

HUBUNGAN PERILAKU DAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN/FASE MENARCH PADA ANAK USIA REMAJA

Liza Anggraeni

AKBID Karya Bunda Husada

E-mail : lizzie7124@gmail.com

Abstrak: Salah satu titik transformasi “*rites of passage*” (fase perubahan ritual yang terkadang kental bernuansa tradisional terhadap status dalam beralihnya ke era kehidupan yang penting menuju pendewasaan seorang wanita secara lebih utuh menyeluruh) yang memerlukan penyesuaian fisik, psikologis, dan sosial untuk seseorang remaja putri adalah *menarche*. Hasil Laporan Riset Kesehatan Dasar 2013 menyatakan bahwa 20,9% anak perempuan di Indonesia telah mengalami *menarche* diumur kurang dari 10 tahun. Penelitian ini bersifat deskriptif, menggunakan data primer dengan tehnik pengisian kuesioner dan desain penelitian ini menggunakan rumus studi *cross-sectional*. Sampel yang diteliti sebanyak 75 orang Remaja. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kejadian *menarche* dengan riwayat menonton media massa dewasa ($P\text{-Value} = 0,001$) dan dengan nilai OR = 15.6. Ada hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan perilaku seksual ($P\text{-Value} 0,000$) dengan nilai OR = 14.78. Ada hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan konsumsi makan dan minum dengan skor ($P\text{ Value } 0,000$) dengan nilai OR = 15.14. Tidak terdeteksi hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan aktifitas fisik/olahraga dengan nilai ($P\text{-Value} 0.008$) dengan nilai OR = 0,875 sehingga Orang tua diandalkan untuk secara berkala dapat lebih memperhatikan, memahami dan menindaklanjuti kemajuan biologis dan psikis para Remaja di lingkungan tersebut untuk dipandu dan dipedomani secara seksama.

Kata kunci: *Perilaku, Gaya Hidup, Remaja, Menarche*

Daftar bacaan : 26 (2005-2023)

LATAR BELAKANG

Di seluruh dunia, rata-rata sebagian besar remaja berdasarkan data mutakhir cenderung mengalami fase menarche lebih cepat atau disebut *menarche* dini. *Menarche* awal/dini pada perempuan memiliki efek seperti pertumbuhan yang terhambat, stres emosional, risiko penyakit kardiovaskuler dan diabetes gestasional yang lebih tinggi.

Negara berkembang memiliki rata-rata usia menarche 13,9 tahun, sedangkan negara berkembang memiliki rata-rata usia *menarche* pada 13,9 tahun. Rata-rata usia *menarche* di negara maju adalah di 12,4 tahun. Di negara berkembang komponen yang berpengaruh kuat adalah wilayah tempat tinggal, usia *menarche* ibu (genetik/herediter) dan saudara kandung, paparan media massa, pendidikan orang tua, dukungan sosial, kesehatan umum, dan kondisi spiritual ibu, serta status gizi atau BMI, aktivitas fisik, dan ras atau etnis adalah faktor yang sama yang mempengaruhi usia *menarche* di negara maju dan negara berkembang.

Sedangkan aspek anasir berbeda di negara maju adalah komposisi/struktur ketahanan keluarga, kebiasaan adiktif (perokok aktif dan pasif), konsumsi alkohol dan keluhan psikosomatis. (Lubis., Ainun Mardiah, 2023)

Usia *menarche* juga berubah dinamika dan dimensinya terhadap antar generasi yang diteliti. Generasi Alpha lebih tua dari generasi sebelumnya. Selain itu, ada perbedaan yang signifikan dalam usia menarche antara Generasi X dan Y, serta Generasi Y dan Z; Generasi X mengalami keterlambatan dibandingkan dengan Generasi Y, dan Generasi Z mengalami percepatan dibandingkan dengan Generasi Y. (Sasmito, L., Eka, L., Kiswati., Palupi, J., (2023).

Remaja adalah generasi penerus bangsa dimana disetiap satu diantara enam penduduk dunia adalah remaja. Sedangkan di negara berkembang hidup 85% remaja. Adapun ruang lingkup

kesehatan ibu dimulai dari para remaja khususnya para remaja putri hingga wanita usia subur. Pertumbuhan penduduk di Indonesia sangat cepat. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah total penduduk di seluruh dunia. (www.depkes.go.id)

Menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan kependudukan dan keluarga berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,6 juta jiwa dan 63,4 juta diantaranya adalah remaja, remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang biasanya terjadi pada usia 13-20 tahun. (www.depkes.go.id)

Sebelum memasuki masa remaja, seseorang akan mengalami periode pubertas terlebih dahulu. Periode pubertas ini yang akan menjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik dari anak - anak menjadi dewasa. Ditandai dengan kematangan organ reproduksi yaitu pertumbuhan fisik yang sangat pesat, perubahan psikologis, ciri-ciri kelamin sekunder dan *menarche*. Pubertas dimulai dengan awal berfungsinya ovarium, dan akan berakhir saat ovarium sudah berfungsi dengan baik dan teratur. (Prawirohardjo, 2014)

Masa remaja diawali dengan masa pubertas yang mana akan terjadinya perubahan fisik dan kematangan fisik & fungsi organ seksual. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan haid atau menstruasi. *Menarche* merupakan peristiwa menstruasi yang terjadi pertama kali sebagai tanda kematangan alat reproduksi wanita.

Menarche pada remaja wanita adalah salah satu tanda kematangan fisik dan seksual. Berbagai studi melaporkan bahwa faktor gizi memiliki peran penting terjadinya *menarche* pada remaja putri. (Syamsul Alam, Sukfitrianty Syahrir, Yudi Adnan, Aslina Asis, 2021).

Menarche adalah perdarahan pertama kali dari uterus yang terjadi pada wanita di masa pubertas sekitar usia 12-14 tahun. *Menarche* merupakan perubahan yang menandakan bahwa remaja sudah memasuki tahap kematangan organ seksual. *Menarche* dimulai dari pertumbuhan organ seks sekunder tumbuh berkembang, seperti pembesaran payudara, tumbuh rambut ketiak, panggul membesar serta mulai berkembangnya beberapa organ vital yang siap untuk dibuahi. (Manuaba, 2012)

Indonesia mengalami angka penurunan *menarche* berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2010 terdapat 5,2% anak –anak di Indonesia memasuki usia *menarche* dibawah usia 12 tahun. Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun per dekade. Pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stres emosional. (<http://repository.unair.ac.id/>)

Di Provinsi Banten sendiri sebesar 30,3% remaja putri mengalami *menarche* pada usia 11-12 tahun. Membaihnya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia *menarche* ke usia yang lebih muda (*menarche* dini). Hal ini dikaitkan dengan pubertas prekoks yang terjadi pada anak di usia kurang dari 12 tahun. (www.depkes.go.id/)

Berdasarkan kegiatan lapangan berupa pengambilan survey pendahuluan yang dilakukan di MTS Darul Hikmah Cimone, Karawaci Tangerang peneliti melakukan survey pada 20 siswi, dan

didapati hasil survey 10 orang yang sudah menstruasi (50%).

Menarche dapat terjadi karena beberapa faktor yang meliputi faktor ras, suku, genetik, sosial, ekonomi, obat-obatan, media audio sosial, perilaku seksual, gaya hidup. (Winkjosastro, 2012)

Salah satu faktor terjadinya *menarche* disebabkan oleh rangsangan – rangsangan kuat dari luar yang dapat luar, salah satunya adalah melalui keterpaparan media massa, baik cetak maupun elektronik. Faktor genetik berperan mempengaruhi percepatan dan perlambatan *menarche* yaitu antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* putrinya. Faktor genetik merupakan faktor yang tidak bisa dimodifikasi. (Maulidiah, 2011)

Kemajuan dan perkembangan teknologi menyebabkan informasi yang makin cepat dalam berbagai terobosannya. Kemajuan sistem informasi ini mempermudah remaja untuk menjangkau penerimaan informasi. Media massa memberikan banyak informasi dan pengaruh terhadap remaja melalui pesan yang disampaikan. Mudahnnya mengakses media massa dewasa seperti majalah bergambar seks, film-film porno dan kemudahan mengakses internet akan mempercepat pematangan hormon seksual sehingga menyebabkan *menarche* dini. Dari keseluruhan remaja sebanyak 2/3 remaja lebih menyukai informasi yang ada di media massa mengenai hal–hal yang berkaitan dengan seksualitas. Dalam hal ini pengawasan orang tua sangat diperlukan terhadap anak saat mengakses media. (<http://digilip.esaunggul.ac.id/>)

Remaja yang termasuk kategori kelompok yang mengalami *menarche* dini lebih berisiko untuk mengalami kehamilan di bawah umur. Hal ini dapat dibuktikan melalui data Riskesdas 2013 sebanyak 2,6 % menikah pertama kali di usia kurang dari 15 tahun dan 23,9%

menikah pada usia 15-19 tahun. Menikah pada usia dini merupakan masalah kesehatan reproduksi karena semakin muda usia menikah semakin panjang rentang waktu untuk bereproduksi. Angka kehamilan penduduk perempuan antara usia 15-54 tahun adalah 2,68%, dan kehamilan pada usia 15 tahun 0,02% meskipun sangat kecil juga memiliki resiko yang tinggi terhadap ibu dan bayi. Kehamilan pada umur remaja usia 15-19 tahun sebesar 1,97%. Hal ini akan mempengaruhi tingkat fertilitas di Indonesia jika tidak dilakukan pengaturan kehamilan melalui program KB. (<http://repository.unair.ac.id/>)

Untuk indikator, pola makan dan tirah baring (*bed rest*) menunjukkan tidak ada hubungan dengan usia *menarche*. Diharapkan remaja putri dapat berperilaku baik dalam menata pola hidup sehat, khususnya kebiasaan olah raga dan pengendalian stres yang berhubungan dengan usia *menarche*. (Dina Safitri, Arneliwati, Erwin, 2014)

Masa pubertas dalam kehidupan kita biasanya dimulai saat berumur 8 hingga 10 tahun dan berakhir lebih kurang di umur 15 hingga 16 tahun, Masa pubertas pada wanita ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, *menarche*, perubahan psikologis dan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder. Banyak faktor-faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan kejadian *menarche*. Faktor internal berupa status *menarche* ibu (genetik), dan faktor eksternal berupa lingkungan sosial, ekonomi, nutrisi, keterpaparan media massa dan gaya hidup. (Evi Susanti, Shinta Wulandari, 2017)

Sebagai salah satu perspektif yang bisa dijadikan pertimbangan prospektif lainnya, *dysmenore* adalah masalah yang dialami oleh remaja perempuan yang sudah menstruasi dan memiliki banyak dampak. Remaja perempuan yang mengalami *dysmenore* biasanya mengalami tingkat stres yang tinggi dan sering mengonsumsi

makanan cepat saji. Dilaporkan lebih dari 50% kasus *dysmenore* di setiap negara; kasus Asia adalah 74,5%; kasus Indonesia adalah 64,25%; dan kasus remaja di Jakarta Pusat adalah 87,5%. (Della Mivandha, Willa Follona, Aticeh, 2023).

Di Indonesia, sekitar 5,2% orang menurun dari usia *menarche* karena berbagai faktor biologis dan kondisi lingkungan. Faktor pola makan, asupan nutrisi/gizi dan pendapatan orang tua juga mempengaruhi usia *menarche*. (Syarifah Rahmi Asfahani, Raja Fitriana Lestari, Dian Roza Adila, 2019).

Di Indonesia, 20,0% anak *menarche* pada usia 13 tahun, dengan beberapa yang terjadi lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun dan beberapa yang terjadi lebih lambat sampai 20 tahun, dan 7,8% anak melaporkan belum haid. Rata-rata usia *menarche* di negara ini adalah 13–14 tahun. (Yona Septina, Anisa Nurohmah, Siti Nunung Nurjannah, Anggit Kartikasari, 2021)

Status gizi pada anak perempuan dapat mempengaruhi kematangan seksual anak. Status gizi lebih pada anak perempuan dapat menimbulkan kejadian *menarche* lebih dini, hal ini berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan tubuh terutama pada organ reproduksi tercukupi dengan baik mengakibatkan hormon estrogen dan progesteron berfungsi secara maksimal sehingga proses *menarche* dapat berjalan lebih cepat dari usia normalnya. (Rofi Ayu Khofifah, Lucia Endang Hartati YK, 2023).

Menarche dini meningkat setiap tahun, dan perempuan dengan *menarche* dini lebih rentan terhadap kanker payudara dan penyakit kardiovaskular. Sebagian besar orang pada umumnya meyakini/percaya bahwa perubahan gaya hidup adalah penyebab utama penurunan usia *menarche*. Semua orang memiliki gaya hidup yang berbeda, termasuk bagaimana mereka makan, berolahraga, dan tidur.

(Rachmawati Ika Sukarsih, 2018/2019).

Remaja putri mengalami menstruasi yang disebut *menarche*. *Menarche* terdiri dari dua kategori: *menarche dini* dan *menarche normal*. Remaja perempuan yang mengalami menstruasi dini pada usia di atas 12 tahun dianggap mengalami *menarche dini*, sedangkan anak-anak yang mengalami *menarche normal* dianggap mengalami *menarche dini* pada usia di atas 12 tahun. *Menarche* pada usia dini dapat disebabkan oleh banyak faktor, termasuk status gizi, gaya hidup, asupan makanan, pendapatan orang tua, pendidikan orang tua, dan faktor risiko kanker payudara. *Menarche* pada usia dini juga sangat memberikan faktor risiko bagi remaja putri, seperti terhambatnya pertumbuhan, stres, dan emosionalitas. (Winda Dwi Lestari, Rifatul Masrikhiyah, Diah Ratna Sari, 2022).

Masih resonan relevansinya dengan masa *menarche*, nyeri haid yang tidak disebabkan oleh kelainan genital dikenal sebagai *dismenore primer*. Simtom terkait ini hampir selalu muncul pada wanita berusia 20 tahun atau lebih muda setelah siklus ovulasi mereka tetap. Di seluruh dunia, jumlah kenaikan kasus *dismenore* sangat tinggi. Lebih dari 50% perempuan di semua negara mengalami nyeri menstruasi. (Sulfa Diana, Hedy Herdiana, Ernita Prima, 2023).

Sedangkan gejala gangguan tersebut di sisi lainnya yang juga menjadi keprihatinan (*red flag*) dan celah kesenjangan dalam penelitian terdahulu/sebelumnya adalah salah satu penyebab *dismenore primer* pada remaja putri, yaitu perilaku kebiasaan mengkonsumsi makanan olahan cepat saji/*fast-food*. (Ni Putu Mia Pradina Sari, Made Rismawan, I Nyoman Arya Maha Putra, 2021).

Jenis keterampilan (komunikasi efektif), dasar/tingkat pendidikan, luasnya wawasan/wacana pengetahuan,

taraf kecemasan dan dukungan psikis/kejiwaan dari pihak orangtua berefek signifikan terhadap kesiapan mental & moral remaja putri dalam perjalanan mereka menyikapi fase *menarche*. (Indah Nurfazriah, 2021).

Berdasarkan ragam kompilasi data diatas maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul “*Hubungan Antara Perilaku Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Menarche Pada Remaja Putri Di MTSS Darul Hikmah, Cimone - Karawaci, Tangerang Tahun 2023.*”

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini bersifat deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau naskah/narasi tentang suatu keadaan secara subjektif.

Penelitian ini menggunakan data primer dan desain penelitian ini menggunakan pendekatan studi *cross-sectional* (penelitian untuk mempelajari suatu dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dan dengan suatu pendekatan, observasi ataupun dengan pengumpulan data pada suatu saat tertentu/*point-time approach*).

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara perilaku dan gaya hidup dengan kejadian *menarche* pada remaja putri. Penelitian di lakukan di Karang Taruna Kelurahan Bojong Jaya yang dilakukan pada bulan April-Juni tahun 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh di anggota Karang Taruna usia Remaja Kelurahan Bojong Jaya sejumlah Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan rumus *total sampling* dimana teknik pengambilan sampel dan jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007), sehingga total populasi dan sampel sebanyak 75 responden..

Pengumpulan data dieksekusi dengan menggunakan data primer, data diolah

menggunakan tes *chi-square* untuk menguji hubungan atau pengaruh dua buah variabel nominal dan mengukur kuatnya hubungan antara variabel yang

satu dengan variabel nominal lainnya ($C = \text{Coefficient of Contingency}$) dengan implementasi instrumen SPSS.

HASIL

Tabel 1. **Distribusi Frekuensi Kejadian Menarch**

Variabel	N	%
Menarch		
Prekoks	43	57.3
Normal	32	42.7
Riwayat menonton media massa dewasa		
Pernah	51	68
Tidak pernah	31	32
Perilaku seksual		
Ya	44	58.6
Tidak	31	41.3
Konsumsi makan dan minum		
Beresiko	62	82.6
Tidak beresiko	17	17.3
Aktivitas Olah raga		
Berat	11	14.6
Ringan	64	85.3

Tabel 2. **Hubungan Kejadian Menarch**

Variabel	Kejadian Menarch				N	%	P-Value	OR
	Prekok		Normal					
	N	%	N	%				
Riwayat Media Massa								
Ya	33	76.8	10	23.2	43	100	0.001	15.621 (5.43-46.25)
Tidak	6	18.8	26	81.2	32	100		
Perilaku Seksual								
Ya	36	81.8	8	18.2	44	100	0.000	14.786 (5.17-45.87)
Tidak	7	22.6	24	77.4	31	100		
Konsumsi Makan & Minum								
Beresiko	42	67.7	20	32.3	62	100	0.000	15.146 (5.2-85.4)
Tidak beresiko	3	17.6	14	82.4	17	100		
Aktifitas Fisik Olah Raga								
Berat	6	54.5	5	45.5	11	100	0.008	0.875 (0.62-2.8)
Ringan	38	59.4	26	40.6	64	100		

PEMBAHASAN

Riwayat Menonton Media Massa Dewasa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kejadian *menarche* prekoks yang paling banyak menonton media massa dewasa sebanyak 31 responden (76.8%). Sedangkan untuk kejadian *menarche* normal terbanyak yang tidak menonton media massa dewasa sebanyak 6 responden (18.8%). Dengan nilai *P Value* 0,001 berarti ada hubungan yang bermakna antara usia pertama kali *menarche* dengan riwayat menonton media massa dewasa. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai *OR* = 15.621, artinya responden yang mempunyai riwayat menonton media massa dewasa memiliki peluang 16 kali untuk kejadian *menarche* prekoks dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki riwayat menonton media massa dewasa.

Hasil penelitian penulis diatas tidak selaras dengan penelitian terbaru dari *Jurnal Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, STIKes Mitra Ria Husada, Jakarta Timur (Vol VIII No. 1 Januari 2019 Kesehatan dan Kebidanan STIKes Mitra RIA Husada ISSN : 2252-9675)* yang menunjukkan rata-rata usia *menarche* adalah 11 tahun, terdapat perbedaan antara pola nutrisi ($p=0,000$), gaya hidup ($p=0,011$) dan status gizi ($p=0,000$) pada status *menarche* siswa kelas terkait dengan nilai $p < \alpha = 0,05$.

Sedangkan untuk faktor keterpaparan media pornografi dinyatakan tidak langsung menyebabkan perbedaan pada status *menarche* remaja yang dimaksud ($p=0,240$) $< \alpha = 0,05$.

Diharapkan lingkungan posyandu Remaja lebih sering melakukan kegiatan sosialisasi tentang Pendidikan seksual di kalangan Remaja dan para orang tua selalu mengontrol penggunaan telepon genggam saat berada di rumah.

Namun hal ini sesuai dengan hasil penelitian *Fajriyanti, 2008* yang menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab menstruasi datang dari rangsangan audio visual dewasa, 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. Keterpaparan media massa dewasa dapat mendorong rangsangan hipotalamus untuk mengeluarkan hormon spesifik sehingga mempengaruhi kematangan hormon dan organ – organ reproduksi sehingga menyebabkan *menarche*.

Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian terdahulu oleh Ginarhayu (2009) dalam skripsi nya yang berjudul “*Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Pada Siswi Di SDN Dukuh Kupang Ii Surabaya*” yang membuktikan bahwa ada hubungan antara percepatan usia pubertas dengan frekuensi menonton film dewasa. Berdasarkan penelitiannya, remaja berusia 8 sampai 13 tahun menghabiskan waktunya 6 sampai 9 jam perhari untuk menonton televisi, film, majalah, koran, mendengarkan musik dan membuka internet. (<http://ojs.unud.ac.id>)

Perilaku Seksual. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kejadian *menarche* prekoks yang mempunyai perilaku seksual terbanyak yaitu 43 siswi (81,1%) sedangkan untuk kejadian *menarche* normal yang tidak memiliki perilaku seksual terbanyak ada 36 responden (81,8%). Dengan nilai *P-Value* 0,000 berarti ada hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan perilaku seksual. Dari hasil analisis diperoleh nilai *OR* = 14.786, artinya responden yang mempunyai perilaku seksual memiliki peluang 15 kali untuk kejadian *menarche* prekoks dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki perilaku seksual.

Hal ini sesuai dengan teori Himawan, 2007 yang menyatakan bahwa perilaku seksual merupakan tingkah laku dan sikap remaja yang didorong oleh hasrat baik dengan lawan jenis atau sesama jenis. Perilaku seksual berbentuk ketertarikan terhadap lawan jenis, imajinasi, khayalan dengan lawan jenis ataupun berkhayal sendiri, bercumbu dan berkencan. Perilaku seksual pada remaja memacu rangsangan sistem reproduksi menjadi lebih matang, sehingga

menimbulkan *menarche*.

Penelitian ini berhubungan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Mugawati Aisyah dalam skripsi nya yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Menarche Di SMPN 1 Driyorejo Kabupaten Gresik” menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara perilaku seksual dengan kejadian *menarche* dini. Respon sebagian besar mengatakan pernah melakukan perilaku seksual dengan pasangan sebelum mengalami *menarche* sebesar 65,7% mengalami *menarche* dini dan hanya 34,3% yang mengalami *menarche* normal. (<http://repository.unair.ac.id>)

Konsumsi Makanan Dan Minuman.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kejadian *menarche* prekoks yang mengkonsumsi makan dan minum beresiko terbanyak ada 42 responden (67,7%) sedangkan untuk kejadian *menarche* normal yang tidak mengkonsumsi makan dan minum beresiko terbanyak ada 3 responden (8,2%). Dengan nilai P Value 0,000 berarti ada hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan konsumsi makan dan minum. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR 15,1, artinya responden yang mengkonsumsi makan dan minum beresiko memiliki peluang 15 kali untuk kejadian *menarche* prekoks dibandingkan dengan responden yang tidak mengkonsumsi makanan dan minum beresiko.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu Susanti, 2012 dan Paath, 2005 yang menyatakan bahwa konsumsi *junk food* pada remaja berpengaruh terhadap peningkatan gizi. Umumnya makanan siap saji mengandung kalori, kadar lemak, gula dan sodium tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, kalsium dan folat. Kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji (*fast food*) terlalu sering dapat beresiko mempengaruhi kejadian *menarche*. Terutama kelebihan protein akan digunakan untuk membentuk hormon-hormon pemicu kematangan seksual dan akhirnya mereka akan mengalami *menarche* yang terlalu dini. Selain protein, gula, garam dan zat adiktif kelebihan konsumsi karbohidrat dan lemak juga dapat memicu terjadinya menstruasi dini akibat kelebihan berat badan (obesitas) untuk kebiasaan mengkonsumsi minuman bersoda atau *soft*

drink terlalu sering yang mengandung gula tinggi, natrium zat adiktif dapat mempercepat proses menstruasi. Sebab mengkonsumsi minuman bersoda atau *soft drink* mempengaruhi system hormon wanita yaitu estrogen yang membuat hormon estrogen meningkat.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Anik Malikha dalam jurnal yang berjudul “Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri Di SMPN 01 Pringpus Kabupaten Semarang” menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara frekuensi mengkonsumsi makanan *fast-food* dan minuman *soft-drink* dengan kejadian *menarche* dini, yang sering mengkonsumsi makanan *fast-food* yaitu mie instan sebesar 93,6% mengalami *menarche* dini dan hanya 2,1% yang mengalami *menarche* normal. (<http://unud.ac.id>)

Hasil penelitian yang ekstrim diatas bisa disejajarkan proyeksinya secara lebih setingkat/ sederajat dengan riset baru oleh Syamsul Alam, Sukfitrianty Syahrir, Yudi Adnan, Aslina Asis. Y, & Asis A. pada Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat tahun 2021 yang menerangkan bahwa responden dengan status gizi baik dengan usia *menarche* normal sebanyak 43,75% dan responden dengan usia *menarche* tidak normal sebanyak 56,25%. Sedangkan responden dengan status gizi kurang dengan usia *menarche* tidak normal sebanyak 84,62% dan responden dengan usia *menarche* normal hanya 15,38%.

Hasil uji statistik yang identik menunjukkan terdapat hubungan status gizi dengan usia *menarche* pada remaja putri SMPN 10 Bulukumba Kecamatan Ujung Loe Kabupaten Bulukumba (P-V=0,020; OR=4,28) dimana nampak status gizi merupakan faktor yang signifikan terkait dengan usia *menarche*. Remaja putri dengan status gizi yang baik akan mengalami waktu pubertas secara normal, sehingga terjadi menstruasi secara normal dan tanpa gangguan.

Adapun apabila memperbandingkan hasil lanjutan secara lebih proporsional dari penelitian Midwifery Jurnal Kebidanan April 2023 | Volume 9 Issue 1 oleh Risa Nurhayati, Henny Purwandari mewakili STIKes Satria Bhakti Nganjuk adalah sebagian besar yaitu 21 responden (70%) mengkonsumsi *junkfood* 1-2 kali/minggu dan

hampir seluruhnya yaitu 25 responden (83%) yang mengkonsumsi tidak mengalami *menarche* dini. Hasil uji statistik menggunakan Uji Spearman *rank p-value* = 0,000. Berarti $p\text{-value} = 0,000 \leq \alpha (0,05)$ sehingga H_a diterima bahwa ada hubungan frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian *menarche* dini pada remaja putri. Koefisien korelasi diperoleh yakni 0,799 dengan tingkat hubungan sangat kuat.

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan konsumsi *junk food* secara terus menerus memicu terjadinya kelebihan nutrisi. Nutrisi yang berlebih akan mempengaruhi perkembangan dan kematangan organ reproduksi. Semakin cepat kematangan organ reproduksi, maka semakin cepat terjadi *menarche*.

Hasil penelitian yang mengetengahkan efek samping selain *menarche* diekspos dari karya Ni Putu Mia Pradina Sari, Made Rismawan, I Nyoman Arya Maha Putra di Fakultas Kesehatan Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali tahun 2021 Pada siswi SMA Saraswati 1 Denpasar yang mengkonfirmasi mayoritas remaja memiliki perilaku mengkonsumsi *fast-food* yang cukup (71,4%) sedangkan pada kejadian *dismenore* memiliki mayoritas *dismenore* sedang (64,9%). Pada penelitian ini H_a diterima dan H_o di tolak dengan hasil $p\text{-value} = 0,022 < \alpha 0,05$, $r = 0,189$ yang berarti terdapat hubungan perilaku mengonsumsi makanan siap saji (*fast-food*) dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri. Semakin intensif frekuensi perilaku mengkonsumsi *fast-food* maka semakin berat kejadian *dismenore* yang dialami, maka diusulkan kepada remaja putri untuk mengurangi faktor penyebab *dismenore*.

Ekuivalen dengan penelitian diatas hasilnya mengungkapkan sebagian besar remaja putri mengalami *dismenore*, tingkat stres normal dan sering mengkonsumsi makanan cepat saji. Terdapat hubungan antara tingkat stres dan perilaku konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMPN 156 Jakarta dengan hasil $p\text{-value} < 0,05$ pada tahun 2023.

Kontradiktif dengan hasil penelitian Jurnal Ners Indonesia, Vol. 9, No. 2, Maret 2019 diperoleh fakta bahwa tidak terdapat hubungan antara pendapatan/strata ekonomi-sosial/sikon finansial orang tua terhadap usia

menarche dengan $p\text{-value} = 0,549$ dan tidak pula terdapat hubungan antara status gizi dengan usia *menarche* dengan $p\text{-value} = 0,376$. Siswi diharapkan untuk lebih aktif & mandiri dalam menggali informasi mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang *menarche*.

Secara tematik, jika topik bahasan dipersandingkan simetrik dengan *intake* nutrisi secara lebih spesifik referensi Jurnal Tambusai Program Studi SI Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhadi Setiabudi, Brebes (Volume 6 Nomor 2 Tahun 2022) untuk asupan nutrisi yang mempengaruhi terjadinya *menarche* ditemukan 3 (tiga) variabel mediator; yaitu asupan protein dengan $p\text{-value} 0,005$ artinya ada hubungan antara asupan protein dengan kejadian *menarche* dini, asupan lemak berangka $p\text{-value} 0,004$ yang artinya ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian *menarche* dini, dan asupan Karbohidrat dengan kejadian *menarche* dini, asupan karbohidrat diperoleh $p\text{-value} 0,001$ artinya ada hubungan antara asupan karbohidrat dengan kejadian *menarche* dini. *menarche* pada siswa MTS Darul Abror Brebes. Analisis penelitian mengacu pada hubungan antara status gizi, gaya hidup, dan asupan makanan pada siswa MTS Darul Abror di tahun 2022.

Aktifitas Fisik Olah Raga.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kejadian *menarche* prekoks yang melakukan aktifitas fisik terbanyak pada kelompok ringan yaitu 38 responden (59,4%) sedangkan untuk kejadian *menarche* normal yang melakukan aktifitas fisik terbanyak pada kelompok berat yaitu 6 responden (54,5%). Dengan skor $P\text{-Value} 0,008$ berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan aktifitas fisik/olahraga.

Harmonis dengan hasil penelitian Napitupulu, Hubaybah & Halim pada Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ) Volume 2 No. 1, Maret 2018 yang mengemukakan bahwa sebanyak 55,4% siswi sudah mengalami menstruasi normal, 50,8% siswi dengan status badan gemuk, dan 58,5% siswi tidak aktif berolah raga atau beraktivitas fisik – terkandung hubungan bermakna antara status gizi dan usia *menarche* ($p\text{-value} = 0,080$; $\alpha=0,05$) dan tidak ditemukan hubungan berarti antara aktivitas fisik dengan usia

menarche (p -value = 0,026; α =0,05).

Hal ini sesuai dengan Priyatna, 2009 yang menyatakan bahwa hubungan aktifitas fisik dengan usia *menarche* dikaitkan dengan penundaan sekresi dari hormon-hormon spesifik yang ada dalam tubuh terhadap kematangan seksualitas pada remaja putri. Diperkirakan bahwa aktifitas berat akan menunda usia *menarche* melalui mekanisme hormonal karena telah menurunkan produksi progesteron sehingga menunda kematangan endometrium.

Peningkatan aktivitas olah raga akan menurunkan aktivitas hormon esterogen yang berkaitan dengan terjadinya *menarche* dini. Olah raga yang berlebihan dan berat seperti lari jarak jauh, balet dan senam secara organik akan memperlambat/menghambat terjadinya *menarche* hal ini disebabkan karena ada rangsangan produksi hormon estrogen.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu, yang menyatakan hasil uji statistik yang dilakukan Nur Fitriyah dalam skripsinya yang berjudul “*Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Menarche Pada Siswi SMP Muhammadiyah Yogyakarta*” menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi aktifitas fisik dengan kejadian *menarche* dengan koefisien Kendall sebesar 0,225 dan dengan nilai P Value 0,225 hal ini menunjukkan semakin sedikit atau jarang aktifitas olahraga semakin mempercepat terjadinya daur masa *menarche*. (<http://opac.unisayogya.ac.id/>)

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia pertama kali *menarche*, perilaku seksual, konsumsi makan dan minum dan status gizi dengan kejadian *menarche* sedangkan tidak ada hubungan yang bermakna antara kejadian *menarche* dengan aktifitas fisik/olah raga pada remaja putri di Karang Taruna Kelurahan Bojong Jaya Karawaci tahun 2023.

Untuk itu diperlukan adanya komitmen konsekuensi logis berupa kegiatan pemberian informasi pada sekolah untuk memberikan edukasi dengan cara memberikan penyuluhan dan diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk mengetahui tentang Hubungan Perilaku Seksual dan Gaya Hidup dengan Kejadian *Menarche* di Karang Taruna

Kelurahan Bojong Jaya Karawaci tahun 2023.

Orang tua diandalkan untuk secara berkala dapat lebih memperhatikan, memahami dan menindaklanjuti kemajuan biologis dan psikis para Remaja di lingkungan tersebut untuk dipandu dan dipedomani secara seksama.

SARAN

Dikarenakan keterbatasan ruang waktu (*time-constraints*) dan limitasi/batasan ruang lingkup penelitian yang secara implikatif sudah ditentukan, maka dari itu disarankan sebagai masukan replikasi agar segera diprioritaskan pelaksanaan dan pengembangan riset dengan rekomendasi poin-poin sebagai berikut:

- 1) Penelitian berkesinambungan yang sifatnya retrospektif, sehingga proses *menarche* ditelusuri secara mundur berstruktur dari tahapan pendidikan Sekolah Dasar (SD) yang memang sudah resmi mengalami menstruasi semenjak awal,
- 2) Ulasan literatur sistematis memiliki hubungan signifikan antara karakteristik (*behavior*) usia *menarche* dan *menarche* pada remaja, maka responden yang memiliki gaya hidup yang kurang kondusif/konstruktif dapat berpengaruh terhadap kejadian *menarche* dini, sebaliknya responden dengan gaya hidup yang lebih positif dalam ‘merangkul’ *menarche* pada usia normal.
- 3) Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesiapan menghadapi *menarche* seperti pengetahuan, faktor usia, sumber informasi, sikap, dukungan keluarga, status gizi, dan faktor lingkungan – perlu berfokus serius kepada ranah/wilayah psikologis (kognitif – afektif – konatif) nantinya.
- 4) Edukasi dan pengetahuan agama saja walaupun adekuat/layak masih belum cukup untuk mengantisipasi situasi pubertas prematur maupun

natural/normal, dibutuhkan intervensi komprehensif-eklektik yang melibatkan semua pemangku hajat kepentingan (stakeholder).

DAFTAR PUSTAKA

- Ari, W. *Gaya Hidup Dan Gaya Hidup Sehat, Tantangan Promosi Kesehatan Di Indonesia* <http://www.promosikesehatan.com/> Diakses pada tanggal 28 Mei 2017 pukul 19.00 WIB
- Ali, M. Dan Asrori. 2011. *Psikologi Remaja – perkembangan peserta didik* cetakan ketujuh. Jakarta: PT Bumi Aksara Arikunto. 2008. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Fajriyanti, La. 2008. Skripsi *Hubungan Antara Status Gizi, Kontak Media Pornografi Dengan Menarche Dini Pada Pelajar Madrasah Ibtadaiyah Negeri Nanggung Kecamatan Prambin Kecamatan Nganjuk*. Surabaya <http://digilib.esaunggul.ac.id/> Diakses pada tanggal 20 Agustus 2017 pukul 20.00 WIB
- Fitriyah, Nur. Skripsi *Faktor - faktor yang mempengaruhi menarche pada siswi SMP Muhammadiyah Yogyakarta*. <http://opac.unisayogya.ac.id> Diakses pada tanggal 7 Agustus 2017 pukul 20.30 WIB
- Ginarhayu. 2009. Skripsi *Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian menarche pada siswi di SDN DUKUH KUPANG II SURABAYA*. <http://ojs.unud.ac.id/> Diakses pada tanggal 5 Agustus 2017 pukul 20.00 WIB
- Gunawan, Arif. 2011. *Remaja Dan Permasalahan*. Yogyakarta : Hangar Creator
- Hastono, Sutanto Priyo. 2010. *Statistik Kesehatan*. Jakarta : Rajawali
- Himawan, Anang Haris. 2007. *Perlaku seksual*. Solo: Tiga Serangkai.
- Kepmenkes RI. 2010. *Tentang Status Gizi Di Indonesia*. Jakarta: Kepmenkes RI. <http://Kepmenkes/RI/2010.No:1995/Menkes/Sk/Xii/2010/> Diakses pada tanggal 28 Mei 2017 pukul. 19.30 WIB
- Manuaba. I. G. D. 2012. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: EGC
- Maulidiyah. 2011. *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana
- Mugawati. Skripsi *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Menarche di SMPN 1 Driyorejo Kabupaten Gresik*. <http://repository.unair.ac.id> Diakses pada tanggal 7 Agustus 2017 pukul 20.15 WIB
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Path, Erna Francin. 2005. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: ECG
- Poltekes Depkes Jakarta I. 2010. *Kesehatan Remaja Problem Dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke 5. Jakarta : YBP-SP
- Proverawati, A. & Maesaroh, S. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Ryadi, S. 2016. *Ilmu kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta : CV. ANDI OFFSET

Soetjningsih. 2010. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.

Susanti. 2012. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Susanti, Agres Vivi. Factor Resiko Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Di Smpn 30 Semarang. *Journal Of Nutrition College*. Universitas Diponegoro. <http://eprint.undip.ac.id/> Diakses pada tanggal 20 Agustus 2017 pukul 20.10 WIB

Wiknjosastro, H. Saifuddin. A. B. & Rachimhadhi, T. 2012. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Bina Pustaka

Yuanita, S. 2011. *Fenomena Dan Tantangan Remaja Menjelang Dewasa*. Yogyakarta : Brilliant Book

www.Depkes.go.id/Riskedas/2010/
Diakses pada tanggal 28 Mei 2017
pukul 19.45 WIB

www.Depkes.go.id/Riskedas/2013/
Diakses pada tanggal 28 Mei 2017
pukul 19.45 WIB

Diana, I., K.W., Dyah, S.T., Cicih. (2019). *Perbedaan Antara Pola Nutrisi, Gaya Hidup, Status Gizi Dan Keterpaparan Media Pornografi Pada Kejadian Status Menarche*. Kesehatan dan Kebidanan STIKes Mitra RIA Husada. Vol VIII No. 1. Hal. 1 - 13. ISSN: 2252-9675.

Alam, S., Syahrir, S. , Adnan, Y., Asis A.

(2021). *Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. (2021).; 10 (3): 200-207 200 <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953> Received : 9 Maret 2021 / Revised : 21 Mei 2021 / Accepted : 10 Juni 2021 Copyright @ 2021, Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, p-ISSN: 2252-4134, e-ISSN 2354-8185 Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 2021; 10 (3): 200-207 Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (*The Public Health Science Journal*) Journal Homepage: <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm>

Nurhayati, R., Henny Purwandari, H. (2023). *Frekuensi Konsumsi Junk Food Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri*. Midwiferia Jurnal Kebidanan Volume 9 Issue 1. ISSN 2548-2246 (online). ISSN 2442-9139 (print) <https://midwiferia.umsida.ac.id/index.php/>

Sari, Ni Putu MP., Made, Rismawan, Made, I Nyoman., MP. (2021). *Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Siap Saji (Fast Food) Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di SMA Saraswati 1 Denpasar*. Skripsi Fakultas Kesehatan Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi & Kesehatan Bali. E-mail: pradinamia@gmail.com

Safitri, D. Arneliwati., Erwin. (Oktober 2014). *Analisis Indikator Gaya Hidup Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Remaja Putri*. Jom Psik Vol. 1 No. 2. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau. E-mail: dinasafitridina62@gmail.com

- F., Rausyan., Aulia, N. (1 Maret 2023). *Pengetahuan Agama, Gaya Hidup dan Menarche Dini Pada Pelajar Sekolah Dasar*. Vol. 19 No. 1. ISSN. 1979-0074 e-ISSN. 9 772580 594187. nurfadhilah.nf@umj.ac.id Universitas Muhammadiyah Jakarta, Apipah Auliah afifah@umj.ac.id Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Mivandha, D., Follona, W., Aticeh. (2023). *Hubungan Tingkat Stres dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri*. Muhammadiyah Journal of Midwifery Vol. 4 No. 1. jurnal.umj.ac.id/index.php/MyJM_myjmfkk@umj.ac.id e-ISSN: 2722-8088 1 Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta III, Indonesia. E-mail: willafollona@gmail.com
- Susanti, E., Wulandari, S. (Juli 2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi Tahun 2016*. Jurnal Kesehatan Prima Nusantara Volume 8 No. 2. E-mail : evzon80@yahoo.com
- Syarifah Rahmi Asfahani, Syarifah R. Raja Fitriana Lestari, F., Adila, Roza D. (Maret 2019). *Hubungan Pendapatan Orang Tua Dan Status Gizi Terhadap Usia Menarche*. Jurnal Ners Indonesia, Vol. 9, No. 2, p. 109. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru. E-mail: stikes.hip@gmail.com
- Septina, Y., Nurohmah, A., Nurjannah, Siti, Nunung S. Kartikasari, A. (Juni 2021). *Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan*. Journal Of Midwifery Care Vol. 01 No. 02, doi: 10.34305/Jmc.V1i02.262. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Garawangi. E-mail: yonaseptina@stikku.ac.id
- Masrikhiyah, R., Sari, R., Diah. (2022). *Hubungan Gaya Hidup, Status Gizi, dan Asupan Makanan dengan Kejadian Menarche Dini pada Siswi MTS Darul Abror*. Jurnal Pendidikan Tambusai. Volume 6 Nomor 2. ISSN: 2614-6754 (print) ISSN: 2614-3097 (online). Halaman 14650-14661. Program Studi S-1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhadi Setiabude Brebes, Indonesia. E-mail: handipratama622@gmail.com
- Renivadila, Putri, R. (2021). *Skripsi Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar (Berdasarkan Literature Review)*. Program Studi S-1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo NIM 14631437.
- Nurfazriah, I. (Maret 2021). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al-Khairiyah Pabean Kota Cilegon*. JURNAL JRIK Vol. 1 No. 1 – E-ISSN : 2827-9220 P-ISSN : 2827-9247. Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Halaman Jurnal: <https://ejurnal.politeknikpratama.a>

- c.id/index.php. Universitas
Faletahan Serang-Banten,
Indonesia. Korespondensi penulis:
indah.herdiana87@gmail.com
- Khofifah, Rofi A., E., Lucia, YK.,
Hartati, Suparjo. (2023).
*Hubungan Status Gizi Dengan
Kejadian Menarche Dini Pada
Anak Usia 9-12 Tahun Di SD
Negeri Karangawen 1 Kabupaten
Demak*. Skripsi Program Studi
Sarjana Terapan Keperawatan
Semarang Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Semarang.
email::
rofiayukhofifah@gmail.com
- Simanjuntak, Eugenia A.A. (2019).
Skripsi *Literature Review:
Hubungan Gaya Hidup Dengan
Kejadian Menarche Di SD Negeri
067240 Medan Tembung*.
Program Studi Diploma IV
Keperawatan P07520215002.
Politeknik Kesehatan Kemenkes
Medan Jurusan Keperawatan
Prodi D-IV.
- Yunita, Bastari. S. B. (2020). *Skripsi
Faktor Faktor Yang
Mempengaruhi Kesiapan
Menarche Pada Remaja Putri
(Literature Review)*. NIM.
1911026. Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan Hang Tuah Surabaya -
Program Studi S-1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Hang Tuah Surabaya.
- Sukarsih, Rachmawati, I. (0723117502)
Supatmi., Rachmawati
(0711087202). (2018/2019).
*Hubungan Gaya Hidup Dengan
Kejadian Menarche Dini Pada
Anak Sekolah Dasar*. Tim
Pengusul Laporan Penelitian
Hibah Internal Universitas
Muhammadiyah Surabaya.
- Diana, S., Herdiana, H., Prima, E. (April
2023). *Pengaruh Menarche Dini,
Stress Dan Perilaku Konsumsi
Fast-Food Dengan Dismenore
Primer Pada Remaja Putri Di
SMPN 01 Sukalarang*. E.
SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah Vol.
2 No. 4. Article History:
Received:10-03-2023 Revised:
17-03-2023 Accepted:01-04-2023.
[ejournal.nusantaraglobal.ac.id/ind
ex.php/sentri](http://ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/sentri). Universitas
Indonesia Maju. E-mail:
SulfaDiana@gmail.com
- Febrianti Manase, F. Nurbaya, S.,
Sastika, Sumi. S. (2023).
*Hubungan Pengetahuan Dan
Sikap Remaja Putri Terhadap
Kesiapan Menghadapi Menarche
Pada Siswi Di SMPN 2 Rantebua*.
JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa
& Penelitian Keperawatan
Volume 3 Nomor 4. (Received:
19-06-2023 ; Reviewed: 27-06-
2023 ; Accepted: 20-07-2023)