



Tingkat Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja Perempuan Sumatera Barat dengan Analisis Fakta dan Mitos yang Beredar di Masyarakat

Sintia Wahyuda, Aisyah Rafdina, Dara Umami

*Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang
Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Padang, Kec. Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat 25171
Email: sintiawahyuda8@gmail.com*

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pemahaman dan pengetahuan remaja Sumatera Barat mengenai Tingkat Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja Perempuan di Sumatera Barat. Penelitian ini dilakukan dengan mengambil data melalui pengisian kuesioner yang dibagikan ke remaja Sumatera Barat. Populasi penelitian berjumlah 150 orang yang berasal dari sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas dan mahasiswi yang ada di Sumatera Barat. Berdasarkan dari pengisian kuisisioner yang dilakukan oleh remaja perempuan Sumatera Barat didapatkan hasil bahwa 10 fakta dan mitos yang disajikan, lebih dari 60% jawaban benar, menandakan bahwa pengetahuan dan pemahaman remaja akan fakta dan mitos yang beredar di masyarakat sudah cukup baik.

Kata kunci: Kesehatan reproduksi, kesadaran remaja

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi di zaman sekarang ini berkembang dengan sangat pesat. Terutama di bidang elektronik dan telekomunikasi. Perkembangan ini dapat mempermudah seseorang mendapatkan informasi apapun baik dari sosial media maupun dari berita yang ditayangkan di televisi. Pada masa pandemi, semua aktivitas yang ada dibatasi dan membuat masyarakat dari kalangan dewasa hingga anak-anak mencari hiburan melalui smartphone yang dimilikinya. Dengan hal yang demikian, smartphone memiliki sisi positif dan sisi negatifnya. Smartphone memudahkan mendapatkan informasi baik yang bermanfaat. Namun, tak sedikit para remaja yang mengakses situs-situs dewasa. Hal tersebut dapat merusak pikiran dan perilaku para remaja karena mereka lebih rentan untuk meniru sesuatu yang dilihatnya, tanpa menyaring hal tersebut terlebih dahulu.

Badan Pusat Statistik menyebutkan data sensus penduduk tahun 2020, jumlah remaja usia 10-24 tahun sebanyak 67,1 juta jiwa atau 25% dari total penduduk Indonesia. Artinya, 1 dari setiap 4 orang penduduk Indonesia adalah remaja. Oleh karena itu, remaja menjadi titik fokus sebuah perhatian dalam pembangunan nasional.

Saat ini, para remaja menghadapi masa yang cukup sulit dimana maraknya perilaku atau sikap-sikap menyimpang yang terjadi dan dianggap lazim di mata masyarakat. Sikap-sikap yang ada pada remaja atas seksualitas dan soal seks ternyata lebih liberal dari yang seharusnya, misalnya saja sekarang ini para remaja lebih banyak menghabiskan waktunya untuk pergaulan, memperluas koneksi, dan relasi dengan teman-temannya baik itu dengan sesama jenis maupun dengan lawan jenis. Relasi ini dapat



berupa pertemanan atau pacaran. Tak dapat pungkiri sering temukan kasus-kasus yang diakibatkan relasi yang buruk seperti pacaran yang sudah tidak wajar dan berlebihan. Di media social banyak beredar grup mencari jodoh yang kebanyakan dimasuki oleh para remaja dan anak kecil. Para remaja sangat rentan untuk meniru apa yang dilihatnya. Mereka meniru perilaku orang dewasa tanpa memikirkan dampak yang akan ia alami. Masa remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pola pemikiran, karakteristik, bentuk fisik, sifat maupun sikapnya berkembang pesat yang dapat menyebabkan rasa keingintahuan yang sangat besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani dalam mengambil resiko tanpa pertimbangan yang matang.

Remaja Indonesia khususnya remaja perempuan pada umumnya enggan untuk menanyakan mengenai seksualitas karena menganggap dirinya masih kecil untuk mengetahui hal-hal tersebut. Hal inilah yang menjadi faktor penyebab rendahnya tingkat pemahaman dan pengetahuan remaja tersebut mengenai seksualitas. Mayoritas remaja ini mengetahui tentang seksualitas melalui teman, orang tua guru, masyarakat se r, dan media sosial. Karena minimnya pengetahuan serta keinginan dalam mencari kebenaran tentang berbagai fakta dan mitos dari kesehatan reproduksi membuat para remaja perempuan mudah mempercayai semua perkataan masyarakat. Oleh karena itu, saat ini banyak sekali masalah kesehatan yang timbul akibat kesadaran akan kesehatan reproduksi yang tidak diketahui remaja. Untuk itu, harus tau dulu apa yang dimaksud dengan kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi adalah keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara lengkap dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsi serta proses yang dilakukan oleh sistem tersebut. Agar pemahaman dan pengetahuan para remaja bertambah, Kepala BKKBN meminta agar edukasi masalah kesehatan reproduksi lebih digiatkan sehingga masyarakat dapat mengubah persepsi bahwa hal tersebut merupakan pembelajaran, bukan hal yang tabu. Mengingat hal tersebut, pemahaman kesehatan reproduksi remaja sangat penting diajarkan karena mencakup seluruh masalah remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebutuhan pendidikan kesehatan reproduksi remaja melalui persepsi dan sikap elemen sekolah, fasilitas, sarana dan prasarana pendukung serta hambatan pelaksanaan pendidikan kesehatan reproduksi remaja di sekolah menengah pertama hingga perguruan tinggi.

Dalam artikel ini kami membahas mengenai tingkat kesadaran remaja perempuan yang ada di Sumatera Barat tentang kesehatan reproduksi. Alasan kami memilih tema ini karena menurut kami mayoritas para remaja hanya mengetahui tentang sistem reproduksi dan kesehatan reproduksi secara umum dan tidak memahami kesehatan reproduksi tersebut. Remaja perlu mengetahui kesehatan reproduksi serta dapat membedakan antara informasi yang benar dan yang salah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif (metode penelitian survei) dan metode pengamatan (kuisioner). Penelitian ini dilakukan mulai dari hari Rabu tanggal 17 November 2021 sampai hari Senin tanggal 21 November 2021 dengan menggunakan media google form yang mayoritas disebarkan di Provinsi Sumatera Barat. Populasi



masyarakat di Provinsi Sumatera Barat berjumlah 5,534 juta jiwa pada tahun 2020 dan yang dijadikan sebagai sampel sebanyak 150 remaja yang mayoritasnya adalah masyarakat Sumatera Barat. Jenis data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer yang digunakan berupa data opini dan data karakteristik responden. Karakteristik responden seperti nama, umur, jenis kelamin, dan asal sekolah. Data sekunder diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti. Disini peneliti memperoleh data tersebut dari artikel atau info di internet. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan mengisi angket atau kuesioner yang berisikan pernyataan fakta dan mitos yang tersebar di masyarakat mengenai kesehatan reproduksi. Data dari hasil penelitian akan dianalisis secara kualitatif dengan teknik analisis persentase, dengan rumus:

$$P = f / n \times 100 \%$$

Catatan:

P = Angka persentase

F = Frekuensi jawaban responden

N = Jumlah sampel (Subagio,1998)

Kemudian dimasukkan ke dalam kriteria menurut Arikunto (1998) dengan pembagian kategori kategori “baik” (76% sampai 100%), kategori “cukup” (60% sampai 75%), dan kategori “kurang” (kurang dari 60%).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Distribusi karakteristik responden yang di data adalah berdasarkan usia, jenis kelamin, dan jenjang tingkatan sekolah. Persentase distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelaminnya dimana 2,66% berjenis kelamin laki-laki dan 97,33% berjenis kelamin perempuan. Persentase distribusi karakteristik berdasarkan umur, dimana: 0,7% responden berusia 13 tahun, 2% responden berusia 14 tahun, 3,33% responden berusia 15 tahun, 7,33% responden berusia 16 tahun, 38,23% responden berusia 17 tahun, 16% responden berusia 18 tahun, 22% responden berusia 19 tahun, 4,67% responden berusia 20 tahun, 0,7% responden berusia 21 tahun, 0,7% responden berusia 24 tahun, 0,7% responden berusia 50 tahun. Distribusi karakteristik berdasarkan jenjang tingkatan sekolah dimana universitas lebih banyak dari pada sekolah menengah.

Pemahaman Siswa Mengenai Kesehatan Reproduksi

Menjaga kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting terutama bagi remaja. Menjaga kesehatan reproduksi agar lebih sehat yaitu dengan menerapkan pola makan sehat, olahraga serta dengan mengkonsumsi vitamin dan suplemen. Hasil analisis persentase dan kategori mengenai kesehatan reproduksi disajikan dalam bentuk tabel berikut:



NO	Jenis Pengetahuan	Persentase	Kategori
1	Keramas saat haid bisa mengganggu kelancaran aliran darah, menyumbat pori-pori, dan mengganggu siklus menstruasi	77,6%	Baik
2	Minum minuman dingin membuat haid tidak lancar, membuat darah menstruasi membeku sehingga memunculkan kanker rahim	60,5%	Cukup
3	Minum jamu kunyit asam dapat mengurangi sakit perut akibat haid	86,8%	Baik
4	Saat haid, perempuan tidak boleh mengonsumsi buah nanas karena dapat mengganggu organ reproduksi Kewanitaan	61,2%	Cukup
5	Kandungan kafein dan gula dalam coklat sangat aman untuk dikonsumsi ketika siklus haid datang	54,6%	Kurang
6	Jus pisang dapat membantu melawan PMS dan nyeri haid	62,5%	Cukup
7	Makan makanan pedas saat haid dapat membuat iritasi pada rahim	66,4%	Cukup
8	Darah menstruasi bukanlah darah kotor	31,6%	Kurang
9	Minum minuman bersoda dapat melancarkan menstruasi	78,9%	Baik
10	Sering mengganti pembalut saat haid dapat mencegah infeksi di area kewanitaan	90,1%	Baik
11	Bangsa Yunani kuno memiliki ritual pertumpahan darah terinspirasi oleh menstruasi	58,3%	cukup
12	Apakah saudara/i pernah mendengar fakta atau mitos di atas?	85,5% (Ya)	Baik
		14,5% (Tidak)	Kurang
13	Mitos tentang kesehatan reproduksi yang Anda dengar biasanya berasal dari	27,6% - 67,1%	Kurang-Cukup
14	Mitos lainnya berkaitan dengan kesehatan reproduksi yang pernah saudara/i dengar di kehidupan sehari-hari.	91,3%	Baik

Tabel rata-rata persentase dari pengetahuan dan pemahaman para remaja perempuan Provinsi Sumatera Barat tentang kesehatan reproduksi.

Berikut diagram batang dari setiap pertanyaan yang diberikan.

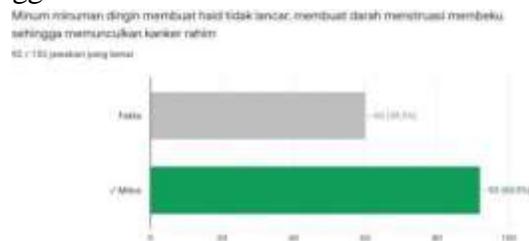
1. Keramas saat haid bisa mengganggu kelancaran aliran darah, menyumbat pori-poro, dan mengganggu siklus menstruasi.





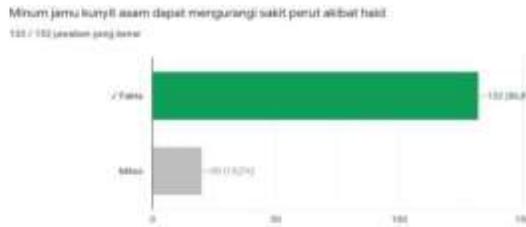
Dari diagram dapat dilihat bahwa persentase yang memahami hal tersebut fakta adalah sebesar 22,4% sementara persentase yang memahami hal tersebut mitos sebesar 77,6%. merupakan persentase yang cukup banyak untuk remaja yang semasa haid mereka ragu untuk keramas karena kabar-kabar yang simpang siur mengenai efek dari keramas saat haid ini. Menurut kami, kurangnya informasi dan pembahasan mengenai mitos keramas kini menjadikan mereka memiliki pemahaman bahwa keramas saat haid itu berbahaya. Nah sementara intensitas keringat yang dikeluarkan oleh tubuh lebih banyak dari saat tidak haid, yang menjadikan kulit kepala lepek. Faktanya, keramas saat menstruasi memberikan sejumlah manfaat baik bagi kesehatan. Sejumlah manfaat keramas di diantaranya dapat memperbaiki suasana hati, dapat merilekskan otot dan meredakan kram dan membuat badan terasa lebih bersih dan nyaman. Jadi, sudah jelas jika larangan keramas tersebut merupakan mitos belaka.

2. Minum minuman dingin membuat haid tidak lancar, membuat darah menstruasi membeku, sehingga memunculkan kanker rahim



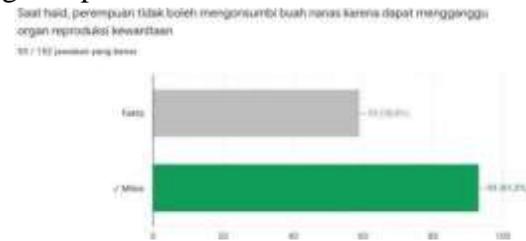
Air es memang dapat merangsang penyempitan pembuluh darah sehingga mengurangi perdarahan. Namun, ini hanya berlaku untuk pemakaian luar seperti saat Anda menggunakan kompres air dingin. Kompres dingin dapat dilakukan sebagai pertolongan pertama untuk menghentikan perdarahan dan meredakan bengkak akibat luka. Namun, kondisi ini tidak berlaku untuk perdarahan saat haid. Sebab darah haid bukanlah darah yang terjadi akibat adanya luka di dalam tubuh, melainkan karena luruhnya lapisan dinding rahim akibat sel telur yang tidak dibuahi. Namun, jika sel telur tidak dibuahi, ia bersama lapisan dinding tersebut meluruh dan dibuang melalui lubang vagina. Selain itu, perdarahan menstruasi tidak dipengaruhi oleh suhu air yang diminum. Sebab ketika air masuk ke dalam tubuh, suhunya akan berubah menyesuaikan dengan suhu tubuh. Adapun lancar atau tidaknya darah haid dipengaruhi oleh kondisi hormonal wanita, yaitu hormon estrogen dan progesteron.

3. Minum jamu kunyit asam dapat mengurangi sakit perut akibat haid



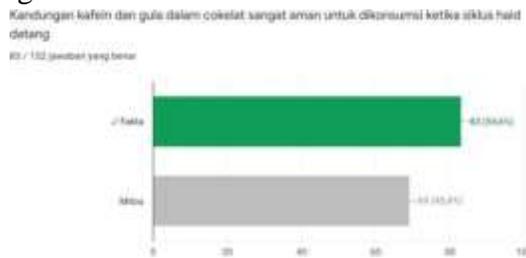
Dari diagram di atas, dapat amati bahwa persentase remaja yang menyatakan fakta adalah sebesar 86,8% sementara remaja yang menganggap hal tersebut mitos persentasenya adalah 13,2%. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman remaja akan mengonsumsi minuman herbal untuk meredakan nyeri haid sudah baik. Remaja paham bila dengan meminum jamu kunyit asam dapat meredakan sakit perut akibat haid. Otot-otot rahim mengalami kontraksi saat menstruasi dan membuat terasa menyakitkan. Bahkan bagi beberapa perempuan, hal ini dapat mengganggu aktivitas. Untuk mengurangi kram, ada baiknya mencoba minum jamu kunyit asam menjelang menstruasi. Kandungan aktif kurkumin berfungsi sebagai inflamasi yang mampu menenangkan kontraksi.

4. Saat haid, perempuan tidak boleh mengonsumsi buah nenas karena dapat mengganggu organ reproduksi kewanitaan.



Dari diagram batang diatas, dapat lihat bahwa persentase remaja yang mengatakan bahwa hal tersebut adalah mitos adalah 61,2%, sementara persentase remaja yang beranggapan bahwa hal tersebut adalah fakta adalah 38,8%. Perbandingannya adalah lebih kurang 2:1.

5. Kandungan kafein dari gula dalam coklat sangat aman untuk dikonsumsi ketika siklus haid datang.



Dari diagram di atas, dapat analisis bahwa persentase responden yang tidak setuju atau mengatakan bahwa pernyataan itu mitos hampir mendekati persentase yang setuju. yaitu 54,6% untuk responden yang menyatakan fakta adalah 45,4% menyatakan itu mitos. Nah mungkin hal yang membingungkan bagi remaja adalah kadar kafein dalam coklat. Adanya kandungan kafein dan banyaknya gula dalam coklat membuat makanan



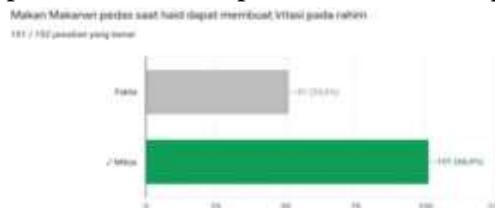
ini diperdebatkan untuk dikonsumsi saat menstruasi. Tapi ternyata, coklat juga bisa memberikan manfaat. Seperti yang dilansir dari shesaid.com, tubuh kekurangan magnesium saat haid. Sementara itu 70% kandungan coklat adalah magnesium. Dengan mengkonsumsi coklat yang kaya magnesium, bias bantu redakan nyeri haid Selama dikonsumsi secukupnya, dark chocolate bisa cukup ampuh redakan kram perut yang alami saat haid.

6. Jus pisang dapat melawan PMS dan nyeri haid.



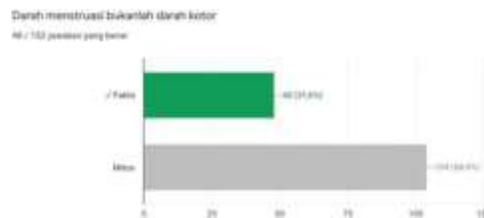
Dari diagram batang di atas, dapat lihat bahwa 62,5% responden setuju dengan pernyataan jus pisang dapat membantu melawan PMS dan nyeri haid. Sementara 37,5% lainnya mengatakan bahwa itu hanya mitos. Disini dapat lihat bahwa sebagian besar remaja sudah paham dan mengerti bahwa saat mereka haid hendaknya mereka tidak langsung meminum pil pereda nyeri haid, akan tetapi dapat diredakan dengan bahan-bahan yang alami seperti buah pisang. Jangan minum pil untuk mengurangi nyeri haid. Cobalah pisang sebagai penggantinya. Pisang memiliki banyak vitamin B6. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa B6 dapat mengurangi gejala-gejala sindrom pramenstruasi (PMS), menurut Kantor Suplemen Diet (ODS) Institusi Kesehatan Nasional.

7. Makan makanan pedas saat haid dapat membuat iritasi pada rahim.



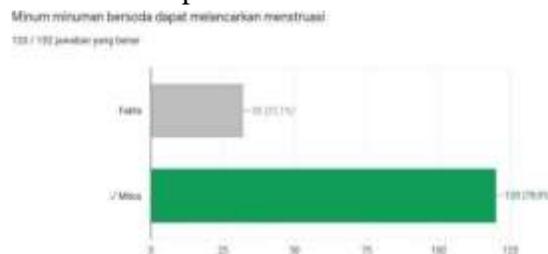
Dari diagram di atas, dapat lihat bahwa persentase remaja yang menyatakan bahwa hal tersebut mitos adalah 66,4% sementara remaja yang menyatakan hal tersebut fakta adalah 33,6%. responden. Konsumsi makanan pedas saat haid bisa memicu iritasi pada mulut rahim adalah mitos. Meski tidak ada kaitannya, namun mengkonsumsi makanan pedas juga memiliki manfaat bagi tubuh. Beberapa manfaat makan makanan pedas adalah memperlancar sirkulasi darah dan mengurangi perut kembung. Saat haid keinginan makan pedas membuat tubuh makin keringatan, sehingga mengkonsumsi makanan pedas dapat memperlancar sirkulasi darah juga makanan pedas ini mengurangi perut kembung, dan sama sekali tidak ada kaitannya dengan iritasi pada rahim.

8. Darah menstruasi bukanlah darah kotor



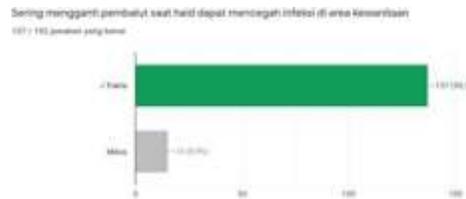
Dari diagram diatas, dapat bahwa 31,6% setuju dan menyatakan bahwa darah haid itu bukan darah kotor adalah fakta, sementara 68,4% remaja menyatakan bahwa itu mitos dan tidak setuju. Lebih banyak remaja yang memahami bahwa darah haid itu adalah darah kotor. Darah yang keluar dari vagina ini sering disebut sebagai darah kotor. Namun, anggapan tersebut tidak benar jika dilihat dari sudut pandang kesehatan dan sains. Secara medis, darah kotor adalah darah yang kekurangan oksigen (deoxygenated blood) atau kadar karbondioksidanya terlalu tinggi. Darah haid bukanlah darah kotor seperti yang selama ini banyak dipercaya. Darah haid sebenarnya tidak berbeda dengan darah dari luka atau darah mimisan. Hanya saja, darah menstruasi mengandung sisa jaringan dari dinding rahim yang luruh setelah proses ovulasi.

9. Minum minuman bersoda dapat melancarkan menstruasi



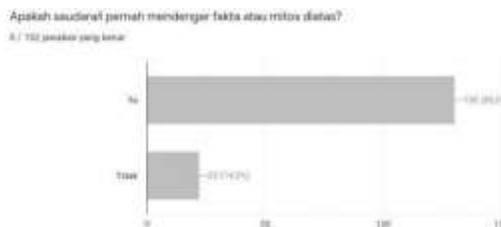
Disini dapat melihat di diagram batang di atas, bahwa persentase yang menjawab pernyataan tersebut mitos, sebanyak 78,1% sementara untuk persentase yang menjawab pernyataan itu benar sebanyak 21,1%. Dari data tersebut dapat analisis bahwa masih banyak remaja yang menyangka bahwa dengan minum minuman bersoda dapat melancarkan menstruasi mereka, padahal tidak ada hubungannya sama sekali. Sebab minuman tersebut diproses di sistem pencernaan sementara menstruasi terjadi di sistem reproduksi. Akan tetapi, dikhawatirkan kebiasaan minum-minuman bersoda saat menstruasi akan berdampak buruk bagi kesehatannya. Hal ini dikarenakan pada minuman bersoda umumnya mengandung pengawet, pewarna, sodium dan zat tambahan lain. Kandungan tersebut apabila dikonsumsi setiap hari dapat menimbulkan berbagai penyakit.

10. Sering mengganti pembalut dapat mencegah infeksi area kewanitaan.



Disini dapat melihat di diagram batang di atas, bahwa 90,1% responden menjawab dengan benar sementara 9,9% lainnya menjawab salah yaitu menganggap bahwa hal itu merupakan mitos. Jadi dapat lihat walaupun presentasi yang menjawab mitos hanya 9,9%, akan tetapi hal ini juga tetap akan merujuk pada kesehatan reproduksi wanita, sebab hal ini menandakan masih adanya remaja perempuan yang mengabaikan untuk sering mengganti pembalut saat haid. Idealnya, saat seseorang haid, ia harus mengganti pembalutnya 1 kali 4 jam. Menjaga kebersihan selama menstruasi sangat penting, terutama di area genital. Menggunakan pembalut yang lembab dan kotor selama lebih dari empat jam dapat menyuburkan pertumbuhan bakteri dan jamur berbahaya. Mikroba seperti *Candida albicans*, *Staphylococcus aureus*, *E. coli*, dan *Pseudomona saeruginosa* tumbuh dengan mudah di lingkungan lembap yang disebabkan oleh penggunaan pembalut yang terlalu lama.

11. Apakah saudara/i pernah mendengar fakta atau mitos diatas?



Dapat dilihat dari diagram batang di atas bahwa 85,5% responden menjawab pernah mendengar fakta dan mitos yang disajikan sementara 14,5% lainnya menjawab tidak pernah mendengar fakta dan mitos yang disajikan. Jadi dapat lihat persentase yang menjawab pernah mendengar fakta dan mitos tersebut sangat banyak. Hal tersebut dapat membuktikan mayoritas para remaja mengetahui fakta dan mitos kesehatan reproduksinya.

12. Mitos lainnya berkaitan dengan kesehatan reproduksi yang pernah saudara /i dengar di kehidupan sehari-hari.

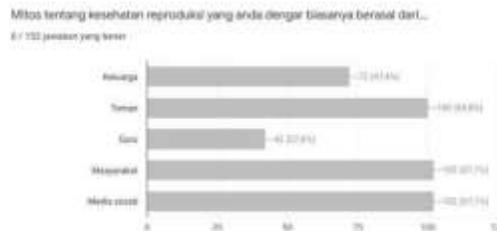


Siapkan tufts. Mitos lainnya berkaitan dengan kesehatan reproduksi yang pernah saudara/i dengar di kehidupan sehari-hari.
133 jawaban

- Timun dan kacang berbahaya di konsumsi saat haid
- Menggunting kuku saat haid
- Tidak boleh berenang saat haid
- Tidak boleh memotong kuku di saat haid
- Makan timun dapat menyebabkan kista
- saat haid tidak boleh keramas karena bisa membuat rambut rontok
- Tidak boleh gunting kuku
- Meminum air dingin saat haid mendapat kanker rahim
- Tidak boleh memotong kuku dan rambut saat haid
- Faktanya menstruasi tidak hanya berakut pada tubuh saja, melainkan pada hormon dan psikis. Yang mana pada saat menstruasi mood kita sangat ekstrim.
- Dilarang minum es/makanan-minuman dingin lainnya saat sedang haid.
- Ada yang bilang tidak boleh dan ada yang bilang memotong kuku dan menggunting rambut saat haid
- Sering minum air putih dan rajin mengonsumsi buah dan sayur akan melancarkan darah haid
- Jarang mengangut rambut sebaiknya 3-4 jam sekali
- saat haid dilarang makan mentimun
- Mengompres perut dengan air hangat dapat mengurangi nyeri haid
- Seperti meleetakkan air hangat di atas perut, ketika nyeri haid melanda.

Dari jawaban ini, dapat ketahui bahwa banyak sekali mitos yang sudah diketahui oleh para remaja, namun penyebaran dari mitos tersebut masih sering terjadi di kalangan masyarakat.

13. Mitos yang beredar biasanya berasal dari.



Dari survei dalam bentuk angket dengan responden 150 orang remaja putri, kami mendapati data dalam diagram batang diatas mitos berasal dari keluarga 47,4% responden, mitos berasal dari teman 65,8% responden, mitos berasal dari guru 27,6% responden, mitos berasal dari masyarakat 67,1% responden, mitos berasal dari media social 67,1% responden. Menyebarnya mitos tentang kesehatan reproduksi ini menjadikan pemahaman remaja akan kesehatan reproduksi menjadi terganggu karena dengan mitos -mitos yang beredar menjadikan remaja bingung dan malah memberikan dampak lain bagi kesehatan reproduksi remaja tersebut. Disini peran keluarga, guru, dan masyarakat dalam memberikan arahan pada remaja bahwasanya tidak semua hal yang ditakutkan saat haid itu merupakan fakta. perlu mencari informasi terkait dengan kesehatan reproduksi ini agar saat haid, remaja dapat terhindar dari segala penyakit yang disebabkan oleh kurang peduli serta kurang pahamnya remaja tersebut dalam menjaga kesehatan reproduksi terutama saat haid.

PENUTUP

Berdasarkan dari pengisian kuisisioner yang kami bagikan, dapat diketahui bahwa para remaja menjawab pertanyaan kuisisioner ini dengan pemikiran pertama yang mereka



dapat dari perkataan keluarga, teman, guru, masyarakat, dan media sosial yang menunjukkan bahwa permasalahan remaja yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan data bahwa mayoritas remaja perempuan di Provinsi Sumatera Barat sudah memiliki pemahaman dan pengetahuan yang cukup baik dalam mengenali fakta dan mitos tentang kesehatan reproduksi. Hal tersebut berarti mayoritas para remaja ini, dapat dikatakan tidak mudah percaya dengan perkataan orang lain serta memiliki keinginan dalam mencari kebenaran dari fakta dan mitos yang sering kali beredar di kalangan masyarakat mengenai cara menjaga kesehatan reproduksi.

REFERENSI

- Abdullah, I. (2002). Mitos Menstruasi: Konstruksi Budaya Atas Realitas Gender. *Humaniora*, 14(1), 34-41.
- Astuty, D. A. (2020). PERSONAL HYGIENE REMAJA PUTRI SELAMA MENSTRUASI. In *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan (FIT) IAKMI*.
- F Dhafir. (2014). *Jurnal Pengetahuan Remaja Mengenai Kesehatan Reproduksi Di SMANegeri1 Dolo*. SulawesiTengah.
- Hasanah, H. (2016). Pemahaman kesehatan reproduksi bagi perempuan: Sebuah strategi mencegah berbagai resiko masalah reproduksi remaja. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 229-252.
- Intan, T. (2018). Fenomena Tabu Makanan pada Perempuan Indonesia dalam Perspektif Antropologi Feminis. *PALASTREN Jurnal Studi Gender*, 11(2), 233-258.
- Muhammad Rizal Martua Damanik. (2017). *Remaja Perlu Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi*.
- Musyafa'ah, N. L. (2013). Rekonstruksi Fiqh Perdarahan Pervaginam dengan pendekatan medis. *Islamica*, 8(1), 168-196.
- Nuroniyah, W. (2019). Fikih Menstruasi; Menghapus Mitos-Mitos Dalam Menstrual Taboo.
- RAHARJO, I. T. (2009). *Hubungan antara Mitos Seks dengan Perilaku Seksual pada Remaja SMA di Kecamatan Klaten Kota* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Sitohang, N. A., & Adella, C. A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Dharma Pancasila Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 4(2), 126-130.



- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., & Trisnamiati, A. (2017). Buku: Manajemen Kesehatan Menstruasi.
- Saptandari, P. (2021). Pengetahuan Tradisional tentang Kesehatan dan Pemenuhan Hak Kesehatan Reproduksi Perempuan Bawean. *Antropologi Indonesia*, 11-22.
- Saptandari, P. (2012). Kesehatan Reproduksi Perempuan dalam Perspektif Antropologi Budaya.
- Vicky, Herman, Nurfarhanah. (2012). *Pemahaman Siswa Mengenai Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Layanan Informasi*.