

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap peralihan penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, hormonal, dan psikososial. Salah satu penanda paling mencolok pada remaja putri adalah datangnya menstruasi pertama atau menarche, yang menjadi indikator kematangan sistem reproduksi. Menurut Rita, Mien, dan Muh. Jasmin (2022), menarche biasanya disertai perubahan lain seperti pembesaran payudara, pertumbuhan rambut di ketiak dan area genital, serta perubahan suasana emosi. (Rita, Mien, Muh. Jasmin, 2022)

Secara fisiologis, usia rata-rata menarche normal berkisar antara 12 hingga 14 tahun. Namun, saat ini terjadi pergeseran kronologis, di mana usia menarche cenderung semakin awal. Ketika menarche terjadi sebelum usia 12 tahun, kondisi ini dikenal sebagai menarche dini (early menarche). Menurut data WHO (2023) dan Riskesdas 2018, rata-rata usia menarche di Indonesia telah mengalami penurunan dari 13 tahun (2007) menjadi 12 tahun (2023). Bahkan, Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) melaporkan bahwa 14–18% anak perempuan di Indonesia mengalami menarche sebelum usia 11 tahun, dengan prevalensi lebih tinggi di daerah urban dan semi-urban (WHO, 2023)

Menurut data Profil Dinas Kesehatan Jawa Timur tahun 2022, prevalensi menarche pada usia 9–10 tahun tercatat sebesar 2,3%, sementara pada usia 11–12 tahun mencapai 25,3%, dan 36,5% terjadi pada usia 13–14 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian anak perempuan mengalami menarche lebih cepat dari

usia rata-rata. Hal ini mengindikasikan adanya perubahan tren usia pubertas yang patut dikaji lebih dalam, terutama pada populasi anak sekolah dasar yang sedang berada dalam fase transisi tersebut.

Menurut data Dinas Kesehatan Jawa Timur dalam studi lokal di Surabaya (Binawan Science Journal, 2022), prevalensi menarche pada usia 9–10 tahun tercatat sebesar 2,3%, sementara pada usia 11–12 tahun mencapai 25,3%, dan 36,5% terjadi pada usia 13–14 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian anak perempuan mengalami menarche lebih cepat dari usia rata-rata. Hal ini mengindikasikan adanya perubahan tren usia pubertas yang patut dikaji lebih dalam, terutama pada populasi anak sekolah dasar yang sedang berada dalam fase transisi tersebut.

Menurut data dari dinas Kesehatan kota Malang tahun 2022, menunjukkan bahwa sekitar 18-22% siswi sekolah dasar yang mengalami menarche sebelum usia 11 tahun, angka ini lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional. Fenomena ini diduga berkaitan erat dengan gaya hidup modern yang banyak diadopsi oleh anak-anak di wilayah perkotaan, seperti pola makan tinggi lemak, konsumsi makanan cepat saji.

Remaja yang mengalami menarche dini umumnya lebih rentan terhadap masalah kesehatan fisik seperti obesitas, hipertensi, dan gangguan metabolik, serta berisiko mengalami gangguan citra tubuh, kecemasan, depresi, dan rendahnya kepercayaan diri yang dapat berlanjut hingga dewasa. (Susanti & Sunarto, 2024) Ketidakseimbangan antara kematangan fisik dan perkembangan emosional juga meningkatkan kemungkinan keterlibatan dalam perilaku menyimpang, termasuk pola hidup tidak sehat atau hubungan seksual dini. (Siti Khuzaiyah, 2024)

Menarche dini disebabkan oleh beberapa faktor, penelitian yang dilakukan (Yang Li, et al., 2024) Penelitian tersebut menemukan bahwa IMT pada saat menarche

memainkan peran penting dalam memprediksi risiko menarche dini (<10 tahun) pada anak perempuan Tionghoa. Penelitian yang dilakukan (Hartati, L., & Irmawati, N., 2024.) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi makan dengan kejadian menarche dini pada anak perempuan usia 10–12 tahun, kondisi kelebihan lemak tubuh diduga dapat mempercepat pematangan sistem hormonal. terutama melalui peningkatan produksi estrogen, yang pada akhirnya mempercepat onset menarche. Penelitian yang dilakukan (Rebecca D. Kehm.,et al 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian menarche dini pada anak Perempuan usia < 10 tahun. aktivitas fisik berlebihan dapat mengakibatkan mengganggu siklus menstruasi, menghambat pertumbuhan, dan menimbulkan stres fisiologis.

Permasalahan ini tidak hanya berdampak secara biologis, tetapi juga berdampak psikologis dan sosial. Anak-anak yang mengalami menarche dini berisiko lebih tinggi mengalami gangguan kecemasan, depresi, serta keterlibatan dalam perilaku seksual yang lebih awal. Bahkan, sebuah studi menunjukkan bahwa penurunan usia menarche satu tahun berkorelasi dengan peningkatan risiko kanker payudara sebesar 3% dan penyakit jantung sebesar 2% di masa dewasa (Sowjanya & Nagalla, 2024)

Solusi terhadap masalah ini memerlukan pendekatan multidisiplin dan berbasis komunitas. Peran sekolah sangat penting sebagai wadah edukasi, sementara perawat sekolah memiliki posisi strategis sebagai edukator kesehatan reproduksi dan agen pencegahan. Perawat sekolah dapat memberikan pendidikan, konseling, serta rujukan layanan kesehatan yang mendukung kesehatan remaja (Fatimah, 2022). Dukungan dari orang tua dan lembaga layanan kesehatan juga sangat dibutuhkan dalam membentuk lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal,

yang sejalan dengan pendekatan keperawatan keluarga dan komunitas (Kemenkes RI, 2021; Marlina, 2022).

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap upaya promosi kesehatan remaja perempuan di Indonesia melalui intervensi terarah, edukasi gizi, peningkatan kesadaran orang tua, serta kebijakan sekolah yang mendukung kesehatan reproduksi anak sejak dini (Bergen et al., 2024)

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi menarche dini telah memberikan kontribusi yang signifikan dalam pemahaman tentang fenomena ini. Studi-studi tersebut berhasil mengidentifikasi berbagai faktor risiko yang terkait dengan menarche dini, yang membedakan dengan penelitian sebelumnya yaitu indentifikasi faktor yang paling dominan yang menyebabkan menarche dini. berdasarkan fenomena diatas maka perlu diadakan penelitian lebih lanjut. Sehingga peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Menarche Dini (*Early Menarche*) pada Anak Sekolah Menengah Dasar”.

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada uraian latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran data demografi karakteristik siswi Sekolah Dasar berdasarkan indeks massa tubuh, aktivitas fisik, dan pola konsumsi makan?
2. Apakah terdapat hubungan antara data demografi responden (usia menstruasi pertama ibu, tingkat pendidikan responden, usia responden saat ini), Indeks

massa tubuh, aktivitas fisik dan pola konsumsi makan dengan menarche dini pada anak Sekolah Dasar?

3. Faktor manakah yang paling dominan dalam memengaruhi kejadian menarche dini pada anak Sekolah Dasar?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor yang paling dominan yang mempengaruhi terjadinya menarche dini

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Gambaran data demografi karakteristik (usia menstruasi ibu, tingkat pendidikan responden, usia siswi sekolah dasar saat ini), indeks massa tubuh, aktivitas fisik, dan pola konsumsi makan)
2. Mengidentifikasi hubungan demografi karakteristik responden (usia menstruasi pertama ibu, tingkat pendidikan responden, usia responden saat ini) indeks massa tubuh, aktivitas fisik dan pola konsumsi makan) dengan menarche dini pada anak Sekolah Dasar.
3. Menganalisa faktor yang paling dominan memengaruhi menarche dini pada siswi Sekolah Dasar.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diinginkan dapat memberikan kontribusi, baik secara ilmiah maupun aplikatif, dalam mengungkap penyebab terjadinya haid pertama yang lebih awal pada remaja putri di jenjang SD.

1. Manfaat Teoritis

1. Memberikan perluasan pengetahuan di ranah kesehatan, terutama yang berkaitan dengan proses pertumbuhan anak serta aspek-aspek kesehatan sistem reproduksi.
2. Dapat dijadikan rujukan untuk studi-studi berikutnya yang mengkaji menarche dini beserta unsur-unsur yang turut mempengaruhinya.
3. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori mengenai hubungan antara faktor genetik, pola makan, aktivitas fisik, serta lingkungan sosial dan psikologis terhadap usia menarche.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan manfaat praktis bagi peneliti dalam meningkatkan pemahaman mengenai berbagai faktor yang berperan dalam terjadinya menarche dini, Indeks Massa Tubuh (IMT), aktivitas fisik, pola konsumsi makan. Selain itu, melalui proses penelitian ini, peneliti memperoleh pengalaman langsung dalam merancang instrumen penelitian, mengumpulkan dan menganalisis data, serta menginterpretasikan hasil secara ilmiah. Hal ini menjadi bekal penting bagi peneliti dalam mengembangkan kemampuan akademik, berpikir kritis, serta keterampilan metodologis yang berguna untuk penelitian selanjutnya maupun karier di bidang kesehatan Masyarakat.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini menyuguhkan wawasan bagi lingkungan sekolah mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap menarche dini, sehingga hasilnya dapat dijadikan dasar dalam menyusun program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih tepat sasaran bagi siswi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat membantu guru dan tenaga pendidik dalam memahami perubahan biologis dan psikologis yang terjadi pada siswi, sehingga mereka dapat memberikan dukungan dan pendampingan yang lebih baik selama fase pubertas berlangsung.

3. Bagi Orang Tua

Penelitian ini memberikan wawasan kepada orang tua mengenai pentingnya pola asuh, pola makan, dan aktivitas fisik dalam menjaga kesehatan anak serta mengurangi risiko terjadinya menarche dini. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi panduan bagi orang tua dalam mendampingi anak menghadapi masa pubertas, sehingga anak dapat bertumbuh dan berproses secara optimal, baik secara jasmani maupun emosional.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang program sosialisasi dan edukasi mengenai kesehatan reproduksi bagi anak usia sekolah, khususnya siswi Sekolah Menengah Pertama. Selain itu, penelitian ini juga memberikan

data empiris mengenai faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap menarche dini, sehingga dapat digunakan sebagai landasan dalam menyusun intervensi kesehatan yang lebih tepat sasaran dan efektif di lingkungan sekolah.



1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama, Judul, dan Tahun Penelitian	Tujuan Penelitian	Instrumen dan Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan perbedaan Penelitian
1.	Yang Li, Hua-Hong Wu, Jia-Yun Guo, dan Hui Li., 2024 “ <i>Prediction of body mass index and skeletal maturity for early menarche risk at menarche onset: a cross-sectional study of Chinese girls</i> ”	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah IMT dapat digunakan sebagai indikator prediktif yang akurat terhadap risiko terjadinya menarche dini pada anak perempuan.	Penelitian ini menggunakan <i>Cross Sectional study</i>	indeks massa tubuh (IMT) dan kematangan skeletal berhubungan dengan risiko menarche dini pada anak perempuan. Anak yang mengalami menarche dini cenderung memiliki IMT dan skor kematangan skeletal yang lebih tinggi. Nilai ambang optimal untuk memprediksi menarche dini adalah $IMT \geq 19,6 \text{ kg/m}^2$ dan skor kematangan skeletal ≥ 490 poin. Skor kematangan skeletal terbukti sebagai prediktor yang lebih akurat dibandingkan IMT, dengan AUC sebesar 0,812. Hasil ini menunjukkan bahwa kedua indikator tersebut dapat digunakan sebagai alat prediksi risiko menarche dini.	Persamaan: -Sama-sama meneliti IMT dengan kejadian menarche pada siswi sekolah dasar. Perbedaan -Penelitian ini hanya berpusat pada faktor IMT sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu akan membahas lebih lengkap (IMT, aktivitas fisik, pola konsumsi makan)
2.	Yong Jin Gil, Jong Hyun Park,	Untuk mengevaluasi pengaruh status berat	Penelitian ini menggunakan	Penelitian menunjukkan bahwa overweight dapat meningkatkan	Persamaan

- dan Joohon badan (berdasarkan *Gompertz regression* risiko menarche dini pada anak - Sama- sama
Sung.,2022. *Discrete-time Survival Analysis of Risk Factors for Early Menarche in Korean Schoolgirls* persentil BMI khusus (discrete-time survival analysis) perempuan. Anak overweight meneliti IMT
usia dan jenis kelamin) terhadap hazard men- memiliki risiko menarche 1,63 dengan
arche dini kejadi- kali lebih tinggi. anak kejadian
menggunakan data underweight memiliki risiko menarche
longitudinal dari Ko- 66% lebih rendah. Temuan ini pada siswi
rea Children and menunjukkan bahwa kelebihan sekolah dasar.
Youth Panel Study Perbedaan
(2010–2016) risiko penting terhadap menar- -Penelitian ini
che dini. hanya
berpusat pada
faktor IMT
sedangkan
penelitian
yang akan
dilakukan
yaitu akan
membahas
lebih lengkap
(IMT,aktivita
s fisik, pola
konsumsi
makan)
3. Hartati, L., & Irmawati, N., 2024.. *The Relationship Between Nutritional Status And Event Early Menarche In Children Aged 9-12 Years*, (2024). untuk memahami Penelitiann ini Hasil penelitian menunjukkan
bagaimana kondisi nu- menggunakan bahwa terdapat hubungan yang
trisi dapat *Cross Sectional* signifikan antara pola konsumsi
mempengaruhi usia makan dan kejadian menarche
menarche, di mana dini pada anak perempuan usia
pola konsumsi makan 9–12 tahun. Berdasarkan uji
yang baik diharapkan makan dengan
dapat memperlancar statistik Spearman rank, kejadian
proses kematangan diperoleh nilai signifikansi
seksual. Selain itu, sebesar $p = 0,003$ ($p < 0,05$), menarche dini
pada anak
sekolah dasar.

		<p>penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi untuk program edukasi dan intervensi nutrisi yang tepat bagi anak-anak, terutama untuk meningkatkan status gizi dan mengatasi masalah terkait menarche dini.</p>	<p>hubungan yang bermakna secara statistik.</p>	<p>Perbedaan - Penelitian ini hanya berpusat pada faktor Pola konsumsi makan sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu akan membahas lebih lengkap (pola konsumsi makan, IMT, aktivitas fisik).</p>	
4.	Rebecca D. Kehm., et al 2024 <i>Childhood physical activity and pubertal timing: findings from the LEGACY girls study</i>	<p>Untuk Menentukan apakah aktivitas fisik (AF) pada masa kanak-kanak (usia 3–5 dan 7–9 tahun) terkait dengan waktu timbulnya tanda pubertas (thelarche, pubarche, menarche) pada remaja perempuan,</p>	<p>Penelitian ini menggunakan <i>Weibull Parametric Survival Regression Model</i> dengan <i>interval-censored data</i></p>	<p>Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik usia dini (3–5 tahun) berhubungan dengan thelarche yang lebih lambat pada anak dengan riwayat keluarga kanker payudara (aHR = 0,39; 95% CI: 0,26–0,59), namun tidak berpengaruh pada anak tanpa riwayat tersebut. Sementara itu, aktivitas fisik terorganisir pada usia 7–9 tahun berkaitan dengan menarche yang lebih lambat pada seluruh peserta (aHR = 0,70; 95% CI: 0,50–0,97). Hal ini menunjukkan</p>	<p>Persamaan - sama-sama meneliti tentang aktivitas fisik dengan kejadian menarche dini. Perbedaan - Penelitian ini hanya berpusat pada faktor Aktivitas fisik</p>

bahwa aktivitas fisik masa kanak-kanak dapat menunda pubertas. - sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu akan membahas lebih lengkap (IMT, pola konsumsi makan, aktivitas fisik) - menggunakan metode penelitian berbeda penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif *cross sectional*

