

## **MENANGANI MESTRUASI: ANTARA PENGETAHAUN, PENDIDIKAN, DAN PERILAKU KESEHATAN**

Oleh:

Chusna Cahya Marhaeni<sup>1\*</sup> dan Shilvi Khusna Dilla Agatta<sup>2</sup>

### **ABSTRACT**

Many different elements can influence how an individual acts when it comes to seeking health care. An individual's level of health knowledge is still a significant concern in this topic. This pertains to how knowledge can help reduce misconceptions or negative perceptions while providing information about the importance of healthcare. This research focuses on the reproductive health-seeking behavior of women. Where a lack of knowledge about reproductive health can be a barrier for individuals to obtain accurate information and proper care. The study seeks to answer questions about female students' knowledge of reproductive health and how their health-seeking behavior is related to this issue. Involving diverse master's students with various socio-cultural backgrounds, the study is expected to provide a deeper understanding of knowledge and reproductive health behavior and its correlation with their education. This study conducted over approximately 4 weeks, the research utilizes various data sources such as participant observation, in-depth interviews, and literature studies supporting field findings. The study reveals the complexity of the relationship between knowledge, education, and reproductive health-seeking behaviour, especially concerning menstruation. The lack of knowledge impacts the attitudes and behaviours of informants related to menstruation. However, even when knowledge exists, it does not always reflect optimal reproductive health-seeking behavior. That's why thus knowledge and education are considered the initial foundation of health-seeking behaviour but do not always determine decisions related to reproductive health.

*Keywords:* reproductive health, menstruation, sex education, health-seeking behavior

### **ABSTRAK**

Banyak elemen yang berbeda dapat mempengaruhi bagaimana seseorang bertindak dalam mencari perawatan kesehatan. Tingkat pengetahuan kesehatan seseorang masih menjadi perhatian penting dalam topik ini. Hal ini berkaitan dengan bagaimana pengetahuan dapat membantu mengurangi miskonsepsi atau persepsi negatif sambil memberikan informasi tentang pentingnya perawatan kesehatan. Penelitian ini berfokus pada perilaku pencarian kesehatan reproduksi perempuan. Dimana kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat menjadi penghalang bagi individu untuk mendapatkan informasi yang akurat dan perawatan yang tepat. Penelitian ini berusaha menjawab pertanyaan tentang pengetahuan mahasiswa perempuan tentang kesehatan reproduksi dan bagaimana perilaku pencarian kesehatan mereka terkait dengan masalah ini. Melibatkan beragam mahasiswi dengan berbagai latar belakang sosial budaya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi serta

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Gadjah Mada ([chusna.cahya.m@mail.ugm.ac.id](mailto:chusna.cahya.m@mail.ugm.ac.id))\* corresponding author

<sup>2</sup> Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Gadjah Mada ([shilvikhusnadillaagatta@mail.ugm.ac.id](mailto:shilvikhusnadillaagatta@mail.ugm.ac.id))

korelasinya dengan pendidikan mereka. Penelitian yang dilakukan selama kurang lebih 4 minggu ini menggunakan berbagai sumber data seperti observasi partisipan, wawancara mendalam, dan studi literatur yang mendukung temuan di lapangan. Penelitian ini mengungkap kompleksitas hubungan antara pengetahuan, pendidikan, dan perilaku pencarian kesehatan reproduksi, khususnya terkait menstruasi. Minimnya pengetahuan berdampak pada sikap dan perilaku informan terkait menstruasi. Namun, bahkan ketika pengetahuan ada, tidak selalu mencerminkan perilaku pencarian kesehatan reproduksi yang optimal. Oleh karena itu, pengetahuan dan pendidikan dianggap sebagai fondasi awal dari perilaku pencarian kesehatan, namun tidak selalu menentukan keputusan terkait kesehatan reproduksi.

*Kata Kunci:* kesehatan reproduksi, menstruasi, *sex education*, pencarian kesehatan

## 1. PENDAHULUAN

“Dulu nanya itu ke ibu, tapi sekarang pake *halodoc* gitu-gitu, karena ngrasa mereka lebih punya ilmunya juga *kan*.”

Setiap individu memiliki pendekatan yang berbeda dalam menangani masalah kesehatan mereka. Ketika dihadapkan pada demam, misalnya, ada yang lebih memilih untuk berkonsultasi dengan dokter, sementara yang lain memilih untuk menunggu gejalanya mereda dengan sendirinya. Beberapa orang mungkin lebih cenderung menggunakan obat atau resep turun-temurun yang diajarkan dalam keluarga mereka. Masing-masing memiliki pendekatan unik dalam menghadapi masalah kesehatan, khususnya dalam hal kesehatan reproduksi. Ada yang membiarkan gejala yang dialaminya asalkan tidak mengganggu keseharian, ada yang langsung mencari pertolongan medis, ada juga yang meminta saran atau bantuan kepada teman-temannya soal apa yang harus dilakukan. Hal inilah yang membuat analisis mengenai perilaku pencarian kesehatan merupakan sebuah kajian yang menarik dalam bidang ilmu antropologi. Sebagai sebuah fenomena yang kompleks, perilaku ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang

dapat memberikan gambaran lebih mendalam mengenai kesehatan dalam suatu masyarakat.

Pendekatan antropologis terhadap perilaku pencarian kesehatan dapat memberikan pemahaman yang lebih jauh mengenai tingkat pengetahuan individu, ketersediaan akses ke layanan kesehatan, kondisi ekonomi, serta kepercayaan personal terhadap suatu sistem layanan kesehatan. Ini sejalan dengan tulisan Aguirre Velasco dkk. (2020) yang mengidentifikasi hal-hal seperti stigma yang ada di masyarakat, budaya, dan kepercayaan yang dianut oleh keluarga, literasi kesehatan, otonomi tubuh, serta hambatan lainnya seperti masalah ketersediaan layanan dan personel. Selain itu, faktor struktural lainnya seperti biaya, transportasi, dan waktu tunggu juga menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku pencarian kesehatan yang ada di masyarakat. Namun, yang menjadi perhatian utama ketika membahas perilaku pencarian kesehatan tetaplah pengetahuan individu tentang kesehatan itu sendiri. Pengetahuan yang efektif tentang kesehatan dianggap sebagai kunci untuk memahami kebutuhan kesehatan individu. Pengetahuan ini dapat membantu mengurangi miskonsepsi atau persepsi negatif, sekaligus memberikan

informasi tentang pentingnya perawatan kesehatan. Studi yang dilakukan oleh Yuliati dkk. (2019) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah masih menjadi hambatan utama dalam perilaku pencarian kesehatan.

Asumsi ini tentunya juga berlaku pada konteks perilaku pencarian kesehatan reproduksi. Dimana pencarian informasi terkait aspek reproduksi tentunya menjadi hal yang pertama kali perlu dilihat dari dinamika ini. Pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi dapat menjadi penghalang bagi individu untuk mencari perawatan yang sesuai dan mendapatkan informasi yang akurat. Apalagi jika mengingat bagaimana tidak banyak orang yang mau terang-terangan membicarakan mengenai pengetahuan mereka soal kesehatan reproduksi baik menstruasi, infeksi menular seksual, kekerasan berbasis gender, kesehatan ibu dan anak, maupun perencanaan keluarga masih menjadi hal yang tabu untuk dibicarakan (Handayani dkk. 2016; Kothari 2010). Sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya (lihat Zajacova dan Lawrence 2018) tingkat pendidikan seringkali dianggap sebagai satu indikator yang mempengaruhi pengetahuan seseorang tentang kesehatan.

Berangkat asumsi ini, muncul pertanyaan soal bagaimana pengetahuan mahasiswi pascasarjana dalam hal kesehatan reproduksi? Bagaimana perilaku pencarian kesehatan mereka terkait isu ini? Melibatkan 4 informan yang merupakan mahasiswi pascasarjana jurusan antropologi, kami membatasi pembahasan penelitian ini dalam isu-isu mengenai menstruasi,

mengingat waktu dan skala penelitian yang terbatas. Tulisan ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengetahuan dan perilaku pencarian kesehatan reproduksi mahasiswi pascasarjana jurusan antropologi dan memberikan wawasan yang lebih baik tentang tantangan dalam mencari informasi dan akses ke pelayanan kesehatan reproduksi.

## **2. Metode Penelitian**

Penelitian yang dilaksanakan mulai awal November hingga awal Desember 2023 ini menggunakan metode etnografi. Hammersley dan Atkinson (2010) dalam tulisannya menjelaskan bagaimana etnografi ini adalah suatu metode penelitian sosial yang mempelajari tindakan atau kisah orang-orang dalam kehidupan sehari-hari menggunakan berbagai sumber data seperti observasi, wawancara, dan dokumen-dokumen yang diperlukan. Dalam konteks penelitian ini, saya akan menerapkan teknik pengambilan data yang umum digunakan dalam penelitian etnografi, yaitu observasi partisipan dan wawancara mendalam.

Observasi partisipan akan menjadi salah satu teknik pengambilan data utama yang saya gunakan, di mana sebagai peneliti dan juga bagian dari yang saya teliti, saya akan terlibat langsung dalam aktivitas sehari-hari para mahasiswi magister antropologi yang menjadi kelompok penelitian saya. Dalam prosesnya, saya melibatkan diri dalam banyak pembicaraan di kalangan para mahasiswi magister antropologi, yang membantu saya memberikan akses lebih dalam ke dalam dinamika sehari-

hari mereka. Selain itu saya juga melakukan observasi terhadap siklus menstruasi, masalah-masalah yang mereka hadapi, dan cara mereka mengatasi masalah-masalah tersebut. Dengan melibatkan diri secara langsung, saya dapat memahami dengan lebih baik bagaimana mereka secara aktif menjalani perilaku pencarian kesehatan. Pendekatan ini juga membuat saya memperoleh wawasan yang mendalam dan kontekstual tentang topik penelitian yang saya angkat.

Teknik pengambilan data berikutnya adalah wawancara mendalam, yang akan dijalankan dengan melibatkan 4 mahasiswi magister antropologi. Pemilihan informan dilakukan dengan mempertimbangkan latar belakang sosial-budaya yang beragam dan rentang usia antara 23 hingga 25 tahun. Kedekatan yang sudah ada menjadi pertimbangan saya ketika memilih informan, mengingat topik yang dibahas merupakan hal yang tidak sering dibicarakan dengan orang asing atau mereka yang tidak memiliki hubungan sebelumnya. Sebelum melakukan penelitian, saya meminta kesediaan para informan untuk terlibat dalam penelitian ini secara lisan. Hal ini dilakukan dengan harapan agar dapat menciptakan lingkungan yang nyaman dan memberikan kesempatan untuk mendapatkan informasi yang lebih faktual dan mendalam mengenai perilaku pencarian kesehatan reproduksi mereka. Namun, disini kehadiran saya sebagai peneliti mungkin atau mungkin tidak disadari oleh para informan karena wawancara dilakukan secara informal dan tidak terstruktur.

### **3. HASIL**

#### **Ketika Menstruasi Datang**

Menstruasi, sebuah fenomena alamiah yang dihadapi oleh sekitar separuh penduduk dunia setiap bulan selama bertahun-tahun, yang sering kali disertai stigma yang menghapusnya dari ranah kehidupan public (Clancy 2023; Rizvi dan Ali 2016). Pembicaraan tentang hal ini yang masih tabu, membuat tidak ada cara yang efektif untuk memberikan informasi tentang praktik, apa yang harus diperhatikan ketika mengalami menstruasi, dan pengalaman generasi sebelumnya. Mereka hanya diberi pengetahuan dasar tentang hal-hal seperti apa menstruasi dan apa yang harus dilakukan ketika mereka mulai mengalaminya. Bukan hal yang baru juga jika mendapati seseorang yang ketika menstruasi pertamanya malah malu atau menyembunyikannya seperti dua informan yang saya wawancarai. Padahal dalam konteks reproduksi perempuan, menarche atau awal menstruasi menjadi titik penting dalam kehidupan setiap perempuan dan menandai transisi dari masa anak-anak ke dewasa (Kothari 2010). Momen ini istimewa dan unik bagi setiap perempuan, lebih dari sekadar peristiwa biologis semata. Lihat saja bagaimana pengalaman menstruasi para mahasiswi antropologi yang terlibat dalam penelitian ini berbeda satu sama lain.

Salah satu informan, mengalami menstruasi pertamanya di usia yang menurut anggapan masyarakat cukup terlambat, membuat orang tuanya khawatir dan membawanya ke dokter kandungan. Selain itu rasa malu ketika harus membeli pembalut sendiri saat mengalami menarche, juga menjadi

bagian dari pengalaman menstruasi pertama salah satu informan saya. Bahkan ada juga informan yang menceritakan mengenai spekulasinya soal menstruasi pertamanya, yang mungkin, dipicu oleh sebuah kejadian di mana daerah kemaluannya terbentur dudukan sepeda dan mengakibatkan keluarnya darah. Informan lain juga bercerita soal bagaimana ia menutup-nutupi, tidak memberitahu siapapun ketika keluar darah dari daerah kemaluannya, karena tidak tahu mengenai apa yang terjadi pada dirinya. Dari banyaknya pengalaman para informan mengenai menstruasi, malu, sulit untuk melakukan maupun berbicara mengenai masalah-masalah menstruasi dan kesehatan reproduksi juga menjadi masalah yang perlu digarisbawahi.

Selain hal itu, dari 4 informan dengan latar belakang yang berbeda ini, saya menemukan satu kesamaan yang mencolok. Dimana mereka semua mendapatkan menstruasi pertama tanpa pengetahuan yang mendalam mengenai kesehatan reproduksi maupun menstruasi itu sendiri. Jika ada transfer pengetahuan, pembahasan yang muncul pun biasanya hanya berkisar pada kematangan seksual yang sudah mulai terjadi dan penekanan bahwa mereka sudah 'besar' (Smith-Hefner 2019). Fokus keluarga dan instansi pendidikan cenderung tertuju pada perubahan-perubahan sekunder pada tubuh atau sebatas pengenalan dasar mengenai alat reproduksi tanpa menyentuh aspek kesehatan reproduksi. Hasil wawancara dengan para informan juga menunjukkan bahwa diskusi tentang seksualitas dalam keluarga dan instansi pendidikan masih banyak terpusat pada

aspek keagamaan, khususnya mengenai konsep kesucian, dan masalah-masalah teknis seperti cara memakai dan membuang pembalut dengan benar. Tiga dari empat informan menceritakan bagaimana pengetahuan mereka mengenai menstruasi, sebelum mengalami menarche, lebih banyak didapat dari obrolan mereka dengan teman-temannya.

Dalam konteks ini, terlihat jelas bahwa isu-isu kesehatan reproduksi masih terpinggirkan dalam wacana pendidikan dan kehidupan sehari-hari di masyarakat. Ini sejalan dengan penelitian Smith-Hefner (2019) yang menyatakan bahwa topik seperti kesehatan reproduksi atau menstruasi tetap menjadi tabu dan jarang dibahas, bahkan di lingkup keluarga dan pendidikan formal di Indonesia. Memang pendidikan mengenai kesehatan reproduksi bukanlah bagian dari kurikulum resmi di sekolah-sekolah Indonesia, sehingga minimnya pengetahuan yang diterima oleh para informan tentang menstruasi ketika mengalami menarche tidak begitu mengejutkan.

### **Daftar Panjang Larangan Menstruasi**

Pengalaman menarche, atau menstruasi pertama, yang dilewati tanpa pengetahuan memadai mengenai menstruasi, ternyata diikuti oleh pemahaman awal yang didasari oleh berbagai tabu, mitos, dan kepercayaan tradisional terkait tubuh dan kesehatan reproduksi perempuan. Hal ini sejalan dengan temuan Saptandari (2012) yang menyoroti bagaimana konstruksi sosial budaya memberikan bentuk pada pemahaman mengenai tubuh dan

seksualitas perempuan, sering kali dipenuhi oleh berbagai mitos dan tabu, termasuk tabu tentang darah haid. Pengetahuan dasar yang biasanya di dapat dari keluarga ini mencerminkan betapa eratnya norma-norma sosial dan budaya dapat memengaruhi cara individu memahami dan merespons fenomena alamiah seperti menstruasi. Dari empat informan yang terlibat dalam penelitian ini, hampir semua dari mereka memiliki pengetahuan awal mengenai satu atau dua mitos, tabu, atau kepercayaan terkait menstruasi.

Kasus keempat mahasiswi magister antropologi ini, tidak jauh berbeda dengan kasus yang ditemui oleh Pedersen (2002) di Bali, dimana para perempuan mematuhi berbagai larangan mengenai menstruasi sebagai suatu hal yang diterima begitu saja dalam kehidupan sehari-hari. Apalagi banyak larangan tersebut yang memiliki keterkaitan erat dengan ajaran-ajaran agama yang mereka anut. Keterlibatan ajaran agama dalam mengonsep aturan-aturan ini menciptakan suatu pemahaman yang mendalam dan melekat dalam kehidupan sehari-hari para informan (Rizvi dan Ali 2016). Larangan-larangan yang diikuti oleh para informan mencakup aturan-aturan yang melibatkan larangan memasuki rumah ibadah dan mengunjungi pemakaman saat sedang menstruasi.

Dua dari empat informan juga menyampaikan terkait dengan larangan seperti tidak boleh keramas, potong kuku, dan harus mengumpulkan rambut dapat dianggap sebagai bagian dari berbagai kepercayaan dan tabu yang melibatkan konsep tubuh yang dianggap kotor dan memerlukan pembersihan

khusus selama periode menstruasi. Ini menunjukkan betapa luasnya dampak pengetahuan yang tidak akurat atau mitos yang tersebar di masyarakat terkait kesehatan reproduksi perempuan. Ini sejalan dengan hasil penelitian Palupi dkk. (2020) yang menuliskan soal bagaimana pengetahuan yang tidak akurat atau mitos yang tersebar di masyarakat terkait dengan kesehatan reproduksi perempuan ini sudah terinternalisasi.

Selain larangan dan tabu yang berkaitan langsung dengan tubuh, salah satu informan bercerita soal bagaimana ia ditegur oleh gurunya ketika menggunakan kata menstruasi. Ini menunjukkan sejauh mana menstruasi masih sangat tabu dan jarang dibicarakan sampai-sampai memengaruhi bahasa sehari-hari bahkan diskusi terbuka tentang topik ini. Ketika melakukan wawancara, para informan juga secara tidak sadar menggunakan istilah pengganti seperti halangan, tidak sholat, atau haid saat membicarakan topik ini. Hal ini juga menunjukkan adanya kebiasaan yang terbangun dari stigma dan ketidaknyamanan lingkungan mereka terkait dengan penggunaan kata menstruasi. Sejalan dengan yang dikatakan oleh Clancy (2023) dan Kothari (2010) dalam bukunya, bagaimana menstruasi sering kali dianggap sebagai sesuatu yang kotor dan memalukan, harus disembunyikan, dan bahkan dianggap sebagai bentuk penyakit. Pandangan negatif dan juga miskonsepsi yang terjadi terhadap menstruasi di masyarakat ini dapat memengaruhi persepsi dan perilaku individu terkait tubuh dan kesehatan reproduksi mereka.



sehingga penting untuk menggali lebih dalam dan memahami dampak dari norma-norma sosial dan kepercayaan tradisional terkait menstruasi dalam konteks budaya dan agama tertentu.

#### 4. DISKUSI

##### **Pengetahuan, Pendidikan, dan Perilaku Pencarian Kesehatan**

Terdapat hubungan yang jelas antara pendidikan dan pengetahuan mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi, seperti yang dapat terlihat dari contoh miskonsepsi yang dialami oleh salah seorang informan. Berkaitan dengan hal ini, ada salah satu informan yang menginternalisasi misinformasi seputar menstruasi, yaitu larangan mendekati laki-laki dengan kepercayaan bahwa hal tersebut dapat membuat laki-laki menjadi mandul. Hal ini bahkan ditanggapi dengan serius dan ekstrem di lingkungan informan pada saat itu. Kesadaran informan mengenai miskonsepsi ini yang baru terbuka setelah naik ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi menunjukkan bahwa pendidikan memainkan peran penting dalam membuka pikiran dan menyediakan pengetahuan yang lebih akurat seputar topik kesehatan reproduksi, khususnya menstruasi (Leowalu dan Hendriks 2023).

Kurangnya pengetahuan ternyata juga memainkan peran signifikan dalam menentukan perilaku kesehatan para informan. Hal-hal dasar seperti harus apa ketika mengalami keluhan-keluhan yang saat menstruasi juga hanya seadanya, bahkan terkadang dibiarkan hingga keluhan-keluhan yang mereka alami hilang dengan sendirinya. Mereka

baru akan mencari pertolongan ketika keluhan-keluhan yang mereka alami sudah mencapai tingkat ketidaknyamanan yang tidak tertahankan. Polanya terlihat jelas, di mana para informan cenderung menahan keluhan atau rasa sakit hingga titik tertentu sebelum akhirnya mencari informasi mengenai keluhan yang mereka alami (Bulled 2011). Dimana dua dari empat informan menyatakan bahwa mereka lebih memilih menggunakan *telemedicine* sebagai bentuk pertolongan pertama (Budiman dkk. 2023). Sementara dua lainnya melakukan *self-medication*, membeli obat pereda rasa nyeri yang beredar bebas di pasaran.

Perilaku pencarian kesehatan, dalam penelitian ini penggunaan *telemedicine* dan konsumsi obat pereda rasa sakit, mulai dilakukan oleh para informan ketika mereka duduk di bangku kuliah. Sebelumnya mereka hanya mengandalkan hal-hal yang dituturkan lewat lisan dari lingkungan sekitar. Keterbatasan pengetahuan para informan membuat mereka hanya mengadopsi atau mencari perilaku kesehatan sesuai dengan apa yang telah mereka ketahui. Dengan kata lain, pengetahuan yang terbatas menjadi pembatas dalam pemilihan opsi kesehatan yang lebih baik. Perubahan ini tentunya tidak hanya mencerminkan perkembangan teknologi dan aksesibilitas informasi, tetapi juga menunjukkan bagaimana tingkat pendidikan yang lebih tinggi, memainkan peran penting dalam memperluas pengetahuan dan pilihan seseorang mengenai kesehatan reproduksi (Bulled 2011).

Tentu saja, pengetahuan dan pendidikan, meskipun memiliki peran krusial, bukanlah satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku pencarian kesehatan seseorang. Dalam penelitian ini, jawaban dari dua informan menyoroti bahwa kendala biaya menjadi pertimbangan utama dalam memilih untuk menggunakan *telemedicine* (Raafi dkk. 2021). Sebagai mahasiswa, mereka mencari solusi yang ekonomis dan memilih berkonsultasi melalui *telemedicine* dengan biaya yang lebih terjangkau dibandingkan dengan perawatan profesional langsung. Selain itu, ketidakpahaman mengenai layanan kesehatan yang tersedia dan kurangnya pengetahuan mengenai tempat perawatan menjadi hambatan bagi para informan. Kondisi mereka sebagai mahasiswa rantau menambah kompleksitas karena mereka tidak memiliki pengetahuan yang komprehensif mengenai fasilitas kesehatan dengan pelayanan yang baik di sekitar tempat tinggal mereka. Oleh karena itu, pemilihan *telemedicine* dan konsumsi obat bebas menjadi pilihan yang praktis dan efisien. Ini menunjukkan bahwa aksesibilitas layanan kesehatan, terutama dalam konteks ekonomi, memainkan peran penting dalam menentukan pilihan perawatan kesehatan yang diambil oleh individu.

Dari observasi dan wawancara saya dengan para informan, menunjukkan bahwa pengetahuan yang lebih baik akan membantu individu untuk lebih tahu apa yang harus dilakukan ketika menghadapi masalah menstruasi atau kesehatan reproduksi. Hal ini memberikan penekanan pada pentingnya

pendidikan dan penyuluhan sebagai alat untuk membantu individu dalam mengambil keputusan yang lebih baik terkait dengan kesehatan mereka. Dengan pengetahuan yang lebih baik, individu memiliki kemampuan untuk mengenali gejala-gejala yang mungkin terkait dengan masalah kesehatan reproduksi dan mengambil tindakan yang tepat. Ini menggarisbawahi bahwa upaya peningkatan pendidikan dan edukasi seputar kesehatan reproduksi, terutama pada institusi pendidikan formal, dapat memberikan dampak positif pada pemahaman individu mengenai tubuh dan menstruasi. Dengan demikian, penguatan pendidikan mengenai kesehatan reproduksi tidak hanya berpotensi mengurangi miskonsepsi tetapi juga meningkatkan kemampuan individu untuk mengelola kesehatan reproduksi mereka dengan lebih baik.

## 5. KESIMPULAN

Dari penelitian skala kecil ini saya dapat melihat bagaimana kompleksitas hubungan antara pengetahuan, pendidikan, dan perilaku pencarian kesehatan terutama terkait dengan isu-isu kesehatan reproduksi, seperti menstruasi. Dari berbagai pengalaman informan, saya dapat melihat bahwa pengetahuan awal tentang menstruasi sering kali terbatas dan didasarkan pada mitos, tabu, dan kepercayaan tradisional yang dapat memengaruhi perilaku dan persepsi individu. Kekurangan pengetahuan ini juga berdampak pada sikap dan perilaku terkait dengan menstruasi, bahkan sampai pada tahap dimana ada kesulitan dalam mengkomunikasikan atau memahami



kondisi kesehatan reproduksi mereka sendiri. Dari penelitian ini juga dapat dilihat soal bagaimana adanya hubungan positif antara tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan pengetahuan yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi. Namun, menariknya, meskipun pengetahuan tersebut ada, hal itu tidak selalu mencerminkan perilaku pencarian kesehatan reproduksi yang optimal. Dua hal ini, yaitu pengetahuan dan pendidikan, dapat dikatakan menjadi landasan awal dari perilaku pencarian kesehatan, tetapi mereka tidak selalu menjadi penentu tunggal dalam pengambilan keputusan kesehatan reproduksi.

Isu-isu stigma dan malu yang terkait dengan menstruasi juga mencuat dalam pembicaraan saya dengan para informan, menjadi salah satu dari beberapa faktor lain yang memainkan peran penting dalam menentukan perilaku pencarian kesehatan reproduksi. Pengalaman-pengalaman yang dialami

oleh para informan ini menjadi sebuah guyuran fakta soal ketidaknyamanan yang timbul dari stigmatisasi sosial seputar menstruasi. Membuat merombak norma sosial dan menciptakan lingkungan di mana individu dapat membicarakan kesehatan reproduksi dengan bebas dan tanpa rasa malu, menjadi sebuah prioritas. Belum lagi faktor-faktor seperti latar belakang kultural, keagamaan, dan kondisi ekonomi yang turut memengaruhi bagaimana seseorang mendekati dan mengelola kesehatan reproduksinya. Dengan demikian, upaya peningkatan pengetahuan dan literasi kesehatan reproduksi harus diiringi oleh pemahaman mendalam terhadap keunikan budaya dan konteks sosial setiap individu, agar hasilnya dapat memberikan dampak positif yang lebih besar dalam upaya mendorong perilaku pencarian kesehatan reproduksi yang sehat dan berkelanjutan

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Aguirre Velasco, Antonia, Ignacio Silva Santa Cruz, Jo Billings, Magdalena Jimenez, dan Sarah Rowe. 2020. "What are the barriers, facilitators and interventions targeting help-seeking behaviours for common mental health problems in adolescents? A systematic review." *BMC Psychiatry* 20 (1): 293. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02659-0>.
- Budiman, Stacy V., Gustaaf A. E. Ratag, dan Greta J. P. Wahongan. 2023. "Analisis Kualitatif Mengenai Persepsi dan Pengetahuan Masyarakat tentang Telemedicine." *Medical Scope Journal* 4 (2): 170–77. <https://doi.org/10.35790/msj.v4i2.44858>.
- Bulled, Nicola. 2011. "'You Can Find Anything Online': Biocommunicability of Cyber-Health Information and its Impact on How the NET Generation Accesses Health Care." *Human Organization* 70 (2): 153–63.
- Clancy, Kate. 2023. *Period: The Real Story of Menstruation*. Princeton (N.J.): Princeton University Press.

- Hammersley, Martyn, dan Paul Atkinson. 2010. *Ethnography: Principles in Practice*. 3. ed., Reprinted. An Informa Business. London: Routledge.
- Handayani, Handayani, Indria Laksmi Gamayanti, dan Madarina Julia. 2016. "Dismenore dan Kecemasan pada Remaja." *Sari Pediatri* 15 (1): 27–31. <https://doi.org/10.14238/sp15.1.2013.27-31>.
- Leowalu, Sanyulandy, dan Jacqueline Hendriks. 2023. "Perspectives of Indonesian parents towards school-based sexuality education." *Asia Pacific Journal of Education* 43 (2): 572–85. <https://doi.org/10.1080/02188791.2021.1944842>
- Palupi, Tyas Diah, Terry Y.R. Pristya, dan Randy Novirsa. 2020. "Myths about Menstrual Personal Hygiene among Female Adolescents." *Kesmas: National Public Health Journal* 15 (2). <https://doi.org/10.21109/kesmas.v15i2.2719>.
- Pedersen, Lene. 2002. "Ambiguous Bleeding: Purity and Sacrifice in Bali." *Ethnology* 41 (4): 303–15. <https://doi.org/10.2307/4153010>.
- Raafi, Vidi Ahmad, Saryono Saryono, dan Yunita Sari. 2021. "Implementasi Telehealth pada pasien Diabetes melitus saat pandemi Covid-19: Tinjauan sistematis." *NURSCOPE: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan* 7 (1): 53. <https://doi.org/10.30659/nurscope.7.1.53-60>.
- Rizvi, Nagma, dan Tazeen Saeed Ali. 2016. "Misconceptions and Mismanagement of Menstruation among Adolescents Girls Who Do Not Attend School in Pakistan" 3.
- Saptandari, Pinky. 2012. "Kesehatan Reproduksi Perempuan dalam Perspektif Antropologi Budaya." *Bio Kultur* 1 (1): 1–18.
- Zajacova, Anna, dan Elizabeth M. Lawrence. 2018. "The relationship between education and health: reducing disparities through a contextual approach." *Annual review of public health* 39 (April): 273–89. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-031816-044628>.