

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pubertas merupakan suatu tahapan yang sangat penting bagi wanita. Periode pubertas akan terjadi perubahan dari masa anak-anak menjadi dewasa. Perubahan tersebut meliputi perubahan hormon, perubahan fisik, perubahan psikologi dan sosial. Pubertas merupakan proses perubahan ketidakmatangan fisik dan seksual menuju kematangan fisik dan seksual. Fase kematangan fisik dan seksual dapat membuat organ reproduksi seorang remaja dapat berfungsi untuk bereproduksi. Masa pubertas dalam kehidupan kita biasanya dimulai saat berumur 8 hingga 10 tahun dan berakhir lebih kurang di usia 15 hingga 16 tahun, Masa pubertas pada wanita ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, *menarche*, perubahan psikologis dan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder.¹

Pubertas merupakan titik pencapaian dari kematangan seksual pada anak perempuan yaitu dengan terjadinya *menarche*. *Menarche* adalah haid pertama yang terjadi akibat proses sistem hormonal yang kompleks. Setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan kepusat dan diolah oleh hipotalamus, dilanjutkan dengan hipofisis melalui sistem portal dikeluarkan hormon gonadotropin perangsang folikel dan *luteinizing hormone* untuk merangsang indung telur.^{2,3}

Data demografi menunjukkan bahwa penduduk dunia jumlah populasi remaja merupakan populasi yang besar. Menurut *World Health Organization* (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia dari remaja berumur 10 - 19 tahun.

Sekitar sembilan ratus juta berada di negara sedang berkembang. Sementara di Indonesia dari hasil sensus penduduk, dari total 237,6 juta jiwa penduduk Indonesia 26,67% yaitu 63,4 juta jiwa diantaranya adalah remaja, 49,30% dari total remaja tersebut berjenis kelamin perempuan.⁴

Di Indonesia usia remaja pada waktu *menarche* bervariasi antara 10 sampai 16 tahun dan rata-rata *menarche* pada usia 13 tahun. Usia *menarche* lebih dini terjadi pada remaja yang tinggal di daerah perkotaan daripada remaja yang tinggal di daerah pedesaan. Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 diketahui bahwa bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%).⁴

Banyak faktor-faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan kejadian *menarche*. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *menarche* dini yaitu status gizi, genetik, keadaan lingkungan, konsumsi makanan tinggi kalori tinggi lemak, sosial ekonomi, keterpaparan media, pornografi, perilaku seksual dan gaya hidup.^{5,6}

Keterpaparan media sosial dan media baik cetak, elektronik dan internet (media sosial dan konten bermuatan dewasa) memiliki keterkaitan dengan kecepatan usia pubertas remaja yang kemudian menyebabkan *menarche* lebih cepat pada remaja putri.⁷ Situs jejaring sosial adalah platform berbasis internet yang menggabungkan perpesanan, album foto, jurnal, manajemen media, dan layanan lainnya. Situs jejaring sosial memberi remaja cara yang efektif untuk berinteraksi satu sama lain maupun lawan jenis dan membangun hubungan di luar geografi proksimal mereka dan kerap kali menyajikan konten bermuatan dewasa atau informasi yang tidak sesuai usia pengguna. Alasan utama untuk tren seperti

itu pada remaja adalah kenyataan bahwa situs jejaring sosial memiliki fungsi yang kaya yang memungkinkan remaja untuk memenuhi kebutuhan sosial mereka yang berkembang, mengekspresikan diri, menciptakan citra diri yang diinginkan dan melindungi diri dari diri sejati yang lebih rentan. Penggunaan berlebihan dapat dan dapat mengakibatkan efek sosial, perilaku, psikologis, dan fisiologis yang merugikan yang melanggar fungsi normal dalam domain keluarga, sekolah dan kehidupan sosial.^{8,9} Berdasarkan penelitian mengenai kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* menunjukkan bahwa kesiapan siswa dengan kategori kurang mencapai 75,6%, dan kategori baik hanya 24,4% dari responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja tidak siap menghadapi *menarche*, yang dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan yang memadai tentang *menarche* dan proses menstruasi. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa sebesar 53,3% remaja merasa tidak penting mencari informasi tentang *menarche*. Sikap ini menunjukkan kurangnya kesadaran akan pentingnya pengetahuan mengenai proses menstruasi, yang berkontribusi pada ketidaksiapan mereka dalam menghadapi *menarche*. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai proses menstruasi dapat menyebabkan kecemasan dan ketakutan di kalangan remaja.¹²

Dampak negatif dari internet dan paparan media sosial yang mengandung pornografi semakin menjadi perhatian, terutama di kalangan remaja, karena akses yang mudah dan luas terhadap konten seksual dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental dan fisik, termasuk percepatan usia *menarche* dan peningkatan risiko perilaku seksual yang tidak aman. Paparan terhadap media yang mengandung unsur pornografi dapat memberikan rangsangan psikologis terhadap

menarche. Penggunaan media sosial dan penggunaan internet dengan muatan dewasa menyebabkan induksi neurotransmitter pada hipotalamus yang melepaskan GnRH dan memicu kelenjar pituitari untuk melepaskan hormon FSH dan LH serta merangsang pengeluaran estrogen lebih banyak akibat dari rangsangan seksual melalui mata dan telinga.^{11,12} Selain itu, paparan *blue light* selama penggunaan gadget saat memakai media sosial dan internet juga menyebabkan penurunan melatonin yang merupakan hormone penekan GnRH. Dengan menurunnya melatonin maka GnRH yang sebelumnya dihambat sebelum pubertas menjadi meningkat yang menyebabkan pubertas dimulai lebih dini.¹² *Menarche* dini tidak hanya menandai perubahan fisik, tetapi juga dapat menimbulkan berbagai konsekuensi negatif yang memengaruhi perkembangan emosional dan sosial remaja putri seperti seks dini, usia pernikahan dini, dan menopause dini. Usia *menarche* yang lebih awal sering kali berhubungan dengan peningkatan risiko terjadinya perilaku seksual yang lebih awal. Remaja putri yang mengalami *menarche* dini akan merasa lebih matang secara fisik dan emosional, yang dapat mempengaruhi persepsi remaja tentang seksualitas dan mendorong mereka untuk terlibat dalam aktivitas seksual lebih cepat dibandingkan dengan teman sebaya mereka. Hal ini dapat meningkatkan risiko kehamilan yang tidak diinginkan dan infeksi menular seksual (IMS).⁸ Usia *menarche* yang lebih awal dapat berkontribusi pada pernikahan dini. Remaja putri yang mengalami *menarche* lebih awal dapat memperoleh tekanan sosial untuk menikah lebih cepat, terutama dalam budaya yang dianggap lebih dewasa dan diaitkan kematangan fisik dengan kesiapan untuk menikah dan terlibat dalam hubungan seksual. Semakin awal usia *menarche*, semakin besar kemungkinan mereka untuk menikah

lebih cepat. yang dapat mendorong mereka untuk terlibat dalam perilaku seksual yang lebih awal dan, pada akhirnya, pernikahan dini. Pernikahan dini tanpa persiapan yang matang dapat membatasi pendidikan dan peluang karir, serta meningkatkan risiko kekerasan dalam rumah tangga, perceraian, dan masalah kesehatan mental.¹⁰ Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Paparan Situs Jejaring Sosial atau Internet Terhadap Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri di Kota Padang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data dan studi yang menunjukkan bahwa peningkatan penggunaan situs media sosial dan internet berhubungan dengan *menarche* dan berkontribusi pada dorongan perubahan fisiologis yang bersamaan dengan respons perilaku-psikologis umum terhadap menstruasi. Maka dari itu rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan paparan sosial media atau internet dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri di Kota Padang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan paparan sosial media atau internet dengan usia *menarche* pada remaja putri SMP Negeri Kelas 2 di Kota Padang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui variable penelitian usia *menarche* pada remaja putri SMP Negeri Kelas 2 di Kota Padang

2. Mengetahui hubungan usia mulai terpapar paparan sosial media atau internet dengan usia *menarche* pada remaja putri SMP Negeri Kelas 2 di Kota Padang
3. Mengetahui hubungan durasi paparan sosial media atau internet dengan usia *menarche* pada remaja putri SMP Negeri Kelas 2 di Kota Padang.
4. Mengetahui hubungan paparan pornografi dari sosial media atau internet dengan usia *menarche* pada remaja putri SMP Negeri Kelas 2 di Kota Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan mengenai hubungan antara paparan sosial media dan internet dengan usia *Menarche*
2. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai data rujukan untuk penelitian selanjutnya dengan tema yang sama
3. Hasil penelitian dapat dijadikan pertimbangan oleh praktisi klinis dalam pencegahan dan intervensi kejadian *Menarche* dini pada anak perempuan mengingat efek buruk dari *Menarche* dini terhadap kelangsungan hidup di masa depan.

