern serta tingkat kemakmuran

masyarakat di suatu daerah (Waryana, 2010).

Kejadian yang penting dalam pubertas adalah pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche*, dan perubahan psikis. *Menarche* merupakan perbedaan yang mendasar antara pubertas pria dan pubertas wanita. Pengaruh peningkatan hormon yang pertama-tama nampak adalah perubahan badan anak yang lebih *cepat terutama ekstremitasnya, dan badan lambat laun mendapat bentuk sesuai dengan jenis kelamin.* (Sarwono, 2007).

Pada saat seorang bayi perempuan dilahirkan ovariumnya mengandung ratusan ribu sel telur tetapi belum berfungsi, ketika seorang perempuan memasuki usia pubertas dan terjadi proses yang disebut siklus menstruasi (jarak antara lain hari pertama menstruasi bulan ini dengan hari pertama menstruasi bulan berikutnya). (Sarwono, 2007).

Satu siklus haid dibagi atas beberapa fase, selama ± 1 bulan dapat kita bedakan 4 masa (stadium): Stadium menstruasi atau deskuamasi (3-7 hari), Stadium proliferasi (7-9 hari), Stadium sekresi (11 hari), Stadium pramenstruasi (3 hari)

Menurut Sarwono (2007), kejadian *menarche* dan menstruasi dipengaruhi beberapa faktor yang mempunyai sistem tersendiri yaitu: Sistem susunan saraf pusat dengan pancaindranya, Sistem hormonal aksis *hipotalamo-hipofisis-ovarial*, Perubahan yang terjadi pada ovarium, Perubahan yang terjadi pada uterus sebagai organ akhir, Rangsangan estrogen dan progesteron pada pancaindra, langsung pada *hipotalamus* dan melalui perubahan emosi.

Kini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda yang disebut *menarche dini* (Wiknjastro, 2009), yaitu antara 10-11 tahun (Must, 2005).

Menurut Mundell (2005), disebutkan bahwa obesitas pada anak perempuan membantu timbulnya pubertas dini.

Dampak terjadinya menarche dini antara lain terhambatnya pertumbuhan, stress emosional dan peningkatan risiko terjadinya kanker payudara (Halim, 2008) serta meningkatnya Penyakit Menular Seksual (PMS) dan kehamilan yang tidak disengaja (Martaadisoebrata, 2005).

Selain itu, juga dapat meningkatkan risiko kelainan *kardiovaskuler* (Lakshman, 2009). Demikian pula di Indonesia, Departemen Kesehatan Republik Indonesia melaporkan terjadi penurunan usia menarche di Indonesia. Hasil sebuah penelitian menunjukkan dari 302 siswa ada 17 siswi yang mengalami kelebihan berat badan dan 9 siswi (52,9%) di antaranya mengalami menarche dini dan 8 siswi (47,1%) tidak mengalami menarche dini (Sunarto dan Mayasari, 2010). Banyak hal yang mempengaruhi usia menarche, di antaranya: status gizi, pola makan, status ekonomi keluarga, dan aktifitas olahraga. Perbaikan nutrisi akan berdampak kepada penurunan usia menstruasi pertama (Acharya, 2006).

Menarche dini lebih cenderung ditemui pada wanita dengan status gizi yang baik. Hal ini dikarenakan status gizi mempengaruhi maturitas sistem *endokrin*. Status gizi dapat diinterpretasikan dari Indeks Massa Tubuh (IMT) seseorang. (Uche-Nwachi dkk, 2007)

Peningkatan kronis Kadar leptin dalam darah dapat menyebabkan peningkatan Kadar LH. Peningkatan LH berhubungan dengan peningkatan estradiol dan awal *menarche* (Edward, 2007). Jadi, penurunan usia menarche berkaitan dengan meningkatnya IMT. Masih banyak perdebatan hubungan antara komposisi tubuh dan perkembangan pubertas (Kaplowitz, 2008).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di SD Negeri 014 Sialang Kayu Batu dari 12 orang siswa remaja putri tersebut, 8 orang menarche dengan berat badan tergolong gemuk, dan 2 orang mengalami *menarche* dengan berat badan tergolong ideal, dan 2 orang belum mengalami *menarche* dengan berat badan tergolong kurus. Hal inilah yang menjadikan alasan penulis melakukan penelitian mengenai hubungan indeks masa tubuh dengan menarche dini pada siswi kelas IV-V di SD Negeri 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut Kabupaten Pelalawan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian bersifat analitik observasional dengan pendekatan studi *cross sectional*. Populasi diambil berdasarkan jumlah seluruh siswi kelas IV – V yaitu 68 orang, sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu Quesioner yang berisi daftar pertanyaan yang tersusun dengan baik, sedangkan variable yang diukur yaitu variable dependen dan independen yaitu variabel Indek Masa Tubuh dengan *Menarche Dini* yang mana teknik pengumpulannya menggunakan data primer dan data skunder dan metode satatistiknya menggunakan data univariat dan data bivariate.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari analisa univariat dan bivariat dari variabel dapat dilihat dari tabel dibawah.

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia pada Siswi kelas IV-V di SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut.

Usia (tahun)	Jumlah	Persentase (%)
8	24	35,29
9	33	48,53
10	10,	14,71
11	1	1,47
Jumlah	68	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui usia siswi SDN 014 Sialang Kayu Batu kelas IV-V dari 68 responden sebagian besar berumur 9 tahun sebanyak 33 responden atau 48,53%.Sedangkan sebagian kecil pada umur 11 tahun sebanyak 1 responden atau 1,47 %.

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan IMT pada Siswi kelas IV-V di SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut.

Imt	Jumlah	Persentase (%)
Kurus sekali	3	4,41
Kurus	3	4,41
Normal	33	48,53
Gemuk	29	42,65
Obesitas	0	0
Jumlah	68	100

Berdasarkan tabel 2 di Atas, distribusi sampel berdasarkan IMT dari 68 responden yang IMT nya tergolong kurus sekali sebanyak 3 responden 4,41 %, kurus 3 responden 4,41%, Normal 33 responden 48,53%, Gemuk 29 responden 42,65% dan tergolong obesitas sebanyak 0 responden atau 0 %.

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Menarche pada Siswi kelas IV-V di SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut tahun 2019

Menarche	Jumlah	Persentase (%)
Belum	56	82,35
Sudah	12	17,65
Jumlah	68	100

Dari tabel 3 diatas, distribusi sampel berdasarkan Menarche, dari 68 responden maka siswi yang sudah menarche sebanyak 12 responden 17,65% dan yang belum menarche sebanyak 56 responden atau 82, 35%,

Tabel 4 : Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Menarche dini pada Siswi kelas IV-V di SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut tahun 2019

No	IMT	Menarche P				Total	%	Value
		Ya	%	Tidak	%			
1	Kurus Sekali	0	0	3	4,41	3	4,41	0,000
2	Kurus	0	0	3	4,41	3	4,41	
3	Ideal	0	0	33	48,53	33	48,53	
4	Gemuk	12	17,65	17	25,0	29	42,65	
5	Obesitas	0	0	0	0	0	0	
Total		12	17,65	56	82,35	68	100	

Dari Uji Statistik *Chi square* dengan tingkat keyakinan 95% didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0, 05$) yang artinya terdapat hubungan positif antara IMT dengan *menarche* dini.

Dari hasil penelitian menghasilkan data sampel IMT kurus sekali sebanyak 3 orang dengan presentase 4,41 %, kurus sebanyak 3 orang dengan presentase 4,41 %, Normal sebanyak 33 orang dengan presentase 48,53%, gemuk

29 orang dengan persentase 42,65% dan Obesitas sebanyak 0 orang atau 0 %.

Sedangkan siswi sudah *Menarche* sebanyak 12 orang dengan presentase 17,65% dan yang belum *Menarche* sebanyak 56 siswi dengan presentase 82,35 %. Menurut Waryana (2010), usia *menarche* tersebut bervariasi, tetapi banyak faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya usia *menarche*. Hasil yang diperoleh data status gizi responden yang dinilai melalui perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT). Responden dikategorikan dalam 5 kategori IMT yaitu IMT kurus sekali, IMT kurus, IMT ideal, IMT gemuk dan IMT obesitas.

Dari hasil perhitungan statistik dengan menggunakan *Chi-Square* dari SPSS, dengan tingkat keyakinan 95% didapatkan nilai $p < \alpha$. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara IMT (kurus sekali, kurus, ideal, gemuk, dan obesitas) dengan *menarche* dini, hasil penelitian ini sesuai dengan Riset Kesehatan Dasar yang menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* yaitu 13 tahun dengan kejadian awal pada usia 8-9 tahun ini disebabkan oleh gizi dan status ekonomi karena ada perubahan hormone yang menyebabkan kematangan sel dan paparan estrogen yang berasal dari makanan yang banyak terdapat dalam kedelai, bengkoang dan zat kimia yang terdapat pada pestisida dan menimbulkan rangsangan yang akan mempengaruhi sekresi hormone dan mempercepat usia *menarche*.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan *menarche* pada siswi kelas IV-V SDN 014 Sialang Kayu Batu Kecamatan Bunut Kabupaten Pelalawan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesinya penelitian ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua yang ikut terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin.(2008). Tumbuh Kembang Remaja. <http://www.blog.rusari.com> – Diakses Desember 2017
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi IV*. Jakarta: Rineka Cipta
- Fahmi Achmadi, Umar. (2013). *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT Raja Persada.
- Halim, Felicia. (2008). *Mengenal Pubertas Dini Pada Anak*. www.kapanlagi.com - diakses Desember 2017.
- Handerson, Christine. Kathleen, Jones. (2006). *Konsep Kebidanan*. Jakarta: Buku Kedokteran.
- Kaplowitz, P.B. (2008), *Link between Body Fat and Timing Puberty*. *Pediatrics*. 121: 208-217.
- Martaadisoebrata, Djamhoer. (2005). *Obstetri dan Ginekologi Sosial*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Mundell, E.J. (2005). *Pubertas Timbul Lebih Dini Pada Anak-Anak Perempuan Dengan Berat Badan Berlebih*. <http://www.kalbe.co.id> - diakses Desember 2017
- Must.(2005). *Pubertas Timbul Lebih Dini Pada Anak-Anak Perempuan Dengan Berat Badan Berlebih*. <http://www.kalbe.co.id> - diakses Desember 2017
- Notoatmojo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Eka Cipta.
- Paath, Rumdasih. & Heryati.(2005). *Komponen Zat Gizi*. Jakarta: PT. Dian Rakyat
- Sarwono, (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Setiawan, Ari. & Saryono. (2011). *Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Yogyakarta: Nuha Medika

Sugiono. (2007). Metode Penelitian Kwantitatif, Kwalitatif dan R&D. Bandung. Penerbit Alfabeta

Sunarto. Mayasari, I.D. (2010). Hubungan Kelebihan Berat Badan dengan Menarche Dini. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes. ISSN: 2086- 3098

Uwaifo, Gabriel. (2009). Obesity. Available from: <http://emedicine.medscape.com/article/123702-overview> - Diakses Desember 2017

Wiknjosastro, Hanifa. (2009). Ilmu Kandungan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka