

# HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DAN MEDIA INFORMASI TERHADAP *MENARCHE* DINI PADA REMAJA PUTRI DI DESA HUTA LOMBANG KECAMATAN LUBUK BARUMUN

Rina Marlina Hutasuhut<sup>1</sup>, Fauji Haryati Tamba<sup>2</sup>  
Akademi Kebidanan Baruna Husada Sibuhuan<sup>12</sup>  
Email : rioloverina12@gmail.com<sup>1</sup>, faujiharyatitamba08@gmail.com<sup>2</sup>

## ABSTRACT

Early menarche is menstruation that arrives earlier between 10-11 years. A biological sign of menarche is sexual maturity. In women who experience early menarche, their reproductive function is as rapid as that of adult women. said that the age of menarche for adolescent girls has shifted to a younger age, namely 10-11 years, but normally menarche in girls occurs at the age of 12 - 16 years with an average age of 13 years. The aim of this research is to find out the relationship between consumption of junk food and information media on early menarche in Puri teenagers in Huta Lombang village, Lubuk Barumun subdistrict. This research is descriptive analytical in nature which aims to find out a picture of the reality of the object studied objectively regarding the relationship between junk consumption. food and information media on early menarche in adolescent girls in Huta Lombang village, Lubuk Barumun subdistrict. This research was conducted starting in July with a population of 63 and a sample of 63 respondents and sampling using the Simple Random Total Sampling technique using a questionnaire. Data management by means of editing, coding, tabulating and data entry. Research results: the majority of menarche is early consumption, 40 (63.5%) consume junk food very often, 42 (66.7%) information media, 43 (68.3%), research results on the relationship between junk consumption food against early menarche obtained (OR) 0.105. 95% CI=0.022-0.510 and P value 0.004<0.05, the relationship between information media and early menarche was obtained (OR) = 6.129. 95% CI=1.842-19.543 and P value 0.003 <0.05. Young women in particular maintain a balanced diet and reduce consumption of junk food which has an impact on early menarche by maintaining a nutritious and natural diet and reducing access to information media and seeing positive and more useful things in the media.

**Keywords:** Junk Food Consumption, Information Media, Early Menarche

## ABSTRAK

*Menarche* dini adalah menstruasi yang datangnya lebih awal antara 10-11 tahun. Tanda biologis dari *menarche* adalah kematangan seksualnya. Pada perempuan yang mengalami *menarche* dini, fungsi reproduksinya sama cepat dengan perempuan dewasa. mengatakan bahwa usia *menarche* remaja putri telah bergeser ke usia yang lebih muda yaitu 10-11 tahun namun secara normal *menarche* pada perempuan terjadi pada usia 12 - 16 tahun dengan rata-rata usia 13 tahun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dan media informasi terhadap *menarche* dini pada remaja putri di desa Huta Lombang kecamatan Lubuk Barumun, penelitian ini bersifat Deskriptif Analitik yang bertujuan untuk Mengetahui gambaran tentang realitas pada obyek yang diteliti secara objektif tentang hubungan konsumsi *junk food* dan media informasi terhadap *menarche* dini pada remaja putri di desa Huta Lombang kecamatan Lubuk Barumun. Penelitian ini dilakukan mulai Juli dengan populasi 63 dan sampel 63 responden serta pengambilan sampel dengan teknik *Simple Random Total Sampling* dengan menggunakan kuesioner. Pengelolaan data dengan cara *editing, coding, tabulating* dan *data entry*. Hasil penelitian mayoritas *menarche* dini konsumsinya 40 (63,5%) konsumsi *junk food* sering sekali 42 (66,7%) media informasi 43 (68,3%), hasil penelitian hubungan konsumsi *junk food* terhadap *menarche* dini diperoleh (OR) 0,105. 95% CI=0,022-0,510 dan P value 0,004<0,05, hubungan media informasi terhadap *menarche* dini diperoleh (OR) = 6,129. 95% CI=1,842-19,543 dan P value 0,003 < 0,05. Remaja putri khususnya lebih menjaga pola makan yang seimbang serta mengurangi konsumsi *junk food* yang berdampak terhadap *menarche* dini dengan menjaga pola makan yang bergizi dan alamiah dan mengurangi untuk mengakses media informasi dan melihat yg positif dan yang lebih bermanfaat di media.

**Kata Kunci :** Konsumsi *Junk Food*, Media Informasi, dan *Menarche* Dini

## PENDAHULUAN

Masa remaja atau masa *adolescence* merupakan periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Masa remaja adalah suatu fenomena fisik yang berhubungan dengan pubertas. Pubertas pada perempuan (9-12 tahun) dapat ditandai dengan datangnya menstruasi untuk pertama kalinya disebut sebagai *menarche* (Wulansari, 2013...2)

Lebih dari setengah abad, rata-rata usia *menarche* mengalami dari usia 16 tahun menjadi rata-rata 13 tahun (Pardede, 2002). Saat ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda yang disebut *menarche* dini yaitu antara 10-11 tahun. Penelitian Gudineau (2010) mendefinisikan bahwa fenomena *menarche* dini terjadi pada usia kurang dari 11 tahun. (Wulansari, 2013...3)

*Menarche* adalah menstruasi pertama kali dialami oleh seorang gadis dan merupakan perubahan ciri-ciri seks sekunder pada masa pubertas. *Menarche* dini adalah menstruasi yang datangnya lebih awal antara 10-11 tahun. Tanda biologis dari *menarche* adalah kematangan seksualnya. Pada perempuan yang mengalami *menarche* dini, fungsi reproduksinya sama cepat dengan perempuan dewasa. mengatakan bahwa usia *menarche* remaja putri telah bergeser ke usia yang lebih muda yaitu 10-11 tahun namun secara normal *menarche* pada perempuan terjadi pada usia 12-16 tahun dengan rata-rata usia 13 tahun. (Wulansari, 2013...9)

*Menarche dini* dihubungkan dengan usia remaja putri saat mendapatkan haid atau menstruasi pertamanya. Terdapat dua faktor yang mempengaruhinya yaitu, faktor endogen (genetik) dan faktor eksogen diantaranya status gizi, keterpaparan terhadap media informasi orang dewasa (cetak dan elektronik), aktivitas olahraga, iklim, keadaan geografis, status sosial ekonomi, rangsangan psikis. (Wulansari, 2013...10)

Faktor status gizi dikaitkan dengan keanekaragaman mengonsumsi makanan yang memiliki kandungan lemak, protein, serat dan kalsium. 2 Saat ini salah satu jenis

makanan yang sangat diminati anak-anak adalah makanan bergaya barat yang dikenal dengan sebutan *junk food*. Kebiasaan mengonsumsi *junk food* di kalangan anak-anak modern akan mempengaruhi peningkatan gizi. Hal ini disebabkan karena kandungan lemak, protein hewani, dan trans lemak yang terdapat dalam *junk food* akan memicu pengeluaran hormon-hormon yang berpengaruh terhadap terjadinya *menarche* dan timbulnya tanda-tanda sekunder pada anak-anak lebih cepat dari usia normal. Timbulnya tanda-tanda pubertas baik primer maupun sekunder sebelum umur 8 tahun dan terjadinya *menarche* sebelum usia 11 tahun disebut dengan pubertas dini. (Maditias, 2015...14)

Remaja saat ini cenderung mudah terpengaruh oleh media informasi. menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *menarche* disebabkan oleh rangsangan-rangsangan kuat dari luar, salah satunya adalah melalui keterpaparan media informasi, baik cetak maupun elektronik. Keterpaparan media informasi dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan percepatan usia *menarche* remaja putri. Para perempuan atau remaja putri yang mengalami *menarche* dini memperlihatkan minat yang lebih kuat ketika menonton tayangan yang mengandung unsur-unsur seksual difilm, televisi, dan majalah dibandingkan dengan para remaja yang *menarche* dalam rentang usia normal. (Wulansari, 2013...16)

*Menarche* dini dikaitkan dengan faktor risiko beberapa penyakit keganasan. Di pandang dari segi klinis usia *menarche* dini merupakan faktor risiko terjadinya kanker ovarium, hiperplasia endometrium, dan kehamilan pada usia yang lebih muda. Insiden kanker uterus dan kanker payudara juga dihubungkan dengan usia *menarche* oleh alasan hormonal, yang lebih didominasi oleh estrogen (Althuis, MD. 2005). Sedangkan dampak psikologis *menarche* pada remaja putri akan timbul perasaan cemas dan takut dalam menghadapi *menarche*, timbulnya perasaan bersalah dan berdosa yang berkaitan dengan

prosependarahan serta adanya anggapan bahwa dirinya kotor dan menderitasuatu penyakit. (Wulansari,2013...12).

Menurut penelitian Niken Aryani Wulansari 2013 Dengan Judul Penelitian “Hubungan Konsumsi Junk Food dan Media Informasi Terhadap Menarche Dini Pada Siswi Sekolah Dasar Di Surakarta” berdasarkan hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia *menarche* dini adalah 9,8 tahun dengan standardeviasi 0,4. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* konsumsi *junk food* dengan usiamenarche dini diperoleh nilai rhitung sebesar -0,497 dengan *p-value* 0,005sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini. Sedangkan hasil uji korelasi media informasi dengan usiamenarche dini diperoleh nilai rhitung sebesar -0,457 dengan *p-value* 0,011disimpulkan bahwa terdapat hubungan paparan informasi dengan usia *menarche* dini pada siswi Sekolah dasar di Surakarta. (Wulansari, 2013...1)

Menurut penelitian Desi Andriani 2016 Dengan Judul Penelitian ”Hubungan Konsumsi *Junk Food* dan Media massa Dengan Usia *Menarche* Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Belakang Balok Tahun 2016” berdasarkan hasil penelitian menunjukan terdapat 21 orang (70%) siswi yang mengkonsumsi *junk food* dan terdapat 18 (60%) siswi yang mengalami *menarche* dini 23 (76,7%) sisei yang terdapat media massa terdapat 19 (63,3%) siswi yang mengalami *menarche* dini. Dari hasil uji statistic didapatkan hubungan yang bermakna antara konsumsi *junk food* dan media massa dengan usia *menarche* ( $p=0,001$  dan  $p=004$ ). Penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan usia *menarche* dapat disebabkan oleh asupan makanan dan rangsangan dari media mass. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan kepada siswi sekolah dasar tentang kesehatan reproduksi serta penyuluhan tentang makanan yang baik dan tidak untuk dikonsumsi, agar siswi sekolah dasar paham dengan pentingnya kesehatan reproduksinya. (Andriani, 2016...1)

Hasil wawancara yang dilakukan di Desa Huta Lombang Kecamatan Lubuk

Barumun, Terdapat 10 Remaja putri yang tidak mengalami *menarche* dini 23 orang yaitu pada umur >11 tahun, sedangkan 40 orang lagi mengalami *menarche* dini 9-10 tahun dari hasil diatas terdapat bahwa remaja putri sering mengkonsumsi makanan *junk food* (Gorengan, Sosis, Mie Instan, Minuman Bersoda dan Manis) dan Remaja lebih ingin mengetahui informasi-informasi tentang seks secara dini.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian Di Desa Huta Lombang Kecamatan Lubuk Barumun, penelitian akan melakukan penelitian tentang “Hubungan Konsumsi *Junk Food* dan Media Informasi Terhadap *Menarche* Dini pada remaja putri di Desa Huta Lombang Kecamatan Lubuk Barumun”.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross Sectional. Pada penelitian ini, jenis data yang diuji adalah data primer yang diperoleh melalui kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja puteri . Sampel dalam penelitian ini adalah remaja puteri sejumlah 63 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Total sampling. Analisa data yang dilakukan adalah analisis univariat dan Bivariat dengan menggunakan Chi Square.

## HASIL

### 1. Analisi Univariat

Untuk mengetahui Hubungan Konsumsi *Junk Food* , Media Informasi dan *Menarche* Dini dapat dilihat pada Tabel berikut :

N	Variabel	Jumlah	Persentase
o	Devendent		
1.	<i>Menarche</i> Dini		
a.	Ya (kalau umur <i>menarche</i> nya <11 tahun) mengalami <i>Menarche</i> Dini)	40	63,5
b.	Tidak	23	36,5

(kalau umurnya  $\geq$  11 tahun Mengalami Menarche Dini)

Total	63	100	
N	Variabel	Jumlah	Persentase
o	Indevendent		
1.	Konsumsi <i>Junk Food</i>		
a.	Sering (dikonsumsi 4-6 kali dalam seminggu)	21	33,3
b.	Sering sekali (dikonsumsi lebih dari 1x sehari dalam seminggu)	42	66,7
	Total	63	100
2.	Media Informasi		
a.	Ada pengaruh	43	68,3
b.	Tidak ada pengaruh	20	31,7
	Total	70	100

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Konsumsi *Junk Food* Terhadap Menarche Dini

N	Konsumsi <i>Junk Food</i>	Menarche Dini				P Value
		Ya		Tidak		
		N	%	N	%	
1	Sering	2	9,5	19	90,5	0,004
2	Sering Sekali	21	50,0	21	50,0	
	<b>Jumlah</b>	<b>23</b>	<b>36,5</b>	<b>40</b>	<b>63,5</b>	

b. Hubungan Media Informasi Terhadap Menarche Dini

N	Media Infor masi	Menarche Dini				P Value
		Ya		Tidak		
		N	%	N	%	
1	Ya	13	65,0	7	35,0	0.003

2	Tidak Ada	10	23,3	33	76,7
	<b>Jumlah</b>	<b>23</b>	<b>36,5</b>	<b>40</b>	<b>63,5</b>

PEMBAHASAN

Dari penelitian ini bahwa mayoritas responden mengalami *menarche* dini Ya sebanyak 40 responden (63,5%) dan minoritas Tidak sebanyak 23 responden (36,5%)

*Menarche* dini adalah menstruasi yang datangnya lebih awal antara 10-11tahun Pertanda biologis dari *menarche* adalah kematangan seksualnya. Pada perempuan yang mengalami *menarche* dini, fungsi reproduksinya sama cepat dengan Perempuan dewasa. Pardede (2002) mengatakan bahwa usia *menarche* remaja putri telah bergeser ke usia yang lebih muda yaitu 10-11 tahun namun secara normal *menarche* pada perempuan terjadi pada usia 12 - 16 tahun dengan rata-rata usia 13 tahun. (Wulansari, 2013...9)

Menurut Wilson dkk. (2003) dalam Uche-Nwachi dkk. (2007), LH merupakan hormon yang dihasilkan oleh kelenjar pituitari di hipofisis anterior dan dapat dijadikan parameter menilai pubertas padaperempuan. Semakin tinggi kadar serum LH maka produksi esterogendan progesteron di ovarium akan meningkat lebih dini dari seharusnya dan berdampak pada tanda-tanda seks sekunder yang tampak lebihcepat serta *menarche*. (Wulansari, 2013...41)

Berdasarkan penelitian Rizki Darmayitasari menunjukkan bahwa siswi paling banyak mengalami *menarche* dini < dari 12 tahun dengan *menarche* dini 12-14 tahun sebanyak 14 orang (31,1%) dan sebagian kecil lainnya usia *menarche* dini 10-11 tahun sebanyak 11 orang 24,4 % sedangkan paling banyak siswi yang mengalami *menarche* dini < dari 11 tahun dengan usia 12-14 tahun sebanyak 14 orang 15,5% dan sebagian kecil lainnya sebanyak 3 orang (6,7%) dari uji statistic terdapat p value 0,03<0,05 yang artinya ada hubungan *junk food* dan *menarche* dini.

Berdasarkan Menurut (Proverawati & Misaroh, 2009) yang menjelaskan bahwa usia

*menarche* anak perempuan di Amerika mengalami penurunan mencapai 40% dari usia yang seharusnya, yakni 12 tahun. Di Indonesia menunjukkan angka yang sama yaitu usia *menarche* kurang dari 9 tahun. Di Jawa Tengah khususnya kota Semarang, sekitar 0,1% anak-anak mengalami *menarche* lebih awal pada usia 8 tahun (Kusuma, 2010). *Menarche* dini diupayakan minimal terjadi pada anak-anak, dengan menghindari berbagai faktor terjadinya. Akibat *menarche* dini pada perempuan setelah dewasa dapat menimbulkan masalah baru, diantaranya kanker payu dara. *Menarche* dini (<10 tahun) ditemukan meningkatkan resiko relatif mioma uteri, dan *menarche* lambat (>16 tahun) menurunkan resiko relatif mioma uteri (Parker, 2007).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Rizki Darmayitasari dan Proverawati bahwa hasil pembahasan sama tetapi alasannya berbeda : dikarenakan remaja putri desa Huta Lombang banyak mengalami *menarche* dini karena mudahnya mendapatkan *junk food* baik itu dirumah maupun lingkungan atau sekitarnya dan terlalu banyak melihat media informasi yang mengandung seksual tidak sesuai dengan batasan umur remajanya yang menyebabkan faktor pemicunya *menarche* dini.

### 1. Hubungan Konsumsi *Junk Food* Terhadap *Menarche* Dini

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 63 responden yang diteliti mayoritas yang sering sekali konsumsi *junk food* sebanyak 42 orang (66,7%) dan minoritas remaja yang sering 21 orang (33,3%), Hasil analisis hubungan antara konsumsi *junk food* terhadap *menarche dini* bahwa dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Odds Ratio* (OR) = 0,105.95% CI = 0,022-0,510 dan *P value* 0,004 < 0,05 yang artinya ada hubungan antara konsumsi *junk food* terhadap *menarche* dini.

Konsumsi *junk food* pada remaja berpengaruh terhadap peningkatan gizi remaja. Umumnya makanan cepat saji

umumnya mengandung kalori, kadar lemak, gula dan sodium (Na) yang tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, asam akorbat, kalsium dan folat Remaja putri dengan kelebihan nutrisi (kelebihan lemak dan berat badan), *menarche* juga terjadi lebih dini. Nutrisi mempunyai pengaruh terhadap kematangan seksual manusia, karena gizi mempengaruhi sekresi hormon gonadotropin dan respon terhadap *Luteinizing Hormone (LH)*, hormon ini berfungsi untuk sekresi estrogen dan progesteron dalam ovarium sehingga tanda-tanda seks sekunder akan cepat muncul dibanding remaja putri yang kekurangan nutrisi. Kegagalan mengkonsumsi gizi adekuat selama remaja menyebabkan kematangan seksual terlambat dan pertumbuhan mengalami keterlambatan atau terhenti. (Wulansari, 2013...17)

Terjadinya *menarche* diantaranya riwayat kebiasaan makan, dan frekuensi asupan makanan yang berkalori tinggi yang menyebabkan asupan energi melebihi kebutuhan, salah satunya adalah gaya hidup masa kini yaitu anak suka makan *fast food* serta *junk food* yang berkalori tinggi seperti Pizza, fried chicken, kentang goreng, es kream dan aneka makanan mie. Ahli gizi mengungkapkan kebiasaan mengkonsumsi makanan *fast food* dan *junk food* yang berlebihan kurang baik. Konsumsi *fast food* dan *junk food* yang baik jika frekuensinya 1 kali dalam seminggu, jika lebih dari itu dikatakan tidak baik.

Menurut penelitian Niken Aryani Wulansari 2013 Dengan Judul Penelitian "Hubungan Konsumsi *Junk Food* dan Media Informasi Terhadap *Menarche* Dini Pada Siswi Sekolah Dasar Di Surakarta" terdapat bahwa remaja putri sering mengkonsumsi makanan *junk food* (Gorengan, Sosis, Mie Instan, Minuman Bersoda dan Manis) bisa menyebabkan anak tersebut mengalami *menarche* dini lebih awal dengan lemak yang tinggi dan kadar serum LH maka produksi esterogendan progesteron di ovarium akan meningkat lebih dini dari seharusnya dan berdampak pada tanda-tanda seks sekunder yang tampak lebih cepat serta *menarche*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia *menarche* dini adalah 9,8 tahun

dengan standar deviasi 0,4. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini diperoleh nilai hitung sebesar -0,497 dengan *p-value* 0,005 sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara konsumsi *junk food* dengan usia *menarche* dini. Sedangkan hasil uji korelasi media informasi dengan usia *menarche* dini diperoleh nilai r hitung sebesar -0,457 dengan *p-value* 0,011 disimpulkan ada hubungan yang disignifikan terhadap konsumsi *junk food* dan *menarche* dini. (Wulansari, 2013...1).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Niken ariyani wulansari (2013). Tingginya *menarche* dini, dan konsumsi *junk food* terhadap *menarche* dini.

Berdasarkan penelitian Kustin 2018 dilakukan pada remaja putri di beberapa SMP daerah perkotaan jember sebanyak 250 siswi yang mengalami *menarche* pada usia < 10 tahun sebanyak 170 siswi (68%) dan yang usia *menarche* diatas 10 tahun sebesar 80 siswi (32%). Dari jumlah tersebut yang mengkonsumsi *junk food* secara random pada 250 remaja dijumpai sebagian besar yakni 220 siswi (88%) membeli jenis *junk food* lebih dari 3 kali dalam seminggu dengan frekuensi makan per hari sebanyak 3-5 kali per hari. Sedangkan pola konsumsi sayur hanya 1-2 kali setiap minggunya dan hal ini paling banyak terjadi pada usia anak sekolah. Kebanyakan dari remaja putri yang tinggal di sekitaran kota jember mereka memiliki kecenderungan konsumtif terhadap *junk food* salah satunya dikarenakan ketersediaan para produsen yang cukup banyak, harganya relatif terjangkau uang saku serta adanya pengaruh teman sebaya. Alasan pemilihan tempat penelitian pada remaja putri SMP dikarenakan pada usia ini seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (*menarche*). Menstruasi pertama kali atau *menarche* adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang. (Kustin, 2018...13)

Penelitian ini sesuai dengan penelitian

Niken ariyani wulansari (2013) dan Kustin (2018) bahwa ada hubungan antara konsumsi *junk food* terhadap *menarche* dini dikarenakan remaja putri banyak mengkonsumsi *junk food* karena mudah didapatkan dan dirumahpun kadang-kadang sering mengkonsumsi *junk food*. Harganya pun murah, bervariasi rasanya dan penyajian menarik tetapi *junk food* merupakan makanan yang mengandung lemak tinggi dan mengandung pemanis sehingga menyebabkan *hormone* pada anak remaja tersebut menyebabkan faktor pemicunya terjadinya *menarche* dini.

## 2. Hubungan Media Informasi Terhadap *Menarche* Dini

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti dari 63 responden diketahui bahwa mayoritas media informasi 43 responden (68,3%), sedangkan minoritas responden tidak ada media informasi sebanyak 20 responden (31,7%). Hasil analisis hubungan antara media informasi terhadap *menarche dini* bahwa dari hasil uji statisti diperoleh nilai *Odds Ratio* (OR) = 6,129.95% CI = 1,922-19,543 dan *P value* 0,003 < 0,05 yang artinya ada hubungan antara media informasi terhadap *menarche* dini.

Remaja saat ini cenderung mudah terpengaruh oleh media informasi. Menurut salah satu faktor yang mempengaruhi *menarche* disebabkan oleh rangsangan-rangsangan kuat dari luar, salah satunya adalah melalui keterpaparan media informasi, baik cetak maupun elektronik. Keterpaparan media informasi dengan kecepatan usia pubertas remaja yang secara tidak langsung menyebabkan percepatan usia *menarche* remaja putri. Para perempuan atau remaja putri yang mengalami *menarche* dini memperlihatkan minat yang lebih kuat ketika menonton tayangan yang mengandung unsur-unsur seksual difilm, televisi, dan majalah dibandingkan dengan para remaja yang *menarche* dalam rentang usia normal. (Wulansari, 2013...18)

Hasil penelitian di SD Muhammadiyah Worobrajan 3 memperoleh hasil bahwa dari 34 responden terdapat 11

siswi yang terpapar media, 6 diantaranya mengalami *menarche* dini dan 5 diantaranya mengalami *menarche* normal. Dan terdapat 23 siswi yang tidak terpapar media, 2 diantaranya mengalami *menarche* dini dan 21 diantaranya mengalami *menarche* normal. Jumlah siswi yang mengalami *menarche* dini sebanyak 8 siswi (23,5%) dan yang mengalami *menarche* normal sebanyak 26 siswi (76,5%). Hasil uji analisis bivariat dengan menggunakan *Chi-Square*, diperoleh hasil nilai *p value* sebesar 0,003 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara paparan media dengan usia *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta tahun 2016. (Yuliasari, 2016...36)

Berdasarkan hasil penelitian Niken Aryani Wulansari 2013 media informasi yang diterima oleh responden setiap harinya menunjukkan bahwa distribusi tertinggi adalah normal (5-6 jam per hari) yaitu sebanyak 16 responden (53%) dan sering (>6 jam per hari) sebanyak 14 responden (47%) diperoleh nilai *r* hitung sebesar -0,457 dengan *p-value* 0,011. Nilai *p-value* lebih kecil dari 0,05 maka keputusan uji adalah  $H_0$  ditolak, sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara media informasi dengan usia *menarche* dini pada siswi sekolah dasar di Surakarta.

Berdasarkan penelitian (Kusuma, 2010) tentang hubungan faktor siswa dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di SMP 11 Semarang. Hasil menunjukkan paparan audio visual mempengaruhi *menarche* dini. Anak-anak yang sering mengakses situs internet dan menyaksikan tayangan dewasa yang seharusnya belum dikonsumsi anak usia tersebut dapat merangsang hipotalamus anak untuk mengikuti apa yang diinformasikan di situs tersebut, baik yang berdampak positif ataupun negatif. Rangsangan tersebut masuk ke panca indra menuju pusat rangsang, kemudian hipotalamus merangsang pematangan hormon estrogen dan progesteron lalu memberikan umpan balik ke pusat panca indra, sehingga hormon berfluktuasi. Hal ini mempengaruhi kematangan hormon reproduksi anak sehingga anak mengalami *menarche* dini (Pakhri, 2010).

Berdasarkan penelitian Keterpaparan anak dengan media untuk usia dewasa > 17

tahun menjadi bagian yang mempercepat terjadinya *menarche* dini. Hasil penelitian menunjukkan keterpaparan media massa berhubungan bermakna dengan kejadian *menarche* dini di SMP Negeri 4 Metro. Responden yang keterpaparan media tinggi berisiko mengalami menstruasi dini 2,49 kali lebih besar dibandingkan siswi yang keterpaparan media rendah terhadap berbagai media atau video untuk orang dewasa (> 17 tahun) keterpaparan media yang berisiko ( $p = 0,046$ ;  $POR = 2,49$ ). Hasil menunjukkan paparan audio visual mempengaruhi *menarche* dini. Anak-anak yang sering mengakses situs internet dan menyaksikan tayangan dewasa yang seharusnya belum dikonsumsi anak usia tersebut dapat merangsang hipotalamus anak untuk mengikuti apa yang diinformasikan di situs tersebut, baik yang berdampak positif ataupun negatif. Rangsangan tersebut masuk ke panca indra menuju pusat rangsang, kemudian hipotalamus merangsang pematangan hormon estrogen dan progesteron lalu memberikan umpan balik ke pusat panca indra, sehingga hormon berfluktuasi. Hal ini mempengaruhi kematangan hormon reproduksi anak sehingga anak mengalami *menarche* dini (Islamiati, 2019...17)

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Niken Aryani Wulansari (2013), Yuliasari (2016), Kusman (2010), dan Islamiati (2019) bahwa ada hubungan antara media informasi terhadap *menarche* dini dikarenakan remaja putri hampir semua mempunyai *handphone* dan televisi sehingga remaja putri terlalu mudah di saat sekarang membuka aplikasi dan melihat video seks sehingga terlalu banyak melihat media informasi yang mengandung seksual tidak sesuai dengan batasan umur remajanya yang menyebabkan *hormone* yang lebih didominasi oleh estrogen di tubuhnya menjadi faktor pemicunya terjadi *menarche* dini.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian 63 responden terdapat 2 responden (9,5%) yang mengalami *menarche* dini dan sering mengonsumsi *junk food*, 19 (90,5%)

responden tidak mengalami *menarche* dini tetapi sering mengkonsumsi *junk food*, 21 (50,0%) responden mengalami *menarche* dini dan sering sekali mengkonsumsi *junk food* 21 (5,0%) responden tidak mengalami *menarche* dini dan sering sekali mengkonsumsi *junk food* dari hasil uji statistic diperoleh nilai *Odds Ratio* (OR)= 0,105.95% CI=0,022-0,510 dan *P value* 0,004>0,05 yang artinya ada hubungan antara konsumsi *junk food* dan *menarche* dini

1. Dari Hasil penelitian 63 responden terdapat 13 responden (65,0%) yang mengalami *menarche* dini dan ya menggunakan media informasi, 7 (35,0%) responden tidak mengalami *menarche* dini dan media informasi 10 (23,3%) responden mengalami *menarche* dini dan tidak ada menggunakan media informasi 33 (76,7%) responden tidak mengalami *menarche* dini dan tidak ada menggunakan media informasi dari hasil uji statistic diperoleh nilai *Odds Ratio* (OR)= 6.129.95% CI=1.922-19.543 dan *P value* 0,003>0,05 yang artinya ada hubungan antara konsumsi *junk food* dan *menarche* dini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Althuis Michelle D., Kamran S. Moghissi., Carolyn L. Westhoff., Bert Scoccia., Emmet J. Lamb5., Jay H. Lubin., Louise A. Brinton. 2005. Uterine Cancer after Use of Clomiphene Citrate to Induce Ovulation. *American Journal of Epidemiology* Vol. 161:7  
Andriani Desi  
<http://www.ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/viewFile/124/216>
- Brown, Jane D., Ph.D. (2005). Massa Media As A Sexual SuperPeer for Early Maturing Girl. *Journal of Adolescent Health* Vol. 36 : 420-427. Available from [http://teenmedia.unc.edu/pdf/JAH\\_1.pdf](http://teenmedia.unc.edu/pdf/JAH_1.pdf) (Diakses 02 Januari 2012)
- Hidayat Alimul A.A, 2012. Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data: Jakarta: Salemba Medika
- Hurlock Elisabeth B, 2011. *Psikologis Perkembangan Suatu Pendekatan sepanjang Rentang Kehidupan*: Jakarta: Erlangga
- Jannah miftahul rachmiwati, 2017 *hubungan akses media pornografi dengan persepsi remaja tentang seksual pranikah di smpn 01 kasihan, bantul*  
<http://www.digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/2830diakses> 23 maret 2019
- Kusmiran Eny, 2016. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita: Jakarta: Salemba Medika.
- Maditias Genova D.P Konsumsi *Junk Food* Dan Pubertas Dini  
<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1484>
- Notoadmodjo Soekidjo, 2010. *Metedeologi Penelitian Kesehatan*: Jakarta: Rineka Cipta
- Pardede, Nancy. (2002). *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Dalam Narendra, MB. Sularyo, TS. Soetjiningasih. Hariyono, S. Gde Ranuh. Sambas, W: Jakarta :Sagung Seto.
- Proverawati Atikah SKM, MPH, 2019. *Menarche*: Yogyakarta: Medical Book
- Santrock, John W. 2007. *Remaja* (11th ed). Jakarta : Erlangga
- Sarwono Sarlito W, 2016. *Psikologi Remaja*: Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Susanti AV. Faktor Risiko Kejadian Menarche Dini Pada Remaja DI SMP N 30 Semarang. 2012:36
- Wulansari, Niken Aryani. 2012. *Hubungan Konsumsi Junk Food Dan Media Informasi Terhadap Menarche Dini Pada Siswi Sekolah Dasar Di Surakarta*. Surakarta : FIK UMS.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta :Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.