

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI USIA MENARCHE

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran
Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh

SHARON ABIGAIL SOMBU

41140085

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA

2022

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI USIA MENARCHE

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran
Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh

SHARON ABIGAIL SOMBU

41140085

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA

2022

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI/TESIS/DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sharon Abigail Sombu
NIM : 41140085
Program studi : Kedokteran
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI USIA MENARCHE”

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 11 Agustus 2022

Yang menyatakan



(Sharon Abigail Sombu)

NIM.41140085

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI USIA MENARCHE
Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

SHARON ABIGAIL SOMBU
41140085

dalam Ujian Skripsi Program Pendidikan Dokter
Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana
dan dinyatakan **DITERIMA**
untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran pada tanggal 13 Juli 2022

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. DR. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A :
(Dosen Pembimbing I)
2. Prof. Jonathan Willy Siagian, Sp.PA :
(Dosen Pembimbing II)
3. dr. Tejo Jayadi, Sp.PA :
(Dosen Penguji)

Yogyakarta, 20 Juli 2022

Disahkan Oleh :

Dekan,

Wakil Dekan I bidang Akademik



dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D

dr. Christiane Marlene Sooi, M.Biomed

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN / ANTI PLAGIARISME

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Usia Menarche

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 20 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Sharon Abigail Sombu / 41140085)

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana, yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Sharon Abigail Sombu

NIM : 41140085

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non Exclusive Royalty-Free Right), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Usia Menarche

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Futa Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 20 Juli 2022

Yang Menyatakan,



Sharon Abigail Sombu

KATA PENGANTAR

Seluruh puji syukur dan terima kasih saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus, atas rahmat, anugerah dan penyertaan-Nya kepada saya maka saya mampu menuntaskan karya tulis ilmiah dengan judulnya yaitu **“Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Usia Menarche”**.

Pada kesempatan ini, saya izin untuk mengucapkan terimakasih terhadap beragam pihak yang sudah berpartisipasi untuk mendukung jalannya pembuatan karya tulis ini. Rasa terimakasih ini saya sampaikan kepada :

1. dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D., selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana serta dr. Christiane Marlene Sooi, M.Biomed, selaku ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
2. DR. dr. Wikan Indrarto, Sp.A dan Prof. Jonathan Willy Siagian, Sp.PA selaku dosen pembimbing, serta dr. Tejo Jayadi, Sp.PA selaku penguji yang telah bersedia menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing dan memberi masukan selama penyusunan karya tulis ini.
3. dr. Ida Ayu Triastuti selaku dosen pembimbing akademik yang selalu mengingatkan, mendampingi dan mendukung selama proses pembelajaran.
4. Seluruh pihak dosen dan civitas akademika Program Studi Pendidikan Dokter yang telah memberikan banyak bantuan dalam memperlancar proses penelitian.
5. Seluruh Ayah dan ibu saya Yehezkiel Sombu dan Marta Riani Setiawati, serta kakak-kakak saya yang selalu memberi kasih sayang, dukungan, nasihat, beserta doa-doa yang selalu dipanjatkan selama proses penyusunan karya tulis ini.
6. Para sahabat dari Youth Petra yang selalu memberikan motivasi, semangat dan doa.
7. Teman-teman sejawad FK UKDW angkatan 2014 yang secara keseluruhan memberi dukungan.

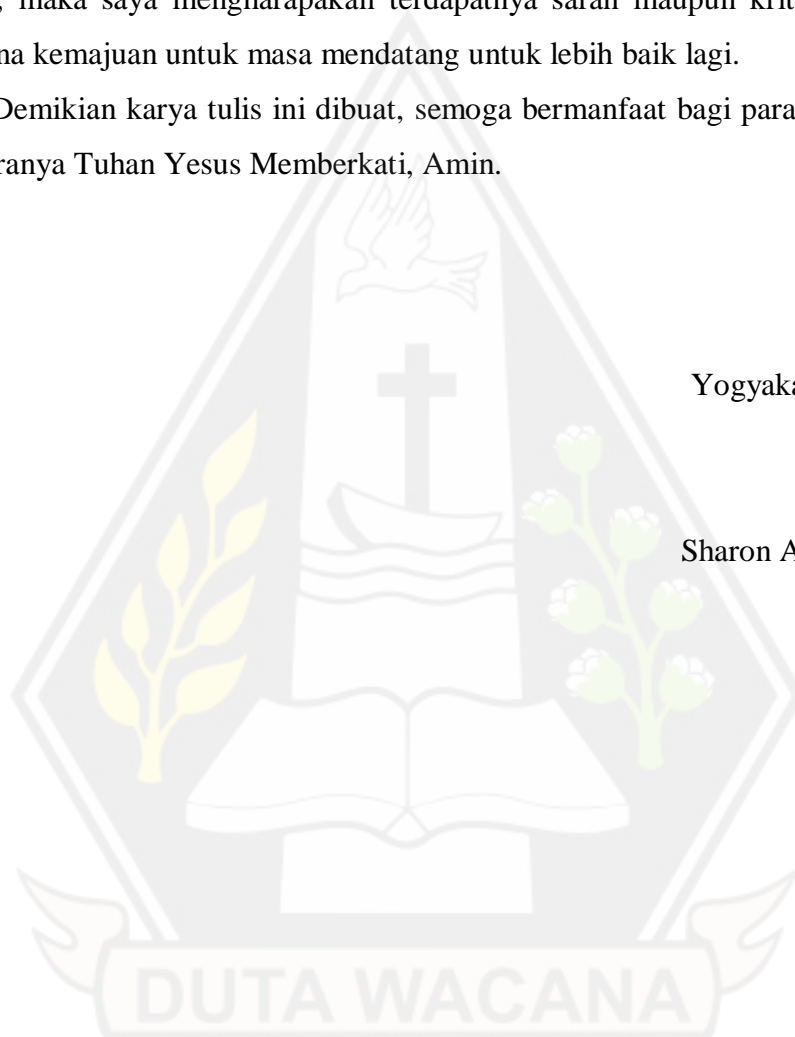
8. Seluruh pihak lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan sudah turut memberi bantuan beserta dukungan selama ini. Terimakasih untuk semuanya.

Menyadari adanya keterbatasan dan ketidaksempurnaan dalam karya tulis ini, maka saya mengharapkan terdapatnya saran maupun kritik konstruktif guna kemajuan untuk masa mendatang untuk lebih baik lagi.

Demikian karya tulis ini dibuat, semoga bermanfaat bagi para pembacanya. Kiranya Tuhan Yesus Memberkati, Amin.

Yogyakarta, Juli 2022

Sharon Abigail Sombu



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Masalah Penelitian	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	

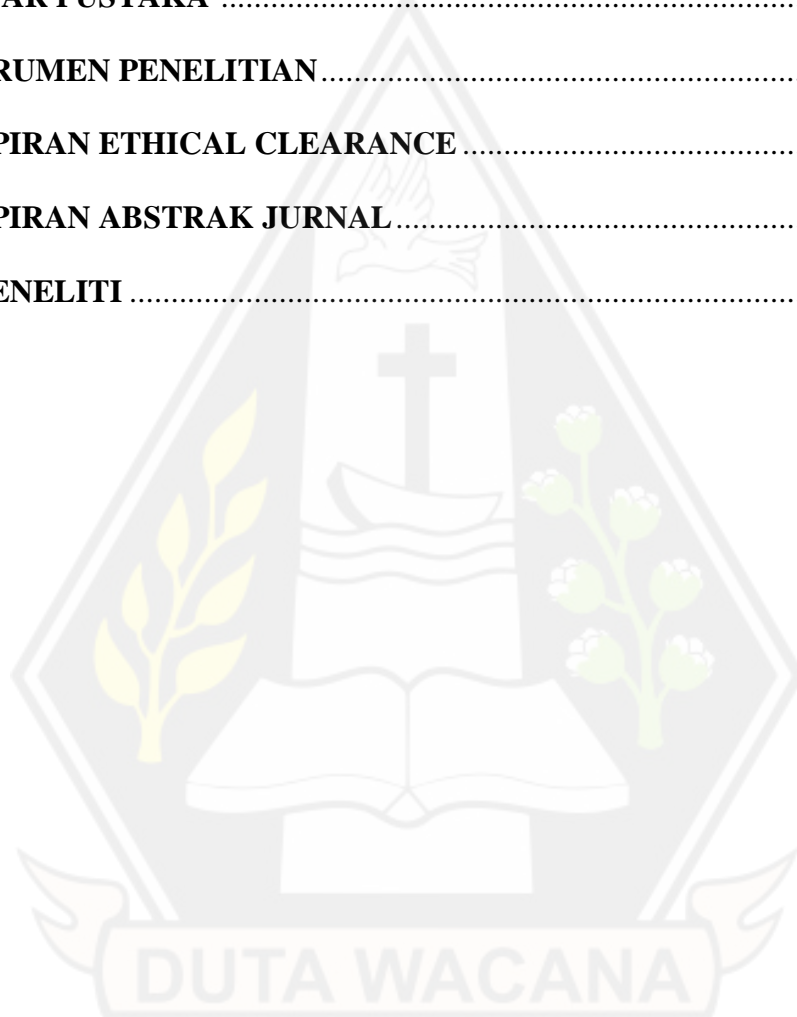
2.1 Tinjauan Pustaka	9
2.1.1 Aktivitas Fisik	9
2.1.1.1 Definisi Aktivitas Fisik	9
2.1.1.2 Manfaat Aktivitas Fisik	10
2.1.1.3 Rekomendasi Aktivitas Fisik	1
2.1.1.4 Jenis Aktivitas Fisik	11
2.1.2 Olahraga	12
2.1.2.1 Definisi Olahraga	12
2.1.2.2 Rekomendasi Olahraga	12
2.1.3 Genetika	14
2.1.4 Status Gizi	15
2.1.4.1 Definisi Status Gizi	15
2.1.4.2 Indeks Masa Tubuh (IMT)	16
2.1.5 Pubertas	19
2.1.6 <i>Menarche</i>	21
2.1.6.1 Definisi <i>Menarche</i>	21
2.1.6.2 Epidemiologi	21
2.1.6.3 Fisiologi <i>Menarche</i>	22
2.1.6.4 Faktor yang Mempengaruhi Usia <i>Menarche</i>	23
2.2 Kerangka Teori	26

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	27
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	27

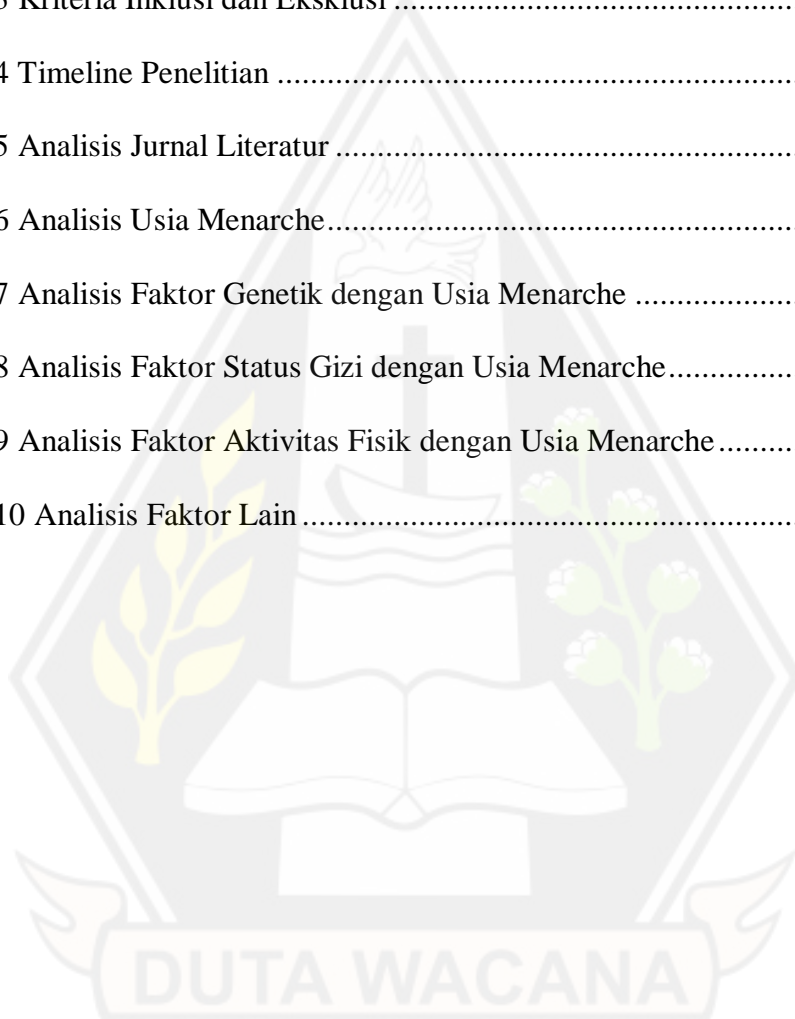
3.2.1 Tipe Intervensi	27
3.2.2 Hasil Ukur	27
3.2.2. Strategi Pencarian Literatur	27
3.2.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	28
3.2.4 Sintesis Data	28
3.3 Timeline Penelitian	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil dan Seleksi Jurnal	31
4.1.1 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi	31
4.1.2 Analisis	32
4.1.2.1 Analisis Jurnal Literatur	32
4.1.2.2 Analisis Usia <i>Menarche</i>	41
4.1.2.3 Analisis Faktor Genetik dengan Usia <i>Menarche</i>	43
4.1.2.4 Analisis Faktor Status Gizi dengan Usia <i>Menarche</i>	44
4.1.2.5 Analisis Faktor Aktivitas Fisik dengan Usia <i>Menarche</i> ...	45
4.1.2.2 Analisis Faktor Lain	46
4.2 Pembahasan	46
4.2.1 Usia <i>Menarche</i>	46
4.2.2 Faktor Genetik dengan Usia <i>Menarche</i>	48
4.2.3 Faktor Status Gizi dengan Usia <i>Menarche</i>	49
4.2.4 Faktor Aktivitas Fisik dengan Usia <i>Menarche</i>	51
4.2.5 Faktor Lain dengan Usia <i>Menarche</i>	52
4.3 Persamaan dan Perbedaan	53

4.4 Kekurangan dan Keterbatasan	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	55
5.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
INSTRUMEN PENELITIAN.....	62
LAMPIRAN ETHICAL CLEARANCE.....	69
LAMPIRAN ABSTRAK JURNAL.....	70
CV PENELITI	87



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 2 Klasifikasi IMT menurut Kriteria Asia Pasifik.....	19
Tabel 3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	28
Tabel 4 Timeline Penelitian	30
Tabel 5 Analisis Jurnal Literatur	32
Tabel 6 Analisis Usia Menarche.....	41
Tabel 7 Analisis Faktor Genetik dengan Usia Menarche	43
Tabel 8 Analisis Faktor Status Gizi dengan Usia Menarche.....	44
Tabel 9 Analisis Faktor Aktivitas Fisik dengan Usia Menarche.....	45
Tabel 10 Analisis Faktor Lain.....	46



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 2 Diagram Alur Pencarian Jurnal	31



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI USIA MENARCHE

Sharon Abigail Sombu¹, Wikan Indrarto², Jonathan Willy Siagian³

Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

Korespondensi : Sharon Abigail Sombu, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen
Duta Wacana Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No.5 - 25, Yogyakarta 55224, No

telp: (0274) 563929, Fax: +62-274-513235, Indonesia

E-mail: penelitianfk@staff.ukdw.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Berbagai penelitian menunjukkan bahwa usia menarche saat ini semakin menurun pada 10 tahun terakhir dan hal ini dipengaruhi oleh berbagai macam faktor.

Tujuan: Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi usia menarche.

Metode: Literatur review dengan menggunakan 17 jurnal bersumber dari database *Google Scholar*

Hasil: Berdasarkan 15 jurnal, usia menarche rata-rata antara 11 – 12 tahun namun mengalami penurunan dari tahun 2013 – 2021. Pada factor genetik ditemukan 7 dari 17 jurnal yang membahas hubungan genetik dengan usai menarche, dengan 4 diantaranya mengatakan bahwa usia menarche remaja wanita sebagian besar sama dengan usia menarche ibunya. Pada factor status gizi ditemukan 15 dari 17 jurnal yang mengatakan terdapat hubungan faktor status gizi dengan usia menarche yang diukur dengan menggunakan IMT. Terdapat 5 dari 17 jurnal yang membahas mengenai hubungan aktivitas dengan usai menarche, dimana 3 diantaranya menyatakan bahwa terdapatnya hubungan yaitu semakin tinggi aktivitas fisiknya maka semakin lambat usia menarche. Terdapat 5 jurnal yang menyatakan bahwa sebagian besar remaja wanita yang mengalami menarche dini sudah terpapar media sosial.

Kesimpulan: Usia menarche normal antara 11 – 12 tahun, namun mengalami penurunan dari masa ke masa, Faktor genetika mempengaruhi usia menarche dengan usia menarche ibu mempengaruhi usia menarche anak perempuannya, Status gizi mempengaruhi usia menarche dengan semakin tinggi IMT akan semakin dini usia menarche, Aktivitas fisik mempengaruhi usia menarche dengan semakin tinggi aktivitas fisik akan semakin lambat usia menarche, Semakin banyak terpapar media sosial maka kemungkinan terjadinya menarche akan lebih cepat.

Kata Kunci : Usia Menarche, Genetik, Status Gizi, Aktivitas Fisik.

FACTORS AFFECTING THE AGE OF MENARCHE

Sharon Abigail Sombu¹, Wikan Indrarto², Jonathan Willy Siagian³

Medical Faculty Of Duta Wacana Christian University

Correspondence: Sharon Abigail Sombu, Medical Faculty Of Duta Wacana
Christian University, Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25, Yogyakarta

55224, Fax: +62-274-513235, Indonesia

E-mail: penelitianfk@staff.ukdw.ac.id

ABSTRACT

Background: Various studies have shown that the age of menarche is currently declining in the last 10 years and this is influenced by various factors.

Objective: To find out the factors affecting the age of menarche.

Methods: Literature review using 17 journals sourced from Google Scholar database

Results: Based on 15 journals, the average age of menarche is between 11 – 12 years but has decreased from 2013 – 2021. On genetic factors, 7 out of 17 journals discussed the genetic relationship with menarche, with 4 of them saying that the age of menarche adolescent women is mostly the same as the age of menarche of their mothers. On the nutritional status factor, 15 out of 17 journals said there was a relationship between nutritional status factors and menarche age as measured using BMI. There are 5 out of 17 journals that discuss the relationship between activity and after menarche, of which 3 state that there is a relationship, namely the higher the physical activity, the slower the age of menarche. There are 5 journals that state that most adolescent girls who experience early menarche have been exposed to social media.

Conclusion: Menarche age is normal between 11 – 12 years, but it decreases from time to time, Genetic factors affect the age of menarche with the age of the mother's menarche affects the age of menarche of daughters, Nutritional status affects the age of menarche with the higher the BMI will be the earlier the age of menarche, Physical activity affects the age of menarche with the higher the physical activity will be the slower the age of menarche, the more exposed to social media, the faster the possibility of menarche.

Keyword: Menarche Age, Genetics, Nutritional Status, Physical Activity



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Tiap fase usia mempunyai karakteristik spesifik yang menjadi pembeda dari berbagai fase pertumbuhan lainnya. Dan juga seperti fase remaja, mempunyai karakteristik yang tidak dan ciri-cirinya pun berbeda juga daripada fase anak-anak, tua, maupun dewasa. Remaja bisa dimaknai merupakan masa peralihan perkembangan diantara anak-anak serta dewasa yang biasanya saat berusia 12 ataupun 13 tahun dan berakhirnya saat berusia akhir belasan tahun ataupun awal 20 tahunan (Jahja, 2012). Mengacu pada WHO, remaja berarti warga yang berada dalam usia kisaran 10 hingga 19 tahun, berdasarkan Permenkes RI No. 25 Th. 2014, remaja berarti warga yang berada dalam kisaran umur 10 hingga 18 tahun dan berdasarkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang umur remaja berarti 10-24 tahun serta belum kawin (Janice J, 2013). Masa remaja, berdasarkan Mappiare (dalam Ali & Asrori, 2012) berjalan dari usia 12 tahun hingga 21 tahun untuk perempuan serta 13 tahun hingga 22 tahun untuk lelaki.

Menarche asalnya dari Bahasa Yunani yakni *mēn* (bulan) dan *arkhē* (permulaan) merupakan siklus menstruasi pertama, ataupun perawal pendarahan menstruasi pertama, bagi perempuan. *Menarche* berarti ketika menstruasi ataupun haik datang pertama kalinya bagi perempuan yang

beranjak masa dewasa. Umumnya *menarche* dimulai dari masa pematangan yang bisa memerlukan waktu dua tahun. Haid pertamanya yaitu masa lanjutan dari pubertas serta usia dijumpainya sangatlan beragam bagi tiap seseorang. Menarche dijumpai saat berusia 10 hingga 15 tahun, tapi terdapat pula yang mengalaminya lebih cepat ataupun kurang dari usia itu. Menarche yang dijumpai sebelum berusia 8 tahun dikatakan sebagai menstruasi precox (Prawirohardjo, 2014). Menarche dijumpai ketika masa pertengahan pubertas ataupun biasanya saat 6 bulan sesudah meraih puncak percepatan pertumbuhannya. Umur *menarche* yang begitu dini ataupun cepat bagi remaja bisa mengakibatkan tidak ada kesiapan dan beragam permasalahan remaja kaerna pengaruh pematangan organ reproduksinya yang bisa memberi berbagai dorongan seksual, psikologik serta emosional tertentu (Nazara, 2012). Ada dua faktor dijumpainya menarche yakni faktor eksternal dan internal. Faktor internal berarti status menarche ibu berkaitan terhadap percepatan ataupun perlambatan peristiwa menarche yakni statusnya menarche ibu terhadap peristiwa menarche putri, faktor dari luar atau eksternal mencakup lingkungan perekonomian, sosial, nutrisi, keterpaparan media massa pornografi, beserta *life style* (Widyastuti, 2012)

Usia *menarche* yang begitu cepat maupun lambat bisa memicu dampak tidak baik untuk kesehatan, yang mana usianya *menarche* yang begitu dini bisa jadi suatu faktor berisiko munculnya kanker payudara, kanker ovarium, kanker uterus, risiko penyakit kardiovaskuler, serta juga

beberapa faktor resiko keganasan lainnya. Di samping itu, dikarenakan hormon seksual lebih cepat mengalami perkembangan, dari segi fisiknya mereka pun lebih cepat mencapai dewasa. Hal yang disayangkan, perimbangan itu tidak dibarengi dengan perkembangan mental maka mempunyai risiko lebih terkena gangguan perilaku maupun psikologisnya (Pratitasari, 2011). Selain itu, terdapat penelitian lain yang mengungkapkan yakni peningkatan umur usia *menarche* melebihi 15 tahun ataupun lebih berkaitan terhadap kemandulan (Guldbrandsen, 2014)

Beberapa laporan penelitian menyatakan usia *menarche* remaja pada Amerika terdapat perubahan dari usia rerata 13-14 tahun menjadi 12,54 tahun. Berdasarkan Kemenkes RI (2018) usia fenomena *menarche* pada negara Indonesia rerata dijumpai saat berusia 12,4 tahun yang berprevalensi 60%, bagi umur 9-10 tahun sejumlah 2,6%, umur 11-12 tahun sejumlah 30,3%, serta bagi umur 13 tahun sejumlah 30%. Sisa dari itu, mendapatkan *menarche* melebihi usia 13 tahun. Pada negara Indonesia berada dalam posisi ke-15 dari 67 negara dan penurunan umur *menarche* meraih 0,145 tahun dalam satu dekade. Umur *menarche* diberi pengaruh dari beragam faktor misalnya keturunan, , aktivitas fisik, status gizi, serta kesehatan umumnya. Untuk faktor genetik dinyatakan mempunyai peranan yang mampu memberi pengaruh perlambatan dan percepatannya *menarche* yakni diantara usia *menarche* ibu terhadap usia *menarche* sang putri (Maulidiah, 2011). Sedangkan pada aktivitas fisik, menurut riset Dina (2013) menampilkan terdapat hubungan kebiasaan aktivitas berolahraga

terhadap umur menarche bagi remaja wanita. Hasilnya dari riset selaras terhadap riset yang diselenggarakan Wulandari dan Ungsianik (2013) mengungkapkan yaitu kegiatan fisik bisa memberi pengaruh usia menarche. Penelitian menampilkan anak wanita yang aktif beraktivitas fisik terdapat menarche lebih lamban dibandingkan yang tidak memiliki keaktifan. Faktor gizi pun memberi pengaruh kematangan seksualnya, yang mana dalam remaja yang memperleh menarche lebih cepat, mereka relatif lebih tinggi dan berat ketika menarche daripada yang belum menstruasi di umur yang serupa.

Berdasarkan data yang telah dipaparkan, sehingga peneliti ada ketertarikan dalam menyelenggarakan riset terkait beragam faktor yang mempengaruhi usia *menarche*.

1.2. Masalah Penelitian

“Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi usia *menarche*?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Memahami beragam faktor yang memberi pengaruh usia *menarche*.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi usia *menarche*.
2. Menganalisis faktor genetika yang mempengaruhi usia *menarche*.
3. Menganalisis faktor status gizi yang memberi pengaruh usia *menarche*.

4. Menganalisis faktor aktivitas fisik yang memberi pengaruh usia *menarche*.
5. Mengetahui faktor lain yang mempengaruhi usia *menarche*.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Meningkatkan wawasan serta pemahaman peneliti mengenai beragam faktor apa saja yang mempengaruhi usia *menarche*.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Manfaat Peneliti lain

Hasilnya riset ini bisa digunakan untuk referensi serta memberi informasi bagi para peneliti berikutnya yang berhubungan terhadap beragam faktor yang memberi pengaruh usia *menarche*

2. Manfaat Masyarakat

Hasilnya riset diinginkan mampu menyediakan informasi terhadap warga terkait perilaku fisik, genetika, dan status gizi terhadap *menarche* serta kejadian-kejadian yang terkait.

3. Manfaat Pemerintah

Hasilnya riset ini bisa menyediakan informasi dan sebagai kontribusi terhadap program dan edukasi pemerintah untuk lebih memperhatikan mengenai usia *menarche* serta kejadian yang berkaitan dengan cepat atau lambatnya *menarche*.

1.5. Keaslian Penelitian

Berikut ini dilampirkan berbagai riset yang sudah diselenggarakan sebelumnya dan berhubungan terhadap riset ini untuk perbandingan terkait keaslian riset yang diselenggarakan peneliti. Di bawah ini rincian riset dibawah ini.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
Septiana Wulan dari, 2013	“Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Usia Menarche Remaja Putri”	Deskriptif korelatif. Sampel risetnya yaitu 87 remaja perempuan kelas 5 serta 6 sebuah sekolah dasar (SD), dan juga kelas 1 serta 2 suatu SMP pada daerah Jaktim yang diambilnya menggunakan teknik cluster sampling	Mayoritas umur menarche responden ada dalam klasifikasi ideal rerata usianya atau umurnya 12,207 tahun. Mengamati status gizi maupun kegiatan fisik, mayoritas responden status gizinya normal serta kebanyakan mempunyai kegiatan fisiknya ringan. Terdapat relasi bersignifikan diantara kegiatan fisik terhadap umur menarche.
Dina Safitri, Arneli wati, 2014	“Analisis Indikator Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Usia Menarche Remaja Putri”	Studi korelasional melalui pendekatan yaitu retrospektif dan jumlah sampelnya ada 98 responden dari 8 SMPN yang tidak sama.	Hasil riset yang sudah ada menandakan yaitu karakteristiknya responden terbanyak berumur 13 tahun sejumlah 58 responden (59%). Mengamati pengujian statistik yang dilaksanakan peneliti

				melalui penggunaan pengujian Chi-Square didapatkan hasilnya terdapat relasi diantara kebiasaan berolahraga serta kendali stress terhadap usianya menarche remaja wanita.
Fidrin, Sori Muda, 2014	“Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche Siswi Negeri 3 Sumbul”	Cross sectional dengan jumlah responden 187 dari SMP Negeri 3 Sumbul		Umur rerata menarche bagi peserta didik SMPN 3 Sumbul saat 2014 yaitu 13,67 tahun berusia menarche paling rendahnya 11 tahun sedangkan paling tingginya 15 tahun. Tidak ada relasi yang mempunyai makna diantara kegiatan fisik terhadap umur menarche bagi peserta didik SMPN 3 Sumbul saat 2014 ($p=0,65$; $\chi^2=5,50$).
Sry Novi Yanti Sofya, 2015	“Hubungan Aktivitas Fisik dengan Usia Menarche Remaja Atlet dan Non Atlet”	Cross Sectional dengan jumlah sampel total 41 responden, 16 merupakan atlet dan 25 non atlet. Data diambil di SMP Atler Ragunan Jakarta dan SMP Negeri 1 dramaga Bogor.		Rerata usianya menarche responden yakni 12.02 ± 0.81 tahun dan kiasan usianya yakni 9 hingga 14 tahun. Hasil dari pengujian korelasi yang sudah dilaksanakan menampilkan ada relasi bersignifikan ($p < 0.05$, $r = 0.482$) bagi rerata kegiatan fisik kepada usianya menarche. Hal itu menandakan makin besar kegiatannya

		berarti usianya menarche pun bisa makin lamban.
Novita Nurul Fadhillah, Katmini, 2021	“Studi Literatur Determinan Menarche Dini pada Siswi” Literatur Review 19 artikel dari Pubmed, Science Direct dan Google Scholar.	17 Artikel menghubungkan nutrisi terhadap usianya menarche, 4 artikel menjumpai keadaan sosial perekonomian memberi pengaruh pubertas awal serta 7 artikel menjumpai tingkah laku lingkungan tempat tinggalnya ada pengaruh kepada menarche. Gizi yang tidak selaras, penghasilan orang tua yang besar memberi pengaruh <i>life style</i> beserta pergaulan, dan lingkungan tempat tinggal menciptakan pola berperilaku jadi sebab adanya menarche yang cepat

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, kesimpulan yang dapat diambil adalah :

1. Usia menarche normal antara 11 – 12 tahun, namun mengalami penurunan dari masa ke masa.
2. Faktor genetika mempengaruhi usia menarche dengan usia menarche ibu mempengaruhi usia menarche anak perempuannya.
3. Status gizi mempengaruhi usia menarche dengan semakin tinggi IMT akan semakin dini usia menarche.
4. Aktivitas fisik mempengaruhi usia menarche dengan semakin tinggi aktivitas fisik akan semakin lambat usia menarche.
5. Semakin banyak terpapar media sosial maka kemungkinan terjadinya menarche akan lebih cepat.

5.2. Saran

Berdasarkan penelitian ini saran yang dapat diberikan adalah dapat dilakukannya edukasi mengenai menarche, seperti tanda-tanda terjadinya menarche, kemudian faktor-faktor yang mempengaruhi menarche, serta pola gaya hidup yang baik dan sehat guna untuk mencegah terjadinya bahaya yang timbul dari kejadian baik menarche dini maupun menarche lambat. Hasil penelitian ini juga berpotensi untuk dikembangkan menjadi penelitian yang

sesungguhnya berbasis hipotesa dan menghasilkan penemuan atau studi baru .
Oleh karena itulah diharapkan benar-benar peneliti selanjutnya dapat
melakukan penelitian atau pengujian lebih lanjut.



DAFTAR PUSTAKA

- AL-Agha, A. E., Allabbad, S., Tatwany, B., & Aljahdali, A. (2015). *Menarche age of mothers and daughters and correlation between them in Saudi Arabia*. Reproductive System & Sexual Disorders: Current Research.
- Ali & Asrori. (2012) *Perkembangan Dan Perubahan Fisik Pada Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal 5-7
- Ameade EP, Garti HA (2016) *Age at Menarche and Factors that Influence It: a study among Female University Students in Tamale, Northern Ghana*. PO.11(5).
- Anindita, Putri, Eryati Darwin, Afriwardi (2016). "*Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas*". Jurnal Kesehatan Andalas. 5(3)
- Asil, E., dkk. (2014) *Factor that Affect Body Mass Index of Adults*. Pakistan: Pakistan Journal of Nutrition
- Beaty, Janice J. (2013). *Observasi Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana
- Departemen kesehatan RI. (2012) *Tubuh Sehat Ideal*. Jakarta: Departemen Kesehatan Indonesia
- Doyle DA. (2013) *Physical Growth and Sexual Maturation of Adolescents*. Merck Sharp and Dohme Corp
- Febrianti, R., 2017. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan menarche dini pada siswi kelas VII di MTSN Model Padang tahun 2017*. UNES Journal of Sciencetech Research, 2(1), pp.73-84.
- Genetics Home Reference. (2013) *Handbook Help Me Understand Genetics*. 1th Edition. USA: Lister Hill National Center for Biomedical Communications; 11-15
- Goldman L, Schafer AI. (2012) *Goldman's Cecil Medicine*. 24th ed. New York: Elsevier Inc.
- Guldbrandsen, K., Håkonsen, L.B., Ernst, A., Toft, G., Lyngsø, J., Olsen, J. and Ramlau-Hansen, C.H., 2014. *Age of menarche and time to pregnancy*. Human Reproduction, 29(9), pp.2058-2064.

- Gultom, W., Hasanah, O. and Utami, S., 2020. *Faktor ibu dan Faktor Anak Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Ners Indonesia, 10(2), pp.182-193.
- Hardiansyah, Supariasa. (2016) *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Haryani.(2016). *Hubungan indeks massa tubuh dengan usia menarche pada siswi sekolah dasar negeri 47/iv kota jambi tahun 2016*. Skripsi : FKIK UNJA.
- Irianto, Djoko Pekik. (2017) *Pedoman Gizi lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: ANDI
- Iskandar, R.G., Sukarya, W.S. and Rathomi, H.S., 2019. *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Usia Menarche Pada Siswi SMP 1 CIMAHI*. Prosiding Pendidikan Dokter, pp.764-770.
- Jahja, Y. (2012) *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Kadir, M.R., Linardi, F. and Aditiawati, A., 2019. *Hubungan usia menarche dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) remaja di Kota Palembang*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 6(1), pp.16-22.
- Karapanou, O, Papadimitriou. A. 2012. *Determinants of menarche*. Reproductive Biology and Endocrinology 2012, 8:115.
- Kartono,K. (2015). *Psikologi Wanita I :Menenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*.Bandung : CV Mandar Maju
- Kemendes RI. (2015) *Infodatin Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Ministry of Health Indonesia
- Khomarun, Wahyuni E., Nugroho M.. (2013). *Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Pagi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Stadium I Di Posyandu Lansia Desa Makam Haji*. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Volume 2, Nomor 2, Nopember 2013, hlm.41-155.

- Kusumaningtyas, D.N. (2012). *Pengaruh senam aerobik intensitas ringan dan sedang terhadap penurunan persentase lemak badan*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Larasati, N., Simanungkalit, S.F. and Puspareni, N.L.D., (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Siswi Smp Setia Negara Depok Tahun 2018*. Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan, 14(2), pp.143-149.
- Makarimah, A., 2017. *Hubungan antara Status Gizi, Persen Lemak Tubuh, Pola Konsumsi, dan Aktivitas Fisik dengan Usia Menarche Anak Sekolah Dasar* (Doctoral dissertation, Airlangga university).
- Marmi. (2013) *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Marimbi. H. (2012). *Biologi Reproduksi*. Yogyakarta: Nuba Medika.
- Maulidiah. F. (2011) *Gambaran Status Gizi dan Genetik pada Kejadian Menarche di Perumahan Taman Pinang RW 05 Sidoarjo*. Dinamika Kebidanan. vol. 3 no.2
- Mutasya, F.U., Edison, E. and Hasyim, H., 2016. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche Siswi SMP Adabiah*. Jurnal Kesehatan Andalas, 5(1).
- Nababan, A.S.V., 2015. *Hubungan Status Gizi, Usia Menarche Ibu dan Aktivitas Fisik dengan Usia Menarche Remaja Putri di SMP Negeri 1 Siborongborong Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2015*.
- Napitupulu, V.B., Hubaybah, H. and Halim, R., 2018. *Hubungan status gizi dan aktivitas fisik terhadap usia menarche pada siswi di SDN 47/IV Kota Jambi tahun 2018*. Jurnal Kesmas Jambi, 2(1), pp.71-80
- National Health Service, (2014), *Guideline for Management of Adult Diabetic Foot Infections*, Royan Devon and Exeter NHS Foundation Trust
- Nazara, S. (2012) *Hubungan pendapatan keluarga, usia menarche ibu, dan tingkat stres siswi dengan status menarche kelas VII dan VIII SLTP Al-Azhar 2 Pejaten dan SLTPN 175 Jakarta Selatan Tahun 2011*. Jakarta: FK-UPN Veteran
- Niken, A W. 2012. *Hubungan Konsumsi Junk food Dan Media Informasi Terhadap Menarche Dini Pada Siswi Sekolah Dasar Di Surakarta*. Diakses

- Prada, Adhitya. (2014) *Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Nilai Lemak Viseral*. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro.
- Pratitasari, Rosa. (2011) *Hubungan antara Derajat sindrom Premenstruasi dan Aktifitas Fisik dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri*. Jurnal Penelitian Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro. Jurnal. Repository.usu.ac.id
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Puspita, F., Rosyidi, I., Wahyuni, I. (2015) *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SDN 02 Sukorejo Semarang*. Jurnal Ilmu Keperawatan 2.
- Putra, I. G., Widarini, P., & Pradnyani, P.E. (2016). *Faktor-faktor yang mempengaruhi umur menarche (menstruasi pertama) pada siswi sekolah dasar di Kota Denpasar* (Factors Associted with Age of Menarche among Primary School Girls in. Research Gate. BIMKMI Vol 4 No.1
- Putra, R.N.Y., Ermawati, E. and Amir, A., 2016. *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Negeri 1 Padang*. Jurnal Kesehatan Andalas, 5(3).
- Rachma, W.S. and Puspita, I.D., 2021. *Hubungan Asupan Makan, Status Gizi, Dan Usia Menarche Ibu Dengan Menarche Dini Pada Remaja Putri Di Wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor: The Relationship Of Dietary Intake, Nutritional Status, And Maternal Age Of Menarche With Early Menarche In Adolescents In The Perumahan Bumi Pertiwi 2, Bogor*. Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi, 1(2), pp.51-59
- Ramadhani, A.D. (2013) *Hubungan Kontrol Tekanan Darah dengan Indeks Massa Tubuh Pada Pasien Hipertensi*. Jurnal. Jakarta: UIN
- Safitri, Dina, Arneliwati & Erwin. (2013) *Analisis indikator gaya hidup yang berhubungan dengan usia menarche remaja puteri*. 1(2), 1-10.
- Siallagan, D., Nofita, R. and Desmiati, H., 2020. *Determinan Usia Menarche di SMP Negeri 3 Katibung Lampung Selatan*. JURNAL KESEHATAN, 8(1), pp.9-13.
- Sukarni, I dan Wahyu, P. (2013) *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Sandjaja, S., 2019. *Usia menarche perempuan indonesia semakin muda: Hasil analisis riskesdas 2010*. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 10(2), pp.163-171.

- Supariasa, I.D.N, dkk. (2016) *Penilaian status gizi*. Jakarta: EGC
- Sarma, E., 2016. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Menarche di SMP X di Rangkabitung*. Diakses Pada Tanggal, 24.
- Suryanda (2017), *Hubungan status gizi dengan kejadian menarche siswi sdn 02 kota prabumulih*. Jurnal Vokasi Kesehatan, 3(2), 1–5.
- Susanti, AV. (2012) *Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja di SMP N 30 Semarang*. Journal of Nutrition College. 1 (1) : 386-40.
- Susanti, E. and Wulandari, S., 2017. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi Tahun 2016*. Jurnal Kesehatan Prima Nusantara Volume, 8(2), p.155.
- WHO. (2014). *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva, World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance.
- Widyasari, R. and Suri, D., 2017. *HUBUNGAN STATUS GIZI DAN GENETIK DENGAN USIA MENSTRUASI PERTAMA (MENARCHE) PADA SISWI SMP NEGERI 17 BANDA ACEH*. JOURNAL OF HEALTHCARE TECHNOLOGY AND MEDICINE, 3(1), pp.132-146.
- Widyastuti Y., A. Rahmawati, dan Y. E. Purwaningrum. (2012). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Wulandari, P., Aini, D.N. and Astuti, S.W., 2015. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian menarche siswi di SMPN 31 Semarang*. Jurnal Keperawatan, 6(2).
- Wulandari, S.& Ungsianik.T. (2013) *Status Gizi, Aktifitas Fisik dan Usia Menarche Remaja Putri*. Jurnal Keperawatan Indonesia. Vol 16 No.1 Hal 55-59
- Yulia, Vemmy Veronica. (2011). *Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Keterlambatan Usia Menarche pada Remaja Puteri di SLTP Kecamatan Situjuh Limo Nagari Kabupaten Lima Puluh Kota*.
<http://www.unand.ac.id>.
- Zalni, R.I., Harahap, H. and Desfita, S., 2018. *Usia Menarche Pada Anak Perempuan Berhubungan Dengan Status Gizi, Konsumsi Makanan Dan Aktivitas Fisik*.