

Hubungan Penggunaan Gadget dengan Kejadian Menarche pada Remaja

The Relationship Between Gadget Use and the Incidence of Menarche in Adolescents

Cornelius Youwena^{1*}, Hestya Galifatma¹, Nurul Fitriyah¹

¹Departemen Epidemiologi, Biostatistika Kependudukan dan Pendidikan Kesehatan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, 60115, Indonesia

Article Info

***Correspondence:**
Cornelius Youwena
cornelius.youwena-2017@fkm.unair.ac.id

Submitted: 22-03-2022
Accepted: 06-06-2022
Published: 28-06-2023

Citation:
Youwena, C., Galifatma, H., & Fitriyah, N. (2023). The Relationship Between Gadget Use and the Incidence of Menarche in Adolescents. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 48–52.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.48-52>

Copyright:
©2023 by the authors, published by Universitas Airlangga. This is an open-access article under CC-BY-SA license.



ABSTRAK

Latar Belakang: Menarche merupakan kejadian hari pertama menstruasi yang dirasakan oleh setiap remaja perempuan. Umumnya menarche terjadi pada usia 12-15 tahun, namun seiring perkembangan zaman terjadi penurunan usia dalam kejadian menarche. Terdapat beberapa faktor seperti adanya penggunaan gadget yang memiliki dampak besar terhadap perkembangan hormon dalam tubuh.

Tujuan: Tujuan Penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana hubungan antara penggunaan gadget dengan kejadian menarche pada remaja.

Metode: Metode Penelitian ini yaitu deskriptif dengan desain cross sectional. Penelitian ini menggunakan data sekunder yang diambil dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017. Survei dilakukan di 34 provinsi Indonesia 24 Juli hingga 30 Desember 2017. total sampel adalah 10.678 responden seluruh remaja perempuan berusia 15-25 tahun sesuai dengan kriteria inklusif (belum menikah dan sudah menstruasi). Variabel yang digunakan yaitu penggunaan gadget dan kejadian menarche pada remaja. Teknik analisis data yang digunakan yaitu bivariat chi-square dengan menampilkan tabel distribusi frekuensi.

Hasil: Hasil penelitian menyebutkan bahwa mayoritas responden selalu menggunakan gadget sebesar 66,9%, kejadian menarche pada remaja perempuan < 10 tahun (5,8%) dan p-value <0.05 pada hubungan penggunaan gadget dengan kejadian menarche remaja.

Kesimpulan: Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan kejadian menarche sehingga perlu saran yang diberikan pada penelitian ini yaitu melakukan sosialisasi menarche serta berikan pengawasan untuk mengontrol penggunaan gadget pada anak.

Kata kunci: Gadget, Remaja, Menarche

ABSTRACT

Background: Menarche is the occurrence of the first day of menstruation that is felt by every girl. Menarche generally occurs at the age of 12-15 years, but over time there has been a decline in age in the incidence of menarche. There are several factors such as the use of gadgets that have a major impact on the development of hormones in the body.

Objectives: The purpose of this study was to determine how the relationship between the use of gadgets with the incidence of menarche in adolescent.

Methods: This research method was descriptive with cross sectional design. This study used secondary data from the Indonesian Demographic and Health Survey 2017. The survey was conducted in 34 provinces of Indonesia from 24 July to 30 December 2017. The total sample was 10,678 respondents, all young girls aged 15-25 years according to the inclusive criteria (unmarried and menstruating). The variables used are the use of gadgets and the incidence of menarche in adolescents.

The data analysis technique used is chi-square bivariate by displaying a frequency distribution table.

Results: *The results showed that the majority of respondents always use gadgets by 66.9%, the incidence of menarche in adolescent girls < 10 years (5.8%) and p-value <0.05 on the relationship between gadget use and the incidence of adolescent menarche.*

Conclusions: *The conclusion of the study shows a relationship between the use of gadgets and the incidence of menarche, so it is necessary to give advice in this study, namely to socialize menarche and provide supervision to control the use of gadgets in adolescents.*

Keywords: Adolescent, Gadget, Menarche

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan menuju pendewasaan. Pada anak perempuan, masa peralihan ini akan ditandai dengan adanya menstruasi. Menstruasi adalah suatu proses kematangan organ reproduksi yang dipengaruhi oleh beberapa hormon. Menstruasi merupakan suatu siklus yang terjadi secara berkala dengan umumnya terjadi selama satu bulan sekali atau dengan pola 21-35 hari dengan lama 3-7 hari (Islamy and Farida, 2019). Pendarahan yang terjadi pada masa menstruasi terjadi akibat interaksi yang kompleks dari beberapa system seperti hipotalamus, hipofisis, ovarium dan uterus (Prayuni, Imandiri and Adianti, 2019).

Masa awal pertama terjadinya menstruasi pada seorang perempuan di sebut dengan *menarche*. Secara umum, *menarche* terjadi pada remaja usia 12-13 tahun dengan rentang rata-rata 11-16 tahun (Sari *et al.*, 2016). Menurut Riskesdas tahun 2018 tercatat bahwa 20,9% rata-rata usia *menarche* di Indonesia pada anak perempuan umur 12 tahun (Ariassandi, Setiawan and Wiludjeng, 2019). Kejadian *early menarche* juga tidak dapat dipungkiri sering terjadi. Riskesdas 2010 menyebutkan kejadian awal menstruasi (*early menarche*) terjadi pada usia 9 tahun (Sari *et al.*, 2016). Dengan berkembangnya zaman, kejadian *menarche* pada remaja mengalami penurunan yang sangat signifikan. Penurunan usia *menarche* pada remaja ini perlu diperhatikan karena dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti timbulnya berbagai penyakit seperti kanker payudara, kanker serviks, mioma uteri, gangguan kesehatan kardiovaskular dan mempercepat menopause (Sulayfiah and Mukhoirotin, 2020)(Selvi, Oktavia and Doni, 2020).

Menarche dini atau *early menarche* saat ini sering terjadi. *Menarche* yang terjadi pada anak perempuan sebelum usia 8 tahun disebut dengan menstruasi *procox*. Menurut WHO (2015) menyebutkan bahwa terjadinya *early menarche* hampir 85% terjadi di negara berkembang seperti Indonesia yang menduduki posisi ke 15 dari 67 negara (Devi Partika Sari, Nurhapsa and Erna Magga, 2019). Banyak faktor yang dapat

mempengaruhi kejadian *early menarche* yang dapat dikelompokkan menjadi 2 yaitu internal dan eksternal. Internal merupakan suatu masalah yang berasal dari dalam diri seperti organ reproduksi, hormonal, genetik dan penyakit (Sulayfiah and Mukhoirotin, 2020). Sedangkan salah satu faktor eksternal yang merupakan berasal dari luar diri yaitu salah satunya adalah penggunaan *gadget* yang merupakan salah satu bentuk perkembangan zaman dengan adanya rangsangan audio visual yang mudah di akses (Selvi, Oktavia and Doni, 2020).

Gadget merupakan perangkat elektronik dengan bentuk simpel dan mampu menjangkau informasi apapun dengan mudah. *Gadget* merupakan salah satu bentuk perkembangan teknologi yang sudah banyak digandrungi dan dimiliki oleh setiap individu dari berbagai usia dan kalangan. Indonesia merupakan salah satu negara dengan angka penggunaan *gadget* yang tinggi. Diketahui publikasi *Emarketer* 2016 mempublikasikan bahwa penggunaan *gadget* di Indonesia mencapai 65,2 juta (Ramaita, Armaita and Vandelis, 2019). Angka penggunaan *gadget* ini pun akan semakin meningkat mengikuti perkembangan *modernisasi* yang juga memupuk adanya peningkatan teknologi sebagai pendukung di era yang ada.

Penggunaan *gadget* tidak terlepas dari adanya internet yang dapat menjangkau segala hal apapun. menurut penelitian yang dilakukan oleh UNICEF dan KOMINFO mengenai penggunaan *gadget* menyebutkan bahwa 35% pada anak sudah mengenal internet dan 75% remaja sudah mengenal internet (Pebriana, 2017). Internet merupakan salah satu pintu yang perlu diperhatikan dan diawasi. Mudahnnya mengakses berbagai informasi dan konten dengan kategori belum sesuai dengan usia merupakan salah satu hal yang dapat memicu terjadinya *early menarche* karena adanya peningkatan hormone yang tidak sesuai. Berdasarkan latar belakang tersebut maka tujuan penelitian ini ingin mengetahui bagaimana hubungan penggunaan *gadget* terhadap *menarche* pada remaja.

METODE

Penelitian ini berjenis deskriptif dengan desain penelitian *Cross sectional*. Dalam penelitian data yang digunakan merupakan data sekunder yang angkat dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017. Survei dilakukan di 34 provinsi Indonesia 24 Juli hingga 30 Desember 2017. Terdapat beberapa kriteria untuk menentukan sampel diantara populasi yang ada yaitu remaja perempuan berusia 15-25 tahun, belum menikah dan sudah menstruasi. Berikut merupakan tahapan dalam penentuan sampel sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Tahap pertama terdapat 11.302 seluruh remaja berusia 15-25 tahun. Tahap kedua terdapat 10.961 responden seluruh remaja perempuan berusia 15-25 tahun. Tahap ketiga terdapat 10.678 responden seluruh remaja perempuan berusia 15-25 tahun sesuai dengan kriteria inklusif (belum menikah dan sudah menstruasi). Terdapat 2 variabel dalam penelitian ini yaitu penggunaan *gadget* dan kejadian *menarche* pada remaja. Pada penelitian ini data akan dianalisis dengan menggunakan metode *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil penelitian mengenai hubungan penggunaan *gadget* dengan *menarche* pada remaja Indonesia tahun 2017 adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Penggunaan Gadget

Penggunaan Gadget	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak pernah	978	9,2
Jarang	1.100	10,3
Kadang-kadang	1.461	13,7
Selalu	7.139	66,9
Total	10.678	100

Sumber; SDKI 2017

Berdasarkan hasil pada tabel 1. menunjukkan bahwa mayoritas responden yakni remaja putri selalu menggunakan *gadget* sebesar 66,9%, kategori kadang kadang menggunakan *gadget* 13,7%, jarang menggunakan *gadget* 10,3% dan tidak pernah menggunakan *gadget* 9,2%.

Penggunaan *gadget* dengan baik memiliki banyak sekali manfaat yang dapat mempermudah segala bentuk pekerjaan. Akan tetapi, disisi lain penggunaan *gadget* yang tidak sesuai juga memiliki banyak dampak negative yang bisa dirasakan (Novitasari, 2019). Menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan anak, usia ideal pada anak dalam penggunaan *gadget* yaitu 13 tahun (Nurfadila, Zaman and Romadona, 2019). Beberapa dampak yang dirasakan terutama tanpa adanya pengawasan yaitu dapat membuat mata lelah,

rabun jauh serta terjadinya perkembangan hormonal tubuh akibat rangsangan audio visual yang ada. Hasil penelitian menyebutkan bahwa dari seluruh responden dengan rata-rata usia 15-25 tahun pada remaja perempuan selalu menggunakan *gadget* sebesar 66,9%. Tingginya angka ini dapat disebabkan karena adanya kebiasaan yang sudah dilakukan sedari usia dini serta minimnya peran orang tua dalam mengatur dan mengontrol penggunaan *gadget* pada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Sri yaitu bahwa tingginya penggunaan *gadget* pada anak usia dini disebabkan karena orang tua kurang mendampingi dan mengontrol karena ketidaktahuan akan dampak yang akan ditimbulkan baik secara fisik maupun mental pada anak (Rahayu, Elan and Mulyadi, 2017).

Tabel 2. Karakteristik Usia Menarche Responden

Usia Menarche (tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<10	617	5,8
≥10	10.601	94,2
Total	10.678	100

Sumber; SDKI 2017

Berdasarkan hasil pada tabel 2. menunjukkan bahwa mayoritas remaja perempuan mengalami kejadian *menarche* saat berusia ≥10 sebesar 94,2% dan terdapat pula remaja perempuan yang mengalami kejadian *menarche* saat berusia <10 tahun sebesar 5,8%.

Menarche merupakan hari pertama seorang anak atau remaja perempuan mengalami menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terjadinya *menarche* mayoritas pada remaja perempuan saat berusia ≥10 sebesar 94,2% dan <10 tahun sebesar 5,8%. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa tingkat kejadian *menarche* sangat beragam namun masih terdapat responden yang mengalami *menarche* pada usia dini (*early menarche*). Kejadian *early menarche* pada penelitian ini disebabkan oleh beberapa hal seperti tingkat Pendidikan yang rendah yaitu rata-rata status pendidikan reponden hanya sampai tingkat sekolah dasar sehingga para responden tidak kurang memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik mengenai *menarche*. Selain itu tingginya penggunaan *gadget* yang merupakan salah satu jendela dunia dengan berbagai konten yang ada dapat berpengaruh terhadap hormonal didalam tubuh sehingga menyebabkan terjadinya *early menarche*. Sejalan dengan penelitian Wulandari et al. (2015) menyebutkan bahwa keteterpaparan media massa dapat menyebabkan *early menarche*, selain itu dalam penelitian lain juga menyebutkan bahwa terdapat faktor lain yang menyebabkan terjadinya *menarche* yaitu genetik, ekonomi, nutrisi, dan gaya hidup (Nguyen et al., 2020).

Tabel 3. Hubungan Penggunaan Gadget dan Kejadian Menarche Responden

Penggunaan Gadget	Kejadian Menarche				Total		p-value
	< 10 tahun		≥10 tahun		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak pernah	36	0,3	942	8,8	978	9,2	0,000
Jarang	41	0,4	1.059	9,9	1.100	10,3	
Kadang-kadang	64	0,6	1.397	13,1	1.461	13,7	
Selalu	476	4,5	6.663	62,4	7.139	66,9	
Total	617	5,8	10.061	94,2	10.678	100	

Sumber: SDKI 2017

Berdasarkan hasil pada tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan kejadian menarche pada remaja dengan p-value 0.000 (<0.05). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mayoritas kejadian menarche terjadi pada remaja dengan usia ≥10 tahun dan selalu menggunakan gadget yaitu sebesar 62,4%.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kejadian *menarche* pada remaja dengan p-value < 0.05. Diketahui dalam tabel distribusi frekuensi terdapat 476 (4,5%) yang selalu menggunakan *gadget* dan mengalami kejadian *menarche* pada remaja <10 tahun dan terdapat 6.663 (62,4%) yang selalu menggunakan *gadget* dan mengalami kejadian *menarche* pada remaja ≥10 tahun. Adapun faktor yang mempengaruhi penggunaan *gadget* dengan kejadian *early menarche* yaitu kurangnya pengawasan dan pengetahuan orang tua dalam mengontrol penggunaan *gadget* sehingga sudah menjadi suatu hal yang lumrah. Penggunaan gadget tidak lengkap tanpa adanya internet yang dapat menyambungkan dengan berbagai konten terutama sensualitas. Kurangnya pengawasan dari orang tua serta pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan tanpa unsur kesengajaan seorang anak dapat membuka situs ataupun konten yang tidak sesuai sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap hormonal yang dapat mempercepat terjadinya *early menarche*. Penelitian sebelumnya menyebutkan seorang anak yang terpapar akan media massa internet kategori berat akan lebih cepat mengalami *menarche (early menarche)* yaitu sebesar 69,7%, kategori sedang 18,2% dan kategori ringan 12,1% (Selvi, Oktavia and Doni, 2020). Selain itu, penelitian lain juga menyebutkan bahwa pengawasan yang kurang akan menyebabkan ketidak sesuaian tontonan yang mengandung sensualitas seperti pornografi. Dalam penelitian tersebut juga disebutkan bahwa terdapat 6 responden yang terpapar media porno tinggi dengan kejadian *menarche* (6,6%) (Putri, Novitadewi and Maemunah, 2020).

KESIMPULAN

Hasil penelitian mengenai hubungan penggunaan gadget dengan *menarche* pada remaja

menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dengan p-value <0.05. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seperti kurangnya pengetahuan dan pemahaman, rendahnya tingkat Pendidikan responden dan kurangnya peran orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget. Berdasarkan kesimpulan tersebut maka, Saran yang diberikan oleh penulis yaitu melakukan sosialisasi mengenai *menarche* dini dan bahayanya yang dapat ditimbulkan serta tidak membiarkan anak <10 tahun untuk menggunakan gadget dengan seluasnya tanpa adanya pengasawan karena tidak sesuai dengan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan anak yang menyampaikan usia ideal dalam penggunaan gadget minimal 13 tahun.

REFERENSI

- Arissandi, D., Setiawan, christina T. and Wiludjeng, R. (2019) 'Hubungan Komsumsi Fast Food terhadap kejadian Menarche Dini di SDN Panjang I dan SDN Panjang 3 Kecamatan Kedungadem Kabupaten Bojonegoro', *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), pp. 40–46.
- Devi Partika Sari, Nurhapsa and Erna Magga (2019) 'Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Early Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Lapadde Kota Parepare', *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(1), pp. 141–155. doi: 10.31850/makes.v2i1.131.
- Islamy, A. and Farida, F. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), p. 13. doi: 10.26714/jkj.7.1.2019.13-18.
- Nguyen, N. T. K. et al. (2020) 'Nutrient intake through childhood and early menarche onset in girls: Systematic review and meta-analysis', *Nutrients*, 12(9), pp. 1–19. doi: 10.3390/nu12092544.
- Novitasari, N. (2019) 'Strategi Pendampingan Orang Tua terhadap Intensitas Penggunaan Gadget pada Anak', *Al-Hikmah : Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), pp. 167–188. doi: 10.35896/ijecie.v3i2.77.
- Nurfadila, F., Zaman, B. and Romadona, N. F. (2019) 'Upaya Orang Tua untuk Mencegah Ketergantungan Anak Terhadap Penggunaan Gadget', *Edukids : Jurnal pertumbuhan*,

- perkembangan dan Pendidikan anak usia dini*, 16(1), pp. 31–29.
- Pebriana, P. H. (2017) ‘Analisis Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial pada Anak Usia Dini’, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), p. 1. doi: 10.31004/obsesi.v1i1.26.
- Prayuni, E. D., Imandiri, A. and Adianti, M. (2019) ‘Therapy for Irregular Menstruation With Acupuncture and Herbal Pegagan (Centella Asiatica (L.))’, *Journal Of Vocational Health Studies*, 2(2), p. 86. doi: 10.20473/jvhs.v2.i2.2018.86-91.
- Putri, R. M., Novitadewi, N. and Maemunah, N. (2020) ‘Usia Menarche dari Sudut Pandang Konsumsi Fastfood dan Paparan Media Porno’, *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), p. 54. doi: 10.36565/jab.v9i1.180.
- Rahayu, N. sri, Elan and Mulyadi, S. (2017) ‘Analisis Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini’, 5(2), pp. 2–4.
- Ramaita, R., Armaita, A. and Vandelis, P. (2019) ‘Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia)’, *Jurnal Kesehatan*, 10(2), p. 89. doi: 10.35730/jk.v10i2.399.
- Sari, R. *et al.* (2016) ‘Gambaran Usia Menarche Dini Di Pada Anak Sekolah Dasar Di Daerah Urban’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4(4), pp. 443–447.
- Selvi, S. A., Oktavia, N. S. and Doni, A. W. (2020) ‘Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet Dengan Usia Menarche Pada Siswi Dengan Status Gizi Lebih Di Smp Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang Tahun 2020’, *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 3(2), pp. 45–51. doi: 10.36984/jkm.v3i2.92.
- Sulayfiah, T. N. and Mukhoirotn, M. (2020) ‘Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche Dini’, *Jurnal of Bionursing*, 2(1), pp. 33–38.
- Wulandari, P., Ainin, D. N. and Astuti, S. W. (2015) ‘Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche Siswi di SMPN 31 Semarang’, *Jurnal Keperawatan*, 6(2), pp. 117–122. Available at: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2866>.