

Dinamika Psikobiologis Menstruasi

SKRIPSI



oleh

Kamila El Sabilla

18410211

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022**

DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik

Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Kamila El Sabilla

NIM. 18410211

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2022

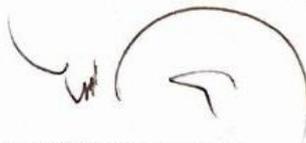
DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI

SKRIPSI

Oleh

Kamila El Sabilla
NIM. 18410211

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing



Dr. Mohammad Mahpur, M. Si.
NIP. 197660505 200501 1 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Rifa' Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

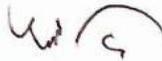
HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 5 Juli 2022

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Dr. Mohammad Mahpur, M. Si.
197660505 200501 1 003

Anggota Penguji Lain



Dr. Nur Ila Ifawati, M.Pd
19841211 20160801 2 0984

Ketua Penguji
Penguji Utama



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
19700724 2005012 0 003

Skripsi ini telah diterima sebagai
salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
pada tanggal 31 Juli 2022

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kamila El Sabilla

NIM : 18410211

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Dinamika Psikobiologis Menstruasi” adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali kutipan dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak sesuai, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Malang, 30 Mei 2022

Penulis,



Kamila El Sabilla

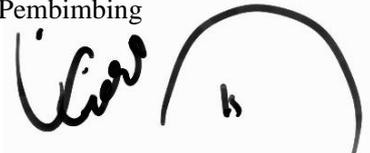
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

Nama : Kamila El Sabilla
NIM : 18410211
Fakultas : Psikologi
Judul Skripsi : Dinamika Psikobiologis Menstruasi

Setelah diperiksa dan dilakukan perbaikan seperlunya, proposal skripsi dengan judul sebagaimana di atas disetujui untuk diajukan pada sidang skripsi.

Malang, 31 Mei 2022

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Mahpur', is written over a large, light-colored circular stamp or seal.

Dr. Mohammad Mahpur, M. Si

NIP.1976605052005011003

Motto

“Feminist politics aims to end domination, to free us to be who we are – to live lives where we love justice, where we can live in peace. Feminism is for everybody.”

— Bell Hooks

“One is not born a woman, but becomes one .”

— Simone De Beauvoir

Halaman Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Semua perempuan di Indonesia, yang masih terkungkung pertauban menstruasi. Terima kasih atas perjuangannya untuk tetap berusaha menjadi sempurna di mata masyarakat yang masih kurang mengapresiasi pengalaman yang dialami perempuan dan tubuh mereka.

Kedua orang tua tercinta, Bapak Muhammad Taufik, S. Pd, dan Ibu Ngapiah, S.E, yang tidak pernah lelah untuk meyakinkan diri saya bahwa saya adalah anak yang berharga di mata mereka. Terima Kasih telah membebaskan saya dari tuntutan dan belenggu masyarakat tentang perempuan yang tidak pernah bisa saya hadirkan dalam bentuk ketaatan yang pantas ditukar dengan apapun. Terima kasih telah memberi saya kesempatan untuk menjadi diri saya sendiri.

Saudara laki-laki kebanggaan saya, Mohammad Haikal Kamil Emti, yang dengan tulus menjadikan saya panutan. Meskipun saya merasa kurang pantas menjadi panutan seorang religius dengan pengalaman yang lebih banyak daripada saya. Terima kasih untuk tetap menerima saya sebagai seorang kakak yang terus berusaha menyenangkan adik satu-satunya.

Seluruh muara sumber ilmu saya (SD Muhammadiyah 9, MTs-MA Wali Songo Putri, dan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim

Malang) yang bersedia menyemai benih-benih pengetahuan tanpa kenal lelah.

Terima kasih banyak atas pengabdian bapak-ibu, semoga Allah memudahkan segala urusan duniawi dan akhirat bapak ibu semua.

Farah Hanifah Maharani, sebagai salah satu pihak yang bertanggungjawab menyadarkan saya bahwa saya berharga. Keluh kesah dan segala ketidakpercayaan terhadap kemampuan saya mampu ditepisnya, sehingga saya bisa menyelesaikan masalah dan berdamai dengan diri saya.

Pradhisa Lintang Kawuryan, sahabat sekaligus teman berbincang saya mengenai kesukaan kami berdua. Dhisa, terima kasih sudah berusaha hadir dan mendengarkan saya berbincang apapun, meskipun kamu tidak terlalu relate dengan perbincangan saya. Semoga studimu di jurusan Arsitek UIN Malang selalu lancar dan tidak ada hambatan.

Kak Mariyam Jameelah, salah satu aktivis perempuan yang saya kagumi sejak terjangnya. Terima kasih telah bersedia meluangkan waktunya untuk membalas diskusi saya di WA. Terima kasih telah memperkenalkan tokoh-tokoh feminisme yang harus saya baca dan akhirnya meyakinkan saya untuk melanjutkan studi dengan major gender.

Ingrid Johnston-Robledo, Joan C. Chrisler, Theresa E Jackson dan Rachel Joffe Falmagne sebagai peneliti yang memberikan inspirasi saya untuk

meneliti masalah menstruasi. Terima kasih atas penelitiannya yang membuka mata saya tentang pengalaman menstruasi yang dialami perempuan.

Pembaca sekalian, yang menemukan skripsi ini. Semoga kalian selalu diberkahi dan diberikan kemudahan dalam melaksanakan penelitian, apapun itu.

Kata Pengantar

Segala Puji bagi Allah SWT, karena dengan limpahan rahmat dalam bentuk kesempatan dan kesehatan, memungkinkan saya untuk menyelesaikan skripsi yang menjadi syarat kelulusan dalam menempuh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi). Menyelesaikan skripsi merupakan sebuah perjalanan yang membutuhkan segala kesabaran dan ketekunan dalam melakukannya. Dengan dukungan berbagai pihak, segala halangan rintangan selama mengerjakan skripsi ini terasa tidak ada apa-apanya dibandingkan pemecahannya. Kepada Bapak Dr. Mohammad Mahpur, M. Si, selaku dosen pembimbing saya, tiada yang dapat menggantikan jasa Bapak sebagai teman diskusi sekaligus pembimbing skripsi saya.

Selanjutnya, saya ingin sekali mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang saya sebutkan di bawah ini:

1. Prof. Dr. H. Zainuddin, M. A, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. H. Rifa Hidayah, M. Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Zamroni, S. Psi, M. Pd, selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Yusuf Ratu Agung, M. A, selaku Sekertaris Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

5. Dr. Mohammad Mahpur, M. Si, selaku Dosen Pembimbing skripsi yang selalu terbuka untuk melakukan diskusi dan menyarankan pandangan-pandangan yang saya ambil sebagai perbandingan dalam skripsi ini.
6. Ibu Elok Faiz El Fahmi, selaku Dosen Wali yang tanpa lelah memonitoring laju akademik mahasiswa bimbinganya.
7. Bapak/Ibu dosen dan seluruh civitas akademika yang berperan penting memberikan wawasan serta memperlancar studi saya.
8. Bagian Akademik, Ibu Anna Ferdina dan Ibu Tutut Sugiharti, sebagai pihak yang terus berusaha untuk melayani dan menjawab pertanyaan mahasiswa dengan baik.
9. Keluarga saya, yang selalu menerima saya apa adanya.
10. Responden penelitian kualitatif saya, Mawar, Melati, Edelweiss dan Anggrek, yang bersedia meluangkan waktunya untuk melengkapi data saya.
11. Bunda Amalia Mutamakkin, sebagai salah satu panutan saya dalam bertindak, dan tetua Psikologi Angkatan 18
12. Sahabat saya Farah Hanifah Maharani, dan Pradhisa Lintang Kawuryan, yang selalu berusaha mendengarkan keluh kesah saya ketika menjalankan penelitian.
13. Bell Hooks dan Simone de Beauvoir, sebagai penulis yang meyakinkan saya untuk meneliti kajian Gender dan Feminis

14. Seluruh mutual twitter saya, Dinda, Ann, Tiara, Ata, Tata, Fah, dan Verent yang terus menyemangati saya untuk tetap tegak bertahan selama mengerjakan skripsi.
15. Seluruh Grup Band yang menjadi pengiring dan penyemangat saya ketika skripsi, Queen, Led Zeppelin, David Bowie, Megadeth, Queensryche, Guns n Roses, dan band-band oldies rock dan metal yang menjadi teman saya mengawali hari. Terima kasih telah mendorong saya agar tetap terus hidup, agar suatu saat nanti saya bisa berkesempatan menonton konser kalian.
16. Keluarga besar psikologi 18, yang bersedia berjalan bersama dan saling membantu ketika dibutuhkan.

Akhir kata, semoga penelitian ini dapat membuka gerbang dalam penelitian psikologi gender dan perempuan. Serta, semoga penelitian ini bermanfaat bagi para perempuan yang sedang berjuang, di manapun kalian berada.

Malang, 06 Juni 2022

Daftar Isi

Cover.....	i
Halaman Pengajuan.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	v
Motto.....	vii
Halaman Persembahan.....	viii
Kata Pengantar.....	xi
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Gambar.....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
Abstrak.....	1
Abstract.....	2
مستخلص البحث.....	3
Bab I PENDAHULUAN.....	4
A. Latar Belakang.....	4
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian.....	12
Bab II KAJIAN TEORI.....	14
A. Menstruasi dalam Perspektif Kesehatan.....	14
B. Telaah Menstruasi Berdasarkan Simone De Beauvoir.....	15
C. Telaah Menstruasi dalam Tinjauan Mubaadalah.....	17
D. Logical Framework.....	19
Bab III METODE PENELITIAN.....	21
A. Kerangka Penelitian.....	21
B. Sumber Data.....	22
C. Teknik Pengumpulan Data.....	23
D. Analisa Data.....	24
E. Keabsahan dan Kredibilitas Data.....	25

Bab IV HASIL PENELITIAN.....	28
A. Dinamika Psikobiologis.....	28
1. Menstruasi Pertama.....	28
2. Pasca Menstruasi Pertama.....	34
B. Pendobrakan Stigma.....	38
1. Keterbukaan dan Reaksi Lingkungan terhadap Menstruasi.....	38
2. Tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap menstruasi.	42
3. Mempercayai Mitos Menstruasi.....	45
C. Temuan Penelitian.....	48
D. Diskusi Hasil Penelitian	55
1. Identitas diri Perempuan dan Menyikapi Stigma Menstruasi	55
2. Tidak semua perempuan berhasil keluar dari ajang permissosan	59
3. Membangun makna positif menstruasi	61
Bab V KESIMPULAN DAN SARAN	64
A. Kesimpulan	64
B. Keterbatasan Penelitian dan Saran	65
Daftar Pustaka	67

Daftar Gambar

Gambar 1: Kerangka Konseptual	20
Gambar 2: Dinamika Psikobiologis Perempuan Menstruas	37
Gambar 3: Keterbukaan dan reaksi lingkungan terhadap wanita menstruasi ...	41
Gambar 4: bagan tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap wanita menstruasi.....	45
Gambar 5: mempercayai mitos menstruasi	48
Gambar 6 Dinamika Psikobiologis Menstruasi dan Stigmatisasi Menstruasi ..	55

Daftar Lampiran

Lampiran 1: Lembar Penjelasan Penelitian	I
Lampiran 2: Informed Consent Responden I	II
Lampiran 3: Informed Consent Responden II.....	III
Lampiran 4: Informed Consent Responden III	IV
Lampiran 5: Informed Consent Responden IV	V
Lampiran 6: Pengelompokan Data Subjek Mawar	VI
Lampiran 7: Pengelompokan Data Subjek Anggrek.....	XXVI
Lampiran 8: Pengelompokan Data Subjek Edelweiss	L
Lampiran 9: Pengelompokan Data Subjek Lily	LXXXI

Abstrak

Sabilla, Kamila El. 2022, 18410211, Dinamika psikobiologis menstruasi, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022
Dosen Pembimbing: Dr. Mohammad Mahpur, M. Psi.

Menstruasi merupakan sebuah pengalaman yang signifikan terhadap perempuan. Perempuan menstruasi seringkali disalahfahami oleh masyarakat karena masyarakat telah membentuk asosiasi dan standarisasi tersendiri bagi perempuan yang menstruasi, dalam rangka mengatur tubuhnya. Hal ini menjadikan perempuan menstruasi sering digeneralisir memiliki pengalaman yang sama, padahal pengalaman menstruasi perempuan adalah subjektif. Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat membuka tabir stigma menstruasi yang melingkupi perempuan, dan memberi ruang untuk perempuan bersuara tentang pengalaman mereka ketika menstruasi.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif fenomenologis, dengan subjek 4 orang perempuan yang mengalami menstruasi, dari 4 suku yang berbeda di Indonesia. Setiap subjek akan diwawancarai oleh peneliti untuk mendapatkan gambaran pengalaman mereka ketika menstruasi, dan bagaimana mereka menjadikan menstruasi sebagai ajang keluar dari permissosan.

Penelitian ini merupakan salah satu penelitian yang mencoba menyorot pengalaman menstruasi perempuan, yang sangat jarang dilirik untuk diteliti. Penelitian terhadap pengalaman menstruasi perempuan di Indonesia hanya terbatas pada higienitas, dan kecemasan. Padahal, pengalaman menstruasi menawarkan banyak aspek yang bisa diteliti.

Ternyata, sumber pengetahuan memegang peranan penting dalam membentuk persepsi perempuan terhadap menstruasi. Sumber pengetahuan merupakan kunci utama dalam membentuk persepsi terhadap menstruasi, baik dari diri perempuan, maupun lingkungan sekitar perempuan.

Kedua, Mitos-mitos di Indonesia terbagi menjadi 3 kelompok besar, yaitu mitos yang meliputi anggota tubuh, mitos yang meliputi pembalut, dan larangan berdasarkan kepercayaan.

Pendobran ketabuan terhadap perempuan menstruasi dapat terjadi ketika mitos yang membatasi perempuan menstruasi tidak lagi dianggap memiliki nilai oleh perempuan dan lingkungan sekitarnya..

Perlunya masyarakat dan lingkungan memandang menstruasi sebagai hal yang wajar bagi perempuan, sehingga perempuan tidak perlu malu dan ragu untuk meminta hak mereka yang sepatutnya mereka dapatkan ketika menstruasi tanpa rasa malu.

Kata Kunci: Menstruasi, Sumber Pengetahuan, Persepsi Perempuan

Abstract

Sabilla, Kamila El. 2022, 18410211, The dynamic of menstruation psychobiologist, Undergraduate Thesis, Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim Malang Islamic State University, 2022
Supervisor Lecture: Dr. Mohammad Mahpur, M. Psi.

Menstruation is a significant experience among women. Menstruating women are often misunderstood by society because society had made its associations and standardization for menstruating women, to arrange women's bodies. That makes menstrual women often judged as if they share similar experiences on menstruation, whereas menstrual experience is subjective. Through this research, we hope we can reveal things behind the menstrual stigma women often experience, and create space for sharing their menstrual experiences.

This research is conducted by a Qualitative approach, with the Phenomenology method. We conduct this research on 4 women who menstruate, from 4 different tribes in Indonesia. Every subject will be interviewed to get their description of their menstrual experience, and how menstruation means of getting out the menstrual taboo.

This research is trying to highlight women's menstrual experience, which never caught attention. Research on the menstrual experience of women in Indonesia is limited to hygiene and menstrual anxiety. The menstrual experience offers many aspects which can be researched.

We found that the source of knowledge has a significant role in shaping women's perception of menstruation. Source of knowledge is the main key to shaping menstrual perception, both in women, as well in their environment.

Menstruation myths in Indonesia are divided into three big categories, such as myths about body part, myths about menstrual pad, and myths linked by cultural superstition and beliefs.

We also found that breaking down the menstruation taboo happened when the myth that restrict menstrual woman lost its value among woman and their society

Society and the environment need to see menstruation as a normal thing that occurs in women, so women do not need to be embarrassed and reluctant to ask for the rights that they should get without feeling embarrassed.

Keywords: Menstruation, Source of Knowledge, Woman Perception

مستخلص البحث

سبلا، كمبلا ال، 18410211، ديناميكية علم النفس البيولوجي للحيض، أطروحة البكالوريوس، كلية علم النفس، مولانا مالك ابراهيم مالانج جامعة الدولة الإسلامية، 2022

M. Psi. محاضرة المشرف: د. محمد محبور ،

الحيض خبرة مهمة للمرأة. ما يسيء المجتمع فهم النساء في فترة الحيض لأن المجتمع يشكل جمعيته الخاصة عن فهم النساء في فترة الحيض، من أجل تنظيم جسمهن. هذا يجعل النساء الحائض معهما في كثير من الأحيان لتحصلن على نفس الخبرة، على الرغم من أن خبرة الدورة الشهرية لدى النساء ذاتية. من خلال هذا البحث، تأمل الباحثة في فتح حجاب وصمة العار الناتجة عن الدورة الشهرية التي تحيط بالمرأة، وإتاحة مساحة للمرأة للتحدث عن خبرتها أثناء فترة الحيض.

من هذا البحث، تستخدم الباحثة بطريقة ظاهرية نوعية، مع موضوع 4 نساء مع خبرتها عند الحيض، من 4 مجموعات عرقية مختلفة في إندونيسيا. ستتم مقابلة كل موضوع من قبل الباحثة للحصول على فكرة عن خبرتها أثناء الحيض، وكيف تجعلون الدورة الشهرية وسيلة للخروج من سن اليأس.

هذا البحث إحدى من الدراسات التي تحاول تسليط الضوء على خبرة الحيض المرأة، التي أحيانا عن تدقيق للبحث. البحث عن خبرة الدورة الشهرية عند النساء في إندونيسيا على النظافة والقلق. في الواقع، تقدم خبرة الحيض العديد من الجوانب الذي يمكن البحث فيها.

من الواضح أن مصدر المعرفة تلعب دورا مهما في تشكيل تصورات المرأة عن الحيض. مصادر المعرفة هي المفتاح الرئيسي في تشكيل تصورات الحيض، من قبل نفس النساء أو من البيئة المحيطة بالمرأة.

تنقسم الأساطير في إندونيسيا إلى 3 مجموعات رئيسية، وهي الأساطير التي تشمل أجزاء الجسم، والأساطير التي تشمل الفوط الصحية، والمحظورات القائمة على الاعتقاد.

والنتائج من هذا البحث أن الدورة الشهرية تمكن أن وسيلة لكسر محرمات جسم الأنثى عند بعض النساء. لأن مع الحيض يتبين أن هناك العديد من المحرمات التي يمكن القضاء عليها من خلال مصادر المعرفة التي تشكل تصورات المرأة عن الحيض وترك هذه القيم المحرمة، وتمكن المرأة من التحرر من المحرمات التي تربطها بها. لذلك، تمكن إزالة محرمات الحيض بإطلاق قيم المحرمات، وتغيير النظرة إلى محرمات الحيض نفسه.

أهم للمجتمع لينظر عن البيئة الحيض على أن شيئا طبيعيا للمرأة، حتى لا تخجل المرأة وتتردد في المطالبة بحقوقها التي تستحقها عند الحيض دون الاستحيا

الكلمات المفتاحية: الحيض، مصدر المعرفة، احساس المرأة.

Bab I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan sebuah hal yang normal dalam siklus perkembangan seorang Wanita. Akan tetapi, menstruasi sendiri masih diliputi dengan mitos-mitos yang masih tetap ada hingga saat ini dan masih menjadi sebuah standar apakah menstruasi yang dialami dikategorikan menjadi menstruasi yang normal atau tidak normal (Tan et al., 2017). Mitos-mitos menstruasi yang meliputi masih dipercayai karena dianggap sebagai bagian dari kebersihan (Wawancara terhadap partisipan Lily), pertimbangan sesepuh (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss), kepercayaan yang kuat (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss) dan mengikuti kebiasaan masyarakat di mana subjek berada (Wawancara terhadap partisipan Mawar). Selain mitos, berdasarkan penuturan subjek, subjek merasa tidak nyaman. Ketika publik menemukan bahwa mereka sedang menstruasi (Wawancara terhadap partisipan Lily), atau ketika ingin membeli produk menstruasi. Untuk menghindari ketidaknyamanan ini, perempuan menyembunyikan status menstruasinya (Bobel et al., 2021). Jadi menstruasi sebagai pengalaman psikobiologis subyek lebih banyak dipengaruhi oleh factor mitos kultural sehingga pengalaman psikobiologis perempuan cenderung ditabukan atau dibisukan oleh masyarakat.

Menurut Johnston-Robledo & Chrisler (2013) perempuan menstruasi cenderung menjadi obyek konstruksi di luar dirinya daripada konstruksi pengalaman subyektif tentang menstruasi. Hal ini diperkuat dengan fakta bagaimana Vannesa Tiegs mengumpulkan darah menstruasi, lalu menjadikanya cat untuk lukisanya, hal ini memicu kehebohan, dan masyarakat memandang hal

tersebut adalah sesuatu yang memalukan, terpana dengan kreatifitas mereka, dan jijik atas kemauan mereka untuk memperlihatkan karya seni terhadap cairan tubuh manusia yang telah lama distigmatisasi. Bagaimana berbagai pengalaman subjek digeneralisasikan, sehingga meskipun subjek sedang sakit saat menstruasi, ibu subjek tetap menyuruh untuk melakukan pekerjaan rumah tangga, seakan menafikan sakit yang dialami subjek (Wawancara terhadap partisipan Anggrek).

Ada juga hal lain yang mempengaruhi subjek ketika mengalami menstruasi, yaitu pengalaman yang berbeda antara subjek satu dengan lainnya, ada yang merasakan sakit. Ketika terdapat masalah dalam siklus menstruasinya (Wawancara terhadap partisipan Mawar), mengalami kesakitan seluruh badan (Wawancara terhadap partisipan Anggrek), tidak merasakan sakit (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss), dan kadang merasakan sakit (Wawancara terhadap partisipan Lily). Akan tetapi, hampir semua subjek menyatakan bahwa sakit saat menstruasi itu bukan sesuatu hal yang wajar untuk meminta izin (Wawancara terhadap partisipan Lily), diminta melakukan tugas rumah tangga, padahal subjek ingin bedrest saja (Wawancara terhadap partisipan Anggrek). Subjek Ketika merasakan sakit menstruasi menahanya karena tidak ingin merepotkan orang lain (Wawancara terhadap partisipan Lily dan Mawar). Berdasarkan hal ini, terlihat bahwa menstruasi hanya dianggap sebagai pengalaman individu yang tidak pantas dibicarakan ke ruang public dan generalisasi pengalaman setiap individu, membuat banyak subjek dipaksa untuk melakukan pekerjaan rumah, dan tidak memiliki pemahaman bahwa sakit menstruasi adalah hal yang boleh mendapatkan keringanan. Menstruasi adalah hak akan sakit. Dalam surat Al Baqarah ayat 222,

sudah tertulis bahwa menstruasi merupakan rasa sakit yang dialami perempuan. (Kodir, 2019)

Dari sini terlihat, bahwa terdapat pengalaman yang beragam. Ketika subjek mengalami menstruasi. Hal ini diperkuat dengan penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa sakit saat menstruasi merupakan permasalahan umum yang dihadapi Ketika menstruasi, sehingga menyebabkan izin atau melewatkan pembelajaran (Sivakami, Eijk, Takur, et al., 2019). Kecemasan ternyata juga berpengaruh dalam timbulnya sakit saat menstruasi. (Shinji et al., 2020). Sakit saat menstruasi dianggap sebagai sesuatu yang harus ditahan atau dikendalikan. (Armour et al., 2019)

Selain itu, pengetahuan tentang menstruasi seringkali tidak disampaikan secara baik kepada remaja, hal ini diperkuat dengan afirmasi seluruh subjek bahwa kadangkala mereka mendapatkan informasi mengenai menstruasi lewat nalar sendiri (Wawancara terhadap partisipan Lily), atau sudah menjadi rahasia umum (Wawancara terhadap partisipan Lily) dikarenakan orangtua dan guru seringkali merasa malu untuk membahas hal tersebut (Jalan et al., 2020). Pengetahuan terhadap menstruasi umumnya berdasarkan konteksualisasi historis dan diskursus yang menstigmatisasi perempuan daripada memberikan informasi yang menyehatkan (Mondragon & Txertudi, 2019). Dalam konteks historis, terdapat stigmatisasi yang kuat pada Wanita yang mengalami menstruasi, menganggap mereka tidak suci atau berbahaya, dan membatasi mereka dari kehidupan sosial dan kehidupan sehari-hari. (Patterson, 2013) Jadi, informasi terhadap menstruasi

seringkali tidak diperoleh dengan baik, kecuali dari proses stigmatisasi tradisi atau budaya yang melingkupinya.

Peneliti juga menemukan fenomena ini pada salah satu subyek. Subyek menyatakan bahwa subjek tidak mau dirayakan (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss), ketika akhirnya subjek mengalami menstruasi, dan menganggap bahwa menstruasi berarti meruntuhkan tembok ketomboyan (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss) yang dimilikinya. Dari semua subjek yang diwawancara, didapatkan data bahwa mereka seringkali diperintahkan untuk mengikuti semua mitos menstruasi, agar menstruasi mereka berjalan dengan baik. Ketika mereka sudah mendapatkan pengetahuan bahwa mitos tersebut tidak berpengaruh apapun terhadap menstruasi mereka, subjek memilih meninggalkannya (Wawancara terhadap partisipan Mawar). Pengetahuan tentang menstruasi seringkali didapatkan setelah mereka merasakan menstruasi pertama, ketika mereka dianggap pantas untuk menerima informasi tersebut. Pada akhirnya, pengetahuan terhadap menstruasi hanya didapatkan lewat sumber tunggal, dan hanya didapatkan secara serius Ketika mereka sudah mengalaminya.

Dalam penelitian terdahulu ditemukan bahwa stigmatisasi menstruasi menyebabkan konsekuensi yang merugikan bagi harga diri perempuan, gambaran tubuh, representasi diri dan kesehatan seksual (Chrisler, 2013; Johnston-Robledo & Chrisler, 2013; Kelland et al., 2017). Pada kenyataannya realitas tersebut juga dialami oleh subjek, bahwa subjek menjadi bahan tertawaan satu sekolah, karena menstruasi (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss). Dalam penelitian lainnya, penghargaan terhadap tubuh ternyata mempengaruhi perilaku saat menstruasi.

Perempuan yang diapresiasi dan dihormati tubuhnya cenderung terbuka untuk menyampaikan perasaan dan kesejahteraan, serta kebanggaan yang berhubungan dengan menstruasi dan lebih tidak percaya bahwa menstruasi membatasi perempuan dalam bearaktifitas sehari-hari, dan tidak menganggap menstruasi adalah sesuatu yang memalukan dan mengganggu (Chrisler et al., 2015; Jackson & Falmagne, 2013; Mondragon & Txertudi, 2019).

Diskursus negatif terhadap menstruasi, keperempuanan dan tubuhnya berubah menjadi sebuah penolakan problematic gender terhadap menstruasi yang dapat mempengaruhi pemaknaan pada pengalaman berperilaku selama masa perkembangan kehidupan. Pengalaman menarche pada perempuan ambivalen berelasi dengan tabu menstruasi, rasa malu pada tubuh, dan kewanitaan yang muncul. (Jackson & Falmagne, 2013)

Dalam penelitian sebelumnya, seringkali menstruasi sering dicirikan sebagai sesuatu yang memalukan, tabu, dan tidak bisa dibicarakan di depan umum (Abdullah, 2012; Burrows & Johnson, 2005; Jackson & Falmagne, 2013; Mohamed et al., 2018; Mukherjee et al., 2020; Rajagopal & Mathur, 2017; Rubinsky et al., 2020; Sivakami, Eijk, Takur, et al., 2019). Menstruasi juga diasosiasikan sebagai sesuatu yang buruk.

Penelitian terdahulu sudah mulai menyoroiti bagaimana membentuk asosiasi positif terhadap menstruasi, akan tetapi, belum terdapat penelitian yang membahas pengalaman dari berbagai suku. Disebabkan karena homogenitas suku yang mendiami negara tersebut, sehingga sulit untuk mencari keberagaman subjek. Pada penelitian terdahulu, subjek yang diteliti dalam penelitian kualitatif biasanya

berasal dari satu lingkungan yang sama, dan rata-rata yang diteliti adalah wanita kulit putih, atau kaukasian. Penelitian tentang menstruasi di Indonesia belum banyak dilakukan selain tentang higienitas dan pengetahuan tentang menstruasi. Penelitian terdahulu masih melingkupi stigmatisasi yang terjadi pada perempuan menstruasi, belum mendalami bagaimana menstruasi dapat menjadi sebuah sikap perlawanan terhadap bagaimana masyarakat mengatur perempuan lewat tubuhnya. Dalam penelitian ini, peneliti akan meneliti menstruasi sebagai alat perlawanan terhadap pengaturan masyarakat atas tubuhnya. Penelitian ini akan menggunakan subjek dari berbagai suku di Indonesia, yang direpresentasikan dengan pemilihan subjek dari berbagai suku di Indonesia, yaitu Jawa, Madura, Betawi dan Kalimantan.

Terdapat konsep “peningkatan kesadaran”, yaitu suatu proses kolektif di mana setiap orang didorong untuk dapat mengekspresikan perasaan dan pengalaman mereka. Tidak ada yang hanya menjadi pemimpin, semuanya terlibat, semuanya ahli di bidangnya. (Campbell, 1973). Hal ini dapat terjadi Ketika Wanita mencari pengetahuan menstruasi lewat diskusi-diskusi online, bahwa semua komentar yang ada, memiliki kekuatan yang sama. Menurut Simone de Beauvoir, bagaimana perempuan merasakan pengalaman terhadap tubuhnya merupakan akibat dari internalisasi pandangan bahwa Wanita berada di bawah radar orang-orang lainnya, terutama laki-laki. (Lennon, 2019). Dalam Psikologi Sosial, terdapat konsep tentang pengaruh social, yang memiliki arti sebuah proses di mana perilaku dipengaruhi oleh kehadiran seseorang secara nyata maupun tersirat. (Hogg & Vaughan, 2018). Dalam konteks ini, bagaimana perempuan berperilaku Ketika

menstruasi merupakan pengaruh dari pengajaran dan norma-norma yang telah ditetapkan oleh ibunya atau orang yang lebih berkuasa atas tubuh mereka.

Tubuh perempuan dalam pandangan Beauvoir tidak hanya sekedar tubuh, akan tetapi sebagai subjek yang patuh pada tabu, hukum, bahwa subjek sadar terhadap dirinya sendiri dan memenuhi itu dengan nilai-nilai yang ia evaluasi sendiri. Dan nilai-nilai itu bukan didasari atas fisiologi, akan tetapi fakta biologis yang mengambil nilai bahwa ada yang menganugerahkannya pada mereka (Beauvoir, 1956). Hal ini menyebabkan perempuan merasa harus mengikuti stigma menstruasi, karena dianggap sebagai pertimbangan sesepuh (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss), dan kepercayaan yang kuat yang mengakar dalam masyarakat sekitar (Wawancara terhadap partisipan Edelweiss). Subjek juga menyatakan mitos menstruasi sangat berpengaruh, karena sering diingatkan oleh teman-temannya, sehingga subjek mengikuti (Wawancara terhadap partisipan Mawar). Selain itu, dalam masyarakat patriarki, perempuan diposisikan sebagai “liyan” yang melarang Wanita menyanggah gelar atas subjek otentik karena dualisme social yang dibuat oleh binary gender yang mengikat dan mendefinisikan perempuan sebagai esensi feminis yang tetap. (Patterson, 2013).

Selain pandangan tersebut, terdapat pandangan lain yang menyatakan tubuh maternal perempuan merupakan sumber dari nilai positif yang diatur untuk melawan norma laki-laki, menekankan kepedulian dan subjektivitas internal, yang merupakan kebalikan dari otonomi dan keharusan. (Brien, 1983). Hal ini membuat tubuh Wanita dilihat sebagai sebuah sesuatu yang positif, yang termasuk di dalamnya kebanggaan daripada rasa malu. (Lennon, 2019)

Dalam penelitian terdahulu, selain melihat menstruasi sebagai pengalaman buruk, menstruasi juga membuat subjek merasa sebagai Wanita dewasa, yang memiliki strata social yang berbeda dengan perempuan yang belum menstruasi dan laki-laki, dan subjek merasa gembira dengan hal itu. (Jackson & Falmagne, 2013) Hal senada juga dituturkan oleh subjek penelitian ini, yang berkata bahwa subjek lega setelah menstruasi, karena berarti ia tidak tertinggal dengan teman-temannya yang menstruasi. (Wawancara terhadap partisipan Mawar). Jadi, selain stigmatisasi negatif terhadap menstruasi, terdapat pengalaman positif menstruasi yang mengarah kepada kebebasan untuk dianggap Wanita dewasa, dan menemukan makna baru dalam feminitas yang dialaminya, serta dianggap tidak tertinggal dari teman-temannya. Dalam Islam sendiri, menstruasi tidak dianggap sebagai sesuatu yang najis. Dalam tuturan Aisyah, seperti yang diabadikan dalam hadist yang memiliki arti, “Aisyah Ra. Berkata, “Rasulullah SAW memintaku untuk mengambilkan pakaian dari dalam masjid. Aku menjawab ‘Aku sedang haid’. Lalu Rasulullah Saw menimpali, ‘Haidmu itu bukan di tanganmu.’” (Shahih Bukhari no. 715) Pengecualian terkait kondisi tubuh perempuan harusnya dimaknai sebagai apresiasi dan dispensasi, bukan diskriminasi dan penistaan. (Kodir, 2019)

Dalam Penelitian ini akan mendalami bagaimana konstruksi psikobiologis menstruasi, di mana Wanita berpendapat tentang makna menstruasi yang sakit dan tidak sakit, serta kelayakan mereka untuk mendapatkan cuti menstruasi. Bagaimana seorang Wanita menjadikan pengalaman mencari pengetahuan lain tentang menstruasi menjadi ajang keluar dari permissosan atau penetapan hukum atas tubuh yang mereka miliki. Pembaca bisa melihat bagaimana dinamika remaja yang telah

mengalami menstruasi di Indonesia. Juga, sebagai pembuka pada penelitian lainnya tentang hal-hal yang masih dianggap tabu oleh masyarakat.

Berdasarkan uraian permasalahan dan fenomena di atas, peneliti memutuskan untuk mengambil judul **“Dinamika Psikobiologis Menstruasi”**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengalaman psikobiologis menstruasi?
2. Bagaimana Menstruasi sebagai ajang keluar dari permissosan?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui Pengalaman psikobiologis menstruasi
2. Mengetahui menstruasi sebagai ajang keluar dari permissosan

D. Manfaat Penelitian

Manfaat Ilmiah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan dalam bidang Psikologi Sosial dan Psikologi Gender, terhadap bagaimana pengalaman psikobiologis pada Wanita menstruasi di Indonesia, pada khususnya. Penelitian ini juga dapat memberikan informasi bahwa menstruasi merupakan alat untuk melawan permissosan yang melingkupinya. Penelitian ini juga bermanfaat sebagai contoh penelitian berbasis feminis, yang melihat dengan perspektif wanita sebagai subjek, bukan hanya sebagai pelengkap kehidupan bermasyarakat.

Manfaat Praktis

Memberikan perspektif lain pada masyarakat terhadap menstruasi. Penelitian ini diharapkan dapat mematahkan stigma masyarakat terhadap

Wanita yang menstruasi. Selain itu, penelitian ini dapat menggerakkan pemikiran yang lebih terbuka terhadap menstruasi dan masyarakat, sehingga Wanita tidak perlu takut lagi untuk membicarakan masalah menstruasi. Penelitian ini juga merepresentasikan kehadiran wanita sebagai subjek penelitian, sehingga peran wanita dapat diakui oleh masyarakat.

Bab II **KAJIAN TEORI**

A. Menstruasi dalam Perspektif Kesehatan

Dalam perspektif kesehatan, menstruasi dianggap sebagai sebuah ciri-ciri normal perkembangan remaja wanita (Jackson, 2019; Pemiliana, 2019). Menstruasi berlangsung setiap bulan, dan darah menstruasi adalah hasil dari luruhnya sel telur yang tidak dibuahi (Silalahi, 2021). Menstruasi sebagai ciri perkembangan remaja wanita dalam kesehatan tidak distigmatisasi, dan bahkan masuk dalam salah satu sistem tubuh yang dipelajari dalam pembelajaran sekolah, yaitu sistem reproduksi (Diamond-Smith et al., 2020). Menstruasi dianggap sebagai tanda berkembangnya seorang remaja wanita memiliki artian bahwa menstruasi merupakan siklus normal yang harusnya tidak diasosiasikan sebagai sesuatu yang negatif dan menghambat perempuan (Jackson & Falmagne, 2013; Solehati et al., 2018). Karena, jika perempuan tidak mengalami menstruasi, maka sistem reproduksi yang berjalan dalam tubuhnya mengalami gangguan. (Michael et al., 2020).

Menstruasi merupakan salah satu ciri perkembangan primer remaja perempuan. (Kelland et al., 2017) Akan tetapi, ternyata mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi yang tidak memihak dan menstigmatisasi terbatas. (Diamond-Smith et al., 2020) Seringkali, perempuan mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi dari sumber terdekatnya, yaitu ibu dan keluarga mereka. (Coast et al., 2019; Solehati et al., 2018) Pengetahuan dari sumber yang tunggal ini kadangkalanya disusupi oleh mitos-mitos yang dipengaruhi oleh budaya yang mereka anut. (Abdullah, 2012; Gaybor, 2020) Sehingga, perempuan pun secara tidak langsung, dalam pembelajaran yang ditawarkan dari ibu atau keluarga mereka

dituntut untuk mengikuti ekspektasi masyarakat. (Jackson & Falmagne, 2013; Mondragon & Txertudi, 2019)

Ada beberapa perempuan yang mengalami sakit saat menstruasi.(Coast et al., 2019) Dalam telaah ilmu kesehatan, hal ini merupakan sebuah hal yang normal.(Armour et al., 2019) Seharusnya, wanita bisa meminta cuti atau excuse untuk beristirahat ketika merasakan sakit (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013). Karena, menstruasi memang menyebabkan ketidakseimbangan hormonal dalam diri wanita, sehingga dapat menyebabkan sakit (Chrisler, 2013; Fernández-Martínez et al., 2019). Cuti karena sakit ketika menstruasi harusnya merupakan sebuah kelaziman. (Chrisler et al., 2015)

B. Telaah Menstruasi Berdasarkan Simone De Beauvoir

Perempuan sebagai seks kedua. Simone de Beauvoir sendiri memandang perpindahan fase dalam kehidupan yang dialami perempuan sebagai sebuah pengalaman yang traumatis dan membatasinya secara lebih mendalam sebagai seorang yang dikelompokkan sebagai jenis kelamin kedua (Beauvoir, 1956). Ketika tubuh perempuan berkembang, lingkungan menyikapinya dengan meningkatkan sikap permusuhan dan pengancaman.(Beauvoir, 1956; Farris et al., 2014) Hal ini menyebabkan perempuan hanya menjadi “daging” yang tidak memiliki keinginannya sendiri. Seringkali, memiliki tubuh perempuan dianggap sesuatu yang menyakitkan, mengganggu, memalukan, sebuah masalah yang harus dihadapi, jelek, dan kikuk (Beauvoir, 1956).

Pengalaman menstruasi merupakan salah satu pengalaman yang menyebabkan perempuan merasa tubuhnya adalah tubuh yang menyakitkan, dan

mengganggu. (Jackson, 2019; Jackson & Falmagne, 2013; Johnston-Robledo & Chrisler, 2013; Michael et al., 2020) Karena, menstruasi seringkali dihadapkan dengan kesakitan sebagai gejala awal menstruasi, dan darah yang mengalir dianggap mengganggu kehidupan dan kesejahteraan perempuan.(Johnston-Robledo & Chrisler, 2013; Kelland et al., 2017). Pengaruh sosial menyebabkan perempuan menganggap dirinya sendiri sebagai keberuntungan yang buruk, dan menyebabkannya menyesal memiliki tubuh perempuan. (Beauvoir, 1956). Perempuan menstruasi juga mendapatkan pandangan buruk dari kebudayaan India dan Fiji, di mana perempuan menstruasi dianggap sebagai pembawa sial, sehingga dilarang melakukan berbagai aktifitas yang tidak ada kaitannya dengan darah menstruasi (Mohamed et al., 2018; Sivakami, Eijk, Thakur, et al., 2019)

Pengaruh Sosial. Dalam teori pengaruh sosial, konformitas merupakan salah satu jenis bagaimana lingkungan dapat mempengaruhi perilaku.(Hodges, 2017; Hogg & Vaughan, 2018) Konformitas sendiri adalah perubahan perilaku pribadi secara mendalam akibat tekanan kelompok.(Harris, 2011; Hogg & Vaughan, 2018) Dalam hal ini, kelompok yang dimaksudkan adalah kelompok masyarakat yang menekan wanita dengan tatanan segala cara yang harus dilakukan ketika sedang menstruasi. Wanita yang tidak ingin mendapatkan pengucilan maupun pengasingan masyarakat akibat tidak mengikuti tatanan sosial yang berlaku, akhirnya mengikuti tata cara yang diperintahkan masyarakat untuk mengatur bagaimana wanita seharusnya bertindak ketika menstruasi. (Jackson & Falmagne, 2013; Jalan et al., 2020; Rajagopal & Mathur, 2017)

Akan tetapi, seiring perubahan zaman, wanita mulai mencoba untuk tidak selalu mengikuti ekspektasi masyarakat terhadap diri wanita (Gaybor, 2020). Salah satunya dengan cara tidak begitu menjalankan mitos menstruasi, setelah mencari tahu ternyata tabu menstruasi tidak berpengaruh negatif pada siklus menstruasinya. Hal ini dapat menjadikan sebuah sikap perlawanan, bahwa wanita mampu melalui masa menstruasi tanpa harus terpaku pada norma-norma yang digariskan oleh masyarakat. (Burrows & Johnson, 2005; Jackson & Falmagne, 2013; Johnston-Robledo & Chrisler, 2013)

C. Telaah Menstruasi dalam Tinjauan Mubaadalah

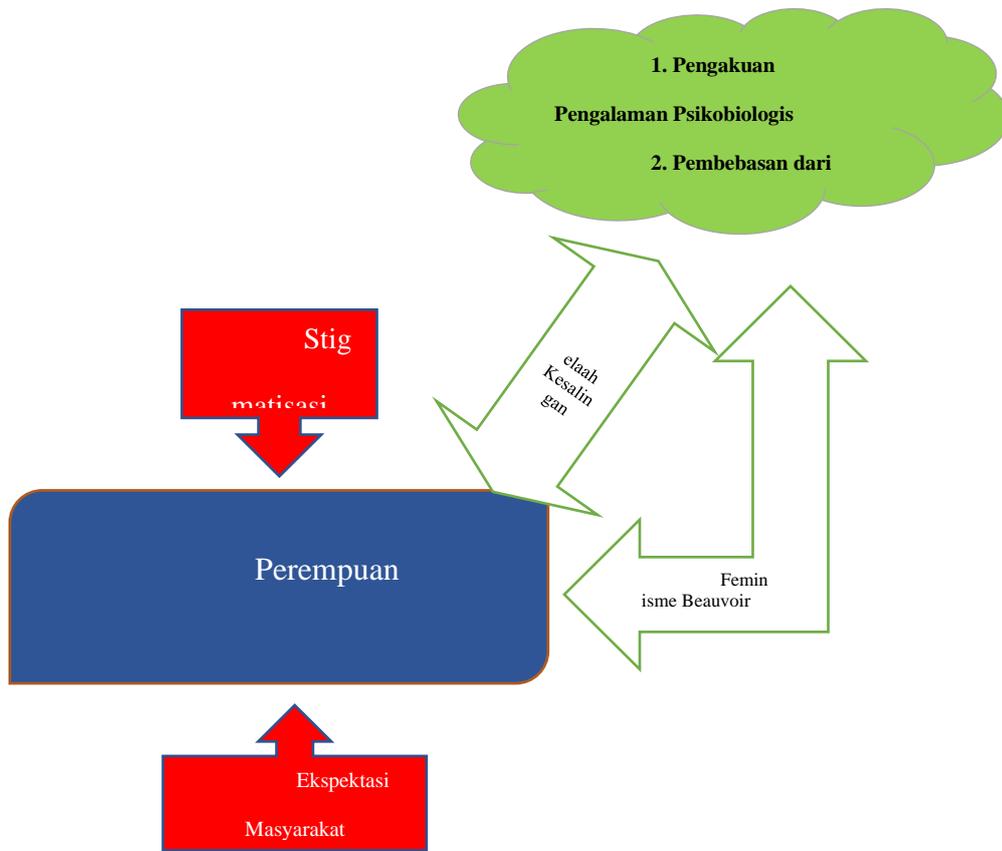
Islam sendiri memandang bahwa menstruasi adalah kodrat yang dimiliki oleh perempuan (Dahri, 2012; Nuroniyah, 2019; Suhendra, 2014) Akan tetapi, kajian fiqh yang mengatur tentang menstruasi diliputi oleh konstruksi sosial yang bias gender, sehingga hukum dan fiqh menstruasi terkesan begitu rumit dan membatasi perempuan (Kodir, 2019; Nuroniyah, 2019). Seperti, darah menstruasi yang dianggap representasi getah pohon larangan yang dimakan Hawa, sehingga menyebabkan Adam dan Hawa diturunkan dari surga. Ditambah lagi anggapan para ulama yang mengasosiasikan perempuan menstruasi dengan perempuan yang kotor, karena mengeluarkan darah dari vagina mereka (Nuroniyah, 2019). Rasulullah tidak menjadikan menstruasi sebagai pembenaran atas diskriminasi perempuan. (Suhendra, 2014). Sikap nabi yang seperti ini menyebabkan para sahabat perempuan untuk bertanya dan membahas persoalan haid, nifas dan istihadhah tanpa rasa malu. (Suhendra, 2014)

Dalam telaah tafsir mubadalah, perempuan dan laki-laki diposisikan sebagai kesalingan. Jika tubuh laki-laki dianggap sakit dalam ciri-ciri khusus, maka tubuh perempuan dengan ciri-ciri yang setara secara kesehatan (Rahmatullah, 2013), maka menstruasi juga bagian dari rasa sakit yang nilainya sama dengan laki-laki. Perempuan dan laki-laki oleh karena itu tidak diposisikan sebagai salah satu pihak yang memiliki kuasa lebih atas pihak lain (Kodir, 2019). Menstruasi dalam mubadalah dipandang sebagai rasa sakit yang dialami oleh perempuan. Itu artinya diskursus menstruasi juga menjadi bagian dari tanda-tanda yang masuk sebagai kondisi sakit, tidak selalu diidentikkan semata sebagai kondisi negatifitas atas nama tubuh perempuan. (Rahmatullah, 2013; Sunarko, 2018) Pembatasan yang ada dipandang sebagai upaya mengistirahatkan tubuh perempuan yang mengalami kesakitan tersebut (Kodir, 2019). Darah menstruasi tidak dihubungi lebih kotor dari darah yang keluar lewat anggota tubuh lain. Tubuh perempuan juga memiliki hakikat kesucian yang sama dengan tubuh laki-laki. (Kodir, 2019)

Kesadaran pada realitas kehidupan perempuan dan pentingnya relasi yang adil dan seimbang harus menjadi pondasi perumusan sikap dan pandangan keagamaan (Kodir, 2019; Naser, 2014; Santoso, 2020). Dalam hal ini, tafsiran mubaadalah berarti tidak menitikberatkan pada pandangan patriarkis yang lazimnya terdapat dalam tafsir-tafsir lain. (Gumiandari & Nafi'a, 2020; Hakim, 2020) Menstruasi, sebagai masa reproduksi perempuan, adalah sesuatu yang mulia, dan tidak bisa menjadi pertimbangan untuk merendahkan derajatnya. (Kodir, 2019) Ketidakadilan bagi perempuan karena keperempuanannya adalah tindakan dzalim. (Kodir, 2019).

D. Logical Framework

Kesadaran tentang menstruasi adalah hak bagi setiap perempuan. Dalam pendekatan mubadalah, kesalingan dalam menstruasi tidak terbatas hanya mitos. Kesakitan dalam menstruasi bukan hanya proses yang dimiliki perempuan akan tetapi berpengaruh pula bagi laki-laki. Menstruasi merupakan sebuah alat yang dapat digunakan sebagai sarana mendobrak stigma perempuan yang harus mengikuti apa kata masyarakat. Pengetahuan atas menstruasi tidak hanya diperoleh lewat mitos yang berkuasa atas kebebasan perempuan, akan tetapi juga diperoleh dari sumber-sumber netral yang memandang bahwa perempuan bukanlah aib bagi masyarakat. Pengalaman menstruasi yang traumatis harus diubah menjadi sesuatu yang menolak tabu bagi masyarakat. Perempuan menstruasi berhak atas pengakuan atas kesakitan yang dialaminya.



Gambar 1: Kerangka Konseptual

Bab III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Penelitian

Peneliti akan mengambil jenis penelitian Kualitatif, menurut Creswell, dalam(Raco, 2010) mengemukakan bahwa penelitian kualitatif adalah suatu pendekatan dan penelusuran untuk mengeksplorasi serta mendapatkan pemahaman tentang sebuah gejala sentral. Menurut Hilal dan Abri, metode penelitian Kualitatif adalah metode penelitian yang menggunakan sudut pandang informan dalam pendeskripsian fenomena, penemuan realita yang beragam, dan mengembangkan pemahaman secara holistic atas fenomena tertentu.

Pendekatan yang dilakukan oleh peneliti adalah pendekatan penelitian Fenomenologis, yang bersumber dari bahasa Yunani, *Pahainomenon* yang memiliki arti gejala, atau segala sesuatu yang menampakkan diri.(Helaluddin, 2018) Fenomenologi diartikan sebagai sebuah studi yang menganalisa dengan cara deskriptif dan introspektif terhadap segala pengalaman dan kesadaran manusia berdasarkan aspek inderawi, konseptual, moral, estetis, dan religi (Helaluddin, 2018).

Dalam pendapat tokoh lain, Fenomonologi merupakan pendekatan metode penelitian kualitatif yang memperbolehkan peneliti menggunakan kemampuan intrapersonal dan subjektivitas pada proses penelitian eksplanatori. (Alase, 2017). Dalam penelitian fenomenologis, peneliti

bertanggung jawab dalam menginvestigasi dampak dari focus penelitian terhadap “pengalaman hidup” partisipan penelitian (Alase, 2017)

Desain penelitian

Penelitian ini didesain dengan metode penelitian Kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Fenomena yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah bagaimana pengalaman psikobiologis menstruasi yang dialami subjek, serta bagaimana menstruasi sebagai ajang keluar dari permissoson, menurut pandangan Simone de Beauvoir dan Tafsir Mubadalah. Teori yang digunakan adalah teori identitas sosial, di mana seseorang mengikuti apa yang menjadi ciri masyarakat tertentu untuk menghindari pengucilan pada dirinya. (Hogg & Vaughan, 2018)

B. Sumber Data

Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah Wanita Indonesia yang sedang mengalami menstruasi setiap bulanya, dan mengalami berbagai gejala menstruasi. Subjek berasal dari berbagai suku di Indonesia, yaitu suku Jawa, Madura, Betawi dan Kalimantan. Subjek memiliki pengalaman psikobiologis masing-masing, serta mitos mitos menstruasi yang ada di Masyarakat, subjek menegaskan pengalaman mereka dan menyampaikan keresahan mereka terhadap ekspektasi masyarakat terhadap wanita yang menstruasi.

Sumber Data

Sumber penelitian kebanyakan berasal dari jurnal luar negeri, dikarenakan penelitian kualitatif terhadap menstruasi di Indonesia terbatas. Terdapat sumber data dari sebuah laman web, tentang menstruasi dan stigmanya. Sumber data juga didapatkan dari wawancara dengan subjek sesuai karakteristik yang termasuk dan disebutkan dalam karakteristik subjek.

C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data Observasi dan Wawancara. Observasi yang digunakan adalah observasi partisipatif, yang menurut (Sugiyono, 2013) adalah peneliti terlibat secara langsung dan turut merasakan apa yang dirasakan oleh subjek. Diharapkan, dengan observasi partisipatif, diperoleh data yang terperinci, tajam, dan memahami terlebih dalam pada perilaku yang terlihat. (Sugiyono, 2013).

Karena penelitian ini menyangkut Wanita menstruasi, maka peneliti juga merasakan menstruasi setiap bulan, dengan gejala khas menstruasi, baik tampak maupun tidak. Peneliti juga merasakan, bagaimana hidup dengan stigma Wanita menstruasi di Indonesia yang tercipta dari kepercayaan, budaya, dan juga agama. Kesamaan jenis kelamin peneliti dan subjek diharapkan dapat menciptakan hasil penelitian yang mendalam, dan memiliki pemahaman yang sama.

Selain observasi, peneliti juga menggunakan teknik wawancara. Wawancara berfungsi sebagai pengumpul informasi, yang terlewatkan oleh teknik observasi. Wawancara digunakan sebagai penangkap pendapat, persepsi, perasaan, dan pikiran terhadap gejala, fakta, dan realita. (Raco, 2010).

Dalam konteks ini, wawancara digunakan pula sebagai alat tukar pikiran dan pendapat antara peneliti dan subjek mengenai stigma menstruasi yang berada di masyarakat, dan bagaimana mereka menyikapinya.

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara tanpa menggunakan pedoman yang sistematis dan lengkap. Hanya menggunakan pedoman garis besar permasalahan yang akan ditanyakan kepada narasumber. (Sugiyono, 2013). Peneliti tidak menggunakan daftar pertanyaan dan kemungkinan jawaban, melainkan bertanya secara umum tentang menstruasi yang dirasakan dan dialami subjek setiap bulanya.

D. Analisa Data

Analisa data adalah proses pencarian dan penyusunan data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi secara sistematis, melalui pengorganisasian data dalam kategori, penjabaran dalam unit-unit, melakukan sintesa, Menyusun pola, pemilihan data yang akan dipelajari, dan pembuatan kesimpulan yang dapat memberi pemahaman terhadap diri sendiri dan orang lain. (Sugiyono, 2013).

Peneliti akan menggunakan teknik Analisa data Spradley, di mana proses penelitian berangkat dari hal yang luas, memfokus, dan meluas lagi. (Sugiyono, 2013).

Berikut ini dipaparkan tahapan penelitian kualitatif menurut Spradley, dalam (Sugiyono, 2013):

1. Analisis domain

Diperolehnya gambaran umum dan menyeluruh dari objek atau situasi social. Peneliti menetapkan kategori yang akan menjadi pembuka pintu bagi penelitian selanjutnya.

2. Analisis Taksonomi

Penjabaran secara mendalam terhadap domain yang diperoleh dari Analisa domain dalam rangka mengetahui struktur internalnya.

3. Analisis Komponensial

Pencarian ciri spesifik setiap struktur internal dan mengontraskanya, dengan cara observasi dan wawancara selektif dengan pertanyaan yang mengontraskan.

4. Analisis Tema Kultural

Menetapkan dan mengeksplorasi hubungan antar domain, bagaimana keseluruhan hubungan domain tersebut, yang akhirnya diterapkan menjadi suatu judul penelitian.

E. Keabsahan dan Kredibilitas Data

Dalam penelitian kualitatif, untuk memastikan bahwa data yang didapatkan sesuai kredibilitas dan sesuai standar keabsahan, maka diadakan verifikasi ulang data dengan pengujian reabilitas dan kredibilitas. Menurut (Sugiyono, 2013) dalam penelitian kualitatif, jika tidak terdapat perbedaan antara laporan peneliti dan kejadian sesungguhnya yang dialami subjek. Kebenaran realitas data bergantung pada konstruksi manusia, yang terbentuk dari latar belakang seseorang dan proses mental yang meliputinya. Dalam penelitian kualitatif, reabilitas selalu bersifat majemuk, dinamis, sehingga

jarang terjadi pengulangan dan hal yang sama.(Sugiyono, 2013). Setiap peneliti kualitatif akan menggunakan cara mereka dalam memperoleh laporan, mengolahnya, sehingga tidak terjadi kesamaan.

Pengujian kredibilitas dalam penelitian ini menggunakan metode perpanjangan pengamatan, yang mana peneliti kembali ke setting yang telah ditetapkan, mewawancarai narasumber yang sama dan baru, serta melakukan pengamatan Kembali. (Sugiyono, 2013) Diharapkan, metode perpanjangan pengamatan dapat membangun rapport antara peneliti dan subjek, sehingga subjek menjadi lebih terbuka dalam menjawab pertanyaan peneliti.

Selain itu, peneliti juga menggunakan bahan referensi, yaitu hasil wawancara, berupa rekaman suara tanya jawab antara narasumber dan subjek tentang topik yang diteliti. Rekaman suara tanya jawab ini merupakan data pendukung keabsahan data penelitian.

Selanjutnya, diadakan pengujian validitas eksternal data, yang disebut *Transferability*, untuk menentukan sejauh mana orang lain dapat memahami hasil penelitian kualitatif, sehingga hasil penelitian dapat diterapkan di tempat penelitian lain. (Sugiyono, 2013)

Tahap terakhir, diadakan uji reabilitas, yang dalam penelitian kualitatif disebut uji *dependability*, yang mana ditetapkan bahwa jika seseorang dapat mereplikasi proses penelitian tersebut, maka data yang didapatkan reliable. (Sugiyono, 2013). Dalam melakukan pengujian reabilitas, auditor penelitian adalah dosen pembimbing, di mana dosen pembimbing melakukan audit keseluruhan data yang sudah diambil oleh peneliti. Peneliti harus dapat membuktikan proses

brainstorming penelitian, dari menentukan focus, memasuki lapangan, menentukan sumber data, menentukan uji keabsahan, dan benar.

Bab IV

HASIL PENELITIAN

A. Dinamika Psikobiologis

1. Menstruasi Pertama

Perempuan memiliki akses atas hak memilih dan menentukan sumber informasi. Cukup banyak sumber pengetahuan yang mendukung tentang menstruasi. Sumber informasi terhadap menstruasi didapatkan dari lingkungan terdekat, di mana unsur dari lingkungan terdekat adalah ibunda dan keluarga terdekat serta obrolan teman-teman. Ibunda memberikan informasi tentang cara menggunakan pembalut dengan benar, dan sebagai teman berdiskusi tentang masalah menstruasi. Pengetahuan tentang menstruasi yang disampaikan oleh ibunda semenjak SD. Selain ibunda, keluarga dan kerabat juga memberikan informasi bahwa menstruasi adalah sebuah proses ilmiah. Jadi, lingkungan terdekat ternyata memberikan pengetahuan dan membantu memahami bagaimana menstruasi itu berlangsung.

Selain dari lingkungan terdekat, terdapat perempuan yang mendapatkan pengetahuan menstruasi melalui informasi publik. Informasi publik yang membantu memberikan pemahaman terhadap menstruasi didapat dari rahasia umum dan media sosial. Akan tetapi, lingkungan ternyata kurang membantu memahami informasi tentang menstruasi. Perempuan tidak mendapatkan pengetahuan yang cukup tentang bagaimana menangani masalah yang muncul saat menstruasi. Hal ini bertentangan dengan perempuan lain yang mendapatkan pengalaman lewat media, karena media sosial memungkinkannya melakukan

interaksi lebih banyak dibandingkan lingkungan sekitarnya. Selain itu, rahasia umum yang sudah mengakar dalam lingkungan perempuan dapat menjadi medium untuk mengantarkan informasi tentang menstruasi. Dapat disimpulkan bahwa informasi publik dapat menjadi sumber informasi terhadap menstruasi, bisa pula bukan merupakan tempat untuk mendapatkan sumber informasi yang mumpuni terhadap menstruasi.

Penalaran dan sumber ilmiah menjadi salah satu opsi untuk mendapatkan pengetahuan terhadap menstruasi. Kebanyakan perempuan mendapatkan pemahaman bahwa menstruasi merupakan proses alamiah berdasarkan pengetahuan yang didapat di sekolah dasar, melalui pelajaran biologi. Selain melalui pembelajaran, perempuan merasa naluri manusia yang muncul meskipun perempuan tidak dijelaskan secara menyeluruh tentang menstruasi dapat membantunya memancing pengetahuan tentang apa yang harus dilakukan ketika menstruasi. Pengetahuan yang lebih dalam juga bisa didapatkan lewat buku dan jurnal ilmiah. Jadi, penalaran dan sumber ilmiah merupakan salah satu cara untuk mengakses informasi terhadap menstruasi. Pada akhirnya, pengetahuan yang membentuk kesadaran menstruasi didapatkan dari lingkungan terdekat, informasi publik serta penalaran dan sumber ilmiah.

Ketika perempuan sudah mendapatkan pengetahuan terhadap menstruasi, maka perempuan dapat dengan cepat mengenali tanda-tanda bahwa mereka mengalami menstruasi. Perempuan mengenali menstruasi pertamanya di kamar mandi. Ada pula yang menyangka bahwa dirinya mengalami keputihan, dan terdapat cairan yang keluar dari **selangkanganya**. Perempuan lainnya memiliki

pengalaman yang sama, yaitu ketika ia mengidentifikasi darah di celana dalamnya. Perempuan lainya pun mengaku, ketika selangkanganya basah, ia memutuskan untuk melakukan pengecekan. Ketika sudah yakin dan merasa ada sesuatu yang keluar dari selangkanganya, maka dia melakukan identifikasi bahwa mereka mengalami menstruasi di kamar mandi. Berkat sumber pengetahuan yang didapatkan melalui penalaran, informasi publik, dan lingkungan terdekat, perempuan dapat mengenali menstruasi.

Perempuan yang sudah memiliki pengetahuan tentang menstruasi dapat dengan mudah memperkirakan waktu mereka mengalami menstruasi pertama. Ketika ditanyai kapan mereka merasakan menstruasi, 3 orang remaja perempuan menjawab mereka mengalami menstruasi saat duduk di bangku kelas 6 SD, yang merupakan jenjang akhir sekolah dasar. Akan tetapi, salah satu perempuan ada yang mendapatkan menstruasi saat kelas 2 SMP. Jadi, waktu perempuan pertama kali mendapatkan menstruasi rata-rata di masa akhir sekolah dasar, dan awal sekolah menengah.

Ketika pertama kali mengalami menstruasi, perempuan umumnya menghubungi orang terdekat subjek untuk mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi. Disebutkan pada paragraf awal, salah satu sumber pengetahuan menstruasi adalah orang terdekat. Mama dan bunda adalah orang yang pertama kali dikabari ketika perempuan mengalami menstruasi. Karena jauh dari orang terdekat, salah satu perempuan menghubungi umi di asrama, yang dianggap sebagai orang yang berpengaruh dan memiliki pengetahuan. Umi di asrama berfungsi sebagai perantara penghubung kepada orang tua. Akan tetapi, karena memiliki rasa malu

terhadap menstruasi, terdapat perempuan yang menyembunyikan fakta bahwa ia mengalami menstruasi. Dapat disimpulkan bahwa menstruasi merupakan sebuah hal privat yang pengalamannya hanya diajukan kepada orang terdekat.

Narasumber pertama, Mawar mengekspresikan perasaannya ketika mengalami menstruasi pertama,

“....Soalnya pas itu lagi musim-musimnya angkatanku yang cewek-cewek pertama kali haid, jadi aku seneng aja sih, malahan seneng kaya, wah aku dapat haid pertama kali, sama dong kaya teman-temanku. Malahan kalau misal di tahun itu aku belum dapat, kayanya aku bakalan cemas deh (WWCR.S1.4). Liat lingkungan sih, pas temen-temenku dapat haid pertama, cieee aku dah bergabung sama kalian, udah dapat kaya gitu” (WWCR.S1.3)

Dari kutipan wawancara di atas, ditemukan bahwa perempuan mengalami perasaan senang ketika akhirnya menstruasi, karena merasa tidak tertinggal dari teman-temannya. Ia malah merasa khawatir jika di saat teman-temannya mendapatkan menstruasi, dia belum mendapatkannya. Perempuan lainnya merasa senang ketika mengalami menstruasi. Akan tetapi, ternyata pengalaman perempuan terhadap penyambutan menstruasi tidak selalu senang. Meskipun senang, Lily merasa tidak nyaman memakai pembalut. Ia juga mengungkapkan bahwa ia tidak terbiasa ketika darah mengalir. Sedangkan Edleweiss yang memiliki pengalaman tidak menyenangkan terhadap identitas diri merasa membenci dirinya sendiri sebagai seorang perempuan. Ia juga meremehkan teman-temannya yang mengalami menstruasi, karena ia merasa jijik dengan menstruasi. Rasa jijik yang ia rasakan berakar dari identifikasi bahwa dirinya adalah seorang tomboy yang menganggap aneh hal-hal kewanitaan. Jadi, pengalaman mendapatkan menstruasi beragam, dan kejadian tidak menyenangkan dapat menyebabkan penolakan terhadap menstruasi.

Banyak sekali emosi-emosi yang muncul ketika subjek pada akhirnya merasakan menstruasi. Emosi yang muncul pun pasti memiliki penyebabnya sendiri. Lily mengaku senang ketika akhirnya mengalami menstruasi, karena mendapat libur shalat. Selain itu, dia juga mengaku bahwa menstruasi membuktikan bahwa ia adalah perempuan yang sehat. Kedekatan personal dan emosi juga dirasakan oleh Mawar yang akhirnya merasa memiliki kesamaan dengan teman-temannya yang sudah menstruasi terlebih dahulu. Mawar dan Lily mengaku merasa senang karena menjadi lebih dewasa setelah mendapatkan menstruasi. Jadi, emosi saat mengalami menstruasi pertama kali adalah rasa senang karena akhirnya dewasa, dan memiliki kesamaan dengan teman-temannya

Pembalut merupakan sebuah alat untuk menampung darah menstruasi. Ketika pertama kali memakai pembalut, subjek Anggrek dan Lily kompak menyatakan bahwa pembalut pada awalnya tidak nyaman dipakai. Penyebabnya karena mereka merasa pembalut mengganjal. Anggrek menambahkan bahwa ia merasa aneh ketika menggunakan pembalut. Pembalut pada awalnya menimbulkan rasa tidak nyaman karena mengganjal dan aneh.

Meskipun menstruasi adalah pengalaman yang dialami seluruh perempuan, akan tetapi keadaan yang dialami setiap perempuan ketika menstruasi berbeda. Mawar menuturkan bahwa ia merasakan sakit ketika ada masalah dalam siklus menstruasinya. Sedangkan, Anggrek menuturkan bahwa ia merasakan sakit sekujur tubuh ketika menstruasi berlangsung, yang membatasinya melakukan seluruh pekerjaannya dengan normal. Edelweiss tidak merasakan sakit saat menstruasi,

namun ia mengaku bahwa ia mengalami perubahan mood ekstrem ketika menstruasi berlangsung.

“... menangis sampe ga bisa ngomong, sejam kemudian nggak liat meme. And at that time, I need to see Psychiatrist.”

Lily hanya mengalami sakit dalam beberapa siklus menstruasi. Ternyata, pengalaman subjek terhadap apa yang dirasakan ketika menstruasi berbeda dan subjektif.

Setelah perempuan mendapatkan menstruasi, reaksi orang di sekitar perempuan yang mengalami perkembangan biologis yang terjadi pada remaja perempuan sangatlah beragam. Perempuan kebanyakan mendapatkan reaksi kehebohan dari anggota keluarga. Reaksi ini ditandai dengan celetukan “*lho, m ens,*” (WWCR.S2.3) atau menjadikan menstruasi perempuan sebagai bahan berita di grup keluarga. Ada pula orang sekitar subjek yang mengasosiasikan perempuan yang sudah menstruasi sebagai seseorang yang dewasa. Selain reaksi positif, perempuan juga mendapatkan response negatif dari lingkungan sekitar subjek, yang tidak menyangka bahwa gadis tomboy bisa menstruasi dengan menjadikan subjek sebagai bahan tertawaan satu sekolah. Kondisi ini sebagaimana dialami oleh Edelweiss

“Ketahuanya gegara itu [duduk di kursi Panjang], anak SD, masih ga pikir Panjang, jadi duduk aja [di sana], eh diketawain satu Angkatan. Gitu sih.”

Ternyata, reaksi orang sekitar terhadap menstruasi pertama perempuan tidak selalu positif. Ketika Edelweiss mengalami menstruasi, ia diledek, “*eh kamu haid ya, jadi perempuan ya,*” sebagaimana yang disampaikan oleh gurunya. Edelweiss marah sekali karena ledekan tersebut. Ledekan itu memantik amarahnya. Ledekan

itu berkesan lama, karena ia sampai ingin memukul guru yang meledeknya. Edelweiss juga marah karena dibandingkan dengan adeknya yang memiliki kulit putih. Selain marah karena ejekan yang diterimanya dari guru, Edelweiss dan menonjok teman-teman lelaki subjek karena menyebabkan teman-teman perempuannya menangis ketika mengalami menstruasi. Hal ini menyebabkan Edelweiss merasa kecewa ketika pada akhirnya mengalami menstruasi, karena menstruasi membuat Edelweiss harus menerima pembatasan-pembatasan yang dialamatkan kepadanya, sebagai perempuan yang mengalami menstruasi. Edelweiss merasa, menjadi cantik karena menstruasi, berarti kehilangan identitasnya sebagai seorang tomboy yang tidak “Drama” seperti perempuan pada umumnya.

2. Pasca Menstruasi Pertama

Seperti kita ketahui, menstruasi merupakan proses meluruhnya sel telur yang dialami oleh wanita. Menstruasi merupakan siklus yang terjadi setiap bulan. Seiring berjalanya waktu, terdapat suatu perubahan, yang terbentuk dari hasil pengalaman dan pembiasaan karena mengalami menstruasi secara berulang.

Euforia menstruasi pertama ternyata berlangsung dalam waktu yang singkat. Anggrek mengaku kesenangan mendapatkan menstruasi hanya bertahan sebulan. Setelah menstruasi berikutnya muncul, ia mulai terbiasa. Mawar bahkan hanya mengalami euforia menstruasi selama seminggu. Lily mengalami euforia menstruasi pertama selama 3 bulan. Ternyata, euforia menstruasi hanya berumur pendek, setelah mendapatkan menstruasi pertama, euforia perlahan menghilang.

Pasca menstruasi, terdapat proses yang akhirnya mentransformasikan perasaan ketika menstruasi pertama, menjadi sesuatu yang lain. Perubahan ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti telah mengalami menstruasi pertama kali, mulai menyadari bahwa dirinya berharga, menyadari bahwa perempuan berhak atas keringanan ketika menstruasi, dan terpapar pengetahuan yang dapat menjadi landasan untuk meninggalkan mitos menstruasi yang dijalankan saat pertama kali menstruasi.

Ketika menstruasi pertama, Jasmine dan Angrek merasa kurang nyaman menggunakan pembalut. Hal ini disebabkan menggunakan sesuatu di atas celana dalam untuk menampung darah menyebabkan rasa mengganjal. Selain itu, ketika melakukan aktivitas apapun, keluarnya darah yang tidak biasa juga menyebabkan rasa tidak nyaman. Namun, seiring berjalanya waktu, perempuan mulai terbiasa menggunakan pembalut dan tidak terganggu oleh aliran darah ketika menstruasi. Jadi, perempuan terbiasa menggunakan pembalut karena sudah mengalami menstruasi dan memakainya terus menerus.

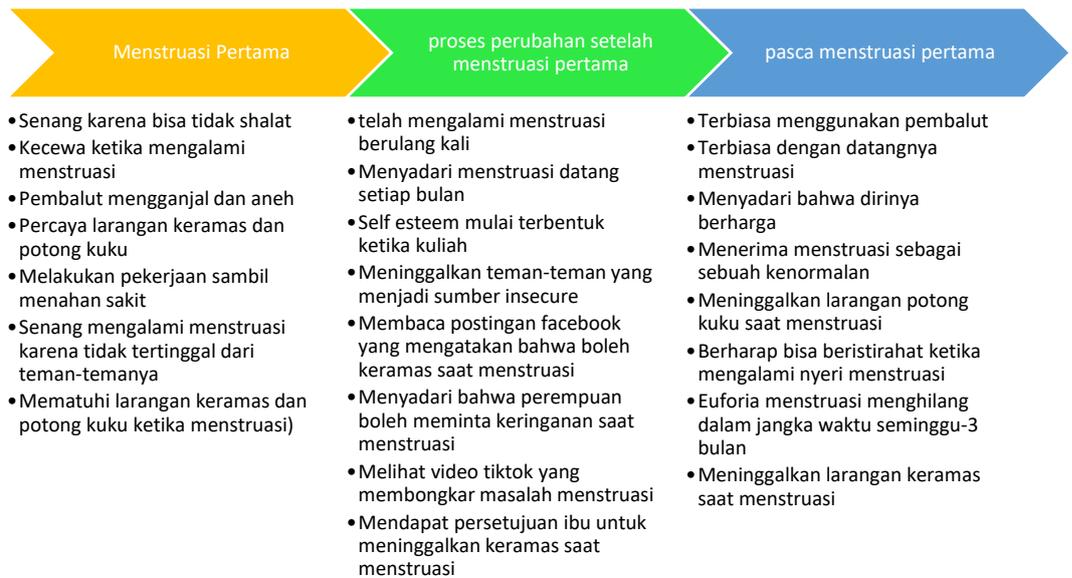
Menstruasi merupakan pengalaman yang memiliki pengaruh signifikan bagi setiap perempuan. Sehingga, banyak sekali perempuan yang merasa kaget ketika mengalami nyeri menstruasi, dan tidak diperbolehkan oleh sumber pengetahuannya untuk beristirahat ketika rasa nyeri yang berasal dari menstruasi muncul. Jasmine mengalaminya. Ia merasa tidak bisa apa-apa selama masih hidup dengan bundanya, yang menganggap bahwa . “ **kalau (menstruasi) sakit sih semua (juga merasa) sakit.**” (WWCR.S2.38). Hal inilah yang menyebabkan Angrek ingin sekali beristirahat ketika sudah di kost, ketika tidak sanggup menahan sakit. Jadi,

perempuan ingin beristirahat ketika menstruasi jika sudah tidak dalam pengawasan sumber ilmu yang menyepelekan menstruasi.

Menstruasi juga menjadi sumber kekecewaan, pada awalnya. Edelweiss, yang menganggap dirinya tomboy, merasa bahwa menstruasi mendefinisikan ia sebagai seorang perempuan yang dekat dengan drama, yang dibencinya. Ketika kuliah, ia mulai membangun *self esteem* yang menyebabkan dirinya bisa menghargai dan menerima bahwa ia mengalami menstruasi. Meninggalkan teman-teman yang merugikannya secara mental juga membantunya untuk menyadari bahwa menstruasi bukanlah sebuah proses melemahkan, akan tetapi merupakan siklus yang wajar dialami setiap perempuan. Jadi, meninggalkan lingkungan yang tidak mengakui dirinya dan pemahaman bahwa dirinya berharga menyebabkan penerimaan terhadap menstruasi.

Ketika menstruasi, perempuan diminta untuk menaati larangan-larangan menstruasi. Seiring berjalannya waktu, dengan kemajuan teknologi, perempuan akhirnya bisa memutuskan, apakah ia tetap taat dan patuh terhadap larangan menstruasi, atau malah meninggalkannya. Setelah melihat video di media sosial TikTok, Mawar merasa keramas itu boleh ketika menstruasi. Didukung oleh uminya, Mawar pun dengan mantap meninggalkan larangan keramas ketika menstruasi. Hal yang serupa terjadi pada Anggrek, yang membaca postingan facebook yang memperbolehkan keramas, juga Bunda yang melakukan keramas dan potong kuku ketika menstruasi, maka Anggrek pun meninggalkan larangan keramas saat menstruasi. Ternyata, larangan yang diminta ditaati oleh perempuan menstruasi dapat ditinggalkan jika larangan tersebut sudah dianggap tidak akurat,

dan didukung oleh sumber pengetahuan yang memperbolehkan untuk meninggalkan larangan tersebut.



Gambar 2: Dinamika Psikobiologis Perempuan Menstruasi

B. Pendobrakan Stigma

1. Keterbukaan dan Reaksi Lingkungan terhadap Menstruasi

Perempuan berhak untuk diperkenankan mendiskusikan masalah menstruasi. Namun, ada beberapa perempuan yang memilih untuk menghindari diskusi tentang masalah menstruasi. Ketika ditanya mengenai diskusi masalah menstruasi, semua narasumber menyetujui bahwa berdiskusi masalah menstruasi adalah boleh. Akan tetapi, beberapa narasumber menarik garis batasan, seperti Lily yang menegaskan bahwa dirinya nyaman mendiskusikan masalah menstruasi, asalkan tidak mengarah ke hal-hal lain. Mawar merasa bahwa diskusi masalah menstruasi hanya bisa dilakukan ketika lawan diskusi memiliki jenis kelamin yang sama dengan subjek. Edelweiss dan Anggrek merasa nyaman membicarakan masalah menstruasi di depan umum, namun Edelweiss menekankan consent sebagai parameter kemauan lawan jenis berdiskusi masalah menstruasi. Jadi, diskusi masalah menstruasi tidak dihindari, namun terdapat kriteria lawan diskusi yang dengan tegas diminta oleh para perempuan.

Meskipun begitu, terkadang perempuan menolak untuk mendiskusikan masalah menstruasi, jika dihadapkan dengan situasi-situasi yang membuat perempuan merasa tidak aman untuk berdiskusi masalah menstruasi. Edelweiss menyatakan bahwa ia merasa risih ketika ditanyai mengenai menstruasi oleh orang asing. Selain itu, situasi yang membuatnya menolak untuk mendiskusikan masalah menstruasi adalah ketika ia dihadapkan dengan lawan jenis yang memiliki umur sama dengan orang tua subjek. Senada dengan Edelweiss, Mawar merasa risih

dalam mendiskusikan masalah menstruasi dengan lawan jenis. Diskusi masalah menstruasi dapat ditolak jika lawan diskusi tidak sesuai dengan kriteria yang subjek tawarkan.

Kita sudah mengetahui bagaimana tanggapan perempuan terhadap diskusi masalah menstruasi, pada paragraf ini peneliti akan membedah mengapa perempuan mau atau enggan berdiskusi masalah menstruasi.

“...**menstruasi itu bukan aib**, menstruasi itu sama **kaya wet dreams** buat cowo.”, WWCR.S3.52

Edelweiss merasa diskusi masalah menstruasi harusnya bisa disetarakan dengan diskusi mimpi basah yang dialami oleh laki-laki tanpa merasa bersalah. Akan tetapi, Edelweiss menghindari pembicaraan tentang topik menstruasi kepada orang-orang di lingkungan sekitarnya, karena topik mengenai menstruasi adalah hal yang tabu. Edelweiss merasa nyaman membicarakan masalah menstruasi ketika tujuannya adalah edukasi seks. Alasan penolakan dan persetujuan diskusi masalah menstruasi bergantung pada tanggapan orang sekitar mengenai diskusi menstruasi.

Masyarakat Indonesia mengenal beberapa kata yang umum digunakan sebagai pengganti kata menstruasi, yang dianggap sebuah kata yang vulgar. Biasanya, masyarakat menyebutkan kata “haid”, “datang bulan”, “tamun bulanan”, “mens” sebagai pengganti kata menstruasi. Ketika diminta untuk menyebutkan kata menstruasi di depan umum, Lily merasa biasa saja ketika menyebutkan kata “menstruasi” sebagai frasa pengganti, akan tetapi jarang memakai frasa tersebut. Anggrek bersepakat dengan narasumber sebelumnya, bahwa ia tidak biasa menyebut frasa menstruasi. Edelweiss terbiasa menyebutkan frasa “Menstruasi” menjadi “Haid” karena pendidikan agama mempengaruhi penyebutan frasa

tersebut. Jadi, penggantian frasa “menstruasi” menjadi kata lainya dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan perempuan, dan bagaimana perempuan dibesarkan dengan frasa tersebut, sehingga mempengaruhi kebiasaan penyebutan kata menstruasi.

Ketika perempuan mengalami menstruasi, berbagai reaksi terhadap perilaku perempuan ketika menstruasi seringkali dirasakan. Terdapat 2 reaksi besar yang melingkupinya, reaksi positif, maupun reaksi negatif. Seringkali, lingkungan memberikan dukungan ketika ada wanita menstruasi yang membutuhkan bantuan, seperti ketika perempuan menstruasi pingsan, Edelweiss menyatakan lingkungan sekitar memberikan pertolongan pertama kepada perempuan tersebut. Mawar menganggap perempuan yang mengalami menstruasi adalah hal yang biasa. Dan laki-laki di sekitar lingkungan subjek berhati-hati ketika mengobrol dengan perempuan menstruasi, karena perempuan menstruasi dianggap lebih sensitif.

Kalau yg cewe-cewe pasti ngerti. (WWCR.S2.36) Kalau yang cowo-cowo tuh, pasti bilang kalau lagi sakit tuh ‘lebay’. (WWCR.S2.37)

Selain reaksi positif, terdapat tendensi lingkungan sekitar memberikan reaksi negatif terhadap perempuan yang mengalami gejala menstruasi. Pengalaman tidak mengenakan ini dialami Anggrek yang mendapatkan justifikasi “lebay” terhadap pengalaman perempuan yang mengalami menstruasi. Lily merasa perempuan terlalu melebih-lebihkan PMS (*Pre Menstrual Syndrom*) karena banyak sekali perempuan yang mendapatkan PMS, namun malah melakukan hal-hal yang merugikan. Ia merasa hal itu tidak bisa dijadikan alasan perilaku merugikan perempuan PMS. Justifikasi dan reaksi negatif yang didapatkan oleh perempuan menstruasi tidak hanya didapatkan dari lingkungan sekitar, namun sesama

perempuan pun dapat memberikan reaksi negatif terhadap sesama perempuan yang mengalami menstruasi.

Pada beberapa penelitian yang peneliti jadikan landasan dalam mengembangkan penelitian ini, peneliti melihat tanggapan bahwa wanita yang sudah mengalami menstruasi dianggap sudah menjadi wanita yang sesungguhnya. Berdasarkan tanggapan seluruh subjek, seluruh subjek sepakat bahwa anggapan tersebut dirasa bukan hal yang patut dianggap serius. Anggrek bahkan tidak pernah terpikir tentang frasa tersebut. Edelweiss belum mengetahui frasa “Wanita sesungguhnya.” Itu seperti apa.

“Aku percaya orang yang layak disebut Wanita akan disebut Wanita pada saatnya terlepas apa dia sudah haid atau belum.” (WWCR.S3.29) Ungkap Edelweiss

Akan tetapi, Anggrek dan Mawar bersepakat bahwa perempuan yang sudah mengalami menstruasi memiliki tanggung jawab terhadap segala hal yang ia lakukan. Ternyata, frasa wanita menstruasi adalah wanita sesungguhnya tidak terlalu familiar dengan subjek yang berlatar belakang orang Indonesia.



Gambar 3: Keterbukaan dan reaksi lingkungan terhadap wanita menstruasi

2. Tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap menstruasi.

Ada beberapa faktor yang melatarbelakangi munculnya mitos menstruasi, yang terbagi menjadi 3, yaitu mitos anggota tubuh, seperti perempuan menstruasi dilarang keramas, dilarang potong kuku. Mitos selanjutnya adalah Mitos yang berhubungan dengan pembalut, tentang pembalut yang harus dicuci sebersih-bersihnya. Peneliti lebih suka menyebut Larangan selanjutnya, yang berhubungan dengan agama, seperti tidak boleh melakukan kegiatan peribadatan.

“iya gatau, kata orang orang aja, mungkin pertama kali tau dari guruku sd ya pernah diceritain gitu” (WWCR.S2.24)

“awalnya dari orangtua mungkin, tpi lama kelamaan belajar juga pas di pondok tentang hukum islam” (WWCR.S1.19)

Begitulah beberapa pendapat dari Narasumber tentang asal muasal subjek mendapatkan mitos menstruasi. Rata-rata, perempuan mendapatkan mitos tentang menstruasi dari orang tua dan guru mereka, sebagai pihak yang dijadikan sumber rujukan baik dan benar. Selain itu, ternyata Anggrek mengaku mendapatkan larangan keramas melalui media sosial facebook.

“(larangan) Itu benar-benar ditanamkan sama temen-temenku” (WWCR.S1.10)

Berdasarkan penuturan Edelweiss, ternyata lingkungan sekitar berupa teman-teman mempengaruhi tingkat keyakinan dan muara dari larangan-larangan yang harus dilakukan oleh wanita menstruasi. Ajaran agama juga merupakan salah satu muara dari larangan-larangan yang diterapkan kepada perempuan yang mengalami menstruasi. Jadi, asal muasal mitos menstruasi sebagian besar datang

dari lingkungan sekitar, dan para orangtua yang dianggap memiliki pengaruh dalam membentuk apa saja yang harus dilakukan dan dihindari.

Terdapat berbagai mitos yang menyebar di lingkungan perempuan, sebagai sarana untuk mengatur tubuh wanita dan menghindari jatuhnya darah menstruasi ke tempat yang sakral. Terdapat 3 kelompok besar mitos yang ada di sekitar lingkungan perempuan. Yang pertama yaitu mitos anggota tubuh.

“[nama subjek] kamu ga boleh potong kuku atau potong rambut, kalau rontok, nanti dikumpulin ya. Nanti kalau ga, mereka datang, terus kamu ditanyain kenapa ga ngelakuin.” Anjir, anak SD dikasih tahu nasi ga diabisin ditanyain di kuburan mau nangis aku, soalnya punya habit ditakut-takuti kuburan.” (WWCR.S3.18)

Di atas adalah bagaimana Edelweiss mendeskripsikan larangan-larangan yang ada di lingkungannya, serta konsekuensi yang mengikuti ketika melanggar larangan tersebut.

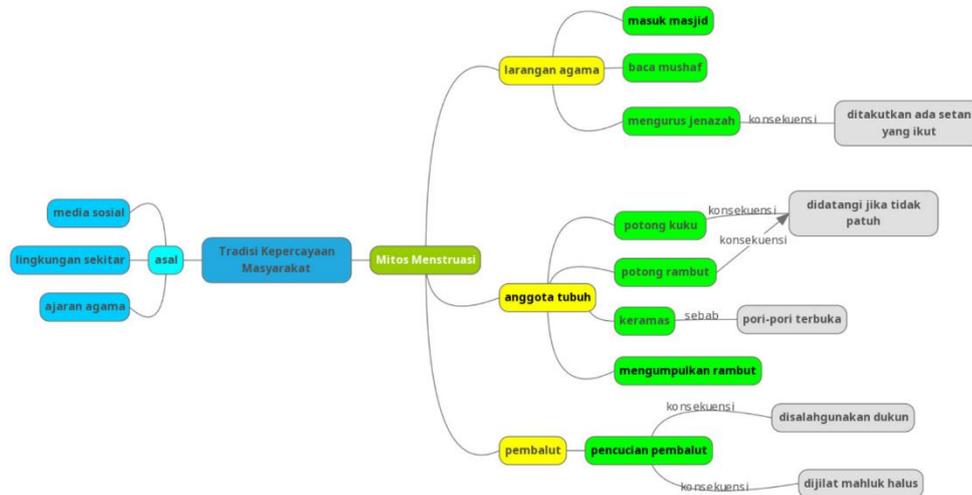
Mitos anggota tubuh yang dominan adalah perempuan menstruasi dilarang keramas ketika sedang menstruasi. Alasannya, menstruasi akan berhenti ketika perempuan menstruasi memutuskan untuk keramas, menurut Edelweiss. Mawar menambahkan mitos dilarang mandi malam ketika sedang menstruasi. Selanjutnya, perempuan menstruasi dilarang memotong rambut dan kuku ketika sedang menstruasi. Edelweiss memberikan alasan yang menarik tentang larangan tersebut, yaitu rambut yang dipotong akan mendatangi perempuan yang sedang menstruasi dan menanyakan alasan mengapa mitos tersebut tidak dipatuhi. Selain itu, rambut yang rontok ketika menstruasi harus dikumpulkan. Anggrek menyebutkan bahwa pori-pori kepala sedang terbuka ketika menstruasi, sehingga untuk keramas harus dihindari. Akan tetapi, Anggrek berpendapat bahwa potong kuku masih dianjurkan, karena kebersihan. Jadi, mitos menstruasi yang meliputi anggota tubuh adalah

larangan memotong kuku dan rambut, larangan berkeramas, dan anjuran mengumpulkan rambut yang rontok.

Dalam mengumpulkan darah menstruasi, perempuan-perempuan di Indonesia sebagian besar menggunakan pembalut. Darah yang ada di dalam pembalut harus dicuci bersih, karena merupakan darah kotor, dan darah menstruasi berbau tidak sedap, tutur Lily. Anggrek mempercayai bahwa pembalut yang tidak dicuci akan dimakan makhluk gaib. Santet dan pesugihan lewat pembalut yang tidak dicuci bersih membuat Edelweiss berusaha mencuci pembalutnya sampai putih kembali. Dapat disimpulkan, pencucian pembalut muncul dikarenakan rasa takut akan pemanfaatan darah oleh makhluk halus, dan anggapan bahwa darah menstruasi adalah darah kotor.

Selain pembalut dan anggota tubuh, ternyata kepercayaan juga melatarbelakangi munculnya mitos menstruasi. Semua perempuan yang menjadi narasumber percaya bahwa wanita menstruasi dilarang memasuki rumah ibadah. Anggrek juga menambahkan bahwa wanita menstruasi dilarang beribadah. Bahkan, untuk pemulasaran jenazah, wanita menstruasi dilarang ikut campur, karena dikhawatirkan ada makhluk halus yang mengikuti, ungkap Edelweiss. Menurut Anggrek, memasuki kuburan juga terlarang bagi wanita menstruasi. Jadi, kepercayaan yang memunculkan larangan larangan meliputi larangan masuk tempat ibadah, dan melakukan ibadah, serta pemulasaran jenazah dan memasuki

kuburan.



Gambar 4: bagan tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap wanita menstruasi

3. Mempercayai Mitos Menstruasi

Terdapat beberapa daerah yang memiliki tradisi dalam menyambut anak perempuan yang mengalami menstruasi. Edelweiss menjelaskan, bahwa di daerahnya terdapat selamatan sebagai tanda perayaan bahwa perempuan sudah menjadi wanita sesungguhnya. Perayaan yang dilakukan biasanya selamatan, dan berbagi makanan kepada teman-teman sekolah. Perayaan serupa juga dialami Anggrek yang bercerita bahwa subjek diminta mengantar bubur merah putih sebagai tanda bahwa ia mengalami menstruasi. Artinya, perayaan terhadap menstruasi perempuan digunakan sebagai tanda bahwa menstruasi adalah tanda bahwa perempuan sudah dewasa.

Tradisi tentang menstruasi di Indonesia tidak bisa dilepaskan dari mitos yang dipercaya turun temurun, berupa larangan-larangan yang memiliki konsekuensi tertentu jika dilanggar.

“Kalau di aku sih mungkin yang semua cewe tahu, darah menstruasi tu darah kotor, harus dicuci bersih. (WWCR.S4.8) Kalau aku ga begitu ngikutin mitos itu, tapi aku membersihkan itu [darah mens] lebih ke kebersihan sih, bukan karena mitosnya. Ga ada dari agama.” (WWCR.S4.9)

Menurut Lily, alasan percaya tentang mitos mencuci pembalut bukan berdasarkan bahwa hal itu adalah mitos, namun lebih ke masalah kebersihan. Selain itu, ia merasa kasihan dengan tukang sampah yang harus membersihkan pembalut. Anggrek merasa harus mencuci pembalut karena

“setan tu suka yg amis amis, suka darah darah gitu. Maka Anggrek percaya.” tuturnya. (WWCR.S2.21)

Faktor kepercayaan yang kuat terhadap mitos-mitos yang melingkupi wanita membuat Edelweiss percaya akan mitos tersebut. Hal senada juga dirasakan oleh Lily yang menuruti keharusan mencuci pembalut karena takut terjadi sesuatu yang tidak diinginkan. Jadi, keharusan mencuci pembalut selain karena pengaruh setan, juga karena kebersihan.

Selain berbagai hal di atas yang sudah dilontarkan oleh para narasumber peneliti, ternyata mitos dipercayai karena pertimbangan sesepuh. Menurut Edelweiss larangan memotong kuku disebabkan oleh kenaikan hormon anak-anak perempuan.

“...kan jadinya mereka mau mempercantik diri, terus akhirnya mereka potong kuku atau potong rambut, terus akhirnya mereka menyesali (keputusan potong rambut)” (WWCR.S3.23)

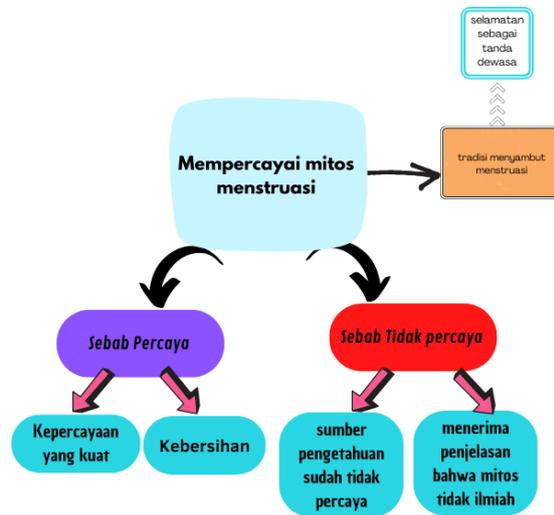
Selain itu, karakteristik Edelweiss yang patuh pada tutunan masyarakat, dan teman-teman yang selalu mengingatkan, menjadi alasannya untuk mempercayai mitos menstruasi. Dapat disimpulkan, pengaruh lingkungan, dan pandangan lain tentang mitos menyebabkan perempuan percaya dengan mitos yang ada di lingkungan sekitar perempuan.

Akan tetapi, terdapat pandangan lain tentang penyebab mengapa mitos mitos tersebut dipercaya.

“pas awal dibilangin aku belom mens belom tau apa apa jadi percaya aja gitu.”
(WWCR.S2.31)

Begitulah Anggrek mendeskripsikan ketidaktahuannya yang menyebabkan Anggrek pada awalnya percaya bahwa memotong kuku dan keramas merupakan hal yang dilarang ketika subjek mengalami menstruasi. tersebut. Namun, setelah bundanya memperbolehkan, ia tidak mengikuti lagi larangan memotong kuku dan keramas tersebut. Artinya, mitos langsung tidak dipercayai ketika orang yang memiliki kuasa untuk menciptakan mitos tersebut berhenti mempercayainya.

Ketika Mawar dituntut untuk menghindari melakukan hal-hal yang masuk dalam larangan menstruasi, Mawar tidak langsung mempercayai dan mmematuhinya. Ia melakukan penelusuran dan mencari tahu keabsahan mitos tersebut lewat media sosial TikTok, di mana banyak dokter membahas hal tersebut. Selain itu, ia juga bertanya kepada orangtua subjek tentang larangan tersebut, dan ternyata orangtuanya malah mengerjakan larangan tersebut, maka Mawar pun menolak mematuhi larangan-larangan tersebut. Pada akhirnya, konfirmasi terhadap kesalahan dan ketidakilmiahan mitos yang beredar di lingkungan subjek membuat subjek dengan mudah meninggalkannya.



Gambar 5: mempercayai mitos menstruasi

C. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dan wawancara yang telah dilakukan peneliti kepada para perempuan yang menjadi subjek peneliti, ditemukan ternyata pengalaman menstruasi yang dialami oleh perempuan merupakan hal yang subjektif. Subjektivitas pengalaman antar perempuan ternyata mempengaruhi bagaimana perempuan memandang menstruasi. Konformitas dalam diri perempuan terbentuk berbasis sumber pengetahuan yang awalnya didapatkan ketika menstruasi pertama.

Pandangan perempuan tentang menstruasi disetir oleh pihak-pihak yang berkuasa terhadap tubuh perempuan. Ibunda dan guru merupakan pihak yang bertanggungjawab membangun pemahaman terhadap menstruasi dan tubuh pada perempuan. Ketika pihak-pihak tersebut memberikan pemahaman yang salah

terhadap menstruasi, maka hal tersebut dapat berdampak pada asosiasi yang salah dan kebencian terhadap tubuh perempuan itu sendiri.

Berbagai perasaan muncul ketika menstruasi berlangsung. Umumnya, perempuan merasa senang dan lega ketika akhirnya mengalami menstruasi. Pengetahuan tentang pengenalan tanda-tanda menstruasi yang diperoleh dari sumber pengetahuan primer yang dipercaya dan dianggap mengetahui segala hal, membawa perempuan mengetahui bagaimana rasanya menstruasi. Emosi-emosi positif yang didapatkan ketika akhirnya mengetahui bahwa dirinya mengalami menstruasi menggambarkan bahwa menstruasi merupakan salah satu hal yang ditunggu, sebagai bukti bahwa perempuan tersebut mengalami perkembangan sebagaimana perempuan lainnya.

Akan tetapi, ketika menjadi perempuan diasosiasikan sebagai sebuah hal yang ditakuti dan dihindari, menyebabkan perempuan merasa kecewa ketika mengalami menstruasi. Hal ini terjadi akibat stigmatisasi masyarakat dan perlakuan masyarakat yang buruk terhadap perempuan yang dianggap tidak cukup memenuhi kriteria sebagai seorang perempuan sesungguhnya. Mendapatkan menstruasi pertama dapat menjadi pengalaman yang traumatis dan menyakitkan, karena ejekan dan kurangnya penerimaan diri bahwa pada akhirnya ia merupakan salah satu dari pihak yang dihindari (menjadi perempuan).

Sayangnya, menstruasi masih sering mendapatkan stigmatisasi sebagai sebuah siklus yang mengubah perempuan menjadi lebih rawan. Pembelajaran tentang menstruasi yang diajarkan dengan cara memisahkan laki-laki dan perempuan dalam memahami sistem reproduksi mereka menyebabkan banyaknya

ketidaktahuan yang berbuah menjadi ejekan dan dan stigmatisasi terhadap perempuan menstruasi.

Justifikasi lebay dan moody terhadap perempuan yang menstruasi secara tidak langsung menyebabkan menstruasi dianggap sebagai sebuah peristiwa yang melemahkan perempuan. Hal ini berimplikasi paksaan terhadap perempuan yang mengalami kesakitan ketika menstruasi untuk melakukan segala hal seperti biasanya, jauh dari esensi bahwa menstruasi merupakan sebuah keringanan dari Allah SWT terhadap perempuan. Hal ini menyebabkan perempuan yang mengalami menstruasi tidak memandang perlu untuk mengajukan cuti ketika mengalami menstruasi, yang berdampak pada tidak maksimalnya performa mereka ketika mengerjakan sesuatu.

Nyeri ketika menstruasi dipandang sebagai sesuatu yang harus dihadapi perempuan menstruasi. Padahal, tidak semua perempuan mengalami nyeri saat menstruasi. Samarnya pengetahuan lawan jenis dan tekanan masyarakat terhadap perempuan yang mengalami menstruasi menyebabkan generalisasi terhadap pengalaman menstruasi yang sifatnya subjektif, berbeda antara satu perempuan dengan perempuan lainnya.

Perempuan ditekan melalui stigmatisasi tentang apa yang boleh dan tidak boleh ketika sedang mengalami menstruasi. Sumber pengetahuan yang penuh tekanan terhadap perempuan menyebabkan perempuan akhirnya menerima hal tersebut sebagai standarisasi larangan dan kewajiban yang harus dilakukan oleh perempuan menstruasi.

Ketika berdiskusi tentang masalah menstruasi, perempuan seringkali merasa tidak nyaman untuk membahas menstruasi. Hal ini terjadi karena perempuan merasa risih membahas bagian dari mereka kepada orang-orang yang hanya penasaran saja. Meskipun begitu, para partisipan dalam penelitian ini mulai terbuka untuk membicarakan menstruasi, namun hanya dengan pihak-pihak yang mereka anggap memahami mereka, seperti sesama perempuan, atau teman dekat. Salah satu perempuan bahkan berharap, menstruasi dapat dibicarakan secara terbuka seperti para lelaki membicarakan mimpi basah.

Para partisipan perempuan terbiasa membicarakan menstruasi dengan kata pengganti, yaitu haid, datang bulan, atau mempersingkatnya menjadi mens. Mereka tidak terbiasa menyebutkan kata menstruasi secara gamblang karena sudah terbiasa dari kecil dengan kata pengganti menstruasi yang telah ditanamkan oleh orang-orang yang menjadi sumber pengetahuannya. Hal ini juga terjadi karena pendidikan agama yang dialami oleh para partisipan tidak menyebutkan menstruasi secara gamblang.

Terdapat dua response dalam menyikapi perempuan menstruasi. Response pertama adalah membantu dan menganggap biasa perempuan yang menstruasi. Menstruasi memang tidak selalu berjalan baik-baik saja bagi sebagian wanita. Mereka juga membutuhkan asistensi ketika tidak bisa menghadapi nyeri yang menghambat kinerja mereka. Response kedua adalah response negatif. Lingkungan sekitar perempuan banyak berasumsi bahwa wanita yang menstruasi lebih sensitif, sehingga harus berhati-hati ketika berbicara. Ada yang menjustifikasi bahwa perempuan yang menstruasi menjadi seorang yang 'lebay'. Justifikasi ini adalah

hasil dari ketidaktahuan dan kurangnya pendidikan seksual kepada anak-anak. Para guru terbiasa malu-malu dan menjadikan pendidikan alat reproduksi sebagai pendidikan yang eksklusif sesuai jenis gender. Hal ini menyebabkan limitasi pengetahuan yang menyebabkan para siswa dengan cepat menjustifikasi apa yang dirasakan oleh orang lain, sepengetahuannya.

Ketika seorang perempuan mengalami menstruasi, upaya pengontrolan dan standarisasi tubuh perempuan dilakukan lewat mitos. Akan tetapi, beberapa tradisi menganggap bahwa menstruasi adalah sebuah perayaan. Perayaan yang diasosiasikan sebagai perpindahan fase, dari yang belum bertanggung jawab menjadi memiliki tanggung jawab atas dirinya sendiri.

Mitos yang membentuk standarisasi bagaimana perempuan harusnya bertindak secara turun temurun disebarkan antar generasi melalui tetua generasi tersebut. Tetua berfungsi sebagai kompas moral dalam perkembangan anak perempuan sendiri. Mitos menstruasi sering berkaitan dengan mahluk halus, dan darah. Para partisipan mengikuti mitos ini karena ketakutan akan mahluk halus yang akan berbuat sesuatu yang tidak baik dengan darah mereka, atau malah darah menstruasi dijadikan pesugihan. Selain budaya, ajaran agama juga melatarbelakangi munculnya larangan-larangan kepada perempuan menstruasi. Larangan masuk rumah ibadah dan melakukan kegiatan peribadatan merupakan bentuk antisipasi tercecernya darah menstruasi, yang diasosiasikan sebagai 'darah kotor'.

Mitos menstruasi terdiri dari mitos yang berhubungan dengan anggota tubuh, di mana perempuan menstruasi harus menghindari memotong anggota tubuh

yang bertumbuh, seperti kuku dan rambut. Selain itu, perempuan dilarang mencuci rambut mereka ketika menstruasi. Selain anggota tubuh, perempuan menstruasi juga masih dihadapkan dengan mitos pembalut. Darah menstruasi dianggap sebagai sesuatu yang harus dibersihkan. Pembalut diharapkan dicuci sampai bersih, untuk menghindari darah tersebut dihisap oleh makhluk halus. Akan tetapi, terdapat beberapa partisipan yang menganggap pembalut harus dicuci karena faktor kebersihan, dan rasa malu jika darah menstruasi sampai terlihat oleh orang lain. Stigmatisasi yang melingkupi darah menstruasi menyebabkan pemahaman bahwa darah harus tidak terlihat, bagaimanapun caranya.

Selain tetua masyarakat yang mengharuskan perempuan mengikuti larangan-larangan yang ditimpakan kepada mereka ketika menstruasi, lingkungan dan teman terdekat juga merupakan pihak-pihak yang mendorong larangan menstruasi dilaksanakan. Ketika perempuan menstruasi lupa melaksanakan larangan menstruasi, lingkungan sekitar langsung mengingatkan. Hal ini terjadi karena perempuan merasa harus menghormati tradisi di wilayah tempatnya tinggal. Salah satu caranya adalah melaksanakan larangan-larangan menstruasi.

Kepercayaan terhadap larangan menstruasi terjadi karena berbagai macam faktor. Yang pertama adalah ketakutan akan konsekuensi adat atau persekusi masyarakat jika larangan tersebut dilanggar. Yang kedua karena ketidaktahuan dan belum mencari info tentang menstruasi. Dan yang terakhir adalah karena kebersihan. Segala larangan yang berkaitan dengan menstruasi dapat ditinggalkan jika pihak yang menjadi sumber rujukan atas larangan tersebut meninggalkannya. Hal ini berarti ketika perempuan mendapatkan validasi ketidakakuratan mitos oleh

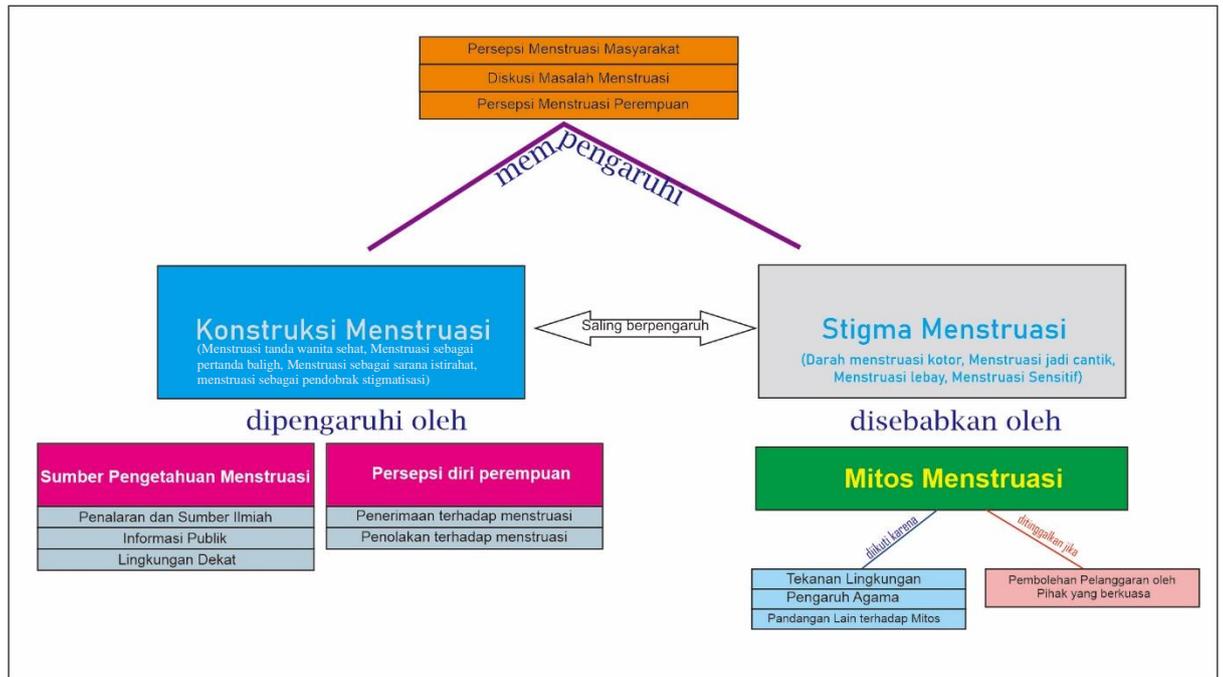
pihak yang pada awalnya berkuasa mengumumkan mitos tersebut, maka perempuan dengan cepat akan meninggalkannya.

Dalam penelitian ini, terdapat salah satu partisipan yang merasa tidak nyaman ketika pada akhirnya dirinya mengalami menstruasi. Menstruasi dianggap sebagai sebuah ‘kesalahan’. Akibat dari konsep diri bahwa partisipan tidak memenuhi standarisasi menjadi perempuan menyebabkan penolakan segala hal yang berkaitan dengan menstruasi. Penolakan ini terjadi karena baginya, menstruasi menyebabkan gejala emosi yang labil dan menyebabkan drama, yang melemahkan sifat tomboy perempuan tersebut.

Karena tidak bisa menjadi cantik menurut standar masyarakat, partisipan memutuskan untuk melarikan diri dari standar masyarakat tersebut dengan menjadi tomboy. Hal yang melatarbelakanginya adalah partisipan seringkali dibandingkan dengan ibu dan nenek nya, yang memenuhi standar masyarakat. Stigmatisasi dan standarisasi masyarakat berperan penting dalam membentuk konformitas seorang perempuan.

Karena subjek mengasosiasikan diri sebagai seorang tomboy, dirinya banyak bergaul dengan kawan lelaki. Ketika menstruasi datang, dirinya mengaku kecewa, karena tidak bisa bermain dengan lawan jenis. Selain itu, anggapan bahwa perempuan menstruasi akan menjadi cantik menyebabkan subjek tidak suka mengalami menstruasi. Lingkungan subjek mempermalukan subjek ketika mereka pada akhirnya tahu bahwa subjek mengalami menstruasi. Pengalaman-pengalaman

tidak menyenangkan inilah yang menyebabkan subjek membenci mengalami menstruasi.



Gambar 6 Dinamika Psikobiologis Menstruasi dan Stigmatisasi Menstruasi

D. Diskusi Hasil Penelitian

1. Identitas diri Perempuan dan Menyikapi Stigma Menstruasi

Dalam tradisi masyarakat di dunia, seringkali secara tidak sadar, banyak sekali masyarakat melalui kebudayaannya yang mengharuskan perempuan memenuhi standar tertentu. Standar-standar ini kadang membebani dan meresahkan hati para perempuan, yang secara langsung dituntut untuk memenuhinya. Standarisasi inilah yang pada akhirnya mengkotak-kotakan perempuan itu sendiri, sehingga mereka yang tidak bisa memenuhi standarisasi tersebut dianggap tidak kompeten menjadi seorang perempuan. Hal ini dapat menyebabkan marginalisasi kelompok minoritas yang tidak memenuhi standarisasi tersebut.

Indonesia tersusun dari banyak suku dan budaya. Kadangkala, pengaruh patriarki yang kuat menyebabkan perempuan mendapatkan standarisasi yang lebih banyak daripada kaum laki-laki. Kondisi perempuan yang mengalami menstruasi di Indonesia, berdasarkan paparan narasumber dan observasi peneliti, sudah menunjukkan bahwa perempuan tidak dibatasi hak nya ketika menstruasi. Namun, perempuan masih harus mendapati stigma terhadap menstruasi dan tubuh perempuan yang membebani mereka.

Stigmatisasi ini terjadi karena keterbukaan akses informasi yang kurang berimbang terhadap menstruasi. Akses terhadap informasi yang terstandarisasi tentang perkembangan tubuh manusia dianggap sesuatu yang tabu, sehingga masyarakat hanya mendapat potongan-potongan informasi yang tidak sepenuhnya benar. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Mondragon dan Txertudi, yang menyatakan bahwa Pengetahuan terhadap menstruasi umumnya berdasarkan kontekstualisasi historis dan diskursus yang menstigmatisasi perempuan daripada memberikan informasi yang menyehatkan. (Mondragon & Txertudi, 2019). Ketabuan dan kurangnya akses yang setara bagi perempuan dan laki-laki terhadap menstruasi, pada akhirnya menyebabkan pemahaman dan stigmatisasi yang merugikan perempuan itu sendiri.

Dalam penelitian ini didapatkan data bahwa ketika perempuan diakui dan memiliki identitas diri yang baik terhadap makna perempuan dan tubuhnya, menyebabkan perempuan bisa menerima menstruasi sebagai sesuatu yang wajar, bahkan menyambut menstruasi sebagai sebuah tanda perempuan yang sehat, bukan sebagai sebuah penyakit atau kesalahan. Seharusnya, menstruasi dirayakan sebagai

sebuah hal yang membahagiakan, karena merupakan salah satu perubahan signifikan terhadap tubuh perempuan (Burrows & Johnson, 2005). Hal ini sejalan dengan anggapan salah satu tokoh fiqh wanita, Zagloul An-Najar, yang menganggap bahwa perempuan menstruasi seharusnya diperlakukan secara manusiawi dan wajar, karena menstruasi adalah hal yang lumrah bagi perempuan (Bannan Naelin Najihah, 2021). Diakui pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Jackson & Falmagne, yang menyatakan bahwa penerimaan diri perempuan terhadap tubuhnya menyebabkan perempuan bahagia ketika menyambut menstruasi (Jackson & Falmagne, 2013). Jadi, identitas diri dan penerimaan diri perempuan merupakan hal penting untuk membentuk anggapan terhadap menstruasi.

Ketidaksukaan perempuan terhadap tubuh perempuan dan hal hal keperempuanan menyebabkan beberapa perempuan menolak mengakui bahwa menstruasi adalah sebuah hal normal. Meminjam istilah Beauvoir, hal ini terjadi karena internalisasi pandangan terhadap tubuh perempuan yang berada dalam radar laki-laki. (Lennon, 2019). Maraknya iklan pembalut menstruasi juga memperkuat ancaman terhadap “perwujudan kewanitaan yang sesungguhnya” (Baidhowi, 2018). Sedangkan, Chrisler berpendapat bahwa hal ini terjadi karena pengalaman menarche yang tidak menyenangkan, yang mempengaruhi pemaknaan menjadi seorang perempuan sepanjang sejarah kehidupan (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013). Penolakan ini, menurut Kelland, disebabkan oleh stigmatisasi menstruasi (Kelland et al., 2017) dan menyebabkan kerugian pada harga diri perempuan, serta gambaran terhadap diri mereka sendiri. (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013). Pada

akhirnya, penolakan perempuan terhadap menstruasi merupakan imbas dari pengalaman tidak menyenangkan saat *menarche*, dan anggapan negatif terhadap menstruasi itu sendiri.

Dalam berbagai kebudayaan, selain terhadap perempuan menstruasi, darah yang keluar dari tubuh perempuan juga dianggap sebagai darah kotor (Abdullah, 2012; Dahri, 2012; Nuroniyah, 2019), dan membutuhkan penanganan lebih (Burrows & Johnson, 2005). Selain anggapan negatif tersebut, terdapat berbagai kebudayaan yang melabeli darah menstruasi sebagai sebuah hal yang disakralkan, dan hadiah dari Yang Maha Kuasa (Tan et al., 2017). Bahkan, dalam berbagai iklan pembalut yang harusnya mengampanyekan menstruasi sebagai sebuah siklus bulanan yang menandakan bahwa perempuan itu sehat, ternyata malah memanfaatkan tabu dan stigma menstruasi sebagai bentuk komodifikasi menstruasi perempuan (Baidhowi, 2018). Anggapan terhadap darah menstruasi menurut Al Hawi, adalah (darah) kotor karena warnanya buruk, berbau tidak sedap, membahayakan dan najis. (Dahri, 2012). Sedangkan, dalam penelitian ini, terlihat bagaimana para perempuan berusaha membersihkan darah menstruasi dengan mencuci pembalut hingga putih seperti sedia kala. Hal ini terjadi karena anggapan bahwa darah menstruasi adalah hal yang harus dibersihkan, sehingga perempuan tidak dicap sebagai seseorang yang jorok. Pada akhirnya, anggapan negatif terhadap darah menstruasi menambahkan stigmatisasi kepada perempuan menstruasi itu sendiri.

Subordinasi perempuan seperti yang dicetuskan oleh Beauvoir dalam bentuk stigmatisasi tubuh perempuan yang berdarah, menyebabkan diskusi terkait

masalah menstruasi tidak bisa seterbuka dan sebebas diskusi masalah seksualitas laki-laki, seperti mimpi basah. Perempuan masih mengambil jarak dan merasa risih ketika membicarakan tentang menstruasi, terutama terhadap lawan jenis yang memiliki gap umur yang sangat jauh dari perempuan tersebut. Perempuan mulai berani membuka diri terhadap diskusi masalah menstruasi, jika perempuan merasa aman untuk bisa bercerita dan melepaskan keluhan tentang permasalahan menstruasi yang mereka alami. Pada kenyataannya, banyak tafsiran menstruasi yang tidak memihak diskusi terhadap perempuan menstruasi (Nuroniya, 2019). Hal ini terjadi karena tafsiran islam tentang menstruasi masih membawa produk kebudayaan sebelumnya, yang mengasingkan perempuan (Kodir, 2019). Maka, perempuan sulit terbuka terhadap diskusi mengenai menstruasi disebabkan oleh ketidakhadiran rasa aman dalam diri perempuan terhadap stigmatisasi yang akan diterima oleh mereka, ketika perempuan membuka ruang untuk berdiskusi masalah menstruasi.

2. Tidak semua perempuan berhasil keluar dari ajang permissosan

Ketika tidak tersedianya sumber pengetahuan yang berimbang terhadap menstruasi dan fakta sebenarnya, maka lahirlah stigma. Selain stigma, setiap kebudayaan memiliki caranya sendiri untuk mengatur tubuh perempuan, yaitu melalui mitos menstruasi. Kepatuhan terhadap mitos dan larangan terhadap menstruasi dipengaruhi oleh tekanan lingkungan, pengaruh agama, dan pandangan lain terhadap mitos. Hal ini sejalan dengan Konsep pengaruh sosial, yang memiliki pengertian berupa perilaku seseorang terpengaruh oleh kehadiran orang lain, baik tersirat maupun tersurat (Hogg & Vaughan, 2018). Ini berarti, meskipun perempuan

tidak secara langsung berada di bawah pengaruh standart yang jelas, tetapi langgengnya standar ini merupakan bentuk kehadiran secara tersurat sesuatu yang mempengaruhi perilaku mereka. Bagi Beauvoir, perempuan tidak lahir, tapi menjadi. Hal ini karena tubuh perempuan merupakan subjek yang tabu, hukum yang ia internalisasikan secara sukarela. (Beauvoir, 1956). Standarisasi masyarakat merupakan salah satu nilai yang diinternalisasikan kepada perempuan, sehingga akhirnya mereka berusaha memenuhi standar tersebut. Jadi, mitos menstruasi hadir sebagai sebuah bentuk kontrol masyarakat atas tubuh perempuan, yang dianggap sebagai sesuatu yang harus memenuhi nilai yang sesuai dengan standar masyarakat.

Meskipun sudah ditanamkan standarisasi dalam diri perempuan terhadap apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan ketika menstruasi, ternyata larangan terhadap menstruasi dapat ditinggalkan ketika seseorang yang memegang kendali atas pengetahuan larangan tersebut, memperbolehkan meninggalkan larangan-larangan yang awalnya harus dipenuhi perempuan. Rasulullah SAW, sebagai salah satu nabi ummat islam, mendobrak tradisi pengasingan perempuan menstruasi, dan mencoba mematahkan stigmatisasi bahwa perempuan menstruasi kotor dengan cara mengakui keberadaan perempuan menstruasi, dan menghapuskan pengasingan yang merupakan produk kebudayaan sebelumnya (Dahri, 2012). Jadi, pengakuan terhadap hak-hak perempuan ketika menstruasi dapat menghapuskan stigma negatif terhadap perempuan dan segala hal yang terjadi padanya.

Namun, tidak semua perempuan sukses meninggalkan larangan menstruasi. Dalam penelitian ini, terdapat perempuan yang masih menjalankan larangan menstruasi karena pihak yang berkuasa terhadap tubuh perempuan masih

menganggap bahwa mitos tersebut bernilai penting. Ketika mitos tidak kehilangan nilai, maka tuntutan perempuan yang tercermin dalam mitos menstruasi masih membayangi mereka. Sulitnya perempuan keluar dari mitos yang membayangi mereka adalah sebab dari tafsiran ulama fiqh tentang menstruasi yang masih belum memperhitungkan suara perempuan. (Kodir, 2019). Hilangnya suara perempuan dalam menafsirkan segala sesuatu yang terjadi pada tubuhnya terjadi karena sejarah panjang penggunaan perspektif dan undang-undang dari satu sudut pandang saja, yaitu pihak laki-laki (Nuroniya, 2019). Dapat disimpulkan bahwa menstruasi tidak bisa menjadi sarana pendobrakan mitos karena orang yang berkuasa terhadap perempuan menganggap mitos masih harus dijalankan, karena memiliki nilai.

3. Membangun makna positif menstruasi

Sebenarnya, perlakuan yang kurang manusiawi terhadap perempuan terjadi karena interpretasi teks yang sesuai dengan undang-undang laki-laki, yang berakar dari generasi ke generasi (Nuroniya, 2019). Berdasarkan hasil wawancara dari seluruh subjek, didapatkan data bahwa subjek sering mendapatkan justifikasi lebay, dan tidak diberi keringanan ketika mereka sedang mengalami nyeri menstruasi. Pengalaman menstruasi perempuan seringkali dipukul rata, sehingga banyak perempuan yang merasa tidak perlu untuk meminta izin ketika mengalami nyeri menstruasi, karena kurangnya pemahaman bahwa pengalaman menstruasi adalah pengalaman subjektif setiap perempuan. Hal inilah yang menyebabkan perempuan yang berusaha untuk merayakan menstruasi, kebingungan karena menstruasi secara turun-temurun dikampanyekan sebagai sesuatu yang harus disembunyikan (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013). Untuk menenggelamkan stigma terhadap

menstruasi, Oxley berargumentasi, bahwa salah satu cara agar perempuan dapat menerima keadaan dirinya yang mengalami menstruasi setiap bulan adalah setiap kebudayaan harus mengubah cara pandang mereka terhadap menstruasi, dan perempuan harus dapat melakukan kontrol lebih banyak tentang pengalaman dan perasaan mereka ketika menstruasi (Oxley, 1998). Hal ini diamini oleh Wardah Nuroniyah, yang beranggapan bahwa perlunya tinjauan ulang terhadap nilai-nilai laki-laki yang disetujui oleh perempuan, dan interpretasi teks yang lebih berimbang terhadap menstruasi dan tubuh perempuan (Nuroniyah, 2019). Dapat disimpulkan, **menstruasi** dapat menjadi alat pendobrakan stigma, jika laki-laki dan perempuan mau mendefinisikan kembali apa itu menstruasi bagi perempuan, dan bersepakat untuk menghilangkan nilai-nilai lama yang menstigmatisasi menstruasi.

Berbagai macam cara dapat dilakukan untuk mendorong tafsiran baru terhadap menstruasi. Di lingkungan rumah, lakukan edukasi seks secara objektif terhadap anak-anak. Berikan mereka pengetahuan objektif dan tidak dibalut stigma terhadap tubuh perempuan dan laki-laki. Di sekolah, guru bisa memulai dengan tidak memisahkan perempuan dan laki-laki ketika mempelajari bab reproduksi, sehingga murid-murid mendapatkan pengetahuan yang berimbang terhadap alat reproduksi. Gunakanlah istilah ‘menstruasi’ sebagai istilah wajar dalam menyebut siklus bulanan yang ada di dalam tubuh wanita, bukan menutupi dan memperhalus dengan sebutan yang lainnya. Hal ini dapat menyebabkan pengakuan terhadap siklus tubuh perempuan, yang memungkinkan perempuan menstruasi tidak perlu malu lagi untuk meminta izin yang menjadi hak mereka ketika mereka merasakan ketidaknyamanan akibat menstruasi. Tafsiran baru terhadap menstruasi dapat

terwujud dengan cara edukasi seks secara objektif, menghadirkan lelaki dan perempuan ketika mempelajari sistem reproduksi, dan menggunakan istilah menstruasi.

Bab V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah melakukan wawancara dengan 4 partisipan yang merupakan perempuan muda yang mengalami menstruasi, akhirnya penelitian kualitatif yang dikerjakan secara hampir satu tahun dengan tujuan untuk mengetahui dinamika psikobiologis dan pendobrakkan stigma pada perempuan menstruasi, menghasilkan kesimpulan seperti berikut:

1. Pada kenyataannya, secara psikobiologis menstruasi merupakan pengalaman subjektif tentang gejala biologis masing-masing perempuan. Terdapat perubahan dari aspek emosi, perilaku dan kebiasaan setelah perempuan mengalami menstruasi pertama. Sumber pengetahuan menstruasi didapat dari penalaran dan sumber ilmiah, informasi publik, dan lingkungan dekat. Konstruksi diri perempuan menstruasi dibentuk oleh sumber pengetahuan menstruasi perempuan itu sendiri dan pengetahuan masyarakat sekitar. Ketika perempuan memiliki identitas diri yang positif terhadap menstruasi, maka perempuan menyambut menstruasi dengan gembira. Sebaliknya, ketika perempuan memiliki identitas diri negatif terhadap menstruasi, maka terjadi penolakan terhadap menstruasi.
2. Ternyata, tidak semua perempuan dapat menjadikan menstruasi sebagai alat keluar dari permissosan. Mitos menstruasi terjadi karena tekanan lingkungan, pengaruh agama, dan pandangan lain terhadap mitos. Mitos masih terus diikuti ketika masih dianggap bernilai sakral bagi masyarakat. Hal ini menyebabkan perempuan tidak dapat keluar dari permissosan yang berujung menjadi stigma

menstruasi karena mitos masih dianggap sakral dan bernilai oleh pihak-pihak yang berkuasa membangun pengetahuan perempuan. Perempuan yang berhasil keluar dari permitosan ketika mitos dianggap sebagai sesuatu yang tidak bernilai lagi oleh pihak-pihak yang berkuasa terhadap perempuan. Dukungan terhadap peninggalan larangan menjadikan perempuan dapat dengan yakin meninggalkan permitosan yang menstandarisasinya.

B. Keterbatasan Penelitian dan Saran

Menstruasi dan perempuan merupakan salah satu aspek yang masih belum mendapatkan perhatian khusus oleh peneliti-peneliti di Indonesia, dikarenakan oleh stigma dan tabu yang meliputinya. Peneliti berharap dapat membangkitkan semangat peneliti lain untuk memandang dan meneliti tentang menstruasi secara setara dan tidak merendahkan. Penelitian ini hanya mengungkap salah satu fakta terhadap perempuan yang merasa tidak nyaman dalam merayakan menstruasi, karena stigma dan pandangan merendahkan yang meliputinya. Karena keterbatasan waktu dan sumberdaya, penelitian ini dilakukan secara kualitatif, karena peneliti meyakini setiap perempuan memiliki cerita tersendiri tentang sesuatu yang terjadi setiap bulanya. Perlunya penelitian lebih lanjut dengan jumlah responden yang lebih luas, sebagai jalan untuk membuka tabir menstruasi dan segala tabu yang meliputinya.

Penelitian ini hanya menggambarkan pandangan sebagian kecil perempuan Indonesia tentang menstruasi, sebagai sebuah siklus alami dan tanda perkembangan sekunder yang mereka alami. Perlunya penelitian lanjutan yang mencakup demografi Indonesia yang lebih luas, dengan rentang usia yang lebih beragam,

untuk dapat mengetahui pandangan-pandangan perempuan Indonesia lainnya. Selain tentang menstruasi, penelitian tentang menopause juga perlu dilakukan, untuk mengetahui pendapat dan cerita masing-masing perempuan Indonesia tentang tubuhnya.

Peneliti berharap, stigma menstruasi dapat dipatahkan dengan gencarnya edukasi seks yang berimbang terhadap tubuh laki-laki dan perempuan. Sekolah perlu membuka diskusi tentang segala hal yang terjadi dalam diri perempuan dan laki-laki, untuk mendorong perempuan berani mengambil izin ketika mereka menstruasi. Laki-laki juga perlu diberi pemahaman tentang menstruasi, agar tidak muncul lagi stigma-stigma terhadap perempuan menstruasi, yang harusnya dapat dihindari ketika semua pihak mendapatkan akses pendidikan yang berimbang dan setara.

Tempat kerja juga perlu mensosialisasikan adanya cuti menstruasi yang termasuk hak perempuan. Hal ini perlu dilakukan karena banyak sekali perempuan yang belum mengetahui cuti menstruasi merupakan hak perempuan untuk beristirahat. Perlunya sosialisasi lingkungan masyarakat bahwa menstruasi bukanlah aib, sehingga perempuan tidak perlu takut untuk mengutarakan keluhan terhadap menstruasi yang dialaminya.

Daftar Pustaka

- Abdullah, I. (2012). Mitos Menstruasi: Konstruksi Budaya Atas Realitas Gender. *Humaniora*, 14(1), 34–41.
- Alase, A. (2017). The Interpretative Phenomenological Analysis (IPA): A Guide to a Good Qualitative Research Approach. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 5(2), 9. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.5n.2p.9>
- Armour, M., Parry, K., Al-Dabbas, M. A., Curry, C., Holmes, K., MacMillan, F., Ferfolja, T., & Smith, C. A. (2019). Self-care strategies and sources of knowledge on menstruation in 12,526 young women with dysmenorrhea: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 14(7). <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220103>
- Baidhowi, P. N. (2018). *Konstruksi Wacana dan Komodifikasi Menstruasi dalam Iklan Pembalut di Indonesia*. 071411531061, 1–12.
- Bannan Naelin Najihah. (2021). AYAT MENSTRUASI DALAM PERSPEKTIF ZAGLOUL AN-NAJJAR. *Syntax Imperatif*, 2(2), 8–17.
- Beauvoir, S. de. (1956). The Second Sex. In *Yale French Studies* (Issue 2). Jonathan Cape. <https://doi.org/10.2307/2929315>
- Bobel, C., Winkler, I. T., Fahs, B., Hasson, K. A., Kissling, E. A., & Roberts, T.-A. (2021). Book Review: The Palgrave handbook of critical menstruation studies. In *Palgrave macmillan* (Vol. 45, Issue 1). Palgrave MacMillan. <https://doi.org/10.1177/0361684320967619>
- Brien, M. O. (1983). *The Politics Of Reproduction* (Vol. 20, Issue 1). Routledge & Keegan Paul.
- Burrows, A., & Johnson, S. (2005). Girls' experiences of menarche and menstruation. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 23(3), 235–249. <https://doi.org/10.1080/02646830500165846>
- Campbell, K. K. (1973). The rhetoric of women's liberation: An oxymoron. *Quarterly Journal of Speech*, 59(1), 74–86. <https://doi.org/10.1080/00335637309383155>
- Chrisler, J. C. (2013). Teaching Taboo Topics: Menstruation, Menopause, and the Psychology of Women. *Psychology of Women Quarterly*, 37(1), 128–132. <https://doi.org/10.1177/0361684312471326>
- Chrisler, J. C., Marván, M. L., Gorman, J. A., & Rossini, M. (2015). Body appreciation and attitudes toward menstruation. *Body Image*, 12(1), 78–81. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.003>
- Coast, E., Lattof, S. R., & Strong, J. (2019). Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: a scoping review. *International Journal of Public Health*, 64(2), 293–304. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01209-0>
- Dahri, N. (2012). REPRODUKSI PEREMPUAN DALAM PERSPEKTIF ISLAM (Tinjauan terhadap Haid, Nifas, dan Istihadhah). *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 11(2), 1. <https://doi.org/10.24014/marwah.v11i2.504>
- Diamond-Smith, N., George, O. O., Wawire, S., & Ayodo, G. (2020). Knowledge of menstruation and fertility among adults in rural Western Kenya: Gaps and opportunities for support. *PLOS ONE*, 5(13).

- <https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229871>
- Farris, D. N., Davis, M. A., & Compton, D. R. (2014). Illuminating how identities, stereotypes and inequalities matter through gender studies. *Illuminating How Identities, Stereotypes and Inequalities Matter through Gender Studies*, 1–198. <https://doi.org/10.1007/978-94-017-8718-5>
- Fernández-Martínez, E., Onieva-Zafra, M. D., & Parra-Fernández, M. L. (2019). The impact of dysmenorrhea on quality of life among Spanish female university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph16050713>
- Gaybor, J. (2020). Everyday (online) body politics of menstruation. *Feminist Media Studies*, 00(00), 1–16. <https://doi.org/10.1080/14680777.2020.1847157>
- Gumindari, S., & Nafi'a, I. (2020). Faqihuddin's Progressive Thinkings on Tafsir Mubadalah; The Best Practice of Islamic Moderation Interpretation on Gender-Equality Relationship. *The Best Practice of Islamic Moderation in Heterogeneous Society*, 2019(1), 1–34.
- Hakim, L. (2020). Corak Feminisme Post-Modernis Dalam Penafsiran Faqihuddin Abdul Kodir. *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu Al-Qur'an Dan Hadis*, 21(1), 237. <https://doi.org/10.14421/qh.2020.2101-12>
- Harris, N. (2011). Shame, Ethical Identity and Conformity: Lessons from Research on the Psychology of Social Influence. In S. Karstedt, I. Loader, & H. Strang (Eds.), *Emotions, Crime and Justice* (Issue April, pp. 2013–2015). Hart Publishing. <https://doi.org/10.5040/9781472565471.ch-009>
- Helaluddin. (2018). Mengenal Lebih Dekat dengan Pendekatan Fenomenologi: Sebuah Penelitian Kualitatif. *Uin Maulana Malik Ibrahim Malang, March*, 1–15.
- Hodges, B. H. (2017). Conformity and divergence in interactions, groups, and culture. In *The Oxford handbook of social influence*. (pp. 87–105). Oxford University Press.
- Hogg, M. A., & Vaughan, G. M. (2018). *Social Psychology* (8th ed.). Pearson.
- Jackson, T. E. (2019). Policing a menstrual monster: how working class girls discuss their menstrual reactions and experiences. *Journal of Youth Studies*, 22(2), 153–170. <https://doi.org/10.1080/13676261.2018.1492100>
- Jackson, T. E., & Falmagne, R. J. (2013). Women wearing white: Discourses of menstruation and the experience of menarche. *Feminism and Psychology*, 23(3), 379–398. <https://doi.org/10.1177/0959353512473812>
- Jalan, A., Baweja, H., Bhandari, M., Kahmei, S., & Grover, A. (2020). A Sociological Study of the Stigma and Silences around Menstruation. *Vantage: Journal of Thematic Analysis*, 1(1), 47–65. <https://doi.org/10.52253/vjta.2020.v01i01.06>
- Johnston-Robledo, I., & Chrisler, J. C. (2013). The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma. *Sex Roles*, 68(1–2), 9–18. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0052-z>
- Kelland, L., Paphitis, S., & Macleod, C. (2017). A contemporary phenomenology of menstruation: Understanding the body in situation and as situation in public health interventions to address menstruation-related challenges. *Women's Studies International Forum*, 63(September), 33–41.

- <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2017.09.004>
- Kodir, F. A. (2019). *Qiraah Mubaadalah* (Rusdianto (ed.); 1st ed.). IRCiSoD.
- Lennon, K. (2019). *Feminist Perspectives on the Body*". The Stanford Encyclopedia of Philosophy.
- Michael, J., Iqbal, Q., Haider, S., Khalid, A., Haque, N., Ishaq, R., Saleem, F., Hassali, M. A., & Bashaar, M. (2020). Knowledge and practice of adolescent females about menstruation and menstruation hygiene visiting a public healthcare institute of Quetta, Pakistan. *BMC Women's Health*, 20(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0874-3>
- Mohamed, Y., Durrant, K., Huggett, C., Davis, J., Macintyre, A., Menu, S., Wilson, J. N., Ramosaea, M., Sami, M., Barrington, D. J., McSkimming, D., & Natoli, L. (2018). A qualitative exploration of menstruat...and Papua New Guinea _ Enhanced Reader.pdf. *PLOS ONE*, one, 19.
- Mondragon, N. I., & Txertudi, M. B. (2019). Understanding menstruation: Influence of gender and ideological factors. A study of young people's social representations. *Feminism and Psychology*, 29(3), 357–373. <https://doi.org/10.1177/0959353519836445>
- Mukherjee, A., Lama, M., Khakurel, U., Jha, A. N., Ajose, F., Acharya, S., Tymes-Wilbekin, K., Sommer, M., Jolly, P. E., Lhaki, P., & Shrestha, S. (2020). Perception and practices of menstruation restrictions among urban adolescent girls and women in nepal: a cross sectional survey. *Reproductive Health*, 17(81), 1–10.
- Naser, J. A. (2014). EQUALITAS JENDER (Konsep dan Aktualisasinya dalam Islam serta Implikasinya atas Rumusan Hukum Islam). *AL-IHKAM: Jurnal Hukum & Pranata Sosial*, 7(2), 315–330. <https://doi.org/10.19105/al-lhkam.v7i2.332>
- Nuronyah, W. (2019). *Fikih Menstruasi: Menghapus Mitos-mitos dalam Menstrual Taboo*.
- Oxley, T. (1998). The Feminism & Psychology Undergraduate Prize 1997 — Prizewinning Entry Menstrual Management: An Exploratory Study . *Feminism & Psychology*, 8(2), 185–191. <https://doi.org/10.1177/095935359800800205>
- Patterson, A. S. (2013). *The Menstrual Body*. University of New Orleans Theses and Dissertations.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Raco, J. (2010). *Metode penelitian kualitatif: jenis, karakteristik dan keunggulannya* (A. L (ed.)). PT Gramedia Widiasarana Indonesia. <https://doi.org/10.31219/osf.io/mfzuj>
- Rahmatullah, L. (2013). Haid (menstruasi) dalam tinjauan hadis. *Palastren*, 6(1), 23–56. <https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Palastren/article/view/977/890>
- Rajagopal, S., & Mathur, K. (2017). "Breaking the silence Around Menstruation": experiences of adolescent girls in an urban setting in India. *Gender and Development*, 25(2).

- Rubinsky, V., Gunning, J. N., & Cooke-Jackson, A. (2020). "I Thought I Was Dying:" (Un)Supportive Communication Surrounding Early Menstruation Experiences. *Health Communication*, 35(2), 242–252. <https://doi.org/10.1080/10410236.2018.1548337>
- Santoso, L. B. (2020). EKSISTENSI PERAN PEREMPUAN SEBAGAI KEPALA KELUARAGA (Telaah terhadap Counter Legal Draf-Kompilasi Hukum Islam dan Qira'ah Mubadalah). *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 18(2), 107. <https://doi.org/10.24014/marwah.v18i2.8703>
- Shinji, K., HIGASHINO, T., & Masamichi, N. (2020). Consideration of the relationship between menstrual pain, menstruation accompanying symptoms and personality / 全日本鍼灸学会雑誌. *Journal of the Japan Society of Acupuncture and Moxibustion*, 5(1).
- Silalahi, V. (2021). Hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir I. 4(2), 1–10.
- Sivakami, M., Eijk, A. M. van, Takur, H., Kakade, N., Patil, C., Shinde, S., Surani, N., Bauman, A., Zulaika, G., & Kabir, Y. (2019). Effect of Menstruation on girls and their schooling, and facilitators of menstrual hygiene management in schools: surveys in government schools in three states in India, 2015. *Journal of Global Health*, 9(1).
- Sivakami, M., Eijk, A. M. van, Thakur, H., Kakade, N., Pati, C., Shinde, S., Surani, N., Bauman, A., Zulaika, G., Kabir, Y., Dobhal, A., Singh, P., Tahiliani, B., Mason, L., Alexander, K. T., Thakkar, M. B., Laserson, K. F., & Phillips-Howard, P. A. (2019). Effect of menstruation on girls and their schooling, and facilitators of menstrual hygiene management in schools: surveys in government schools in three states in India, 2015. *Journal of Gl*, 9(1), 13.
- Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Puteri. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 86–91. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. CV AlfaBeta.
- Suhendra, A. (2014). Nilai Kearifan Lokal Dalam Hadis: Studi Atas Hadis Perempuan Menstruasi. *Musāwa Jurnal Studi Gender Dan Islam*, 13(2), 99. <https://doi.org/10.14421/musawa.2014.132.99-110>
- Sunarko, A. (2018). PENDIDIKAN MENSTRUASI REMAJA PUTRI DALAM AL QUR'AN (Kajian Surat Al Baqarah :222). *Manarul Qur'an: Jurnal Ilmiah Studi Islam*, 18(2), 101–116. <https://doi.org/10.32699/mq.v18i2.942>
- Tan, D. A., Hathhotuwa, R., & Fraser, I. S. (2017). Cultural aspects and mythologies surrounding menstruation and abnormal uterine bleeding. *Best Practice and Research: Clinical Obstetrics and Gynaecology*, 40, 121–133. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2016.09.015>

Persetujuan Partisipasi Penelitian

Lembar Penjelasan Penelitian

Nama Peneliti : Kamila El Sabilla

NIM : 18410211

Alamat : Jl. Danau Sentani Tengah 7 H2 C06, Malang

Judul : DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI DAN
STIGMATISASI MENSTRUASI

Peneliti adalah mahasiswa Program S1 Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Saudara telah diminta ikut berpartisipasi dalam penelitian ini. Responden dalam penelitian ini adalah secara sukarela. Saudari berhak menolak berpartisipasi dalam penelitian ini. Peneliti akan menggali informasi mengenai pengalaman psikobiologis dan pendobrakan stigma menstruasi dengan metode wawancara. Segala informasi yang saudara berikan akan digunakan sepenuhnya hanya dalam penelitian ini. Peneliti sepenuhnya akan menjaga kerahasiaan identitas saudara dan tidak dipublikasikan dalam bentuk apa pun. Jika ada yang belum jelas, saudara boleh bertanya pada peneliti. Jika saudara sudah memahami penjelasan ini dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, silakan saudara menandatangani lembar persetujuan yang akan dilampirkan.

Peneliti

Kamila El Sabilla

Lampiran 2: Informed Consent Responden I

Lembar Persetujuan Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Farah Hanifah Maharani

Usia :22 tahun

Alamat : Jl. Sunan Kalijaga Dalam no. 43, Malang

Menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Kamila El Sabilla

NIM : 18410211

Alamat : Jl. Danau Sentani Tengah 7 H2 C06, Malang

Judul :“DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”

Dengan ini saya menyatakan kesediaan saya untuk menjadi Narasumber pada penelitian “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI” Saya akan mengikuti kegiatan penelitian ini secara sukarela dan tanpa adanya suatu paksaan. Saya bersedia untuk melakukan wawancara dan saya berkenan untuk direkam dan dicatat segala informasi yang saya berikan kepada peneliti.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang,17 Juli 2021

Responden



(Farah Hanifah Maharani)

Lampiran 3: Informed Consent Responden II

Lembar Persetujuan Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pradhisa Lintang Kawuryan

Usia : 18 tahun

Alamat: Graha Purwosari Regency, Purwosari, Pasuruan

Menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Kamila El Sabilla

NIM : 18410211

Alamat : Jl. Danau Sentani Tengah 7 H2 C06, Malang

Judul : “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”

Dengan ini saya menyatakan kesediaan saya untuk menjadi Narasumber pada penelitian “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”. Saya akan mengikuti kegiatan penelitian ini secara sukarela dan tanpa adanya suatu paksaan. Saya bersedia untuk melakukan wawancara dan saya berkenan untuk direkam dan dicatat segala informasi yang saya berikan kepada peneliti.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 17 Juli 2021

Responden



(.....)

Lembar Persetujuan Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amalia Mutmainnah Lundeto

Usia :22 tahun

Alamat : Jl. Joyosuko Timur 10

Menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Kamila El Sabilla

NIM : 18410211

Alamat : Jl. Danau Sentani Tengah 7 H2 C06, Malang

Judul : “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”

Dengan ini saya menyatakan kesediaan saya untuk menjadi Narasumber pada penelitian “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”. Saya akan mengikuti kegiatan penelitian ini secara sukarela dan tanpa adanya suatu paksaan. Saya bersedia untuk melakukan wawancara dan saya berkenan untuk direkam dan dicatat segala informasi yang saya berikan kepada peneliti.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang,17 Juli 2021

Responden



(Amalia Muthmainnah Lundeto)

Lembar Persetujuan Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadya Aminah

Usia : 21 Tahun

Alamat : Jalan Mertojoyo Blok F No. 22

Menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Kamila El Sabilla

NIM : 18410211

Alamat : Jl. Danau Sentani Tengah 7 H2 C06, Malang

Judul : “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”

Dengan ini saya menyatakan kesediaan saya untuk menjadi Narasumber pada penelitian “DINAMIKA PSIKOBIOLOGIS MENSTRUASI”. Saya akan mengikuti kegiatan penelitian ini secara sukarela dan tanpa adanya suatu paksaan. Saya bersedia untuk melakukan wawancara dan saya berkenan untuk direkam dan dicatat segala informasi yang saya berikan kepada peneliti.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 17 Juli 2021

Responden



(Nadya Aminah)

Lampiran 6: Pengelompokan Data Subjek Mawar

No.	Transkrip Dokumen	Kode	Pemadatan Fakta	Kata Kunci
1	<p>Boleh tahu ga cerita menstruasi pertamamu?</p> <p>Jadi aku pertama kali dapat haid atau menstruasi tu pas kelas 2 smp waktu aku lagi di pondok. Aku kan sempat mondok waktu SMP, itu pertama kali di kelas.</p> <p>Jadi kaya itu masa-masanya emang temen-temenku lagi pada awal haid gitu kam, jadi kaya aku langsung, ih kayanya aku juga haid deh hari ini, terus aku langsung ke kamar mandi, terus lihat ngecek, eh iya bener, terus aku langsung izin ke guru kelasku, aku balik ke asrama buat ganti-ganti. Terus habis itu aku pertama kali kasih tahu kalau ga salah itu ke umi yang</p>	WWCR.S1	<p>WWCR.S1.1 setelah yakin bahwa subjek mengalami menstruasi, subjek pergi ke kamar mandi, dan mengganti pembalut.</p> <p>WWCR.S1.2 subjek merasakan menstruasi pertama saat kelas 2 SMP</p>	<p>Kamar Mandi</p> <p>2 SMP</p>

	ada di asrama. Terus, baru deh umi yang di asramaku ngabarin orang tua ku kalau aku lagi datang haid. Itu aja sih			
2	<p>Kamu ada rasa takut atau cemas Ketika pertama kali mendapat haid?</p> <p>Ngga sih, makanya itu kan. Soalnya pas itu lagi musim-musimnya angkatanku yang cewek-cewek pertama kali haid, jadi aku seneng aja sih, malahan seneng kaya, wah aku dapat haid pertama kali, sama dong kaya teman-temanku. Malahan kalau missal di tahun itu aku belum dapat, kayanya aku bakalan cemas deh. Liat lingkungan sih, pas temen-temenku dapat haid pertama, cieee aku dah bergabung sama kalian, udah dapat kaya gitu</p>		<p>WWCR.S1.3 subjek merasa senang ketika menstruasi pertama, karena merasa sama dengan teman-temanya</p>	<p>Merasa Senang</p>
			<p>WWCR.S1.4 Subjek malah cemas kalau tidak mendapat menstruasi di tahun itu.</p>	<p>Cemas</p>

	.			
3	<p>Oke, jadi kan tadi kamu bilang, yang pertama kali kamu beritahu pas menstruasi itu kan umi pengasuh mahad, bagaimana reaksi beliau?</p> <p>Reaksinya sebenarnya yaa mungkin karena orang tua ya, tapi saat itu ummi nya belum ada anak sih, baru awal-awal nikah gitu, tapi mungkin kan dah lebih dewasa kayak bilangnyanya, wah alhamdulillah, berarti kamu udah dewasa ya, ya gitu gitu sih, paling yang kaya udah cewe ya, udah tahu harus gini gini, terus paling diajarin yang umum-umum sih, kaya nanti softeknya dibersihkan ya kalau mandi, begitu aja sih.</p>		<p>WWCR.S1.5 subjek dianggap telah dewasa karena mengalami menstruasi</p>	<p>Telah dewasa</p>

4	Lalu, apa saja sih mitos yang ada di sekitarmu tentang menstruasi?		WWCR.S1.6 mitos tentang menstruasi di lingkungan sekitar adalah dilarang keramas	Dilarang keramas
	Mitos, waduh, karena aku kemaren mondoknya di daerah Gorontalo ya, kamu tau Gorontalo? Jadi, mitosnya lumayan banyak, kaya ga bisa keramas lah kalau lagi udzur , terus apa lagi ya, ga boleh mandi malam-malam kalau lagi uzur , terus apa lagi ya, banyak, tapi aku dah lupa, soalnya udah lama banget, 2014 ya kalau ga salah, ya gitu-gitu sih. Ga boleh potong kuku , terus itu aja sih yang aku inget.		WWCR.S1.7 mitos tentang menstruasi di lingkungan sekitar adalah dilarang mandi malam-malan	Dilarang mandi malam
	Kalau mitos dari sukumu gimana?		WWCR.S1.8 mitos tentang menstruasi dari sukunya adalah dilarang potong kuku	Dilarang potong kuku

	<p>Kurang lebih hamper sama sih kaya gitu, soalnya masih daerah Sulawesi kan, menurutku ya gitu-gitu aja deh ga boleh potong kuku, ga boleh keramas. Sebenarnya kalau ga boleh keramas meng'indonesia' ya? Kayaknya seluruh Indonesia kaya gitu, yaudah, gitu aja sih. Kalau dari suku ku kaya gitu juga deh.</p>		<p>WWCR.S1.9 mitos tentang menstruasi dari suku subjek adalah dilarang keramas</p>	<p>Dilarang Keramas</p>
5	<p>Lalu, gimana sih pengaruh mitos-mitos tersebut kepada kamu Ketika menstruasi? Sebenarnya sangat berpengaruh sih, soalnya aku sedang berada di lingkungan itu, aku sedang hidup di lingkungan itu, dan sekelilingku mayoritas orang-orang situ, jadi aku sekamar berenam, kalau misalnya aku lagi udzur, terus potong kuku, langsung tuh temenku, "eh gaboleh tuh potong kuku kalau lagi udzur".</p>		<p>WWCR.S1.10 mitos menstruasi berpengaruh besar, karena subjek hidup di lingkungan tersebut, dan dikelilingi oleh orang-orang asli sana</p>	<p>Hidup di lingkungan tersebut</p>

	Ya mau gimana lagi, istilahnya kan kalau aku sedang hidup di situ kita ngikutin apa yang ada di situ kan, kaya tata krama, jadi aku kaya langsung oiya yaudah, lebih mengikuti apa saja yang menjadi kebiasaan orang di situ.			
6	<p>Setelah kamu keluar dari lingkungan itu, kamu masih ikut mitosnya atau gimana?</p> <p>Semakin dewasa aku semakin mencari tahu, kenapa sih kok gabisa kaya gitu contohnya mungkin dari keramas ya, sebenarnya kalau dari ibuku sendiri tu aku kan nanya “Kalau udzur tu bisa ga sih keramas mi?” terus dijawab “gapapa sih sebenarnya, soalnya umiku kalau lagi udzur ya keramas-keramas aja jadi makanya kalau keramas aku dah mulai berani deh kalau lagi udzur. Dan aku juga cari-cari di aku cari-cari</p>		<p>WWCR.S1.11 subjek mulai mencari tahu mengapa beberapa hal dilarang ketika menstruasi</p>	Mencari tahu
			<p>WWCR.S1.12 subjek mendapatkan penguatan untuk meninggalkan larangan keramas oleh umi subjek.</p>	Alasan meninggalkan larangan keramas
			<p>WWCR.S1.13 subjek mendapatkan info dari tiktok bahwa larangan keramas saat menstruasi adalah mitos</p>	

	<p>sih, kaya sering lihat di tiktok juga banyak kan “Yang lagi udzur ga boleh keramas itu mitos” terus aku juga lihat dokter-dokter yang membahas itu. Sebenarnya lebih mencari tahu, kenapa sih kita gak bisa kaya gitu, mitos atau faktakah? Lebih cari faktanya sih, lebih sesuai sama kayak dari dokternya gimana? Apakah benar?itukan berkaitan dengan Kesehatan, kan?</p>			
7	<p>Terus, mengapa potong rambut, keramas dan potong kuku dilarang ketika menstruasi? Menurut pendapatmu sendiri. Terus dapat larangan-larangan ini dari siapa?</p>		<p>WWCR.S1.14 Subjek menganggap kuku dan rambut harus ikut dimandikan wajib, karena menempel di tubuh</p>	<p>Nempel di tubuh</p>
			<p>WWCR.S1.15 Konsekuensi melakukan hal-hal yang dilarang adalah melanggar hukum islam</p>	<p>Melanggar hukum islam</p>

<p>nahhh setauku itukan anggota tubuh najis yg nempel ditubuh jdi gabole dipisahin gitu, harus dimandiin bareng pas mandi wajib, (dapat) dari org sekitar dan org tua mungkin klo gasalah inget</p> <p>Apa konsekuensinya kalau melakukan hal tersebut (potong rambut, keramas dan potong kuku)?</p> <p>sebenarnya kalau konsekuensi langsung gaada si, paling jadi sesuatu yg melanggar hukum islam mungkin?</p> <p>Terus kenapa kita engga boleh masuk masjid ketika menstruasi?</p>	<p>WWCR.S1.16 Perempuan menstruasi dilarang masuk masjid karena najis</p>	Najis
	<p>WWCR.S1.17 Konsekuensi tidak sengaja masuk masjid adalah dosa</p>	Dosa
	<p>WWCR.S1.18 Orangtua mengajarkan bahwa perempuan menstruasi dilarang masuk masjid</p>	Orangtua
	<p>WWCR.S1.19 Belajar Hukum islam di pondok juga mengajarkan bahwa perempuan menstruasi dilarang masuk masjid</p>	Hukum islam

	<p>Najis</p> <p>Apa konsekuensinya ketika kita tidak sengaja masuk masjid ketika menstruasi?</p> <p>Dosa</p> <p>Boleh cerita ga, dapat larangan masuk masjid ketika menstruasi itu asalnya dari siapa?</p> <p>awalnya dari orgtua mungkin, tpi lama kelamaan belajar juga pas di pondok tentang hukum islam</p>			
--	---	--	--	--

8	<p>Oke. Jadi di tempatmu menstruasi pertama engga dirayakan ya?</p> <p>kalo aku engga si</p>		<p>WWCR.S1.20 Menstruasi pertama subjek tidak dirayakan</p>	<p>Tidak dirayakan</p>
9	<p>Gimana sih tanggapanmu bahwa Wanita yang sudah menstruasi itu adalah Wanita yang sesungguhnya?</p> <p>Sebenarnya agak rumit ga sih membicarakan tentang Wanita yang sesungguhnya, tapi ya sih kalau misalnya udah udzur tuh. Tapi karena mungkin waktunya masih terlalu kecil ya, jadi kaya aku belum mikir kalau aku sudah udzur, aku menjadi Wanita sesungguhnya.</p> <p>Cuma, itu menandakan kalau aku udah baligh, secara umum kaya gitu. Dan aku ga mikir kalau Wanita yang</p>		<p>WWCR.S1.21 subjek belum terpikir bahwa ketika dia menstruasi, maka dia akan menjadi wanita sesungguhnya</p>	<p>Belum terpikir</p>

	<p>sudah udzur itu Wanita yang sesungguhnya. Dan aku masih gatau, pengertian Wanita yang sesungguhnya seperti apa?</p>			
	<p>Oh jadi ga ada variable khususnya gitu ya? Soalnya ada beberapa suku menjadikan menstruasi sebagai variable menjadi Wanita sesungguhnya</p> <p>Kalau aku secara pribadi, tapi gatau ya kalau sukuku ada kaya gitu, tapi secara pribadi, pribadiku sendiri, kayanya ga juga sih. Gitu sih</p>		<p>WWCR.S1.22 subjek merasa bahwa menstruasi bukan variable menjadi wanita sesungguhnya.</p>	<p>Bukan variabel wanita sesungguhnya</p>
10	<p>Apakah kamu pernah mendiskusikan menstruasi dengan teman sebayamu? Jadi kaya ngomongin menstruasi secara umum, nyaman ga, mendiskusikan</p>		<p>WWCR.S1.23 Subjek merasa nyaman ketika mendiskusikan menstruasi dengan sesama perempuan</p>	<p>Nyaman ketika diskusi sesama wanita</p>

	<p>menstruasi Ketika di tempat itu bukan hanya cewe saja, tapi da cowonya, di tempat umum gitu. Menurutmu gimana?</p> <p>Kalau sesame cewe, nyaman-nyaman aja sih aku, kan sharing gitu kan nanyain sebaiknya kalau lagi udzur ngapain aja? Kalau sesame cewe aku lebih nyaman, Cuma kalau ada yang lawan jenis, aku kurang nyaman sih</p>		<p>WWCR.S1.24 subjek merasa kurang nyaman ketika mendiskusikan menstruasi dengan lawan jenis</p>	<p>Kurang nyaman ketika diskusi dengan lawan jenis</p>
11	<p>Gimana sih tanggapan lingkungan sekitarmu tentang Wanita yang menstruasi?</p>		<p>WWCR.S1.25 lingkungan sekitar subjek menanggapi perempuan menstruasi dengan biasa</p>	<p>Menstruasi dianggap biasa</p>

	<p>Lingkungan sekitar normal sih, Wanita yang lagi menstruasi kan normal, gimana maksud pertanyaanya?</p> <p>Maksudku kan Wanita menstruasi ada yang moody an atau mungkin sakit gitu pas menstruasinya, mereka nganggepnya gimana, apakah ada disepelekan, atau malah dicekoki mitos-mitos yang belum jelas kebenarannya, atau gimana?</p> <p>Kalau di sekitarku sih kalau lagi menstruasi ya biasa sih, mungkin kalau aku lagi ada di Gorontalo y aitu mungkin mitosnya lebih kental sih, soalnya kan mereka masih kental adat dan budaya. Tapi kalau di daerahku biasa aja. Lebih ke, cowo kalau misalnya kita tahu</p>		<p>WWCR.S1.26 Perempuan menstruasi dianggap lebih sensitif, lawan jenis lebih hati-hati ketika mengobrol.</p>	<p>Lebih hati-hati</p>
--	--	--	---	------------------------

	<p>menstruasi lebih hati-hati Ketika ngobrol, karena mereka tahu bahwa Wanita yang menstruasi lebih sensitive</p>			
12	<p>Lalu, di sekitarmu atau di sukumu, ada larangan-larangan ga buat Wanita yang menstruasi?</p> <p>Kalau di daerahku, yang paling aku ingat ga boleh potong rambut. Potong rambut, potong kuku, mending selesaikan aja dulu udzurnya terus baru potong rambut besoknya. Kalau lagi masa menstruasi ke ga boleh juga sih, sebaiknya setelah menstruasi.</p>		<p>WWCR.S1.27 Perempuan menstruasi dilarang potong rambut</p> <p>WWCR.S1.28 perempuan menstruasi dilarang potong kuku</p> <p>WWCR.S1.29 perempuan menstruasi dilarang masuk tempat ibadah</p>	<p>Larangan-larangan perempuan menstruasi</p>

	<p>Larangan masuk-masuk ke tempat ibadah atau tempat-tempat yang sakral gitu ada?</p> <p>Oh ya, ada-ada. Pasti-pasti.</p>			
13	<p>Apakah lingkungan sekitarmu membantu memahami menstruasi? Maksudku, lingkungan sekitarmu afford apa ga? Kamu dapat pengetahuan tentang menstruasi dari lingkungan sekitarmu atau dari media yang lain, gitu?</p> <p>Kalau menstruasi, aku lebih banyak dari media, soalnya kalau dari lingkungan sekitar kayanya kurang. Soalnya zaman semakin hari semakin lebih banyak</p>		<p>WWCR.S1.30 Lingkungan sekitar kurang membantu subjek memahami menstruasi</p>	<p>Lingkungan sekitar kurang</p>
			<p>WWCR.S1.31 Subjek mendapatkan pengetahuan menstruasi dari media sosial</p>	<p>Mayoritas media sosial</p>

	<p>interaksiku dengan social media, apalagi pandemic, berinteraksi dengan lingkungan sekitar jadi kurang. Lebih ke media menurutku.</p>			
14	<p>Dari mana kamu mengetahui menstruasi adalah proses alamiah? Maksudku Wanita hampir pasti begitu.</p> <p>Dari keluarga, dari orang-orang terdekat. Eh? Apa dari pelajaran SD ya? Soalnya di SD kelas berapa gitu ada mata pelajaran yang bahas itu.</p>		<p>WWCR.S1.32 Keluarga merupakan sumber informasi menstruasi</p> <p>WWCR.S1.33 Orang-orang terdekat merupakan sumber informasi menstruasi</p> <p>WWCR.S1.34 Pelajaran SD membantu memahami proses menstruasi</p>	Sumber pengetahuan menstruasi
15	<p>Kamu tipe orang yang menstruasinya biasa aja atau sakit?</p>		<p>WWCR.S1.35 Tipe menstruasi subjek adalah menstruasi yang menimbulkan sakit ketika ada problem</p>	Sakit ketika ada problem.

	Biasa sih, kalau sakit banget tuh Ketika ada problem , kaya menstruasi telat, jarang banget sih aku gitu. Kadang sih yg sakit2 banget.			
16	<p>Ketika sakit saat menstruasi, lingkunganmu memberikan excuse ngga? Kamu gampang ga izin Ketika sakit saat menstruasi?</p> <p>Sejauh ini, aku masih bisa nahan sakitnya, dan alhamdulillah Ketika aku sakit-sakit banget, belum pernah aku dalam keadaan kuliah, atau keadaan melakukan aktifitas, soalnya aku tuh paham tubuhku, kalau udzur ku lagi sakit-sakit banget, yaudah, aku bakal berdiam diri di kamar biar ga ngeribetin yang lain.</p>		<p>WWCR.S1.36 subjek masih bisa menahan sakit menstruasi</p> <p>WWCR.S1.37 subjek akan berdiam diri di kamar ketika merasakan nyeri, agar tidak merepotkan yang lain.</p> <p>WWCR.S1.38 subjek belum pernah meminta izin ketika nyeri menstruasi.</p>	<p>Tahan sakit</p> <p>Berdiam diri</p> <p>Belum pernah minta izin</p>

	Dan sejauh ini belum ada sih yang sampe aku harus minta izin karena udzurku			
17.	<p>Biasanya, siapa sih yang kamu ajak diskusi tentang menstruasi, maksudku Ketika mensnya telat, atau menstruasinya maju, gimana?</p> <p>Lebih ke orang tua, lebih ke ibu aku. Sama temen-temen yang lagi sering bareng, kaya contoh, aku lagi sering bareng sama temen kuliah, temen yang deket-deket aja sih.</p>		<p>WWCR.S1.39 subjek lebih suka mendiskusikan masalah menstruasi ke ibunya.</p>	Ibu
			<p>WWCR.S1.40 subjek lebih suka mendiskusikan masalah menstruasi ke teman-teman dekat</p>	Teman dekat
18.	<p>Kamu menstruasinya biasanya pakai apa?</p> <p>Softek sih, cuman pengen coba yang lain kaya menstrual cup, tapi takut sakit.</p>		<p>WWCR.S1.41 subjek menggunakan pembalut (softex) ketika menstruasi</p>	Softex

19	<p>Okay, kan Amalia bilang perasaan pertama yang dirasakan ketika menstruasi itu seneng, karena akhirnya udah menstruasi. Nah, perasaan seneng tuh bertahan sampai kapan sih?</p> <p>ga lamaa si, paling pas masa masa awal mens ituuu</p> <p>trus udaa b aja makin kesini wkwk</p> <p>ya biasalah seneng di awal</p> <p>Terus, kenapa patokan senangnya teman teman yang udah menstruasi? Kalau misalnya belum dapat dan ga sama kaya temen2 emangnya kenapa?</p> <p>kan masa itu emang teman adalah kiblat yaa istilahnyaa wkwk</p>		<p>WWCR.S1.42 euforia</p> <p>menstruasi hanya bertahan selama awal menstruasi, yaitu selama seminggu</p>	Seminggu
			<p>WWCR.S1.43 subjek</p> <p>merasa sedih kalau tidak mendapatkan menstruasi seperti teman-temanya.</p>	Sedih
			<p>WWCR.S1.44 subjek</p> <p>merasa teman merupakan kiblat.</p>	Teman merupakan kiblat

	<p>sedihh dong klo blm dpat takutnya kayak berasa tdk normal gitu</p> <p>Setahun adakah?</p> <p>semingguan Emang menurutmu, normal yang kaya gimana sih?</p> <p>yaa dapet di umur segitu pas smp Emang kalau wanita belum menstruasi, engga normal kah?</p> <p>ga jgaa si, tpi kan namanya klo berbeda ama yg lain kan gmn ya rasanya Gimana rasanya?</p> <p>ya berasa berbedaa dengan yg lainn</p>		<p>WWCR.S1.45 subjek merasa normal ketika mendapatkan menstruasi di umur smp</p>	<p>Menstruasi di umur smp</p>
			<p>WWCR.S1.46 subjek merasa enggan untuk berbeda dari teman-teman sebayanya</p>	<p>Enggan berbeda</p>

Lampiran 7: Pengelompokan Data Subjek Anggrek

No	Transkrip Dokumen	Kode	Pemadatan Fakta	Kata Kunci
	<p>Boleh ga certain, gimana pengalaman menstruasi pertamamu?</p> <p>Waktu bulan puasa kelas 6 SD, kan gatau ya, kalau pertama kali mens kan gatau rasanya ya terus waktu itu aku ikut sahur, gatau gitu kalau aku mens. Makanya kaya basah gitu lho, tapi aku ga ngecek. Ternyata, waktu dah sahur itu baru ketahuan, waktu ke kamar mandi, aku mens ternyata.</p>	WWCR.S2	<p>WWCR.S2.1 Subjek merasa ada sesuatu yang basah, sehingga menuju kamar mandi. Dan subjek mendapati dirinya menstruasi.</p>	Basah
			<p>WWCR.S2.2 Subjek merasakan menstruasi pertama di kelas 6 SD</p>	6 SD
	<p>Terus pas pertama kali mens gitu apa kamu merasa cemas atau takut, karena melihat selangkanganmu berdarah-darah gitu?</p>		<p>WWCR.S2.3 Reaksi subjek ketika mendapatkan menstruasi adalah “wow”</p>	“wow”
			<p>WWCR.S2.4 Subjek merasa senang karena pada</p>	Senang

	Kayaknya aku malah “wow” kaya seneng gitu, akhirnya aku mens.		akhirnya subjek merasakan menstruasi	
	<p>Yang pertama kali kamu hubungin pas kamu menstruasi itu siapa?</p> <p>Bunda</p> <p>Terus bunda gimana reaksinya?</p> <p>Ya bunda biasa aja sih, kaya “lho, mens”. Gitu doang.</p> <p>Abis itu bunda ngajarin pake softek yang bener gimana, atau gimana?</p>		WWCR.S2.5 Subjek menghubungi bunda ketika menstruasi	Bunda
			WWCR.S2.6 Bunda subjek bereaksi “Lho, mens.” Ketika subjek mengalami menstruasi	“lho, mens.”
			WWCR.S2.7 Subjek sudah diajarkan tentang menstruasi dari sebelum menstruasi datang.	Sebelum menstruasi
			WWCR.S2.8 Di lingkungan subjek, teman-teman subjek merahasiakan menstruasi pertamanya.	Rahasia

	<p>Iya, tapi sebelum aku mens udah diajarin sih, kaya dibilangin, mens tu gini gini gitu</p> <p>Temen-temenmu yang seumuran dan kelas 6 sudah banyak yang mens atau masih sedikit?</p> <p>Banyak sih, malah ada yang kelas 3 SD, tapi kaya dirahasain gitu lho el.</p>			
	<p>Apa sih mitos yang ada di sekitarmu tentang menstruasi gitu? Kaya cewe mens tu gaboleh ngapain?</p>		<p>WWCR.S2.9 Perempuan menstruasi dilarang potong kuku</p>	<p>Dilarang potong kuku</p>
			<p>WWCR.S2.10 Perempuan menstruasi dilarang keramas</p>	<p>Dilarang keramas</p>
			<p>WWCR.S2.11 Perempuan Menstruasi dilarang potong rambut</p>	<p>Dilarang Potong Rambut</p>

<p>Ga boleh potong kuku, ga boleh keramas, ga boleh potong rambut juga. Terus kalau rambutnya rontok harus dikumpulin.</p> <p>Selain itu? Misalnya cewe menstruasi ga boleh masuk mana?</p> <p>Ga boleh masuk ke kuburan.</p> <p>Terus yg sekitaran agama gitu, Wanita menstruasi ga boleh apa?</p>	<p>WWCR.S2.12 Perempuan menstruasi harus mengumpulkan rambutnya yang rontok</p>	<p>Mengumpulkan rambut rontok</p>
	<p>WWCR.S2.13 Perempuan menstruasi dilarang masuk kuburan</p>	<p>Dilarang masuk kuburan</p>
	<p>WWCR.S2.14 Perempuan menstruasi dilarang sholat</p>	<p>Dilarang Sholat</p>
	<p>WWCR.S2.15 Perempuan menstruasi dilarang memegang dan membaca al-quran</p>	<p>Dilarang memegang dan membaca Al Quran</p>
	<p>WWCR.S2.16 Perempuan menstruasi harus mencuci pembalut, kalau tidak, nanti dimakan setan</p>	<p>Cuci Pembalut</p>

	<p>Ga boleh sholat, ga boleh baca dan pegang al Quran, terus pembalut yg ga dicuci tu dimakan sama mahluk ghaib.</p>			
	<p>Gimana sih pandanganmu tentang mitos-mitos tersebut? Maksudku, kamu percaya ga?</p>		<p>WWCR.S2.17 Subjek percaya mitos pembalut yang harus dicuci, dan masuk kuburan</p>	<p>Percaya</p>
	<p>Kalau mitos yang harus dicuci tu aku percaya, masuk kuburan percaya. Kalau potong kuku, keramas, itu aku ga percaya sih, masih tetep aku lakuin.</p>		<p>WWCR.S2.18 Subjek tidak percaya mitos potong kuku, keramas. Tapi masih tetap dilakukan</p>	<p>Masih dilakukan</p>

	<p>Gimana sih menurutmu tentang pandangan bahwa Wanita yang sudah menstruasi itu adalah Wanita yang sesungguhnya?</p> <p>Aku ga pernah kepikiran kaya gitu sih. Tapi kayanya iya. Soalnya, aku mens pertama kali juga kaya seneng gitu.</p> <p>Jadi Wanita yang sudah menstruasi dianggap memiliki banyak tanggung jawab yang diemban, gitu menurutmu gimana?</p>		<p>WWCR.S2.19 Subjek tidak pernah terpikir bahwa menstruasi membuat wanita menjadi wanita sesungguhnya</p>	<p>Tidak pernah terpikir</p>
			<p>WWCR.S2.20 Subjek merasa bahwa wanita menstruasi sudah baligh, jadi harus bertanggung jawab</p>	<p>Sudah baligh</p>

	<p>Mmm iya sih kalau dari agama. Iya ga sih?</p> <p>Kaya udah baligh gitu, jadi harus tanggung jawabnya.</p>			
	<p>Nah kamu kan bilang, kamu percaya beberapa mitos, yang kuburan tuh boleh cerita ga kenapa kamu percaya banget?</p> <p>Soalnya kaya emang setan tu suka yg amis amis, suka darah darah gitu ga sih? Katanya sih gitu. Kaya banyak orang yg bilang, makanya aku percaya. Tapi kalau dipikir-pikir, iya juga sih itu.</p> <p>Yang darah mens dijilatin mahluk halus itu kamu juga percaya gara gara itu?</p>		<p>WWCR.S2.21 Subjek percaya setan suka yang amis, dan darah, sehingga subjek percaya perempuan menstruasi dilarang masuk kuburan</p>	<p>Setan suka amis</p>
			<p>WWCR.S2.22 Subjek percaya mitos darah menstruasi karena banyak yang bercerita dan bilang tentang hal tersebut</p>	<p>Banyak yang bilang</p>

	<p>Ya, percaya karena banyak yg bilang. Banyak yg cerita.</p> <p>Kamu pas mens tu softex selalu dicuci ya, bunda yang ngajarin?</p> <p>Iya</p>			
	<p>Melati, aku mulai tanya tanya ya, Kan kemaren pas kita ngobrol masalah mitos menstruasi, kamu bilang perempuan menstruasi gaboleh keramas, itu kenapa? Menurut Melati sendiri, kenapa pas menstruasi dilarang potong kuku juga?</p>		<p>WWCR.S2.23 subjek mempercayai larangan keramas dan potong kuku dari kata orang- orang</p>	<p>Kata orang</p>
			<p>WWCR.S2.24 guru sd subjek pernah menceritakan asal usul mitos dilarang keramas dan potong kuku</p>	<p>Guru Sd</p>

	<p>eh ini kalo aku jawabnya gatau gimana, soalnya kata orang orang aja gitu</p> <p>Ya engga papaaa. Tapi serius engga tau itu asalnya dari siapa?</p> <p>iya gatau, kata orang orang aja, mungkin pertama kali tau dari guruku sd ya pernah diceritain gitu. Agak lupa soalnya.</p> <p>Diceritain Gimana?</p> <p>tapi aku pernah baca soal keramas di fb tapi lupa. Itu mitosnya guruku bilangnya kalo mens</p>		<p>WWCR.S2.25 subjek pernah membaca mitos soal keramas dari facebook</p>	<p>Facebook</p>
			<p>WWCR.S2.26 subjek mendapatkan informasi perempuan menstruasi dilarang keramas karena pori-pori kepala terbuka</p>	<p>Pori kepala terbuka</p>

	<p>gaboleh potong kuku sm keramas. Terus bilang lagi, padahal kalo mens harus jaga kebersihan gt jadi guruku tetep potong kuku si. Apa ya seingetku aja.</p> <p>Yg keramas itu gaboleh soalnya waktu mens pori pori kepala kebuka. Lupa bgt takut salah</p>			
	<p>It's okaay. Terus kamu bilang juga, orang mens gaboleh beribadah, masuk masjid, sentuh Quran juga gaboleh. Itu asalnya dari mana? Diceritain siapa?</p> <p>lupa juga ya tapi keknya kaya dari guru ngaji, guru agama gt gt. Ini aku jawabnya ga baku bahasanya gpp kah</p>		<p>WWCR.S2.27 subjek mendapatkan pengetahuan kalau perempuan menstruasi dilarang beribadah dari guru ngaji</p>	<p>Guru Ngaji</p>

	<p>Sebenarnya, setelah kamu dapat larangan menstruasi kaya gaboleh potong kuku, keramas, sama gaboleh beribadah, kamu langsung percaya ga? Apa tanggapanmu tentang larangan larangan tersebut</p> <p>engga. Eh percaya sih awalnya. Tp kata bundaku gpp keramas aj potong kuku aj. Penasaran sih kenapa dilarang, kaya nyusahin kataku</p> <p>Kenapa awalnya percaya?</p> <p>pas awal dibilangin aku belom mens belom tau apa apa jadi percaya aja gitu.</p>		<p>WWCR.S2.28 subjek awalnya percaya larangan menstruasi</p>	<p>Awalnya percaya</p>
			<p>WWCR.S2.29 bunda subjek memperbolehkan subjek keramas dan potong kuku saat menstruasi</p>	<p>bunda boleh</p>
			<p>WWCR.S2.30 subjek menganggap larangan keramas dan potong kuku menyusahkan</p>	<p>Menyusahkan</p>
			<p>WWCR.S2.31 subjek merasa belum tahu apa apa jadi percaya mitos menstruasi</p>	<p>Belum tahu apa apa</p>

	<p>Tapi setelah bunda bilang gapapa, kamu jadi ikutan ga percaya?</p> <p>Iya</p>			
	<p>Ok. Di lingkunganmu, ada ga sih tradisi yang berkaitan dengan menstruasi?</p> <p>gak ada sih. Tradisi misal kaya apa?</p> <p>Ya selamatan mungkin, atau upacara apa begitu?</p>		<p>WWCR.S2.32 Subjek ketika pertama kali menstruasi diselamati</p>	<p>Selamatan</p>
			<p>WWCR.S2.33 Subjek dibuatkan jenang abang sebagai bentuk selamatan. Jenang abang diantar ke tetangga terdekat</p>	<p>Jenang abang</p>

	<p>gaada. Oh. Kalo pas awal. Aku disalemitin.</p> <p>Pas pertama kali mens. Tp kayanya bundaku aj</p> <p>Diselametinya gimana tuh? Boleh cerita ga?</p> <p>dibikin jenang abang</p> <p>Hmmm jadi craving for jenang abang.</p> <p>Harapanya apa tuh setelah dibikin jenang abang?</p> <p>gatau wkwkwk. Serius aku cm nganter aj</p> <p>Ke tetangga kah? Ap ke kerabat saja?</p>		<p>WWCR.S2.34 tetangga</p> <p>mempertanyakan mengapa</p> <p>subjek tiba-tiba mengantar jenang abang</p>	<p>Tanya tetangga</p>
--	---	--	---	-----------------------

	<p>iya tetangga aja.</p> <p>Terus pas nganter itu jenang abang, masih inget ga kamu dapat reaksi apa? Dari tetangga</p> <p>ada apa ini mbak dhisa. Gitu aja. Aku jawabnya slametan. Tapi ada yang tau si satu. Katanya, oh mens ya gt. Aku jwb iya hehe</p>			
	<p>Kamu nyaman ga mendiskusikan menstruasi dengan teman sebayamu?</p> <p>Kalau cewe sih iya.</p>		<p>WWCR.S2.35 Subjek merasa biasa mendiskusikan masalah menstruasi dengan teman sebaya perempuan</p>	<p>Biasa</p>

	<p>Di tempat umum?</p> <p>Iya sih, kaya udah biasa gitu kan</p>			
	<p>Gimana sih tanggapan lingkungan sekitarmu tentang Wanita yang menstruasi? Biasanya Wanita yang menstruasi kan suka naik turun mood nya atau kalau lagi sakit banget sampai pingsan, atau ga bisa kerja, atau bed rest, menurutmu gimana?</p>		<p>WWCR.S2.36</p> <p>Lingkungan sekitar yang perempuan memahami ketika teman sebayanya mengalami menstruasi</p>	<p>Paham</p>
			<p>WWCR.S2.37 Laki-laki</p> <p>menganggap pengalaman nyeri menstruasi adalah “lebay”</p>	<p>Lebay</p>

	<p>Kalau yg cewe-cewe pasti ngerti. Kalau yang cowo-cowo tuh, pasti bilang kalau lagi sakit tuh ‘lebay’.</p> <p>Kalau misalnya kamu sakit pas menstruasi, gampang ga dapat izin buat ga masuk sekolah?</p> <p>Aku sering sakit banget pas menstruasi, tapi ga pernah sih sampe kaya gitu (minta izin ga masuk)</p> <p>Di lingkungan rumahmu, kan pasti kamu kebagian tugas rumah tangga. Ketika kamu merasakan sakit saat menstruasi, bundamu memaklumi kah Ketika kamu meninggalkan tugas rumah tangga?</p>		<p>WWCR.S2.38 subjek sering merasakan sakit ketika menstruasi, namun tidak pernah meminta izin tidak masuk</p>	<p>Tidak pernah ijin</p>
			<p>WWCR.S2.39 bunda subjek menganggap pengalaman kesakitan menstruasi adalah sesuatu yang biasa</p>	<p>Kesakitan menstruasi biasa</p>

	<p>Engga sih, ya tetep harus ngelakuin tugas.</p> <p>Beliau bilang, kalau sakit sih semua sakit.</p> <p>Padahal menurutku (pewawancara) kalau lagi sakit saat menstruasi gitu ya gapapa ada keringanan sedikit gitu</p> <p>Setuju setuju</p> <p>Apa ya, dia kan ga bisa diprediksi gitu lho, jadi yaa</p> <p>Bener, bener. Sakit seluruh badan gitu.</p>			
--	--	--	--	--

	<p>Lingkungan sekitarmu membantu memahami menstruasi?</p> <p>Iya sih.</p> <p>Maksudku, kamu dapat pengetahuan menstruasi dari sekolah, atau pas lagi ngobrol iseng sama temen, tiba-tiba ngobrol menstruasi, gitu.</p> <p>Dari bunda.</p> <p>Jadi gitu, bunda kasih pengetahuan menstruasi dari kamu SD gitu?</p> <p>Iya</p>		<p>WWCR.S2.40 lingkungan sekitar subjek membantunya memahami menstruasi</p>	<p>Lingkungan bantu paham</p>
			<p>WWCR.S2.41 subjek mendapatkan pengetahuan menstruasi dari bunda subjek.</p>	<p>Bunda</p>

	<p>Dari mana kamu tahu kalau menstruasi proses alamiah, Wanita itu biasa kalau menstruasi?</p> <p>Kayaknya yang ngerti banget waktu SD sih.</p> <p>Ada dijelasin gitu.</p> <p>Ketika gurumu menjelaskan proses menstruasi gitu, temen-temenmu yang cowo gimana responya?</p> <p>Suruh keluar.</p>		<p>WWCR.S2.42 subjek mendapatkan penjelasan bahwa menstruasi merupakan proses ilmiah ketika duduk di bangku sekolah dasar</p>	<p>Waktu SD</p>
			<p>WWCR.S2.43 pengetahuan terhadap reproduksi diajarkan secara terbatas, sehingga lelaki diminta keluar ketika membahas menstruasi</p>	<p>Lelaki keluar</p>

	<p>Jadi hanya Wanita yang di kelas? Terus Ketika membahas penis dan skortum nanti baru masuk lagi?</p> <p>Iya, yg cowo masuk, yang cewe keluar</p>			
	<p>Kamu tadi bilang bundamu ga kasih keringanan melakukan pekerjaan rumah Ketika menstruasi, karena anggapan bundamu bilang, semuanya sakit, sama. Setuju atau kontra sama statemen itu?</p> <p>Tidak setuju.</p> <p>Karena?</p>		<p>WWCR.S2.44 subjek tidak setuju dengan anggapan bunda subjek, karena ia merasa menstruasinya sangat sakit</p>	<p>Tidak setuju</p>
			<p>WWCR.S2.45 subjek akan beristirahat total (bedrest) ketika merasakan kesakitan saat menstruasi ketika di kost</p>	<p>Bedrest ketika kost</p>

	<p>Kalau sakit itu ya sakit banget, kalau aku.</p> <p>Kan ada sih cewe yang ga sakit waktu mens. Kan kaya berdiri aja udah susah gitu.</p> <p>Dan ga ada pemakluman?</p> <p>Iya</p> <p>Kalau kamu rencana tinggal di kost sendiri, kamu bakalan biarin dirimu bedrest gitu, atau lanjut aja?</p> <p>Ya kaya misalnya lagi sakit banget, ya ga.</p>			
			<p>WWCR.S2.46 subjek paling sering membicarakan</p>	<p>Bunda</p>

	<p>Biasanya, siapa sih yang sering kamu ajak diskusi masalah menstruasi itu?</p> <p>Temen, Bunda. Paling sering bunda sih.</p>		<p>masalah menstruasi dengan bundanya</p>	
	<p>Kamu nyaman ga membicarakan menstruasi di depan umum?</p> <p>Pernah ga ya? Kayanya nyaman-nyaman aja.</p> <p>Nyebutnya MENSTRUASI, bukan haid, atau halangan gitu?</p> <p>Eh, ga pernah sih, paling mens. Tapi ya nyaman aja, cuman engga pernah</p>		<p>WWCR.S2.47 subjek membicarakan masalah menstruasi dengan teman</p>	<p>Teman</p>
			<p>WWCR.S2.48 subjek merasa nyaman ketika membicarakan menstruasi di depan umum</p>	<p>Nyaman</p>
			<p>WWCR.S2.49 subjek nyaman menyebut menstruasi, namun tidak pernah</p>	<p>Tidak pernah</p>

	<p>Kamu kan bilang, kalau pas menstruasi pertama merasa “wow”, nah, kenapa tuh? Terus, rasa “wow” itu bertahan sampai kapan?</p> <p>Sampe mens pertama udah sih, soalnya kan kalo mens udh baligh tuh katanya, jadi merasa wow dh gede saya</p> <p>Hmmm, berarti wow karena merasa udah dewasa?</p> <p>Iya</p>	WWCR.S2	<p>WWCR.S2.50 subjek merasa senang ketika mengalami menstruasi pertama sampai mens pertama saja</p>	Mens pertama
	<p>Terus, apa yang dirasakan setelah mens kedua dan seterusnya?</p> <p>Ga ingat pasti, kayanya udah mulai biasa</p>		<p>WWCR.S2.51 subjek merasa senang ketika menstruasi karena merasa sudah dewasa</p>	Sudah dewasa
	<p>Hoo oke. Tapi apa tidak ada masalah setelah memakai pembalut kah?</p> <p>Lupa ya, tapi keknya awal-awal ga nyaman</p>		<p>WWCR.S2.52 subjek merasa biasa saja ketika mengalami menstruasi selanjutnya</p>	Sudah biasa
		<p>WWCR.S2.53 subjek merasa tidak nyaman ketika pertama kali memakai pembalut</p>	Tidak nyaman	

	<p>Karena?</p> <p>Kan belum terbiasa tuh</p> <p>Belom terbiasanya karena apa?</p> <p>Kan aneh rasanya pembalut tuh, kek ada yang ganjel</p> <p>Terus, ga ganjelnnya mulai kapan?</p> <p>Hmm, mulai kedua kalinya kali ya, aku lupa banget.</p>		WWCR.S2.54 rasa tidak nyaman muncul karena belum terbiasa	Belum terbiasa
			WWCR.S2.55 subjek merasa sensasi yang aneh ketika memakai pembalut, karena mengganjal	Mengganjal
			WWCR.S2.56 subjek terbiasa memakai pembalut setelah menstruasi kedua	Menstruasi kedua

Lampiran 8: Pengelompokan Data Subjek Edelweiss

No	Transkrip Dokumen	Kode	Pemadatan Data	Kata Kunci
	<p>Boleh cerita ga, bagaimana pengalaman menstruasi pertamamu?</p> <p>Lucu sih, soalnya aku ga terlalu ingat ya. Aku SD kelas 6 mau lulus terus kaya bingung gitu, ini apa, darah? Terus langsung ke kamar mandi, terus heboh kan orang serumah. Orang serumah cewe semua, aku, ibuku, adekku, nenekku cewe semua. Itu heboh dah.</p> <p>Jadi orangtuamu ga expect kamu bakal menstruasi kelas 6 gitu ya?</p>	WWCR.S3	WWCR.S3.1 Subjek mendapatkan menstruasi pertama kali pas kelas 6 SD	6 SD
			WWCR.S3.2 Subjek merasa ada darah, dan pergi ke kamar mandi untuk melakukan pengecekan	Darah
			WWCR.S3.3 Keluarga subjek heboh ketika subjek menstruasi, tidak menyangka jika subjek bisa mengalami menstruasi	Heboh
			WWCR.S3.4 Subjek merasa bahwa menstruasi itu adalah sesuatu yang menjijikkan	Jijik

	<p>Kurang tahu sih kayanya iya. Kalau gitu mungkin iya. Background ku dulu sebagai satu-satunya anak di sekolahku yang pakai celana. Di sekolahku itu sekolah islam, dan harus pake rok. Aku satu-satunya yang pake celana. Dan aku benar-benar menolak (pakai) rok gitu jijik, menstruasi itu jijik, aku pas pertumbuhan payudara gitu aku panik, ini kok bisa sih kaya gini. Pas itu, orang serumah heboh, hebohnya tuh bukan “heii congratss”, tapi lebih ke “heemmm konn”. Kalau sekarang ketawa sih, kalau dulu paniknya naudzubillah. Gitu sih, lucu tapi.</p>		<p>WWCR.S3.5 Subjek merasa tomboy, sehingga dia tidak mau menerima menstruasi</p>	<p>Tidak terima menstruasi</p>
--	--	--	---	---

	<p>Jadi kamu malu karena kamu dulu menganggap menstruasi itu sebagai hal yang menjijikkan?</p> <p>Iya, aku dulu punya pick me mentality, menganggap bahwa aku tomboy, aku tuh keren, aku lebih dari yang lain. Dulu Ketika ada temen perempuanku yang mengalami perubahan fisik seperti itu, aku juga downgrade dia. “apa sih ih, jijik banget.”</p> <p>Ya masih anak SD sih, tapi tetep salah. Nah, Ketika mengalami sendiri jadinya yaampun ga mau.</p>			
--	---	--	--	--

	<p>Jadi kan kamu kan kemaren bilang, kalau misalnya kamu tuh mengasosiasikan diri sebagai seorang yang tomboy. Nah, dari pandanganmu, tomboy itu gimana sih, Apa sih?</p> <p>Okay, artinya dedinisiku soal tomboy ya?</p> <p>Ya, menurutmu tomboy itu apa?</p>		<p>WWCR.S3.6 Subjek</p> <p>merasa dirinya adalah seorang yang tomboy, seorang yang lebih memilih gaya lelaki dan aktifitas yang identik dengan lelaki</p>	<p>Tomboy</p>
--	--	--	---	---------------

	<p>Ini kan aku dulu ya, aku ketika awal mens.</p> <p>Tomboy itu jadi kayak lebih prefer style yang secara masyarakat, secara sosial masyarakat tuh merupakan stylenya cowok dan hal-hal yang seharusnya dikonsumsi oleh laki-laki dari pada perempuan. I prefer yang paling basic, I prefer trousers</p>		<p>WWCR.S3.7 Subjek</p> <p>merasa, menstruasi menyebabkan ia menjadi drama, yang mengurangi kemaskulinan dirinya. Makanya subjek membenci menstruasi</p>	<p>Drama</p>
--	---	--	--	--------------

	<p>than skirts. Aku lebih milih pake celana daripada rok, sefanatik itu aku, sebenci, bukan benci, sekurang nyaman, serisih itu sama rok sampai aku ga mau seragam sekolahku itu rok. Jadi aku satu-satunya di angkatan yang pake seragam celana, cewe padahal. Dan sekolah alhamdulillah ketika aku SD membolehkan itu. Karena kadang kalau ga gini (pakai celana) ga mau sekolah. Terus selain itu, aku juga daripada knitting (menyulam/merajut), dulu kan SD ku tuh ada kaya menjahit, ada kaya perilaku, ih kaya eh bukan keputrian, kaya ketika apa, ada kayak what is it tho? Ada kayak emang ada aktifitas-aktifitas khusus. Aku gatau nyebutnya apa, kaya ekskul tapi bukan ekskul, yang emang diberikan kepada siswanya. Itu pas</p>		<p>WWCR.S3.8 Subjek merasa kecewa ketika menstruasi pertama kali, karena merasa hidupnya akan dipenuhi drama, sesuatu yang ia benci.</p>	<p>Kecewa</p>
--	--	--	---	---------------

	<p>itu daripada aku ikut yang menjahit, atau aku ikut yang belajar buat kaya sejenis itu, kaya buat boneka atau gimana tu, aku lebih prefer buat main bola sama anak-anak cowo, terus main, kamu tau ga sih upin ipin yang main (memperagakan permainan adu stick di kartun upin ipin). Emang anak cowo kan ada kegiatan (juga) tapi mereka engga mau mengikuti kegiatan itu, akhirnya mereka main. Jadi aku apaan sih mereka aja main, kok aku engga. Karena itu sih. Dan banyak juga gitu yang klaim “[nama subjek 3] kamu tuh cewe kenapa kok tomboy? Dan aku memang dari dulu, lebih mengasosiasikan diriku sebagai anak yang mudah berteman dengan sesuatu yang kelaki-lakian, bukan cowok, secara general, gender gitu bukan. Secara hal</p>			
--	--	--	--	--

	<p>kelaki-lakian kek Sports mention that, sport atau, I will hate drama dulu. Aku benci banget drama, dan aku dulu mengasosiasikan drama tuh perempuan. Dan itu kaya “no”. Karena aku tomboy, suka kelaki-lakian dan aku benci drama. Dan karena itu, ketika aku mens. Kan aku juga diajarin kan, dulu kita juga diajari menstruasi dan segala macem dan dijelasin dulu, kalau menstruasi tuh cewe tuh moodnya bukan mood ya dulu nyebutnya, kaya kalian tuh nanti gampang marah. Kalian tuh nanti gini, kalian tuh nanti bakal tiba-tiba jerit, bakal tiba-tiba gini gitu. Aku dijelasin seperti itu oleh guruku dan aku menolak gitu. Karena itu semua kan kaya yang memicu drama, konflik, itu aku benci banget, jadi kaya, apa sih guys, mending aku stay</p>			
--	--	--	--	--

	<p>sebagai tomboy. Makanya aku agak kecewa dulu ketika pertama, perasaan yang pertama muncul ketika aku haid, aku kecewa. “Kok haid sih, habis ini aku drama dong?” Paham maksudku? Asosiasinya paham kan? Jalan berfikirnya emang agak gini (melenggokkan tangan) ya tapi emang gitu. Yang terjadi dulu seperti itu.</p>			
	<p>Siapa yang kamu beritahu Ketika kamu mengalami menstruasi pertama?</p>		<p>WWCR.S3.9 subjek tidak memberitahu siapa-siapa ketika menstruasi karena merasa malu</p>	<p>Malu</p>

	<p>Ga ada. Serius ga ada. Karena aku ga tau apa apa. Ya gara-gara malu itu. Yaudah, anjir mens anjir, gimana nih, dan itu aku ke kamar mandi habis bangun, terus celanaku tu basah. Saking paniknya tau ga aku ingetnya apa? Di kamar mandi tu aku megang celana, terus ibuku sama nenekku di depan kamar mandi. Aku malu, panik. [merengek]. Aku malu, tapi ga ngomong apa-apa. Soalnya habis itu tiba-tiba dikatain, “hey [nama subjek] mens, ayo kita bikin selamatan”. Dan sialnya diumumin sekampung.</p> <p>Kamu emang latar belakang di kampungmu gitu, kalau ada orang mens pertama kali, harus ada selamatan atau gimana?</p>		<p>WWCR.S3.10 subjek mengidentifikasi bahwa ia menstruasi dengan merasa bahwa selangkanganya basah</p>	Basah
			<p>WWCR.S3.11 Tradisi di lingkungan subjek ketika menstruasi yaitu dengan mengumumkan ke orang sekitar, dan memberi makanan ke teman-teman</p>	Mengumumkan ke orang sekitar
			<p>WWCR.S3.12 Subjek ditertawakan oleh teman-teman SD nya karena ketahuan menstruasi.</p>	Ditertawakan

	<p>Nah sebenarnya ga harus sih. Cuma ada beberapa adat yang masih dijalani. Itu ada dulu temenku satu haid, besoknya datang ke sekolah bawa jajan. Dikasih deh kita satu kelas, ya seneng dong kita. Sejauh itu sih yang kuingat. Untungnya, kabar itu [subjek mens pertama] ga disebarin ke sekolah, karena orang tuaku mau Kerjasama sama aku. Biasanya disebarin di sekolah tuh, orangtuanya bilang “pak bu, anak saya gini [menstruasi] jadi anu ya”. Aku benar-benar malu. Pas dulu, aku kan sekolah islam ya jadi aku sampai jam 2, belum ekskulnya. Kan jadi ada shalat dhuhur tuh. Terus gurunya bilang, yang haid duduk di sebelah ya?? Jadi di sebelah musholla ada</p>			
--	---	--	--	--

	<p>kursi Panjang gitu, terus kita duduk di situ, kaya... ngapain gitu. Aku tiap liat mereka berharap, moga ga duduk di sana. Eh, ternyata malah duduk, sumpah, aku diketawain sama teman-temanku. Ketahuanya gegara itu [duduk di kursi Panjang], anak SD, masih ga pikir Panjang, jadi duduk aja [di sana], eh diketawain satu Angkatan. Gitu sih.</p>			
	<p>Apa sih mitos yang ada di sekitarmu Ketika menstruasi? Kamu kan tadi nyinggung satu mitos yang adat diumumin gitu, mungkin ada mitos-mitos lain?</p>		<p>WWCR.S3.13 Tradisi di daerah subjek memandang menstruasi adalah proses menuju wanita sesungguhnya</p>	<p>wanita sesungguhnya</p>
			<p>WWCR.S3.14 Subjek dilarang potong kuku ketika menstruasi</p>	<p>Dilarang potong kuku</p>

<p>Lebih ke perayaan. Bagaimana haid sebagai Wanita sesungguhnya. Kedua, kamu tahu ga mitos-mitos haid ga boleh potong kuku dan sebagainya? Itu benar-benar ditanamkan sama temen-temenku “[nama subjek] kamu ga boleh potong kuku atau potong rambut, kalau rontok, nanti dikumpulin ya. Nanti kalau ga, mereka datang, terus kamu ditanyain kenapa ga ngelakuin.” Anjir, anak SD dikasih tahu nasi ga diabisin ditanyain di kuburan mau nangis aku, soalnya punya habit ditakut-takuti kuburan. Ga boleh masuk masjid, bener-bener ga boleh masuk masjid. Masuk gerbangnya aja ga boleh. Sama ga boleh masuk kuburan. Satu lagi, ga boleh shampoan bener bener “[nama subjek] ga boleh</p>	<p>WWCR.S3.15 Subjek ditanamkan benar-benar larangan tersebut</p>	<p>Benar-benar</p>
	<p>WWCR.S3.16 Subjek dilarang potong rambut ketika menstruasi</p>	<p>Dilarang potong rambut</p>
	<p>WWCR.S3.17 Subjek diminta mengumpulkan rambut yang rontok ketika menstruasi</p>	<p>Rambut rontok</p>
	<p>WWCR.S3.18 subjek melakukan larangan tersebut karena takut akan konsekuensi jika tidak melakukannya</p>	<p>Takut</p>
	<p>WWCR.S3.19 Subjek dilarang masuk masjid, meskipun gerbangnya saja ketika menstruasi</p>	<p>Dilarang masuk masjid</p>
	<p>WWCR.S3.20 Subjek dilarang masuk kuburan ketika menstruasi</p>	<p>Dilarang masuk kuburan</p>

	<p>sampoan ya?” aku balas tanya “kenapa ga boleh shampoan?” kalau shampoan haidnya berhenti. Ya gimana, kamu mau gatelan itu rambut, yaudah. Ada lagi sih, Cuma itu aja yang aku ingat. Namanya banyuwangi, banyak begituan mah.</p>		<p>WWCR.S3.21 dilarang keramas menstruasi</p>	<p>Subjek ketika</p>	<p>Dilarang keramas</p>
	<p>Gimana sih pandanganmu tentang mitos-mitos tersebut?</p> <p>Aku yakin para orang tua sesepuh dulu bikin itu karena satu dua hal yang penyebabnya menarik. Misalnya, kenapa anak perempuan ga boleh potong rambut atau potong kuku, mungkin Ketika anak itu haid kan hormonnya naik tuh, kan jadinya mereka mau</p>		<p>WWCR.S3.22 menstruasi dibuat penyebabnya menarik</p>	<p>Mitos karena</p>	<p>Penyebab menarik</p>
			<p>WWCR.S3.23 potong rambut dikhawatirkan mereka potong rambut</p>	<p>Dilarang karena</p>	<p>Menyesal</p>
			<p>WWCR.S3.24 kuburan muncul karena mistis yang berkaitan budaya masih kuat dianut</p>	<p>Mitos</p>	<p>Kuburan</p>

<p>mempercantik diri, terus akhirnya mereka potong kuku atau potong rambut, terus akhirnya mereka menyesali. Makanya dibuat mitos itu. Kalau yang kuburan, karena daerah sini memang kuat hal hal seperti itu. Kamu ga boleh keluar habis maghrib, itu bener-bener ga boleh. Di beberapa tempat malah parah, jadi bener bener ga boleh. Kalau kamu mau keluar, setelah maghrib saja, kalau ga ditemelin, kalau dah ditemelin nanti mati. Bahkan, di sini tu orang haid bener-bener kaya ada orang meninggal aja ga boleh damplingin, takutnya ada yang ngintil gitu. Satu lagi, kalau kamu habis mens, sanitary pad nya harus dicuci sampai benar-benar bersih. Itu gimana jadinya sampai putih Kembali seperti semula. Ku cuci</p>		WWCR.S3.25 Subjek	Dilarang
		dilarang mengurus orang meninggal ketika menstruasi, karena ditakutkan ada yang mengikuti ketika pulang	mengurus jenazah
		WWCR.S3.26 Pembalut	Cuci Pembalut
		harus dicuci bersih	
		WWCR.S3.27 Mitos	Pesugihan
		pembalut muncul karena dikhawatirkan darah menstruasi dipakai pesugihan atau santet	
		WWCR.S3.28 larangan	Marag
		menstruasi sangat dihindari untuk dipertanyakan, karena akan memicu amarah para sesepuh.	

	<p>sih, Cuma ga sampe putih banget, karena ga tau caranya. Kalau ga, nanti orang yang menemukan pembalut itu [yang berdarah-darah] darahmu dijadikan pesugihan atau santet. Serius. Kan di sini masih kuat banget dukunya. Kok bisa ada itu? Ya udah dari dulu. Kalau dipertanyakan malah dimarahin.</p>			
	<p>Gimana sih pandanganmu tentang anggapan bahwa Wanita yang sudah menstruasi itu adalah Wanita yang sesungguhnya?</p> <p>I am respecting everyone view, tapi dalam pendapatku, well, semangat, karena ada perempuan yang tidak haid seumur hidupnya. Apakah perempuan tersebut tidak bisa menjadi Wanita</p>		<p>WWCR.S3.29 subjek merasa, menstruasi bukan parameter wanita sesungguhnya, karena ada wanita yang tidak menstruasi. Subjek merasa, perempuan akan tetap diakui sebagai perempuan, terlepas ia sudah menstruasi atau belum</p>	<p>Bukan parameter wanita</p>

	<p>sesungguhnya? Ada juga orang-orang yang transeksual begitu, apakah kemudian society bilang “oh kamu sudah haid, maka kamu dianggap sebagai perempuan yang mutlak.” Transgender tetap dianggap transgender gitu. [dianggap rendah] Aku percaya orang yang layak disebut Wanita akan disebut Wanita pada saatnya terlepas apa dia sudah haid atau belum.</p>			
	<p>Apakah kamu nyaman mendiskusikan menstruasi dengan teman sebayamu?</p> <p>Teman sebaya sih ga masalah, kaya kamu sama aku, atau teman-teman seumuran ga masalah. Di</p>		<p>WWCR.S3.30 subjek merasa nyaman membicarakan menstruasi dengan teman sebaya</p>	<p>Nyaman</p>
			<p>WWCR.S3.31 Subjek mendapatkan penjelasan tentang menstruasi semenjak SD secara gamblang</p>	<p>SD</p>

	<p>SD ku dijelaskan banget. Di Fiqh ada kaya gini-gini, jadi kamu kaya gini. Gapapa aku kalau kaya gitu. Aku kapan hari hampir dampingin temenku yang ga haid setahun. Aku aga bingung Ketika ngomongin itu sama orang yang seumuran orang tuaku, karena laki-laki.</p> <p>Berarti kalau sama lawan jenis masih rikuh ya?</p> <p>Ngga semuanya sih, kecuali kalau orangnya bisa diajak ngobrol soal ini, kalau dia mau. In his consent.</p>		<p>WWCR.S3.32 subjek</p> <p>merasa risih jika membicarakan menstruasi dengan lawan jenis yang jarak umurnya jauh.</p>	<p>Risih jika berumur</p>
			<p>WWCR.S3.33 subjek</p> <p>tidak mengapa membicarakan menstruasi dengan lawan jenis yang terbuka dan mau membahas topik ini.</p>	<p>Terbuka</p>

	<p>Gimana sih tanggapan lingkunganmu terhadap Wanita menstruasi? Maksudku, beberapa Wanita Ketika menstruasi mengalami perubahan hormone yang membuat mereka menjadi moody. Ada juga yang Ketika mens sakit banget. Gimana sih society threats them? Society around you</p> <p>First time, I am a picky. Kalau kita ga sefrekuensi, aku ga mau temenan sama kamu. Aku anggap society tu circle ku ya. Alhamdulillah orang-orang sekitarku tu positif. Jadi dulu SMA, ada kejadian temenku kelas sebelah haid hari pertama dan dia tu pingsan. Saking sakitnya pingsan. Dan itu yang nolongin teman-teman dari kelasku. Jadi, kelasnya dia</p>		<p>WWCR.S3.34 lingkungan sekitar subjek memperlakukan perempuan menstruasi dengan baik.</p>	Baik
			<p>WWCR.S3.35 teman subjek memberikan perhatian kepada wanita menstruasi lewat tindakan.</p>	Tindakan

	<p>tu ga ada yang gerak. Yang cewe marahin kelas sebelah yang ga responsive, yang cowo pada angkatin. Tapi ada satu orang yang ku kenal, yang ga bisa ku putus relasinya, punya cara yang menarik. Kamu tahu tsundere kan? Passive aggressive. Ketika ada anak moody, dia bilang “oh, kamu gini ya [mens]”, tapi habis itu dibelikan kiranti.</p> <p>Jadi dia memberikan perhatian lewat aksinya, ga bahasa.</p>			
	<p>Menurutmu, sekolahmu dulu, universitas tempatmu belajar, atau kalau kamu kerja itu mudah memberi izin Ketika ada seseorang yang mens nya</p>		<p>WWCR.S3.36 subjek tidak merasakan sakit ketika menstruasi</p>	<p>Tidak sakit</p>
			<p>WWCR.S3.37 subjek merasa mood nya naik turun ketika menstruasi</p>	<p>Mood naik turun</p>

	<p>sakit gitu? Kamu sendiri gimana mensnya, biasa, sakit atau gimana?</p> <p>Aku tu alhamdulillah mens nya ga sakit, Cuma mood ku, waah kaya setan. Naik turun, aku sampe pernah mikir “I need to see psychiatrist” karena aku pernah mengalami manic-depression, ekstrem banget. Aku nangis sampe ga bisa ngomong, sejam kemudian ngakak liat meme. Gila. Kalau SMA ku dulu support. Kalau ada anak perempuan lagi sakit haid, gengnya nolongin ke UKS, terus di UKS dikasih the dikasih susu, minyak, disuruh istirahat sampe benar-benar kuat. Terus, diizinin ke</p>		<p>WWCR.S3.38 SMA subjek sangat membantu jika ada siswanya yang mengalami nyeri menstruasi</p>	<p>SMA membantu</p>
			<p>WWCR.S3.39 Subjek belum menemukan support yang sama ketika kuliah</p>	<p>Belum bertemu</p>

	gurunya. Support kalau SMA ku dulu. Tapi kalau kuliah aku belum pernah sih, belum pernah nemu.			
	<p>Apakah lingkungan sekitarmu membantumu memahami menstruasi?</p> <p>Mengenai hal-hal yang berkaitan dengan menstruasi, atau mitos-mitos.</p> <p>Kalau mitos iya, kaya kamu kan haid, ga boleh gini, kamu mending gini, kurang-kurangnya deh olahraganya, menurut mereka ekstrim, kamu jangan dekat-deket kucing, nanti mandul. Darahmu nanti kecampuran bulu kucing. Aku bener-bener amazed. Apalagi dia bener-bener yakin dan intimidating pas penyampainya. Kalau mitos bolehlah,</p>		<p>WWCR.S3.40 subjek merasa lingkungannya membantu memahami mitos menstruasi, seperti mengatur subjek untuk melakukan dan menghindari aktifitas atau sesuatu ketika menstruasi.</p>	Lingkungan bantu paham mitos
			<p>WWCR.S3.41 meskipun membantu, subjek merasa, lingkungan belum membantu memahami hal-hal esensial tentang menstruasi.</p>	Esensial
			<p>WWCR.S3.42 subjek merasa diskusi tentang menstruasi di lingkungan subjek dilakukan secara terbuka</p>	Diskusi terbuka

	<p>penangananya boleh. Tapi dalam beberapa hal masih belum, kaya keputihan, telat mens. Aku sendiri kan mens ku ga terlalu teratur, jadi ada yang bilang. Ketika ada temenku yang heboh Ketika mensnya telat, respons ku, ya gimana, aku juga telat. Ternyata beberapa hari kemudian kami mens bareng-bareng. Dia mikirnya udah diapa apain sama setan [digrepe-grepe]. Padahal emang telat aja. Kalau ada diskusi emang open.</p>			
	<p>Dari mana sih kamu tahu kalau menstruasi itu proses alamiah?</p>		<p>WWCR.S3.43 subjek mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi adalah proses ilmiah dari buku biologi yang subjek baca.</p>	<p>Proses ilmiah</p>

	<p>Biologi. Aku dulu suka banget baca. Jadi aku bisa memegang satu buku, dan sadar itu Ketika sore, kalau ga dimarahin ga bakal berhenti. Bener-bener bisa stand still. Dari buku-buku, atau pelajaran di sekolah. Aku ga pernah nanya guruku, karena guruku cowo semua. Kayanya kalau nanya tu benar-benar salah gitu. Yaudahlah dengerin aja.</p> <p>Kan semua gurumu cowo tuh, apakah sering ada miskonsepsi tentang menstruasi? Gimana mereka menjelaskan pelajaran biologi tentang kelamin perempuan dan laki-laki?</p>		<p>WWCR.S3.44 Ketika membahas sistem reproduksi, teman-teman subjek merasa rikuh dan heboh</p>	<p>Rikuh dan heboh</p>
			<p>WWCR.S3.45 Perempuan menstruasi dianggap menjadi cantik, subjek risih jika dikatakan cantik.</p>	<p>Risih jadi cantik</p>
			<p>WWCR.S3.46 subjek marah ke guru yang meledek menstruasi subjek, ingatan itu masih disimpan oleh subjek, karena subjek tidak suka menjadi perempuan.</p>	<p>Marah ke guru</p>

	<p>Nah, kebetulan guru-guruku mayoritas cowo, pas pelajaran biologi, aku heran, kenapa kok pada heboh banget bahas kelamin? Anak-anak cowo pada suit suit, yang cewe menunduk. Ada gambar penis di buku. Yang cewe cewe pada minta dilewati, tapi gurunya nolak. Aku masih biasa aja. Samapi kuliah, baru paham. Oh pantes mereka pada panik gitu toh maksudnya. SD SMP SMA ga ngeh sama sekali. Buku [yang bergambar penis] aku majuin ke mukanya, dilempar bukunya. Ada beberapa perilaku seksis yang buatku tersinggung. Yang membuatku berpikir, itu ya salah satu factor kenapa dulu aku benci jadi perempuan. Sama satu lagi, cantik. Perempuan yang haid katanya jadi cantik, dan aku tu dulu ga suka</p>			
--	--	--	--	--

	<p>jadi cantik, aku dikaitin dengan kata cantik, aku rishi. Ibu dan nenekku cantik, ibu putih, awet muda. Nenekku kuning langsung, manis banget, kalau kamu mau lihat sosok kembang desa, itu mereka berdua. Kalau mereka berdua jalan, pasti ada yang naksir. Makanya aku ga suka dikaitin dengan cantik.</p> <p>Makanya Ketika aku haid, aku panik, karena aku ga mau jadi cantik. Dulu tuh aku sering dikatain “ibumu putih, kok kamu hitam sih?” Ibuku tuh tipe tipe yg putih, kena panas jadi merah, terus pink, lalu putih lagi. Genya seperti itu. Nenekku gitu juga, kuning, kecoklatan, balik kuning lagi. Sedangkan aku sawo matang. Jadi, Ketika aku haid, aku panik, karena aku gamau jadi cantik. Ada pula guruku yang meledek</p>			
--	--	--	--	--

	<p>“eh kamu haid ya, jadi perempuan ya” aku marah saat itu, mau mukul, tapi kok guru. Aku inget siapa orangnya, di mana ngomongnya, gimana wajahnya. Gitu sih</p>			
	<p>Biasanya, siapa yang sering kamu ajak diskusi tentang menstruasimu?</p> <p>Sebenarnya, topik ini aja udah off limit bagi Sebagian orang, karena privacy. Jadi belum ada sih yang nyentuh topik ini, terlepas dari perempuan atau laki-laki, dari keluargaku sendiri belum ada yang nyentuh topik ini. Tapi kalau diajak ngobrol, im okay. Namanya juga berpendapat, berbeda sedikit juga ga masalah. Cuma, kalau aku cari-cari masalah</p>		<p>WWCR.S3.47 subjek merasa topik menstruasi sudah off limit, sehingga keluarganya juga belum tertarik membahas topik ini</p> <p>WWCR.S3.48 subjek mengiyakan jika diajak berdiskusi masalah menstruasi</p> <p>WWCR.S3.49 subjek mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi dari buku atau jurnal berlisensi</p>	<p>Off limit</p> <p>Mengiyakan</p> <p>Buku dan jurnal</p>

	<p>menstruasi dari buku-buku atau jurnal yang sudah terlisensi lah, bukan blog-blog ga jelas. Kebiasaan dari baca buku, kalau ga logis, tidak diterima sama otak.</p>			
	<p>Apakah kamu nyaman membicarakan topik menstruasi di depan umum? Maksudku pas kamu ngobrol random di kafe gitu, atau mincing diskusi di depan kelas?</p> <p>Sebenarnya aku dah risih dengan pertanyaan itu, tapi aku belajar membaca situasinya. Aku punya teman, 10 orang cowo semua sama aku sama temenku cewe satu. Aku membayangkan Ketika ngobrol sama mereka di kafe,</p>		<p>WWCR.S3.50 subjek sebenarnya risih dengan pertanyaan menstruasi di depan umum, tapi tetap membaca situasinya.</p>	<p>Risih di depan umum</p>
			<p>WWCR.S3.51 Subjek risih ketika ditanya masalah menstruasi dengan orang asing</p>	<p>Risih ditanya orang asing</p>
			<p>WWCR.S3.52 subjek menganggap, menstruasi bukanlah aib, harusnya perempuan terbuka membicarakannya</p>	<p>Menstruasi bukan aib</p>

	<p>aku yakin bakal diejek sih, aku suudzon duluan, tapi kalau misalkan ngobrol soal edukasi, aku sering ngobrol masalah sex education. Jadi, kalau mereka nanya menstruasi dalam rangka sex education, di kafe atau di manapun, aku fine-fine aja sih. Tapi kalau sama stranger, tiba-tiba ditanyain “mba, menstruasi lancar?” akua gak gimana gitu. Cuma, kalau di depan kelas, kayanya masih off limit. Jadi sekali lagi kalau masalah edukasi, okay lah. Bagiku, menstruasi itu bukan aib, menstruasi itu sama kaya wet dreams buat cowo, jadi ngapain, cowo bisa dengan pedenya ngomong aku mimpi basah semalam, masa cewe ga bisa bilang aku haid?</p>		<p>WWCR.S3.53 subjek terbiasa menyebutkan haid, karena latar belakang subjek yang sering bersinggungan dengan agama</p>	<p>Dekat dengan agama</p>
--	---	--	---	---------------------------

	<p>Aku kebiasaan menyampaikan nama menstruasi menjadi haid karena latar belakangku yang bersinggungan dengan agama, SD sekolah islam, SMP SMA negeri tapi sore madrasah, kampus UIN Malang jadi aku nyebutinya ya haid. Sebenarnya naming apapun ga masalah, artinya sama, Cuma memang seringnya pakai haid.</p>			
	<p>Itu kamu nyampe kapan dan akhirnya kamu bisa menerima kalau kamu tuh apa adanya?</p> <p>Baru-baru ini, jujur. Karena ternyata sahabat-sahabat, orang-orang yang kupikir sahabat, teman-teman ku dari smp, itu mereka salah satu sumber</p>		<p>WWCR.S3.54 subjek merasa baru bisa menerima dirinya sendiri sebagai seorang perempuan semenjak kuliah.</p>	<p>kuliah</p>
			<p>WWCR.S3.55 subjek baru bisa menerima diri sebagai seorang perempuan setelah menyadari bahwa teman-teman</p>	<p>Sumber insecure</p>

	<p>insecure ku. Aku kapan hari dikatain, secara terbuka, bahwa eh kamu dekil banget kamu tuh bukan cewe, masa anak sedekil kamu cewe. Aku digituin. Tapi aku bener-bener kek pas kuliah, bener-bener [menerima diri]. Akhirnya aku bener-bener kaya, well saya teen, saya tau saya teen dan saya tau saya cantik, dan saya tahu saya manis. Dan kalau misalkan orang lain berpendapat beda, itu mungkin sudut pandang dia, bukan sudut pandang saya, sekarang.</p>		<p>dekatnya malah menjadi sumber insecure</p>	
			<p>WWCR.S3.56 subjek tidak peduli pendapat orang lain tentang dirinya, karena subjek sudah membangun pemahaman sendiri tentang dirinya yang berharga</p>	<p>Tidak peduli</p>

Lampiran 9: Pengelompokan Data Subjek Lily

No.	Transkrip Dokumen	Kode	Pemadatan Fakta	Kata Kunci
	<p>Boleh certain ga gimana pengalaman menstruasi pertamamu?</p> <p>Menstruasi pertamaku kelas 6 SD, 2 hari setelah aku ulang tahun ke 12 tahun. Itu tuh ga ngerasa sakit sih, Cuma lebih ke ga nyaman karena ga biasa, ya belum pernah haid, karena belum pernah pake pembalut, jadi ga nyaman. Itu aja sih, ga ngerasa yang lain-lain.</p>	WWCR.S4	WWCR.S4.1 Subjek merasakan menstruasi pertama kali saat kelas 6 SD	Kelas 6 SD
			WWCR.S4.2 subjek tidak merasakan sakit ketika pertama kali menstruasi	Tidak sakit
			WWCR.S4.3 subjek merasa tidak nyaman ketika menstruasi pertama, karena baru pertama pakai pembalut	Pembalut tidak nyaman
			WWCR.S4.4 subjek merasa ada sesuatu yang keluar dari selangkanganya	Selangkangan

	<p>Kamu tahu kamu menstruasi itu dari mana? Maksudku Ketika kamu ga nyaman kaga tau gimana?</p> <p>Aku tuh kayanya pas lagi pengen buang air kecil, oh engga, ku rasa kayanya ada yang keluar gitu, jadi kaya mikir keputihan biasa, kan kadang gitu, pas akum au buang air kecil, udah ada darah haid ternyata kaya gitu</p> <p>Gimana perasaanmu saat menstruasi pertama kali? Cemas, takut atau malah seneng?</p> <p>Biasa aja sih, Cuma kaya seneng. Aku seneng aja gitu.</p>		<p>WWCR.S4.5 subjek merasa senang karena mengalami menstruasi</p>	<p>Senang</p>
--	---	--	---	---------------

	<p>Siapa yang pertama kali kamu beritahu Ketika kamu menstruasi?</p> <p>Kebetulan kan aku lagi di rumah, itu mama sih.</p> <p>Mama yang aku kasih tahu</p> <p>Terus reaksi beliau gimana?</p> <p>Aga lupa ya, tapi kaya suatu yang biasa aja, tapi itu bisa jadi berita gitu di keluarga.</p>		<p>WWCR.S4.6 subjek memberitahu mama subjek ketika pertama menstruasi</p>	<p>mama</p>
	<p>Apa sih mitos yang ada di sekitarmu Ketika kamu menstruasi? Dari agama, suku atau lingkungan.</p>		<p>WWCR.S4.7 reaksi mama subjek biasa saja, tapi dijadikan berita di keluarga</p>	<p>Berita grup keluarga</p>
			<p>WWCR.S4.8 subjek menganggap darah menstruasi harus dicuci bersih.</p>	<p>Cuci bersih</p>

	<p>Kalau di aku sih mungkin yang semua cewe tahu, darah menstruasi tu darah kotor, harus dicuci bersih. Kalau aku ga begitu ngikutin mitos itu, tapi aku membersihkan itu [darah mens] lebih ke kebersihan sih, bukan karena mitosnya. Ga ada dari agama.</p>		<p>WWCR.S4.9 subjek membersihkan darah menstruasi karena menganggap kebersihan</p>	<p>kebersihan</p>
	<p>Gimana sih pandanganmu tentang mitos-mitos itu?</p> <p>Kaya lebih, sebenarnya ada maksud-maksud tertentu ga sih mitos-mitos itu? Kayak darah haid itu darah kotor, emang bener darah haid darah kotor, mungkin bisa dijilat setan kalau liat perspektif lainnya sih buat kebersihan.</p>		<p>WWCR.S4.10 subjek merasa mitos tersebut dibuat karena ada tujuan tertentu</p>	<p>Tujuan tertentu</p>

	<p>Terus gimana tanggapanmu tentang Wanita yang sudah menstruasi adalah Wanita yang sesungguhnya?</p> <p>Ga terlalu nanggap itu serius, haid itu juga pertanda kalau kita sehat sih. Kalau Wanita sesungguhnya berdasarkan haid, aku ga terlalu mikir itu sih. Kalau di suku sendiri, ga terlalu nanggap serius sih.</p> <p>Jadi Wanita yang haid tu ga selalu dianggap Wanita sesungguhnya gitu?</p> <p>Iya</p>		<p>WWCR.S4.11 subjek tidak menganggap serius anggapan bahwa wanita menstruasi adalah wanita sesungguhnya</p>	<p>Tidak anggap serius</p>
			<p>WWCR.S4.12 subjek menganggap menstruasi merupakan pertanda perempuan sehat</p>	<p>Tanda sehat</p>

	<p>Kamu Nyaman ga mendiskusikan menstruasi dengan teman sebayamu?</p> <p>Nyaman-nyaman aja, walaupun bahas itu dengan lawan jenis, Cuma mereka kan suka mengarah ke hal-hal lainnya. Tapi, selama hanya membahas itu, aku nyaman-nyaman aja, dan ga keganggu sih. Aku biasa aja kalau ngomongin menstruasi di tempat umum, kaya semua orang ngalamin gitu, ada masalah?</p>		<p>WWCR.S4.13 subjek merasa nyaman membicarakan menstruasi dengan teman sebaya</p>	<p>nyaman</p>
	<p>Terus gimana pandangan lingkungan sekitarmu tentang Wanita yang sedang menstruasi? Wanita yang menstruasi kan kadang moody, terus sakit sampe ga bisa</p>		<p>WWCR.S4.14 subjek nyaman membicarakan menstruasi dengan lawan jenis, namun mereka suka mengarah ke hal-hal lainnya.</p>	<p>Hal lain</p>
			<p>WWCR.S4.15 subjek merasa PMS terlalu dilebih-lebihkan, harusnya tidak bisa dijadikan alasan</p>	<p>Dilebih-lebihkan</p>

	<p>melakukan pekerjaan yang biasanya dikerjakan, gimana tanggapan lingkungan sekitarmu?</p> <p>Kayanya banyak yang itu sih. IMHO, sekarang banyak cewe yang sama pacarnya gitu menyalahkan PMS. Aku juga PMS tapi menurutku itu ga bisa dijadiin alesan, kan kadang orang ya, aku nih lagi PMS, kamu harus ngertiin, kek menurut aku orang terlalu melebih-lebihkan PMS gitu lho, aku juga PMS, mood ku juga naik turun, tapi itu ga bisa dijadiin alesan sih. Kalau misalkan ada temenku yang sakit pas menstruasi sih aku ngertiin, kalau butuh obat ya aku cariin, kalau ga bisa gerak aku bantuin, aku beliin obat. Kan sakit beda-beda ya, ada yang sakit banget, ada yang ga bisa</p>		<p>WWCR.S4.16 subjek berusaha mengerti jika teman-temanya ada kendala saat menstruasi</p>	<p>Berusaha mengerti</p>
			<p>WWCR.S4.17 subjek hanya merasakan nyeri ketika menstruasi di hari pertama dan kedua.</p>	<p>Nyeri di awal</p>

	<p>ditahan. Biasanya hari pertama sama kedua sakit, aga nyeri gitu, tapi kadang ga ngerasain, jadi kaya ya kadang-kadang aja gitu.</p>			
	<p>Apakah lingkungan sekitarmu memahami menstruasi?</p> <p>Lebih ke keluarga, dari mama dijelasin gitu, atau dari obrolan bareng temen-temen.</p> <p>Sebelum menstruasi, mamamu udah ngasih tahu apa yang harus dilakuin ga Ketika menstruasi?</p> <p>Mungkin ga dijelasin detail kita harus apa, kan kita bisa nalar sendiri, kalau misalkan haid, tinggal</p>		<p>WWCR.S4.18 Mama subjek membantunya memahami menstruasi</p>	<p>Mama</p>
			<p>WWCR.S4.19 obrolan teman-teman membantunya memahami menstruasi</p>	<p>Teman-teman</p>
			<p>WWCR.S4.20 subjek merasa menggunakan nalar dan logika ketika menstruasi, jadi paham meskipun tidak dijelaskan secara detail</p>	<p>Nalar dan logika</p>

	pake pembalut. Ga dikasih tahu harus apa, tapi bisa nalar sendiri.			
	Dari mana kamu mengetahui menstruasi adalah proses alamiah?		WWCR.S4.21 subjek	SMP-SMA
	Kalau secara detail, pas belajar SMP SMA gitu ya, tapi kaya semua cewe pasti haid udah jadi rahasia umum , kita pasti tahu lah ya.		mengetahui menstruasi adalah proses alamiah secara detail dari SMP-SMA	
			WWCR.S4.22 subjek	Rahasia umum
	Apakah lingkungan sekitarmu memberi keringanan Ketika kamu nyeri menstruasi? Keringanan di sini maksudnya Ketika di rumah, kamu boleh tidak melaksanakan tugas rumah tangga Ketika menstruasi, kalau di sekolah atau di kerjaan kamu boleh izin kah pas nyeri menstruasi?		merasa pengetahuan menstruasi adalah rahasia umum	
			WWCR.S4.23 subjek	Masih tahan nyeri
			merasa masih bisa menahan nyeri ketika menstruasi	
			WWCR.S4.24 subjek	no excuse
			merasa tidak bisa menjadikan alasan menstruasi sebagai sarana meminta izin	

	<p>Sejauh ini aku sakit tipe yang masih bisa ditahan gitu sih, kalau misalkan kaya hal formal banget, itu ga bisa dijadiin alasan untuk izin gitu sih, menurut aku ya. Mungkin pas Latihan [taekwondo] gitu, minta diringankan. Terus kalau misalkan di rumah ya kan itu, kita saling ngertiin aja gitu.</p> <p>Jadi kamu masih menganggap bahwa nyeri saat menstruasi ga boleh dijadikan excuse untuk izin dari going to college, atau go work?</p> <p>Ya, tapi itu kan balik lagi ke orangnya, ada juga yang sakitnya sampe ga bisa ditahan. Kalau aku sih,</p>			
--	--	--	--	--

	<p>masih bisa, jadi aku ga liat itu bisa jadi alasan buat itu [izin-izin].</p>			
	<p>Biasanya, siapa yang sering kamu ajak diskusi masalah menstruasi? Menstruasimu maju, mundur, nyendat-nyendat. Biasanya siapa yang kamu ajak diskusi masalah itu?</p> <p>Lebih ke temen sebaya sih.</p> <p>Jadi mamamu engga ya?</p> <p>Engga.</p>		<p>WWCR.S4.25 subjek lebih suka mendiskusikan masalah menstruasi dengan teman sebaya, dan teman geng nya</p>	<p>Teman geng</p>

	<p>Temen sebaya tu temen kampus, temen geng atau gimana?</p> <p>Temen geng sih.</p>			
	<p>Apakah kamu nyaman membicarakan menstruasi di depan umum?</p> <p>Bukan nyaman sih, kaya lebih ke biasa aja, gitu. Kalau bisa sih ya di tempat yang bukan umum aja sih, Cuma kalau misalkan ngebahas ya gapapa sih.</p> <p>Menurutmu, nyaman ga sih kamu menyebut menstruasi, bukan haid, halangan, mens atau dapet?</p>		<p>WWCR.S4.26 subjek merasa biasa saja ketika membahas menstruasi di depan umum</p>	<p>Biasa</p>
			<p>WWCR.S4.27 subjek merasa nyaman menyebutkan menstruasi, namun jarang memakainya</p>	<p>Jarang pakai</p>
			<p>WWCR.S4.28 siklus menstruasi subjek normal</p>	<p>Normal</p>

	<p>Kalau aku sih biasa aja, Cuma emang jarang dipake gitu.</p> <p>Selama ini siklus menstruasimu normal?</p> <p>Normal.</p>			
	<p>Nad, kemaren kan Nadya bilang, pas pertama kali menstruasi ga nyaman pake pembalut karena ga biasa. Boleh dideskripsikan ga, ga nyamanya tuh kaya gimana?</p> <p>Kenapa ngga nyaman pakai pembalut?</p> <p>nggak nyama karena blm terbiasa gitu mba</p>		<p>WWCR.S4.29 subjek belum merasa nyaman memakai pembalut karena belum terbiasa dan mengganjal</p>	<p>mengganjal</p>

	<p>kaya kan baru pertama kali ya jadi harus masih belum terbiasa</p> <p>dari pake pembalut nya</p> <p>atau pas darah ngalir keluar gitu</p> <p>Belum terbiasanya karena ganjel, atau gimana?</p> <p>iyaa ganjel gitu</p>		<p>WWCR.S4.30 subjek</p> <p>merasa belum terbiasa ketika ada darah yang mengalir ketika menstruasi</p>	<p>Darah mengalir</p>
	<p>Terus, Nadya bilang kalau pas menstruasi pertama, Nadya ngerasain seneng. Nah, rasa seneng ini kenapa? Terus bertahan sampai kapan?</p> <p>ini klo jujur ya, seneng karena ada hari libur sholat gitu wkwkwk</p> <p>sama ngerasa lebih dewasa</p> <p>ya kaya pemikiran anak kecil gitu</p> <p>yg pgn cepet dewasa</p>		<p>WWCR.S4.31 subjek</p> <p>merasa senang ketika menstruasi karena merasa ada hari libur beribadah</p>	<p>libur ibadah</p>
			<p>WWCR.S4.32 subjek</p> <p>merasa senang ketika menstruasi karena merasa lebih dewasa</p>	<p>Lebih dewasa</p>

	<p>trus ngerasa kalo aku sehat, bertahan cuma bbrp bulan aja sih</p> <p>6 bulan ada?</p> <p>gak nyampe sih, sekitar 3 bulan</p>		<p>WWCR.S4.33 euforia menstruasi subjek bertahan 3 bulan</p>	<p>3 bulan</p>
	<p>Berita soal Nadya menstruasi kan jadi berita di grup wa, itu sampe berapa hari?</p> <p>sehari doang sih</p>		<p>WWCR.S4.44 menstruasi subjek dijadikan bahan pembicaraan di grup wa selama sehari</p>	<p>sehari</p>
	<p>Nah, terus mengenai masalah darah haid itu kan kata Nadya darah kotor, tapi Nadya bilang ga ngikutin mitos, lebih ke arah kebersihan. Sebenarnya, siapa sih yang mengajarkan kalau darah haid itu kotor? Terus kenapa pada akhirnya percaya kalau softeks harus dibersihkan karena masalah kebersihan, bukan mitos?</p>		<p>WWCR.S4.45 subjek diajarkan orang tua bahwa darah menstruasi adalah darah kotor</p>	<p>Orang tua</p>
			<p>WWCR.S4.46 subjek diajarkan teman-teman sekitar kalau darah menstruasi adalah darah kotor</p>	<p>Teman sekitar</p>

<p>orang tua sama teman teman sekitar sih mba, aku percaya gak percaya sih mba, jadi ya ikutin aja, takut knp napa</p> <p>tapi pemikiran ku itu di bersihin karena darah haid itu kan bau ya, lebih ke menghargai tukang sampah aja sih</p> <p>Apa sih konsekuensi orang yang ga melakukan hal itu (membersihkan softex)?</p> <p>[kalo yg tersebar di sekitar itu sih mengarah ke hal yang gaib gitu</p> <p>Kenapa napa?</p> <p>iya</p> <p>Kenapa napa konteksnya hal gaib begitukah, iyaa</p>		<p>WWCR.S4.47 subjek mengikuti mitos mencuci pembalut karena takut kenapa-napa</p>	Kenapa napa
		<p>WWCR.S4.48 subjek membersihkan pembalut karena menghargai tukang sampah</p>	Menghargai tukang sampah
		<p>WWCR.S4.49 konsekuensi tidak mencuci pembalut mengarah ke hal hal gaib</p>	Hal hal gaib

