

HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DAN MEDIA MASSA DENGAN USIA MENARCHE PADA SISWI SEKOLAH DASAR KELURAHAN BELAKANG BALOK TAHUN 2016

Desi Andriani¹⁾

¹⁾ Program Studi DIII Kebidanan STIKes YARSI SUMBAR Bukittinggi
Bukittinggi, 26136, Indonesia

e-mail : desiandriani2578@yahoo.com

Abstrak

Usia menarche remaja putri di Indonesia berkisar usia 12 hingga 14 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 4145 dari 17571 (24%) remaja putri yang berada di tujuh kawasan Indonesia didapatkan hasil usia menarche termuda 9 tahun dan usia menarche tertua 18 tahun. Banyak remaja putri di Indonesia mengalami menarche pada usia 12 tahun (31,33%), 13 tahun (31,13 %) dan 14 tahun (18,24%). Jenis Penelitian survey analitik dengan menggunakan desain *cross sectionl*. Populasi adalah seluruh siswi Sekolah Dasar yang sudah mengalami menarche. Pengambilan sample di ambil secara *purposive sampling*, berjumlah 30 orang. Data yang di peroleh di olah secara komputersasi dengan menggunakan uji statistik *Chisquare*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 21 orang (70%) siswi yang mengkonsumsi junk food dan terdapat 18 (60%) siswi yang mengalami menarche dini. 23 (76,7%) sisiwi yang terpapar media massa terdapat 19 (63,3%) siswi yang mengalami menarche dini. Dari hasil uji statistic di dapatkan hubungan yang bermakna antara konsumsi junk food dan media massa dengan usia menarche ($p=0,001$ dan $p=0,004$). Penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan usia menarche dapat di sebabkan oleh asupan makanan dan rangsangan dari media massa. Di harapkan kepada petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan kepada siswi Sekolah Dasar tentang kesehatan reproduksi serta penyuluhan tentang makanan yang baik dan tidak untuk di konsumsi, agar sisiwi Sekolah Dasar paham dengan pentingnya kesehatan reproduksinya.

Kata Kunci : *Junk food, media massa, menarche*

PENDAHULUAN

Menarche adalah saat haid/menstruasi yang datang pertama kali pada seorang wanita yang sedang menginjak dewasa. Menstruasi merupakan tanda bahwa siklus masa subur telah dimulai, menstruasi terjadi saat lapisan dalam dinding rahim luruh dan keluar dalam bentuk yang dikenal dengan istilah darah menstruasi. (Vania, 2005). Usia saat seorang pre adolesen mulai mendapat menstruasi sangat bervariasi, terdapat kecenderungan bahwa saat ini peristiwa datangnya menstruasi pertama kali pada usia yang lebih muda, menurut Siti Haniffah yang merupakan Konselor di Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) Jawa Barat, dibandingkan zaman dahulu pre adolesen sekarang lebih awal mendapatkan menstruasi pertama (menarche). Ketika dulu rata-rata mendapatkan menstruasi awal sekitar umur 15 atau 16 tahun, anak sekarang bisa mendapatkannya pada usia 9 atau bahkan 8 tahun.

Usia menarche remaja putri di Indonesia berkisar usia 12 hingga 14 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 4145 dari 17571 (24%) remaja putri yang berada di tujuh kawasan Indonesia didapatkan hasil usia menarche termuda 9 tahun dan usia menarche tertua 18 tahun. Banyak remaja putri di Indonesia mengalami menarche pada usia 12 tahun (31,33%), 13 tahun (31,13 %) dan 14 tahun (18,24%). Dengan nilai rata-rata usia menarche sebesar 12,96 tahun. Rata-rata usia menarche terendah ditemukan di Yogyakarta (12,45 tahun) dan tertinggi ditemukan di Kupang (13,86 tahun). (Batubara, Soesanti & van de Waal 2010)

Perbedaan Usia menarche disebabkan antara lain berupa stimulus asupan gizi yang semakin baik, buku-buku bacaan dan semakin terbukanya informasi masalah seks, dulu banyak makanan pantangan dari orang tua, sekarang tidak lagi, stimulus berupa gizi ini besar sekali pengaruhnya dengan percepatan datangnya menstruasi pada pre adolesen.

Faktor penyebab menstruasi dini salah satunya datang dari rangsangan audio visual, baik berasal dari

percakapan maupun tontonan dari film – film atau internet berlabel dewasa, vulgar, atau mengumbar sensualitas. Rangsangan dari telinga dan mata tersebut kemudian merangsang sistem reproduksi dan genital untuk lebih cepat matang. Bahkan, rangsangan audio visual ini merupakan faktor penyebab utama menstruasi dini. Selain itu, Remaja putri yang memiliki persen lemak tubuh tinggi maka kadar leptin yang di sekresikan dalam darahnya juga akan semakin tinggi. Leptin ini berpengaruh terhadap metabolisme Gonadotropin Releasing Hormone (GnRH). Pelepasan GnRH ini akan mempengaruhi kematangan reproduksi yang selanjutnya memicu pengeluaran Folicle Stimulating Hormone (FSH) dan Letuinizing Hormone (LH) di ovarium sehingga terjadi pematangan folikel dan pembentukan esterogen (Quennel, 2009).

Menarche dini di kaitkan dengan factor resiko terjadinya gangguan kesehatan. Penurunan usia menarche akan berdampak pada kesehatan reproduksi wanita khususnya kesehatan reproduksi remaja. Semakin cepat remaja mendapat menarche maka semakin cepat mengenal kehidupan seksual di mulai dengan munculnya ketertarikan dengan lawan jenis, dorongan untuk mengetahui dan melakukan aktifitas seksual. Percepatan usia menarche juga dapat memperbesar peluang terjadinya hiperplasia endometrium, kanker uterus, dan kanker payudara yang di hubungkan dengan menarche dini dengan alasan hormonal, dalam hal ini lebih di dominasi dengan esterogen. (Swart, 2011). Kejadian kanker di Indonesia yaitu prevalensi merokok 23,7 %, obesitas umum penduduk berusia > 15 tahun pada perempuan 23,8 %, konsumsi makanan yang di awetkan 6,3%, makanan berlemak 12,8 %, dan makanan dengan penyedap 77,8 %, Sedangkan prevalensi kurang aktivitas fisik sebesar 48,2 %. (Data Riskesdas 2007)

HASIL PENELITIAN

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Komsumsi Junk Food di Sekolah Dasar kelurahan Belakang Balok Bukittinggi Tahun 2016

Junk Food	Frekuensi	Presentase (%)
Konsumsi	21	70
Tidak Komsumsi	9	30
Total	30	100

Dari Tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang responden yang diteliti, sebagian besar yaitu 21 (70%) Mengonsumsi Junk Food.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok yaitu SDN 12 Bukit Canggih didapatkan 12 siswi sudah mengalami menarche dari 31 siswi di Sekolah tersebut. Peneliti melakukan wawancara terhadap 6 siswi. 2 orang dari siswi tersebut mengatakan sering mengonsumsi junk food dan kedua siswi tersebut mengalami menarche dini, 3 orang lainnya mengatakan pernah membaca novel percintaan dan suka menonton sinetron yang benuansa percintaan 2 diantaranya mengalami menarche dini sedangkan 1 orang lainnya tidak mengalami menarche dini, 1 orang lagi mengatakan jarang mengonsumsi junk food dan tidak suka membaca novel dan jarang terpapar oleh media yang menampilkan tentang percintaan dan siswi tersebut tidak mengalami menarche dini.

Dari latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan konsumsi junk food dan media massa dengan usia menarche dini pada siswi Sekolah Dasar kelurahan Belakang Balok Bukittinggi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan menggunakan desain *cross sectional* yaitu melakukan penelitian pada variabel independen dan variabel dependen secara bersamaan. Dengan menggunakan metode penelitian ini dapat diharapkan memperoleh gambaran yang jelas tentang hubungan Konsumsi Junk Food dan Media Massa Dengan Usia Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok Tahun 2016.

Pada penelitian ini variabel dependen adalah Usia Menarche sedangkan variabel independen adalah Konsumsi junk food dan media massa.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Media Massa Sekolah Dasar kelurahan Belakang Balok Bukittinggi Tahun 2016

Media Massa	Frekuensi	Persentase (%)
Terpapar	23	76,7
Tidak Terpapar	7	23,3
Total	30	100

Dari Tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang responden yang diteliti, 23 responden (80%) Terpapar media massa

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Menarche dini Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok Bukittinggi Tahun 2016

Menarche	Frekuensi	Persentase (%)
Dini	24	80
Normal	6	20
Total	30	100

Dari Tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang responden yang diteliti, lebih dari sebagian 24 responden (80%) mengalami menarche Dini.

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Junk Food dengan Kejadian Menarche Sekolah Dasar kelurahan Belakang Balok Bukittinggi Tahun 2016

Junk Food	Menarche				Total		p.value
	Dini	%	Normal	%	N	%	
Konsumsi	18	60	3	10	21	70	
Tidak Konsumsi	6	20	3	10	9	30	
Jumlah	24	80	6	20	30	100	

Berdasarkan tabel 4 diperoleh informasi bahwa diantara 21 responden mengkonsumsi Junk Food, terdapat 3 orang (10%) yang mengalami menarche normal. Dan dari 9 responden tidak mengkonsumsi junk food hanya terdapat 3 orang (10%) mengalami menarche normal.

Jadi untuk mengetahui ada hubungan antara Junk Food Dengan Kejadian menarche dini dengan menggunakan uji statistik Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% atau $p < \alpha$ (0,05). Jika nilai $p \leq \alpha$ (0,05) maka secara

statistik disebut bermakna dan jika nilai $p > \alpha$ (0,05) maka hasil perhitungan tersebut tidak bermakna.

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), maka secara statistik disebut bermakna. Kesimpulannya adalah ada hubungan antara Konsumsi Junk Food dengan Kejadian Menarche Dini. Nilai *Odds Ratio* 3,000, artinya Siswi tidak mengkonsumsi junk food berpeluang 3,000 kali untuk mengalami menarche normal dibandingkan dengan siswi yang mengkonsumsi junk food.

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Media Massa dengan Kejadian Menarche Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok Bukittinggi Tahun 2016

Media Massa	Menarche				Total		p.value
	Dini	%	Normal	%	N	%	
Terpapar	19	63,3	4	13,3	23	76,7	0,004
Tidak Terpapar	5	16,7	2	6,7	7	27,3	
Jumlah	14	80	6	20	30	100	

Berdasarkan tabel 5.5 diperoleh informasi bahwa diantara 23 responden terpapar media massa, terdapat 4 orang (13,3%) mengalami menarche normal. Dan dari 7 responden tidak terpapar media massa, hanya terdapat 2 orang (6,7%) yang mengalami menarche normal.

I. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Dari hasil pembahasan mengenai hubungan konsumsi junk food dan media massa dengan usia menarche dini pada siswi Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok Tahun 2016 di peroleh bahwa : ada hubungan konsumsi junk food dan media massa dengan usia menarche dini pada siswi Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok Tahun 2016.

Saran

Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini di harapkan dapat di pergunakan sebagai bahan pertimbangan, data awal untuk penelitian selanjutnya serta melakukan penelitian terhadap variabel variabel yang lain yang terkait dengan hubungan

V. Daftar Pustaka

- Irianto Djoko Pekik, 2006
Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahraga, Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET
- Mulyana Deddy, 2008,
Komunikasi Massa, Bandung: Widya Padjadjaran
- Notoatmodjo Soekidjo, 2012
Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : Rineka Cipta
- Prawirohardjo Sarwono, 2010
Ilmu Kebidanan , Jakarta : PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Kartono Kartini, 2006
- Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Gadis Dewasa, Bandung: Mandar MajuGizi, Jakarta: PT.Penebar Swadaya.
- Baliwati, Yayuk Farida, dkk, 2004
Pengantar Pangan dan Wulan, Reni Sari.2008Dengerous Junk Food. Yogyakarta : O2
- Varney H, 2006, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*, Jakarta : EGC
- Wiknjastro, 2009, *Ilmu Kebidanan edisi ketiga Cetakan ke 7*, Jakarta ; EGC
- Wiknjastro, 2005, *Ilmu Kandungan Edisi ke dua Cetakan ke 4*, Jakarta ; EGC
- Wara 2006. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Anemia Pada Ibu Hamil" ,Fakultas Pertanian Institut Pertanian. Bogor

Hasil uji statistic diperoleh nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$), maka secara statistic disebut bermakna. Nilai Odd Ratio diperoleh 1,900 artinya siswi yang tidak terpapar oleh media massa berpeluang 1,9 kali untuk mengalami menarche normal dari pada yang terpapar media massa

konsumsi junk food dan media massa dengan usia menarche.

Bagi Institusi Pendidikan

Dapat memberikan suatu referensi terbaru dalam mengembangkan ilmu kebidanan tentang konsumsi junk food dan media massa yang mempengaruhi usia menarche. Selain itu dapat menjadi dokumen dan bahan tambahan sumber bacaan perpustakaan di STIKes Yarsi SUMBAR Bukittinggi.

Bagi Bagi Tenaga Kesehatan

Dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih giat lagi dalam mempromosikan dan memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja