

## Literature Review: Alteration in the Age of Menarche Among Indonesian Adolescent

### Author :

Sekar Ayu Putri<sup>1</sup>, Winda Nadya<sup>2</sup>,  
Kania Rizqita Dewi<sup>3</sup>, Chahya  
Kharin Herbawani<sup>4</sup>.

### First Author E-mail:

sekar.ap6@gmail.com, Universitas  
Pembangunan Nasional Veteran  
Jakarta, Indonesia<sup>1</sup>

### Second Author E-mail:

windanadya68@gmail.com,  
Universitas Pembangunan Nasional  
Veteran Jakarta, Indonesia<sup>2</sup>

### Third Author E-mail:

kaniarizqita.dewi@gmail.com,  
Universitas Pembangunan Nasional  
Veteran Jakarta, Indonesia<sup>3</sup>

### Fourth Author E-mail:

chahyakharin@upnvj.ac.id,  
Universitas Pembangunan Nasional  
Veteran Jakarta, Indonesia<sup>4</sup>

DOI :10.24903/kujkm.v8i1.1406

Received : May 2022

Accepted : May 2022

Published : June 2022

P-ISSN: 2477-1880 E-ISSN: 2502-662

Kesmas Uwigama : Jurnal Kesehatan Masyarakat

### Abstract

**Background:** There are around 900 million adolescent girls who experience early menarche and 85% of them live in developing countries.

**Objectives:** This study aims to knowing the alteration in the age of menarche in among Indonesian adolescent and how pornography can affect it.

**Research Metodes:** This type of research is narrative review which used articles from databases Google Scholar, Garudan, and Pubmed.

**Results:** The result showed that there was alteration in the age of menarche among Indonesian adolescent. These changes are determined by many factors, one of which is exposure to mass media and pornography. Exposure to pornography can affects the condition of the adolescent body, that is stimulating the reproductive and genital systems to mature more quickly, which is causing the reproductive system to mature more quickly and causing menarche.

**Conclusion:** Exposure to pornography causes changes in the age of menarche. Exposure to pornography stimulates the reproductive and genital systems, causing faster maturation. This acceleration of maturation affects the production of sex hormones, causing early menarche.

**Keywords:** Menarche; Menstruation; Pornography; Age; Adolescent

### Abstrak

**Latar Belakang:** Remaja putri yang mengalami *menarche* dini terdapat sekitar 900 juta dan 85% di antaranya hidup di negara berkembang.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan usia *menarche* pada remaja putri di Indonesia dan bagaimana pornografi dapat mempengaruhi perubahan usia *menarche* tersebut.

**Metode Penelitian:** Metode yang kita gunakan dalam penelitian ini adalah narrative review yang menggunakan artikel dari database Google Scholar, Garuda, dan PubMed.

**Hasil:** Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat penurunan usia *menarche* pada remaja putri di Indonesia. Perubahan usia *menarche* juga dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya ialah paparan media massa dan pornografi. Hal ini karena paparan pornografi mempengaruhi kondisi tubuh remaja, yaitu merangsang sistem reproduksi dan genital untuk lebih cepat matang sehingga menyebabkan pematangan sistem reproduksi lebih cepat dan menimbulkan *menarche*.

**Kesimpulan:** Paparan pornografi menyebabkan perubahan usia *menarche*. Paparan pornografi merangsang sistem reproduksi dan genital sehingga menyebabkan lebih cepat mengalami pematangan. Percepatan pematangan ini mempengaruhi produksi hormon-hormon seksual sehingga menyebabkan terjadinya *menarche dini*.

**Kata kunci:** *Menarche*; Menstruasi; Pornografi; Usia; Remaja

### Copyright Notice



This work is licensed under [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Masa peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa dapat disebut juga dengan masa remaja. Anak akan mengalami masa pertumbuhan yang meliputi perubahan psikologis, perubahan sosial dan perubahan biologis pada masa remaja (Sari et al., 2019). Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), separuh dari penduduk di dunia terdiri dari remaja berusia 10-19 tahun (Larasati et al., 2019). Dalam usia pubertas, konflik batin yang dapat menimbulkan beberapa tingkah laku patologis, seperti kecemasan, ketakutan, bingung, gelisah, dan merasa kurang percaya diri banyak dialami oleh remaja. Salah satu penyebabnya yaitu menstruasi pertama atau *menarche* (Kody, 2020).

Perkembangan fisik maupun hormon seseorang dimana terjadi pematangan alat reproduksi dan tercapainya kemampuan untuk bereproduksi adalah suatu fase yang dapat disebut sebagai fase pubertas (Kody, 2020). Masa pubertas akan dialami oleh semua remaja, baik perempuan maupun laki-laki. Tanda bahwa remaja perempuan telah mengalami pubertas adalah terjadinya *menarche*. *Menarche* merupakan fase di mana seorang anak perempuan mendapatkan menstruasi pertamanya. *Menarche* sendiri juga merupakan hal yang menandakan tahap kematangan organ reproduksi seorang remaja perempuan. Saat mengalami *menarche*, seorang perempuan mengalami beberapa perubahan pada fisiknya seperti membesarnya ukuran payudara dan ukuran panggul, tumbuhnya rambut halus di sekitar kemaluan dan ketiak, dan

terjadi perkembangan organ reproduksi yang sudah siap untuk dibuahi.

Dalam penelitiannya yang dilakukan Susanti pada tahun 2010, diketahui bahwa usia *menarche* yang dialami setiap perempuan bervariasi dan wilayah yang ditempati oleh individu mempengaruhi usia *menarche*. Umumnya, usia *menarche* normalnya terjadi pada umur 12 - 13 tahun (Pesa, 2020). Namun, hasil dari penelitian menunjukkan adanya penurunan usia *menarche* sehingga menarik perhatian (Sari et al., 2019). Istilah penurunan usia *menarche* dapat disebut juga dengan *menarche* dini. Menstruasi yang terjadi pertama kali pada wanita dengan usia di bawah 12 tahun disebut juga dengan *Menarche* dini (Larasati et al., 2019). Remaja putri yang mengalami *menarche* dini terdapat sekitar 900 juta dan 85% di antaranya hidup di negara berkembang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami *menarche* dini mengalami gelisah, terkejut, cemas, dan takut pada periode pertama menstruasi. Selain itu, remaja putri yang mengalami usia *menarche* berusia kurang dari 12,5 tahun serta mengalami pertumbuhan tinggi badan dengan cepat pada usia 4-7 tahun dapat meningkatkan risiko mengalami kanker payudara 1,54 kali lebih besar daripada remaja putri yang tidak mengalami *menarche* dini (Larasati et al., 2019). Dalam beberapa penelitian, didapatkan hasil berupa usia *menarche* yang terjadi lebih dini dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kanker payudara, penyakit kardiovaskular, obesitas, gangguan psikologi dan gangguan

metabolic (Diana et al., 2019). Perubahan usia *menarche* pada remaja putri dapat disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya status gizi, aktivitas fisik, keturunan, status ekonomi dan terpaparnya remaja putri dengan (pornografi) serta perbuatan seksual dan gaya hidup.

Menurut UU No. 44 Tahun 2008 tentang Pornografi, "Pornografi merupakan gambar, sketsa, ilustrasi, foto, tulisan, suara, bunyi, gambar bergerak, animasi, kartun, percakapan, gerak tubuh, atau bentuk pesan lainnya melalui berbagai bentuk media komunikasi dan/atau pertunjukan di muka umum, yang memuat kecabulan atau eksploitasi seksual yang melanggar norma kesusilaan dalam masyarakat" (Pemerintah Indonesia, 2008). Menurut KBBI, pornografi merupakan gambaran tingkah laku secara erotis untuk membangkitkan nafsu birahi yang disampaikan melalui lukisan atau tulisan (KBBI, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Larasati et al., 2019), terdapat hubungan antara paparan media massa dengan kejadian *Menarche* dini pada remaja putri. Dari hasil data Pornography Statistic didapatkan bahwa sebanyak 12% dari situs yang ada di internet berisi konten pornografi. Sebanyak 13,61% pengakses situs pornografi berusia 18- 24 tahun dengan rata-rata usia yang mengakses situs tersebut pertama kali adalah 11 tahun (Pujiati & Handayani, 2018).

Paparan media massa yang termasuk rangsangan audio-visual

menjadi salah satu penyebab terjadinya *Menarche* dini. Reaksi terhadap rangsangan audio-visual tersebut dapat menyebabkan kematangan seksual yang lebih cepat daripada yang seharusnya. Rangsangan audio-visual diantaranya adalah poster, majalah, buku, film yang mengandung konten-konten dewasa atau pornografi. Seiring perkembangan teknologi, pornografi menjadi ancaman bagi remaja. Pornografi memiliki dampak yang besar bagi pertumbuhan remaja. Kecanduan pornografi dapat menimbulkan kerusakan pada otak sehingga sulit untuk berkonsentrasi pada suatu hal, perilaku menyimpang seksual, sulit mengontrol diri, mengambil keputusan, dan mengatur emosi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perubahan usia *menarche* pada remaja putri di Indonesia dan bagaimana pornografi dapat mempengaruhi perubahan usia *menarche* tersebut.

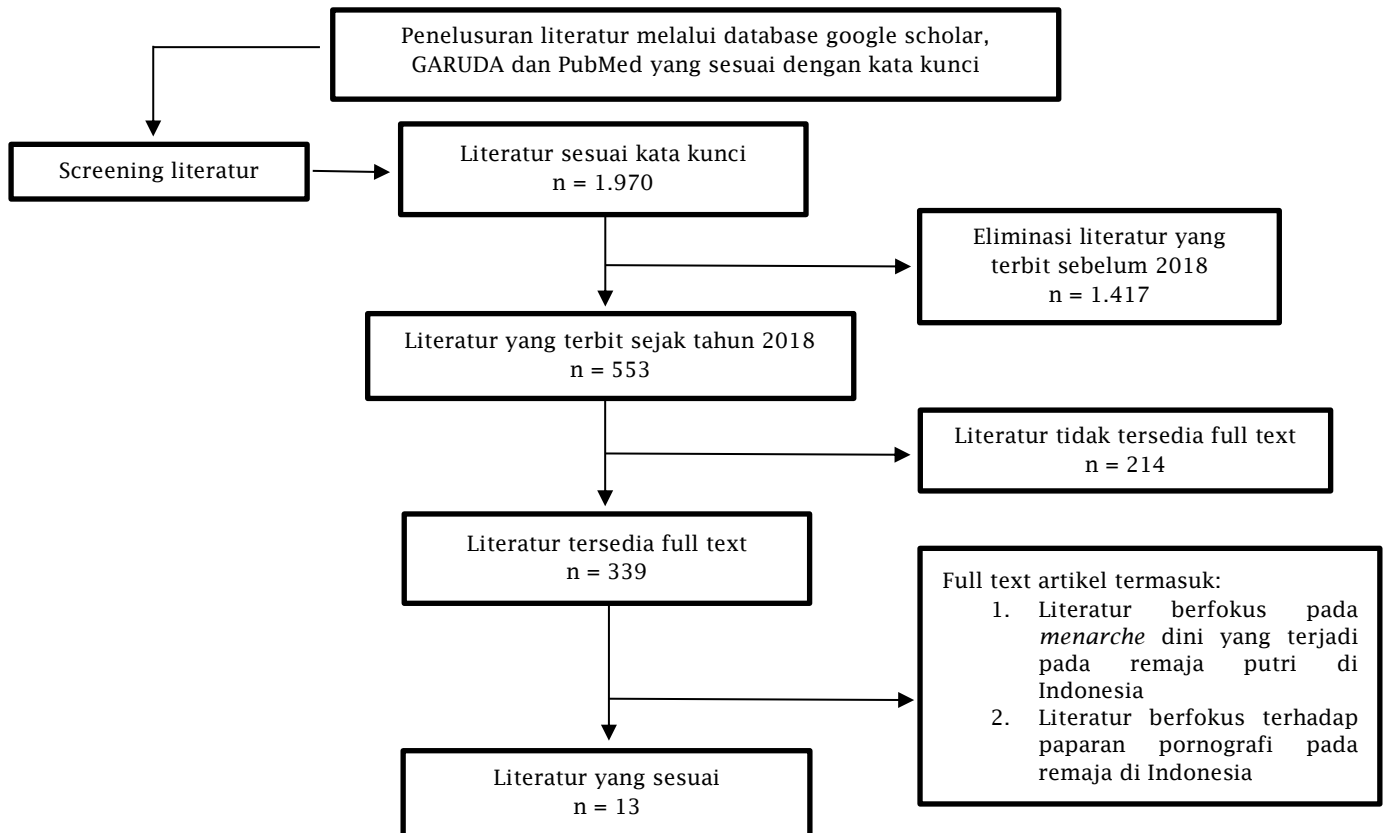
### Metode Penelitian

Metode yang akan kami gunakan dalam penelitian ini adalah *narrative review* yang menggunakan artikel dari *database* Google Scholar, Garuda, dan PubMed. Data yang diperoleh merupakan artikel yang terbit dari tahun 2018 - sekarang. Peneliti melakukan pencarian literatur menggunakan kata kunci utama "*menarche*", "menstruasi", "pornografi", "usia", dan "remaja".

## Hasil Penelitian

Berikut merupakan hasil pencarian dan analisis artikel yang telah peneliti dapatkan yang akan digambarkan melalui *flow chart* diagram.

**Gambar 1. Hasil Pencarian Literatur**



Berdasarkan 13 literatur yang telah ditelusuri dan dilakukan analisis, maka diperoleh hasil yang menyatakan bahwa sejak tahun 2010, remaja putri di Indonesia telah mengalami penurunan usia *menarche*. Hal ini tentu berdampak pada kesehatan remaja yang mengalami *menarche* di usia dini. Mereka akan lebih berisiko mengalami gangguan pada kondisi fisik dan mentalnya. Usia *menarche* juga dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya ialah paparan media massa dan pornografi.

Dalam beberapa penelitian, didapatkan data bahwa sebagian

besar remaja telah terpapar oleh media massa, khususnya pornografi. Faktor dorongan mereka dalam mengakses pornografi dapat berupa dari diri sendiri dan dari lingkungan sekitarnya. Didukung oleh beberapa hasil penelitian, telah didapatkan data bahwa terdapat hubungan antara keterpaparan pornografi terhadap peristiwa terjadinya *menarche* dini pada remaja. Hal ini terjadi karena paparan pornografi mempengaruhi kondisi tubuh remaja sehingga menyebabkan pematangan sistem reproduksi lebih cepat dan menimbulkan *menarche*.

**Tabel 1. Hasil Telaah Literatur**

| No. | Nama Penulis/Author                                | Judul Jurnal  | Identitas Jurnal                                    | Metode Penelitian   | Hasil Penelitian  |
|-----|--|---|---|---|---|
| 1.  | Devi Partika Sari, Nurhapsa, Erna Magga, Nurlinda  | Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Early <i>Menarche</i> Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Lapadde Kota Parepare                      | Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan                 | <i>Accidental Sampling</i>  | Terdapat pengaruh lingkungan terhadap early <i>menarche</i> siswi Sekolah Dasar di mana hal ini terjadi karena pergaulan bebas siswi yang dipengaruhi oleh media massa. Selain itu, terdapat pula pengaruh status ekonomi terhadap early <i>menarche</i> siswi Sekolah Dasar.   |
| 2.  | Nenda Larasati, Sintha F.S1, Ni Luh Desi Puspareni | Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian <i>Menarche</i> Dini Pada Siswi Smp Setia Negara Depok Tahun 2018                    | Jurnal Medika Respati                               | Pendekatan <i>cross sectional</i>                                   | Terdapat hubungan antara aktivitas fisik, status gizi, dan paparan media massa terhadap kejadian <i>menarche</i> dini.  |
| 3.  | Martha M. Kody                                     | Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Remaja Putri dalam Menghadapi <i>Menarche</i> di SMP Negeri 1 Nggaha Ori Angu Kabupaten Sumba Timur | Jurnal Kesehatan Primer                             | Metode deskriptif dengan instrumen yang digunakan adalah kuesioner. | Pengetahuan, Informasi dan peranan Orang Tua merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi remaja putri dalam menghadapi <i>menarche</i> .  |
| 4.  | Sudikno, Sandjaja                                  | Usia <i>Menarche</i> Perempuan Indonesia Semakin Muda: Hasil Analisis Riskesdas 2010  | Jurnal Kesehatan Reproduksi                         | <i>Cross-sectional</i>  | Rata-rata keseluruhan usia <i>menarche</i> adalah 12,96 tahun. Usia <i>menarche</i> lebih muda di daerah perkotaan daripada pedesaan dan hal ini dapat dilihat secara signifikan. Remaja yang belum mengalami <i>menarche</i> memiliki IMT yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang sudah mengalami <i>menarche</i> .  |
| 5.  | Galih Haidar, Nurliana Cipta Apsari                | Pornografi Pada Kalangan Remaja   | Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat | <i>Studi Literatur</i>  | Salah satu masalah yang menjadi isu permasalahan sosial pada remaja antara lain kecanduan pornografi. Faktor penyebab masalah pornografi di kalangan remaja dibagi menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor sistem. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari individu itu sendiri. Sedangkan faktor sistem adalah faktor yang berupa keluarga, sekolah dan masyarakat di mana mereka dapat mempengaruhi rangsangan dan membentuk perilaku seseorang. |
| 6.  | Iram Barida Maisyaa, Siti Masitoh                  | Derajat Keterpaparan Konten Pornografi Pada Siswa SMP dan SMA di DKI Jakarta dan Banten Indonesia                                   | Jurnal Kesehatan Reproduksi                         | Cross-sectional   | Sebagian besar siswa atau sebanyak (94,5%) sudah terpapar pornografi derajat 1. Perempuan lebih banyak terpapar derajat 1 (96,7%), sedangkan laki-laki lebih banyak yang terpapar pornografi derajat 2 (6,7%) dan derajat 3 (0,2%). Siswa SMA/MA lebih banyak terpapar derajat 3 (0,1%) dan derajat 2 (4%). Sedangkan siswa SMP lebih banyak terpapar derajat 1 (96,1%).  |
| 7.  | Imelda Diana, Siti Pangarsi Dyah KW, Cicih         | Perbedaan Antara Pola Nutrisi, Gaya Hidup, Status Gizi dan Keterpaparan Media Pornografi Pada Kejadian Status <i>Menarche</i>       | Kesehatan dan Kebidanan STIKes Mitra RIA Husada     | Analitik Cross sectional Study                                      | Rata-rata usia <i>menarche</i> terjadi pada remaja dengan usia 11 tahun, terdapat perbedaan antara gaya hidup ( $p=0,011$ ), pola nutrisi ( $p=0,000$ ), dan status gizi ( $p=0,000$ ). Faktor keterpaparan media pornografi dinyatakan tidak ada perbedaan pada status <i>menarche</i> siswa kelas VI SD dengan hasil ( $p=0,240$ ) < $\alpha=0,05$ .  |

|     |   |   |                                 |   |  |
|-----|---|---|---------------------------------|---|--|
| 8.  | Yadriati Maya Pesa  | Hubungan Keterpaparan Media Massa Terhadap Usia <i>Menarche</i> Pada Siswi Di Smp Negeri 2 Bangko Bagansiapiapi   |                                 | Cross-sectional                               | Analisa dengan metode Chi-square menghasilkan nilai p value $0,002 < (0,05)$ , artinya $H_0$ diterima atau dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara intensitas keterpaparan media massa dengan usia <i>menarche</i> pada siswi di SMP Negeri 2 Bangko Bagansiapiapi.   |
| 9.  | Velga Yazia   | Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet dan Status Gizi Terhadap Usia <i>Menarche</i> Pada Siswi Kelas VII SMPN 22 Padang  | MENARA Ilmu                     | Cross-sectional                               | Hasil penelitian menunjukkan total keseluruhan 88 siswi yang membuka dan mengakses media massa internet yang berbaur pornografi (79,5 %), siswi yang memiliki status gizi gemuk (48,9 %), siswi yang terpapar dengan media massa internet (47,7 %), siswi yang mengalami <i>menarche</i> dini (63,6 %). Terdapat hubungan antara intensitas paparan media massa internet dengan usia <i>menarche</i> dan didapatkan nilai p value 0,041 ( $p \leq 0,05$ ).         |
| 10. | Diah Auliya, Eti Salafas, SiT.,M.Kes, Masrurroh, SiT.,M.Kes.          | Hubungan Keterpaparan Media Massa dengan Kejadian <i>Menarche</i> pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 4 Ungaran  | Skripsi Penelitian              | <i>Cross-sectional</i>                        | Berdasarkan hasil uji Chi Square nilai p-value sebesar 0,003 ( $<0,05$ ). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara intensitas paparan media massa dengan peristiwa terjadinya <i>menarche</i> pada siswi kelas VII di SMP Negeri 4 Ungaran.  |
| 11. | Magdalena Agu Yosali, Nurlita Bintari                                 | Hubungan Usia <i>Menarche</i> dengan Kejadian Kanker Payudara pada Wanita Usia 25-50 Tahun di Rumah Singgah Yayasan Kanker Payudara Indonesia (YKPI) Jakarta        | Jurnal Ilmiah Wijaya            | Penelitian kuantitatif dengan desain analitik | Hasil analisa dari 30 responden terdapat 22 wanita yang mengalami <i>menarche</i> pada usia $\leq 12$ Tahun yang mengalami kanker payudara. Sebanyak 8 wanita yang mengalami <i>menarche</i> $> 12$ tahun mengalami kanker payudara, 2 (20%) wanita yang mengalami <i>menarche</i> $> 12$ tahun tidak mengalami kanker payudara. Dapat disimpulkan bahwa $H_0$ ditolak yang berarti terdapat hubungan antara usia <i>menarche</i> dengan kejadian kanker payudara. |
| 12. | Widya Siestianing Rachma*, Ikha Deviyanti Puspita*                    | Hubungan Asupan Makan, Status Gizi, Dan Usia <i>Menarche</i> Ibu Dengan <i>Menarche</i> Dini Pada Remaja Putri Di Wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor | Svasta Harena: Jurnal Ilmu Gizi | <i>Cross-sectional</i>                        | Hasil dari penelitian ini yaitu perubahan usia <i>menarche</i> dipengaruhi oleh asupan protein dan status gizi. Namun tidak dipengaruhi oleh faktor asupan energi, lemak, karbohidrat, kalsium serta tidak adanya hubungan usia <i>menarche</i> ibu dengan usia <i>menarche</i> remaja putri di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2.  |
| 13. | Made Ayu Desyana Wulandari, I Dewa Putu Gede Putra Yasa, I Made Duita | Hubungan Obesitas Sentral Terhadap <i>Menarche</i> Dini Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 3 Abiansemal  | Bali Medika Jurnal              | <i>Cross-sectional</i>                        | Penelitian tersebut menunjukkan hasil sebanyak 57 responden (34,97%) mengalami obesitas sentral dan yang mengalami <i>menarche</i> dini sebanyak 89 responden (54,60%). Hasil uji chi square didapatkan hasil p value sebesar 0,000 dari tingkat signifikansi ditentukan yaitu 0,05. Sehingga kesimpulannya terdapat hubungan antara obesitas sentral dengan <i>menarche</i> dini.   |

## **Pembahasan** **Perubahan Usia *Menarche* di Indonesia**

Usia *menarche* pada remaja putri dapat mengalami perubahan menjadi lebih dini atau lebih lama. Umumnya, usia *menarche* dapat digolongkan menjadi 3, yaitu usia *menarche* dini pada usia 10 - 11 tahun, usia *menarche* normal pada usia 12 - 13 tahun, dan usia *menarche* terlambat pada usia 14 - 15 tahun (Pesa, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Diana et al., 2019), menunjukkan bahwa usia rata-rata *menarche* pada penelitiannya adalah 11 tahun. Dimana responden dari penelitian tersebut merupakan siswi kelas 6 SD yang memiliki rentang usia 11-13 tahun. Rata-rata ini jika dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rachma & Puspita, 2021) menunjukkan angka yang lebih rendah. Rata-rata usia *menarche* pada penelitiannya yaitu 11.7 tahun. Namun, usia tersebut masih termasuk dalam *menarche* dini. Ketidaknormalan usia *menarche* juga ditemukan pada hasil penelitian (Pesa, 2020), dimana hasil penelitiannya menunjukkan sebanyak 69 orang (84,15%) dari 82 orang respondennya yang mengalami usia *menarche* tidak normal (<12 tahun) akibat faktor keterpaparan media massa. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yazia, 2019), bahwa penurunan usia *menarche* dapat dipengaruhi oleh keterpaparan media massa, dimana sebagian besar jumlah respondennya mengalami *menarche* dini (<12 tahun).

## **Dampak dari *Menarche* Dini**

Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa terjadinya *menarche* di usia dini dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskular, penyakit kanker payudara, obesitas, gangguan psikologis dan gangguan metabolik (Diana et al., 2019). Remaja dengan usia menstruasi dini cenderung memiliki siklus ovulatoar yang cepat. Siklus yang cepat ini membuat remaja putri terpapar hormon estrogen lebih banyak sehingga risiko terjadinya kanker payudara akan mengalami peningkatan sebesar empat kali lipat (Yosali & Bintari, 2019).

Penelitian (Wulandari et al., 2020) juga menunjukkan bahwa terdapatnya hubungan antara perubahan usia *menarche* dengan status gizi dan lemak tubuh. Mengonsumsi makanan cepat saji yang rendah serat dan tinggi lemak disertai dengan minimnya aktivitas fisik pada remaja putri dapat meningkatkan jumlah lemak dalam tubuh. Adanya lemak yang berlebih pada tubuh remaja putri akan mengakibatkan sistem reproduksi matang dengan cepat. Hal tersebut dapat mengakibatkan perubahan usia *menarche* ke arah yang lebih cepat atau disebut dengan *menarche* dini. Jika hal tersebut diabaikan terus-menerus, maka akan berdampak pada kesehatan remaja putri dan dapat meningkatkan risiko terjadinya obesitas.

*Menarche* dini juga memiliki dampak terhadap perubahan sikap psikososial seseorang. Perubahan tersebut dapat berupa emosi yang tidak terkendali dikarenakan hipotalamus yang memproduksi

lebih banyak hormon estrogen saat seseorang mengalami menstruasi sehingga menyebabkan perubahan bentuk alat kelamin seperti payudara yang membesar.

### **Paparan Media Massa dan Pornografi Pada Remaja**

Media massa adalah sarana untuk menyebarkan isi berita, komentar, opini, hiburan, dan lain sebagainya. Saat ini, perkembangan teknologi ikut serta dalam mempengaruhi peran media massa, di antaranya memberi kebebasan dalam mengakses informasi kapan saja dan dimana saja. Menurut Kartono, faktor yang mempengaruhi usia *menarche* salah satunya dapat disebabkan oleh rangsangan-rangsangan kuat dari luar. Contoh dari rangsangan tersebut adalah melalui keterpaparan media massa (Pesa, 2020). Dalam era teknologi seperti sekarang ini, pengaksesan internet semakin mudah sehingga lebih bebas pula pengaksesan media massa yang dapat mempercepat pematangan hormon seksual sehingga menyebabkan *menarche* dini.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Komisi Nasional Perlindungan Anak tahun 2010, sebanyak sembilan puluh tujuh persen remaja telah menonton ataupun mengakses materi pornografi. Hal ini dapat terjadi karena masa remaja merupakan masa dimana minat seksual yang berkembang mendorong mereka untuk mencari tahu lebih dalam terkait media massa pornografi (Maisya & Masitoh, 2019). Jika remaja tidak mendapatkan arahan dan pengawasan dengan benar mengenai

keingintahuan tersebut, maka remaja rentan sekali terjerumus ke dalam akses pornografi yang tersebar di media massa dan melakukan kegiatan menyimpang, khususnya dalam hal perilaku seksual.

### **Hubungan Antara Paparan Pornografi dengan Perubahan Usia Menarche**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Yazia, 2019), mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang jelas antara paparan media massa internet dengan usia *menarche* dini. Secara tidak langsung, keterpaparan remaja putri dengan media massa seperti pornografi dapat menyebabkan percepatan usia *menarche* (Larasati et al., 2019). Pada zaman teknologi seperti saat ini, media massa seperti pornografi sangat mudah diakses. Kemudahan akses tersebut dapat mempercepat kematangan hormon seksual yang menyebabkan *menarche* dini.

Salah satu contoh akses pornografi yang dilakukan oleh remaja adalah melalui rangsangan audio visual, yang berasal dari tontonan video ataupun dialog bertema dewasa, vulgar, atau mengumbar sensualitas. Rangsangan dari telinga dan mata tersebut kemudian menjadi faktor penyebab dari *menarche* usia dini karena merangsang sistem reproduksi dan genital untuk lebih cepat matang (Auliya, 2019). Keterpaparan media massa pornografi dapat menimbulkan rangsangan yang diterima oleh hypothalamus. Rangsangan yang terjadi secara berkesinambungan akan meninggalkan ingatan yang lama.



Rangsangan tersebut akan mempengaruhi produksi hormon-hormon seksual yang mempengaruhi usia *menarche* dini (Yazia, 2019).

### Kesimpulan

Umumnya, usia *menarche* yang normal pada remaja putri yaitu berusia 12 - 13 tahun. Namun, terdapat penurunan usia *menarche* remaja putri di Indonesia. Penurunan usia *menarche* ini dapat meningkatkan beberapa faktor risiko penyakit. Salah satu penyebab menurunnya usia *menarche* adalah paparan pornografi pada remaja. Paparan pornografi merangsang sistem reproduksi dan genital sehingga menyebabkan lebih cepat mengalami pematangan. Percepatan pematangan ini mempengaruhi produksi hormon-hormon seksual sehingga menyebabkan terjadinya *menarche* dini.

### Referensi

- Auliya, D. (2019). *Hubungan Keterpaparan Media Massa dengan Kejadian Menarche pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 4 Ungaran*. Universitas Ngudi Waluyo.
- Diana, I., KW, S. P. D., & Cicih. (2019). Perbedaan Antara Pola Nutrisi, Gaya Hidup, Status Gizi dan Keterpaparan Media Pornografi Pada Kejadian Status Menarche. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan*, VIII(1).
- KBBI. (2021). *Arti kata pornografi - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online*. <https://kbbi.web.id/pornografi>
- Kody, M. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 1 Nggaha Ori Angu Kabupaten Sumba Timur. *Jurnal Kesehatan Primer*, 5(2), 121-129.
- Larasati, N., Simanungkalit, S. F., & Puspareni, N. L. D. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Siswi SMP Setia Negara Depok Tahun 2018. *Jurnal Medika Respati*, 14(2), 143. <https://doi.org/10.35842/mr.v14i2.251>
- Maisya, I. B., & Masitoh, S. (2019). Derajat Keterpaparan Konten Pornografi Pada Siswa SMP Dan SMA di DKI Jakarta dan Banten Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 117-126. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2463>
- Pemerintah Indonesia. (2008). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2008 tentang Pornografi*.
- Pesa, M. Y. (2020). Hubungan Keterpaparan Media Massa Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Di Smp Negeri 2 Bangko Bagansiapiapi. *Jurnal Martenity and Neonatal*, 8(1), 70-75.
- Pujiati, E., & Handayani, D. S. (2018). Pengaruh Paparan Media Pornografi dan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seks Remaja Kabupaten Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 5(1), 57-68.
- Rachma, W. S., & 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. *Svasta Harena: Jurnal Ilmu Gizi*, 1(2), 51-59. <https://doi.org/10.33860/shjig.v2i1.545>
- Sari, D. P., Magga, E., & Nurlinda. (2019). Faktor - Faktor Yang

Mempengaruhi Early Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Kelurahan Lapadde Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(1), 141-155. <https://doi.org/10.31850/makes.v2i1.131>

Wulandari, M. A. D., Yasa, I. D. P. G. P., & Duita, I. M. (2020). Hubungan Obesitas Sentral Terhadap Menarche Dini Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Abiansemal. *Bali Medika Jurnal*, 7(2). <https://doi.org/10.36376/bmj.v7i2.144>

Yazia, V. (2019). Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet dan Status Gizi Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Kelas VII SMPN 22 Padang. *Menara Ilmu*, 13(6), 244-256. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1421>

Yosali, M. A., & Bintari, N. (2019). Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Kanker Payudara Pada Wanita Usia 25-50 Tahun Di Rumah Singgah Yayasan Kanker Payudara Indonesia (YKPI) Jakarta. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 11(2), 2301-4113. [www.jurnalwijaya.com](http://www.jurnalwijaya.com);