

PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP USIA *MENARCHE* PADA SISWI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 7 DI KOTA KOTAMOBAGU

^KAgustin¹, Sitti Nurul Hikma Saleh, Mirna¹, T. Mokodongan¹

¹Program Studi D-III Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Sulawesi Utara, Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): agustinbidan08@gmail.com

ABSTRAK

Media sosial merupakan media yang sangat mudah digunakan untuk menyebarkan berbagai informasi. Media massa dan media sosial telah digunakan untuk saling menyebarkan informasi. Keterpaparan media sosial secara berat dapat mempercepat kematangan hormon seksual sehingga menyebabkan *menarche* dini pada wanita remaja. Penelitian ini telah dilaksanakan pada 13 Juli 2021 dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh media sosial terhadap usia *menarche* pada siswi Sekolah Menengah Pertama. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif analitik. Sampel yang diambil sebanyak 61 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel independen yaitu media sosial dan variabel dependen yaitu usia *menarche* siswi Sekolah Menengah Pertama. Analisa yang digunakan yaitu *univariat* dan *bivariat* dengan uji *Chi-square*. Hasil penelitian ini ada hubungan antara pengaruh media sosial terhadap usia *menarche* pada siswi Sekolah menengah Pertama di Kota Kotamobagu (*p value*= 0.000). Kesimpulan penelitian ini yaitu media sosial memengaruhi usia *menarche* pada siswa sekolah menengah pertama di Kota Kotamobagu. Disarankan kepada pihak sekolah untuk memberikan pendidikan kesehatan agar meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri khususnya *menarche*.

Kata Kunci: Media Sosial, Siswi, Usia *Menarche*

ABSTRACT

Social media is a medium that is very easy to use to spread various information. Mass media and social media have been used to distribute information to each other. Heavy exposure to social media can accelerate sexual hormone maturity, causing early *menarche* in adolescent women. This research was conducted on July 13, 2021, to know the effect of social media on the age of *menarche* in junior high school students. This research method uses descriptive-analytic research. Using the purposive sampling technique, samples were taken off as many as 61 respondents. The independent variable is social media, and the dependent variable is the age of *menarche* for junior high school students. The analysis was used in univariate and bivariate with *Chi-square* test. This study shows a relationship between the influence of social media on the age of *menarche* in junior high school students in Kotamobagu City (*p-value* = 0.000). This study concludes that social media affects the age of *menarche* in junior high school students in Kotamobagu City. It is suggested that the school provide health education to increase knowledge about reproductive health in adolescent girls, especially *menarche*.

Keywords: Age of *Menarche*, Schoolgirls, Social Media

PENDAHULUAN

Perkembangan bidang ilmu informatika dan komunikasi memberikan dampak di seluruh bagian kehidupan manusia, dampak negatif yang sering dijumpai yang berupa penggunaan jejaring internet dan sosial media yang tidak terkontrol khususnya pada kalangan remaja, perkembangan jejaring internet telah menjadikan masyarakat meninggalkan fungsi dasar internet yang sebelumnya

hanya digunakan untuk berkirim pesan melalui *mailing* dan *browsing*, menjadi kegiatan yang lebih interaktif menggunakan aplikasi media sosial untuk berkirim foto, *video call* dan lain-lain yang lebih modern, (Riyanti, 2016).

Pengguna media sosial di Indonesia telah mencapai angka 106 juta jiwa dari 262 juta jiwa penduduk di Indonesia. *Digital native* dengan *smartphone* merupakan kegiatan yang paling digemari oleh pengguna media sosial di Indonesia hingga mencapai 62%, sedangkan pengguna digital melalui komputer sebanyak 16% dan pengguna lainnya sebanyak 6% (Supratman, 2018). Media merupakan hal yang sangat digemari masyarakat di era digital saat ini. Pengguna media secara digital telah menjadi pilihan untuk pertukaran informasi yang disebarluaskan melalui aplikasi media sosial (Azman, 2018).

Data menurut *World Health Organization* (WHO) negara bagian AS diperkirakan 95% anak usia remaja berjenis kelamin wanita mengalami masa pubertas dengan status *menarche*. Hal tersebut terbagi dalam beberapa kategori yaitu diantaranya terdapat 24,92% mengalami *menarche* dini dan 64,77% mengalami *menarche* normal, sedangkan 10,30% lainnya telah mengalami keterlambatan usia *menarche*. Kejadian *menarche* pada setiap remaja wanita memiliki rentan usia yang cukup variatif, namun memiliki kecenderungan setiap tahunnya bahwa anak wanita usia remaja mengalami menstruasi pertama kalinya di usia yang lebih muda. Saat ini usia *menarche* yang terjadi di usia yang lebih muda dikatakan sebagai *menarche* dini dengan usia 10-11 tahun (Pesa, 2020).

Penduduk wilayah Asia memiliki usia rata-rata *menarche* remaja putri adalah 12,38 dan 12,2 tahun (Susanti, E., & Wulandari, S, 2017). Pada pertengahan abad ke-19 usia *menarche* berkisar 16-17 tahun. Berdasarkan penelitian dari 67 negara yang diterbitkan antara 1960-an dan 1990-an, usia rata-rata saat *menarche* dilaporkan 13,35 tahun (standar deviasi kurang lebih 0,98). Tren ini menandakan tingkat penurunan 3 hingga 4 bulan perdekade, walaupun di beberapa Negara Eropa, Amerika Serikat dan Asia masih berlangsung. Sebuah studi nasional di Amerika Serikat menunjukkan bahwa usia *menarche* telah turun dari 12,75 tahun pada 1960-an menjadi 12,5 tahun pada 1990-an dan 12,3 tahun pada 2000-an (Sudikno, & Sandjaja, 2019).

Usia rata-rata *menarche* pada 5,2% anak di 17 provinsi yang terdapat di Indonesia telah memasuki usia *menarche* di bawah 12 tahun (Pesa, 2020). Hasil penelitian (Yazia, 2019), remaja saat ini sangat mudah terpengaruh dengan adanya media secara digital, paparan media sosial pada anak menjadi salah satu faktor kuat yang berdampak langsung pada usia *menarche* karena dapat memberikan rangsangan secara langsung dari luar. Dampak penguasaan media massa di masa usia pubertas anak remaja putri dapat menyebabkan proses percepatan masa usia *menarche*.

Perubahan usia *menarche* dapat terjadi lebih awal atau di usia yang lebih muda, merupakan akibat dari faktor gizi, sosial, ekonomi, dan genetik yang didorong oleh paparan sosial media, berupa stimulus audiovisual yang didapatkan anak remaja wanita dari sosial media yang menggambarkan terkait seksualitas (Yazia, 2019).

Anak remaja wanita yang telah mengalami masa *menarche* yang lebih dini, dapat menunjukkan ketertarikan yang cenderung kuat di saat menyaksikan konten - konten dengan topik seksual melalui *smartphone* yang digunakan untuk mengakses sosial media dari pada remaja wanita yang mengalami masa *menarche* normal. Mudahnya mengakses media massa internet atau media sosial dan menonton film-film yang bersifat dewasa memberikan efek kematangan hormon seksual yang lebih awal dan berakibat terjadinya *menarche* dini (Pesa, 2020).

Menarche merupakan keadaan dimulainya proses menstruasi bagi anak gadis di usia pubertas dan merupakan simbol bahwa seorang anak remaja telah mengalami proses kematangan terhadap organ seksual di dalam tubuhnya. *Menarche* terjadi secara dini dapat menjadi penyebab seorang remaja terlalu dini menjalani seksualitas sehingga remaja berisiko mengalami kehamilan dan menjadi ibu yang terlalu dini (Fatira, N., Indrawati & Tina 2019).

Siswi sekolah menengah pertama negeri 7 di Kota Kotamobagu yang memiliki *handphone* sering mengakses media sosial dan mengatakan sering menonton film di media sosial sejak usia 8 tahun. Media sosial paling sering digunakan oleh anak remaja adalah media *facebook*. Media tersebut telah menjadi media terpopuler untuk menjalin pertemanan melalui jejaring yang ramai dikenal sejak awal Tahun 2004 (Rasyidah, 2017).

Hasil penelitian yang didapatkan oleh (Pesa, 2020) merujuk pada hasil uji *Chi-square* ($\alpha=0,05$) dengan nilai *P-value* = 0,002 yang dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara keterpaparan media sosial dengan usia dini *menarche* bagi siswi di SMP-N 2 Bangko Bagansiapiapi. Uraian pada latar belakang menunjukkan bahwa usia dini *menarche* masih menjadi hal yang perlu diperhatikan. Peneliti telah melakukan penelitian terkait topik penggunaan media sosial terhadap usia *menarche* pada siswi sekolah menengah pertama negeri 7 di Kota Kotamobagu.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan model deskriptif dengan menggunakan metode *cross sectional*. Penelitian ini telah dilaksanakan pada Tanggal 13 Juli 2021 yang berlokasi di Sekolah Menengah Negeri 7 Kota Kotamobagu. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswi putri SMP Negeri Kotamobagu sebanyak 155 siswi. Sampel dalam penelitian ini diambil secara *purposive sampling* dan didapatkan sampel berjumlah 61 siswi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan melakukan wawancara secara langsung. Analisis data menggunakan uji statistik *Chi-square*. Penyajian data menggunakan tabel dan narasi.

HASIL

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini disajikan dengan analisis univariat (Tabel 1 dan 2) dan analisis bivariate (Tabel 3). Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 61 responden, terpengaruh media sosial ringan sebanyak 7 siswi (11,5 %) dan yang terpengaruh media sosial berat sebanyak 54 siswi (88,5 %).

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden yang terpengaruh media sosial pada siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kotamobagu

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi	Presentase (%)
Terpengaruh Ringan	7	11,5%
Terpengaruh Berat	54	88,5%
Total	61	100 %

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 61 responden, mengalami *menarche* normal sebanyak 7 siswi (11.5 %) dan yang mengalami *menarche* dini sebanyak 54 siswi (88,5 %).

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden usia *menarche* pada siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kotamobagu

Usia <i>Menarche</i>	Frekuensi	Presentase (%)
<i>Menarche</i> Normal	7	11,5 %
<i>Menarche</i> Dini	54	88,5 %
Total	61	100 %

Pada Tabel 3 diketahui bahwa hasil uji statistik *chi-square* antara pengaruh media sosial terhadap usia *menarche* siswa didapatkan nilai *P value* = 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada hubungan antara pengaruh media sosial terhadap usia *menarche*. Dari 61 responden, terdapat 7 orang yang terpengaruh media sosial dalam skala ringan diantaranya 6,6% yang mengalami *menarche* normal dan 4,9% yang mengalami *menarche* dini. Dari 61 responden terdapat 54 responden yang terpapar media sosial berat dan diantaranya 4,9% yang mengalami *menarche* normal dan 83,6% yang mengalami *menarche* dini.

Tabel 3. Distribusi frekuensi pengaruh media sosial terhadap usia *menarche* pada siswi di SMP Negeri 7 Kotamobagu

Penggunaan Media Sosial	Usia <i>Menarche</i>				Total	<i>P value</i>	
	<i>Menarche</i> Normal		<i>Menarche</i> Dini				
	n	%	n	%	n	%	
Terpengaruh Ringan	4	6,6	3	4,9	7	11,5	0,000
Terpengaruh Berat	3	4,9	51	83,6	54	88,5	
Total	7	11,5	54	88,5	61	100,0	

BAHASAN

Hasil uji statistik *chi-square* antara pengaruh media sosial terhadap usia *menarche* didapatkan nilai *P value*= 0,000 ($p < 0,05$) artinya bahwa ada hubungan pengaruh media sosial terhadap usia *menarche* pada siswi sekolah menengah pertama di Kota Kotamobagu. Keterpaparan media sosial pada siswa sehingga sebagian besar mengalami *menarche* dini, responden mengatakan memiliki *handphone* dan sering mengakses media sosial pada usia di bawah usia 10 tahun. Adapun yang membuka media sosial dan menonton tayangan orang dewasa di *handpone* orang tua nya seperti menonton film di *youtube, facebook* dan *tik-tok*.

Kemajuan dan perkembangan media elektronik saat ini menjadikan setiap individu khususnya siswi remaja menggunakan internet yang memuat konten-konten dan berita serta informasi yang kurang memberikan edukasi positif kepada masyarakat. Bagi sebagian besar anak usia remaja menjadikan cara mengakses media sosial menggunakan internet, sebagai pengisi waktu, sehingga secara psikologi cenderung mengikuti nilai yang tidak sesuai dengan kehidupannya (Aulya, D. & Salafas, E., M, 2018).

Remaja merupakan kelompok usia yang tergolong sebagai usia transisi diantara golongan bukan kelompok usia dewasa namun juga tidak termasuk kedalam usia kanak-kanak. Umumnya di ketahui bahwa golongan remaja memiliki usia antara 12-17 Tahun, pada rentang umur tersebut, seorang remaja masuk dalam proses perubahan bagian fisik untuk menjadi lebih matang secara mental dan emosional dan telah menjalani proses tumbuh menjadi dewasa (Sinaga, E. et al, 2017).

Anak wanita yang telah berusia remaja normalnya akan mengalami menstruasi setelah berusia minimal 12 Tahun, dimana pada usia tersebut secara psikologi masih memiliki pengetahuan yang masih sedikit terkait tata cara merawat tubuh yang mengalami menstruasi, sehingga pendampingan dan pengawasan melalui komunikasi yang intens dari keluarga khususnya ibu, terkait bagaimana cara seorang wanita merawat diri saat menstruasi, merupakan hal yang sangat diperlukan (Sinaga, E. et al, 2017).

Asep Sulfyan Ramadhany (2011) dalam penelitiannya mengatakan *menarche* merupakan keadaan seorang wanita remaja telah memasuki masa menstruasi untuk yang pertamakali. *Menarche* dapat dialami pada usia antara 12-16 Tahun (Aulya, D. & Salafas, E., M, 2018). Hasil penelitian ini didukung oleh teori menurut Damayanti (2015) mengatakan bahwa kejadian *menarche* dini dapat terjadi pada rentang usia antara 10-11 Tahun, sedangkan *menarche* yang normal dapat terjadi pada rentang uasi 12-13 Tahun, sedangkan rentang kejadian *menarche* pada rentang usia antara 15-16 tahun dapat dikatakan terlambat (Pesa, 2020).

Usia *menarche* secara dini yaitu usia < 12 tahun, sedangkan usia *menarche* normal yang seharusnya yaitu 12-14 tahun. Usia *menarche* seorang anak gadis remaja menjadi faktor yang dapat mempengaruhi kualitas kesehatannya. *Menarche* dini memiliki hubungan langsung terhadap

meningkatnya kejadian kanker payudara dan risiko terjadinya kanker payudara yang disebabkan oleh hormon *estrogen* yang tidak normal (Yazia, 2019).

Menarche dini berdampak secara psikologi bagi remaja yang memicu timbulnya perasaan berupa emosi tidak terkontrol karena akibat dari keadaan *hipotalamus* yang memproduksi *hormon estrogen* secara berlebihan. Peningkatan *hormon estrogen* akan memberi pengaruh pada alat vital remaja siswi secara sekunder sehingga menimbulkan kebingungan pada siswi yang mengalaminya karena umur yang masih sangat dini <12 tahun. Usia *menarche* yang terjadi lebih dini memiliki risiko terhadap perilaku seksual seorang wanita remaja dan mengalami sistem reproduksi di dalam tubuh yang mengalami kematangan yang lebih awal, serta dapat menimbulkan motivasi seksual yang cenderung negatif dan tidak wajar serta tanpa bertanggung jawab (Yazia, 2019).

Orang tua dan guru di sekolah harus menaruh perhatian lebih terhadap perilaku dan sikap anak wanita yang memasuki usia remaja serta melakukan pengawasan yang disiplin, tanpa melakukan hal tersebut, dapat menimbulkan risiko paparan sosial media yang dapat menjadi faktor pemicu timbulnya pikiran-pikiran negatif pada perilaku seksual. Pihak sekolah sebaiknya memberikan edukasi penggunaan sosial media yang baik dan benar serta informasi terkait kesehatan reproduksi di usia remaja dan *menarche* (Sari, 2015).

Kebersihan reproduksi ketika menstruasi datang pada usia remaja yang masih sangat dini merupakan hal yang sangat penting, maka orang tua di rumah dan guru di sekolah dapat memberi pengetahuan mengenai menstruasi agar anak remaja putri bisa menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksi dan juga mengontrol dirinya dalam pergaulan bebas di zaman yang semakin berkembang.

Menarche yang terjadi secara dini diakibatkan oleh faktor stimulus audiovisual yang diperoleh dari komunikasi dan konten-konten lainnya, yang di peroleh dari internet yang masuk dalam label dewasa dan vulgar. Stimulus tersebut dapat diterima melalui indera pendengar atau penglihatan yang kemudian memberikan efek pada sistem saraf reproduksi sehingga mengalami kematangan yang lebih awal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Yadriati Maya Pesa (2020) menunjukkan hasil yang berarti terkait hubungan antara paparan media massa terhadap usia *menarche* pada siswi yang berusia remaja. Penyebab menstruasi berasal dari stimulasi audiovisual, baik dari presentasi dan diskusi yang menggambarkan konten dewasa, vulgar, dan seksualitas secara online berbasis film. Stimulus dari telinga dan mata pada bagian wajah mendorong rangsangan pada sistem reproduksi secara cepat sehingga menjadi penyebab utama menstruasi (Aulya, D. & Salafas, E., M, 2018).

SIMPULAN DAN SARAN

Media sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap usia *menarche* wanita remaja yang terjadi pada siswi remaja Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 di Kota Kotamobagu. agi pihak penyelenggara pendidikan agar memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan

tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri dan membatasi penggunaan internet secara bebas tanpa kontrol dan tidak dibatasi.

RUJUKAN

- Aulya, D. & Salafas, E., M. (2018) *Hubungan Keterpaparan Media Massa Dengan Kejadian Menarche Pada Siswi Kelas VII Di SMP Negeri 4 Ungaran*. Universitas Ngudi Waluyo. Available at: <http://repository2.unw.ac.id/213/1/Artikel/Diah.pdf>.
- Azman (2018) 'Penggunaan Media Massa dan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Komunikasi.', *Jurnal Peurawi*, 2(4), pp. 13–18. Available at: <https://jurnal.araniry.ac.id/index.php/peurawi>.
- Fatira, N., Indrawati, & T. (2019) *Hubungan Paparan Audio Visual Dengan Kejadian Haid Pertama (Menarche) Pada Remaja Siswi Kelas VIII Smp Negeri 20 Medan*. Available at: <http://repo.poltekkesmedan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2060/1/JURNAL%2520NADYA.pdf&ved>. (Accessed: 25 January 2021).
- Pesa, Y. M. (2020) *Hubungan Keterpaparan Media Massa Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Di Smp Negeri 2 Bangko Bagansiapi*.
- Rasyidah, D. S. (2017) *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Dan Jenis-Jenis Media Sosial Terhadap Intensitas Belajar PAI Siswa Kelas VIII SMP N 3 Karangdowo Klaten*. Institut Agama Islam Negeri Sukarta.
- Riyanti, Y. A. (2016) *Hubungan Intensitas Mengakses Sosial Media Terhadap Perilaku Belajar Mata Pelajaran Produktif Pada Siswa Kelas XI Jasa Boga Di Smk 3 Klaten*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sari, R. A. (2015) *Hubungan Keterpaparan Media Sosial Dengan Perilaku Seks Remaja Pada Kelas X SMK N 2 Sewon Bantul Yogyakarta*. sekolah tinggi ilmu kesehatan aisyiyah yogyakarta.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, S. N., Salamah, U., Murti, Y. A., Trisnamiati, A. (2017) *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Edited by U. Nasional. Jakarta: Global One.
- Sudikno, & Sandjaja. (2019) 'Usia Menarche Perempuan Indonesia Semakin Muda: Hasil Analisis RISKESDAS 2010', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 16(4). doi: <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2568>.
- Supratman, L. P. (2018) 'Penggunaan Media Sosial oleh Digital Native', *Ilmu Komunikasi*, 15(49). doi: <https://doi.org/10.24002/jik.v15i1.1243>.
- Susanti, E., & Wulandari, S. (2017) 'Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Menarche Pada Siswi Kelas VIII MtsN 1 Bukittinggi Tahun 2016', *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara*, 8(156). doi: <https://doi.org/10.37337/jkdp.v1i2.44>.
- Yazia, V. (2019) 'Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet Dan Status Gizi Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Kelas VII Smp 22 Padang', *Menara Ilmu*, 8, pp. 244–246.