




## PENGETAHUAN, SIKAP DAN PRAKTIK TENTANG MENSTRUASI PADA MAHASISWA KEBIDANAN DI SURABAYA

### *KNOWLEDGE, ATTITUDE AND PRACTICES TOWARDS MENSTRUATION OF MIDWIFERY STUDENTS IN SURABAYA*

 Mega Merdeka Pertiwi<sup>1</sup>, Nur Ainy Fardana Nawangsari<sup>2</sup>, Irwanto<sup>3</sup>

1. Program Studi Pendidikan Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya
2. Departemen Pendidikan dan Psikologi Perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya
3. Departemen Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya

Alamat korespondensi:

Jalan Mayjen Prof. Dr Moestopo No 47 Surabaya, Indonesia

Email : [mega.merdeka.pertiwi-2018@fk.unair.ac.id](mailto:mega.merdeka.pertiwi-2018@fk.unair.ac.id)

#### Abstrak

**Latar Belakang:** Populasi wanita berusia reproduksi didunia berjumlah 52% (House, et al., 2012), sedangkan di Surabaya sebesar 24,6% (BPS, 2019). Menstruasi merupakan aspek alami dari kehidupan seorang wanita usia reproduksi dan menjadi titik yang sangat kritis karena menunjukkan dasar dari kesejahteraan wanita khususnya *menstrual hygiene*. Kebersihan yang buruk selama menstruasi memungkinkan terjadinya *reproductive tract infection*. Untuk menghindari hal tersebut diperlukan perilaku menstruasi yang baik. Mahasiswa kebidanan sebagai calon tenaga kesehatan nantinya berperan membantu merubah perilaku masyarakat salah satunya praktik menstruasi kearah lebih baik. **Tujuan:** mengetahui pengetahuan, sikap dan praktik tentang menstruasi pada mahasiswa kebidanan di Surabaya. **Metode:** metode penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif *cross sectional* dengan sampel mahasiswa kebidanan dengan tingkat pertama dari lima institusi di Surabaya. Pengambilan sampel dengan *total sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dengan besar 206 responden. Dilaksanakan pada bulan September-Oktober 2019. Variabelnya adalah pengetahuan menstruasi, sikap terhadap menstruasi dan praktik menstruasi. Pengambilan data menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form*. **Hasil:** Hasil penelitian sebanyak 68% responden pengetahuannya tinggi, 55,3% responden memiliki sikap negatif dan 50,5% responden memiliki praktik menstruasi yang baik. **Kesimpulan:** pengetahuan menstruasi yang tinggi tidak sebanding dengan sikap yang negatif sehingga hanya separuh dari responden yang memiliki praktik baik.

Kata Kunci : menstruasi, menstrual hygiene, mahasiswa kebidanan

#### Abstract

**Background:** population of reproductive women in the world reach 52% (House, et al., 2012), while in Surabaya reach 24,6% (BPS, 2019). Menstruation is a natural aspect of reproductive woman's life and becomes a very critical point because it shows the basis of women's wellbeing, especially menstrual hygiene. Poor hygiene during menstruation can lead to reproductive tract infection. In order to avoid RTI, good menstrual behavior is needed. Midwifery students as future health workers will be a role in helping change people's behavior, one of which practice of menstruation towards better. **Aims:** This research to find out knowledge, attitudes and practices about menstruation of midwifery students in Surabaya. **Methods:** this research method is descriptive quantitative cross-sectional, with a sample of the first level midwifery students from five institutions in Surabaya. Sampling with total sampling and which includes

e-ISSN 2656-7806 © 2020



Published by Universitas Airlangga. This is an Open Access (OA) article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

DOI: 10.20473/imhsj.v4i2.2020.179-191



inclusion criteria is 206 respondents. This research has been held in September- October 2019. The variables are knowledge of menstrual, attitudes towards menstruation and menstrual practices. Data retrieval using a questionnaire in the google form. **Results:** The results shows 68% of respondents have high knowledge, 55,3% of respondents have negative attitudes and 50,5% of respondents have good menstrual practices. **Conclusions:** High knowledge of menstruation wasn't comparable with negative attitudes towards menstruation so only half of the respondents have good practice.

*Keywords: menstruation, menstrual hygiene, midwifery students*

## PENDAHULUAN

Wanita berusia reproduksi berjumlah 52% dari populasi wanita atau setara dengan 26% dari total populasi di dunia (House, Mahon dan Cavill, 2012). Badan Pusat Statistik (BPS) memproyeksi bahwa 26,5% atau 712 ribu jiwa penduduk Indonesia tahun 2019 adalah wanita berusia 10-24 tahun. Persentase wanita di Surabaya dengan kategori umur 10-24 tahun berjumlah 24,6%. Berdasarkan data tersebut menjadikan wanita salah satu target dari *Sustainable Development Goals* (SDG) khususnya terkait meningkatkan kesehatan reproduksi wanita. Menstruasi merupakan aspek alami dari kehidupan seorang wanita (House, Mahon dan Cavill, 2012). Manajemen menstruasi yang bersih adalah dengan menghindari praktik *menstrual hygiene* yang buruk karena dapat meningkatkan masalah kesehatan reproduksi (Anchebi *et al.*,2017) salah satunya *Reproductive tract infection* (RTI).

Perilaku terdiri dari tiga domain yaitu pengetahuan, sikap dan praktik yang tidak dapat dipisahkan dan saling berhubungan. Perubahan perilaku terjadi melalui proses yang didasari oleh pengetahuan dan kesadaran dari sikap positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*) (Notoatmodjo, 2012). Rendahnya pengetahuan, sikap dan praktik menstruasi dapat memberikan pengaruh yang buruk terhadap kesehatan wanita dan remaja putri. Pengetahuan menstruasi yang baik akan menjamin hasil kesehatan yang baik pula. Memahami sikap dan keyakinan tentang menstruasi merupakan salah satu kunci untuk meningkatkan praktik menstruasi yang baik (Baumann, Lhaki dan Burke, 2019).

Lembaga pendidikan mengambil peran penting dalam memberikan pengetahuan pada remaja putri mengenai menstruasi dan *menstrual hygiene*. Hal ini dilakukan dengan mendidik dan melatih remaja putri mengenai cara praktik kebersihan yang tepat. Berdasarkan hasil riset Burnet *University* tahun 2015 di Indonesia, terdapat 67% remaja putri di daerah kota mengganti pembalutnya 4-8 jam sekali, yang berarti sisanya hanya mengganti pembalut 2 kali sehari. Berdasarkan penelitian disalah satu Akademik

Kesehatan mengungkapkan 31% pernah mengalami salah satu gejala RTI yang mana penyebabnya karena penggunaan pembalut yang terlalu lama dipakai dalam kondisi yang sudah terkontaminasi dengan darah menstruasi (Andriani dan Dewi,2016).

Mahasiswa kesehatan diharuskan tahu tentang menstruasi dan *menstrual hygiene* yang benar, sehingga dapat digunakan untuk sarana promosi kesehatan atau ajakan kepada masyarakat tentang menstruasi dan *menstrual hygiene* yang benar. Termasuk didalamnya mahasiswa jurusan kebidanan, karena salah satu peran bidan bertujuan untuk mencegah dan melindungi dari perilaku yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi perempuan (UU RI No 4 2019). Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan, sikap dan praktik menstruasi pada mahasiswa kebidanan di Surabaya.

## METODE

Rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa kebidanan tingkat pertama dari lima institusi di Surabaya. Teknik sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Pada pelaksanaan penelitian, responden yang didapatkan sebanyak 206 responden. Variabel pada penelitian ini terdiri dari pengetahuan, sikap dan praktik. Pengetahuan, sikap dan praktik berskala data ordinal dan diukur menggunakan kuesioner dari penelitian sebelumnya pengetahuan (Kennedy *et al.*, 2015) sikap menggunakan AMAQ (Morse,1993), Praktik (Auemaneekul N, 2013).

Pengumpulan data dilakukan pada bulan September- Oktober 2019. Responden dikumpulkan ditempat masing-masing institusi (UNAIR, POLTEKKES Surabaya, STIKes William Booth, STIKes Abi dan STIKes Surabaya). Setiap responden diberi link *google form* dan dikerjakan tiap individu memakai selulernya. Pengolahan data dilakukan dengan editing, coding, entry dan tabulating. Data yang sudah terkumpul diolah kemudian di analisis univariat dan tabulasi silang dengan bantuan SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Usia responden terbanyak pada rentang 18-21 tahun berjumlah 175 dengan presentase 85%. Rata-rata usia responden 18,3. Usia tersebut termasuk ke dalam kategori remaja akhir. Sebagian besar responden mengalami *menarche* di rentang usia 12-14 tahun



berjumlah 164 dengan persentase 79,6%. Rata-rata usia *menarche* 12,73. Sebesar 70,4% domisili dari luar Surabaya. Mayoritas responden adalah suku Jawa dengan persentase 81,6%. Sebagian besar responden beragama Islam dengan persentase 85,9%. Pengetahuan responden tentang menstruasi terkait pengertian, anatomi dan fisiologis. Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang tinggi yaitu sebesar 140 dengan persentase 68,0%. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan rendah sebesar 66 dengan presentase 32,0%. Penilaian aspek pengetahuan pada penelitian ini menggunakan nilai mean. Nilai mean dari total skor pengetahuan sebesar 10,48, kategori penilaian responden termasuk kategori tinggi jika mendapatkan total skor  $\geq 10,48$  dan rendah jika total skor  $< 10,48$ .

**Tabel 1 Distribusi frekuensi jawaban komponen pengetahuan menstruasi responden**

No	Pertanyaan	Benar	%	Salah	%
1	Menstruasi terjadi pada wanita dan laki-laki (Salah)	194	94,2	12	5,8
2	Menstruasi adalah penyakit (Salah)	202	98,1	4	1,9
3	Biasanya menstruasi terjadi sekitar sebulan sekali	204	99	2	1
4	Menstruasi dikendalikan oleh hormone	202	98,1	4	1,9
5	Wanita yang menua akan berhenti menstruasi	202	98,1	4	1,9
6	Menstruasi menandakan bahwa wanita secara biologis dapat hamil	179	86,9	27	13,1
7	Berbahaya jika melakukan aktifitas fisik selama menstruasi (Salah)	153	74,3	53	25,7
8	Selama menstruasi sangat sehat jika kita mandi	187	90,8	19	9,2
9	Beberapa makanan harus dihindari selama menstruasi (Salah)	56	27,2	150	72,8
10	Darah menstruasi mengandung zat berbahaya (Salah)	157	76,2	49	23,8
11	Wanita menjadi kotor selama menstruasi (Salah)	104	50,5	102	49,5
12	Wanita hamil mengalami menstruasi (Salah)	197	95,6	9	4,4
13	Menstruasi adalah tanda bahwa seorang remaja telah mencapai pubertas	204	99	2	1

**Tabel 2 Distribusi frekuensi pengetahuan responden**

Pengetahuan	Jumlah	
	F	%
Rendah	66	32,0
Tinggi	140	68,0
Total	206	100,0

**Tabel 3 Sikap terhadap menstruasi**

Sikap	Jumlah	
	F	%

Negatif	114	55,3
Positif	92	44,7
Total	206	100,0

Pada variabel sikap, responden diberi 51 pertanyaan terkait sikap tentang menstruasi menggunakan kuesioner AMAQ. Penilaian kuesioner menggunakan format skala likert yang berisi pilihan jawaban STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), N (Netral), ST (Setuju), SS (Sangat Setuju). Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa lebih separuh responden memiliki sikap yang negatif terhadap menstruasi sebesar 114 dengan persentase 55,3% sedangkan responden yang memiliki sikap positif hanya 92 dengan persentase 44,7%. Pada kuesioner hampir seluruh responden setuju jika mereka sangat khawatir darah menstruasi akan tembus pada pakaiannya. Mayoritas responden setuju jika wanita yang menstruasi menjadi pemarah dan sensitif. Selain itu hanya beberapa responden yang tidak setuju jika menstruasi membuat wanita menjadi *moody*. Namun hampir seluruh responden setuju jika perempuan yang menstruasi itu normal.

**Tabel 4 Distribusi frekuensi jawaban komponen praktik responden praktik menstruasi**

NO	Pertanyaan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
1	Apakah Anda mengganti pembalut dalam rentang waktu 4-5 jam selama menstruasi?	29,10%	39,80%	29,10%	1,90%
2	Apakah Anda beraktivitas sehari-hari dengan normal selama menstruasi?	68,9%	20,4%	10,7%	0%
3	Apakah Anda membersihkan dan mengeringkan pakaian dalam selama menstruasi?	83,50%	11,70%	4,40%	0,50%
4	Apakah Anda mengganti pembalut di antara jam malam selama menstruasi?	32,50%	26,70%	32%	8,70%
5	Apakah Anda mencuci tangan sebelum mengganti pembalut?	59,70%	21,80%	16%	2,40%
6	Apakah Anda membersihkan organ genital setiap kali pergi ke toilet?	80,1%	14,10%	5,30%	0,50%
7	Apakah Anda membersihkan organ genital Anda setiap kali Anda mengganti pembalut?	92,20%	6,30%	1%	0,50%
8	Apakah Anda mencuci tangan setelah mengganti pembalut?	95,60%	2,40%	1,90%	0
9	Apakah Anda membersihkan alat kelamin Anda dengan gerakan dari depan ke belakang?	63,60%	19,40%	10,20%	6,80%
10	Apakah Anda selalu membersihkan lantai sebelum tidur selama menstruasi?	8,30%	11,70%	33%	47,10%



11	Apakah Anda menghadiri ritual/adat istiadat selama menstruasi?	7,80%	6,80%	19,90%	65,50%
12	Pernahkah anda berpartisipasi dalam acara budaya selama menstruasi?	6,30%	23,30%	34,00%	39,80%
13	Apakah Anda rutin mandi selama periode menstruasi?	80,10%	16%	3,40%	0,50%
14	Setiap kali Anda mengalami dismenore, apakah Anda pergi ke dokter / tenaga kesehatan?	4,40%	5,80%	18,40%	71,40%
15	Pernahkah Anda menggunakan bantal hangat/hot packs selama dismenore?	3,90%	10,20%	18,40%	67,50%
16	Apakah Anda pernah meminum tablet parasetamol / obat pereda nyeri untuk dismenore?	3,90%	9,70%	25,20%	61,20%
17	Apakah Anda minum air hangat untuk menghilangkan rasa sakit saat menstruasi?	21,40%	17%	26,20%	35,40%
18	Apakah Anda mengkonsumsi herbal untuk mengatasi dismenore?	4,40%	7,30%	18%	70,40%

Pada variabel praktik, responden diberi 18 pertanyaan terkait praktik menstruasi. Penilaian kuesioner menggunakan format rating scale yang berisi pilihan jawaban SL (Selalu), SR (Sering), KD (Kadang-kadang) dan TP (Tidak Pernah). Penilaian aspek praktik pada penelitian ini menggunakan nilai mean. Nilai mean dari data praktik diketahui sebesar 48,82, kategori penilaian responden termasuk kategori baik jika mendapatkan skor  $\geq 48,82$  dan buruk jika mendapatkan skor  $< 48,82$

**Tabel 5 Distribusi frekuensi praktik responden**

Praktik	Jumlah	
	F	%
Buruk	102	49,5
Baik	104	50,5
Total	206	100,0

Berdasarkan tabel 5 terlihat bahwa lebih separuh responden memiliki praktik baik terhadap menstruasi yaitu sebesar 104 dengan presentase 50,5% sedangkan responden yang memiliki praktik buruk sebesar 102 dengan presentase 49,5%.

**Tabel 6 Sumber informasi**

Sumber informasi	Jumlah	%
Ibu	194	94,17
Ayah	25	12,13

Media sosial/ Internet	134	65,04
Buku	105	50,97
Teman	135	65,53
Kakak/Saudara	105	50,97
Pengajar	136	66,01

Berdasarkan tabel 6 mayoritas responden memilih ibu sebagai sumber informasi mengenai menstruasi yaitu sebesar 194 dengan presentase 94,17%. Urutan kedua responden memilih pengajar termasuk guru dan dosen sebagai sumber informasi yaitu sebesar 136 dengan persentase 66,01%. Selanjutnya responden memilih teman (65,53%) dan media sosial termasuk internet (65,04%) menjadi sumber informasi mengenai menstruasi.

**Tabel 7 Tabulasi silang pengetahuan dan sikap menstruasi**

Pengetahuan	Sikap				Total	
	Positif		Negatif		f	n (%)
	F	n (%)	f	n (%)		
Tinggi	72	51,4	68	48,6	140	68
Rendah	24	36,4	42	63,6	66	32
Total	92		114		206	

**Tabel 8 Pengetahuan dan praktik menstruasi**

Pengetahuan	Praktik				Total	
	Baik		Buruk		F	n (%)
	F	n (%)	F	n (%)		
Tinggi	75	53,6	65	46,4	140	68
Rendah	29	43,9	37	56,1	66	32
Total	104		102		206	

**Tabel 9 Sikap dan praktik menstruasi**

Sikap	Praktik				Total	
	Baik		Buruk		F	n (%)
	F	n (%)	F	n (%)		
Positif	51	55,4	41	44,6	92	44,7
Negatif	53	46,5	58	53,5	114	55,3
Total	104		102		206	

Berdasarkan tabel 7 dari total responden dengan pengetahuan tinggi (140), sebanyak 51,4% diantaranya adalah mereka yang memiliki sikap positif dan dari total responden yang berpengetahuan rendah (66), sebanyak 63,6% diantaranya memiliki sikap



negatif. Berdasarkan tabel 8 dari total responden dengan pengetahuan tinggi (140), sebanyak 53,6% diantaranya adalah mereka yang memiliki praktik baik dan dari total responden yang berpengetahuan rendah (66), sebanyak 56,1% diantaranya memiliki praktik menstruasi yang buruk. Berdasarkan tabel 9 dari total responden dengan sikap positif (92), sebanyak 55,4% diantaranya adalah mereka yang memiliki praktik baik dan dari total responden dengan sikap negatif (114), sebanyak 53,5% diantaranya memiliki praktik menstruasi yang buruk.

Dalam penelitian ini, usia responden termasuk kedalam remaja akhir. Sedangkan usia *menarche* pada responden terbanyak rentang 11-14. Usia *menarche* dikaitkan dengan lamanya pengalaman responden menghadapi menstruasi. Selama ini hampir separuh responden bisa saja memelihara sikap yang negatif dan praktik yang buruk terhadap menstruasi setiap siklusnya. Usia *menarche* di Indonesia tahun 2015 rata-ratanya adalah 12-13 tahun (Kennedy *et al.*, 2015). Penelitian pada mahasiswa lainnya memiliki usia *menarche* rata-rata 13 tahun (Balla *et al.*, 2018 ; Manna *et al.*, 2019; Patel and Patel, 2016). Lebih dari separuh responden memiliki pengetahuan mengenai menstruasi tinggi. Pengetahuan manusia dapat diperoleh melalui pendidikan, pengalaman sendiri maupun pengalaman orang lain, sehingga pengetahuan sangat penting untuk pembentuk perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2012). Begitu pula dalam melakukan praktik menstruasi memerlukan pengetahuan fisiologis dan menstrual hygiene. sedangkan menurut Sharma *et al.* (2013) sebesar 67,7% mahasiswa kedokteran yang memiliki pengetahuan menstruasi sebelum *menarche*. Lebih dari 50% responden berpengetahuan menstruasi didapatkan pada penelitian oleh Balla *et al.* (2018).

Sebagian besar responden menjawab dengan benar (99%) menstruasi terjadi sebulan sekali, (98,1%) pernyataan menstruasi bukan penyakit yang berarti fisiologis sedangkan dalam penelitian yang dilakukan Kennedy *et al.* (2015) di Indonesia pada remaja urban menjawab benar 81,3%. Sebagian besar responden menjawab dengan benar (74,3%) mengenai aktifitas fisik yang dilakukan saat menstruasi tidak akan berbahaya sedangkan penelitian sebelumnya hanya 27% pada remaja urban menjawab dengan benar. Tetapi sebagian besar responden (72,8%) meyakini bahwa beberapa makanan harus dihindari saat menstruasi. Pernyataan tersebut sama dengan Kennedy *et al.* (2015) hanya 4,3% pada remaja kota dan 7,7% remaja desa yang menjawab dengan benar. Hal tersebut dapat disebabkan karena mayoritas responden suku Jawa sejalan dengan penelitian



Amailiah (2008) yang mana terdapat mitos budaya jawa yaitu tidak memakan makanan amis seperti ikan dan daging. Sedangkan pada mahasiswa keperawatan 65,1 % tidak membatasi makanan saat menstruasi (Manna *et al.*, 2019). Dalam penelitian ini pengetahuan menstruasi tinggi (68%) pada responden dapat dikarenakan responden sedang mengenyam pendidikan kebidanan yang salah satu ranahnya mengenai menstruasi. Namun seharusnya dapat mencapai lebih dari 75% karena responden mahasiswa kebidanan. Hal ini dapat disebabkan karena responden masih dalam tingkat pertama semester satu dimana materi fisiologis belum sepenuhnya diberikan. Sejalan dengan penelitian pada mahasiswa dari berbagai program studi mendapatkan skor tertinggi pada pengetahuan menstruasi salah satunya mahasiswa kebidanan (6,19/10) (Paul, Ameade dan Garti, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan 44,7% memiliki sikap positif terhadap menstruasi dan 55,3% memiliki sikap negatif terhadap menstruasi. Gambaran sikap negatif pada responden ditunjukkan dengan seluruh responden setuju jika mereka sangat khawatir darah menstruasi akan tembus pada pakaiannya. Mayoritas responden setuju jika wanita yang menstruasi menjadi pemarah dan sensitif. Selain itu hanya beberapa responden yang tidak setuju jika menstruasi membuat wanita menjadi *moody*. Namun hampir seluruh responden setuju jika perempuan yang menstruasi itu normal. Responden yang memiliki sikap negatif terhadap menstruasi lebih besar dibandingkan yang memiliki sikap positif. Sikap negatif terhadap menstruasi sangat berkaitan dengan gangguan menstruasi (Ghiasi, Keramat dan Mollaahmadi, 2018). Menurut Azwar (2012) seseorang cenderung mempertahankan sikap yang telah dimiliki. Meskipun responden menempuh pendidikan di bidang kebidanan yang seharusnya lembaga pendidikan diprogramkan untuk mempengaruhi sikap dan perilaku individu. Namun sumber lain mengatakan jika sikap bersifat kultural, familiar dan personal yang artinya sikap dibentuk tergantung budaya masyarakat tertentu (Ali dan Asrori, 2018).

Praktik menstruasi menyangkut *menstrual hygiene* dan cara menghadapi sakit saat menstruasi. Responden memiliki praktik baik terhadap menstruasi sebesar 50,5% yang berarti hampir setengah dari responden memiliki praktik menstruasi yang buruk. Sedangkan penelitian oleh Aumanakel 2013 hanya 46,7% yang memiliki praktik menstruasi baik. Sekitar 95,6% selalu mencuci tangan setelah mengganti pembalut. Sekitar 80,1% selalu responden membersihkan organ genitalnya setiap pergi ke toilet dan



92,2% responden selalu membersihkan organ genital setiap kali mengganti pembalut. Sama halnya dengan penelitian pada mahasiswa kedokteran oleh (Patel dan Patel, 2016) mereka memiliki kebiasaan membersihkan genital dalam sehari baik saat mandi atau setiap kali pergi ke toilet sebesar 97,5%. Membersihkan area genital secara teratur dapat mencegah ketidaknyamanan saat menstruasi salah satunya bau tidak sedap yang hadir karena adanya darah menstruasi yang tinggal cukup lama pada kulit diantara labia dan lubang vagina sehingga menciptakan bau tidak sedap (Paul, Ameade dan Garti, 2016).

Dalam penelitian ini hanya 29,10% responden selalu mengganti pembalut dalam rentang 4-5jam selama menstruasi. Namun penelitian oleh (Balqis, Arya dan Ritonga, 2016) terdapat 51,26% responden mengganti pembalutnya 3kali sehari. Dalam penelitian Patel dan Patel, (2016) sebanyak 82,27% responden mengganti 2-4 kali pembalut selama 2 hari pertama dan sejalan dengan Sharma *et al.*, (2013) 72% mengganti pembalut 6jam sekali. Variasi mengganti pembalut pada tiap responden tergantung pada jenis penyerapnya, jumlah darah yang keluar dan sikap responden untuk tetap bersih dan higienis agar mencegah dari lingkungan yang lembap dan bertumbuhnya bakteri (Balqis, Arya dan Ritonga, 2016; Divya *et al.*, 2017).

Selain itu 65,5% responden tidak pernah menghadiri ritual/adat sitiadat selama menstruasi dan 39,8% tidak pernah berpartisipasi dalam acara budaya selama menstruasi. Sejalan dengan penelitian oleh Aumaneekul, *et al.*(2013) 81,7% tidak pernah menghadiri acara budaya dan ritual setempat. Hal ini mungkin saja dikarenakan adanya larangan dari kepercayaan keagamaan seperti tidak boleh masuk ke tempat ibadah dan juga pemakaman yang sempat dikaji oleh Kennedy *et al.*, (2015) di Indonesia. Lebih dari 50% setiap responden tidak pernah mengatasi dismenorenya dan hanya 20% responden mengatasi dismenorenya dengan meminum air hangat. Hal tersebut mungkin disebabkan karena coping nyeri saat menstruasi terjadi berbeda tiap responden.

Mayoritas responden mendapatkan informasi mengenai menstruasi berasal dari ibunya sebanyak 94,17% diikuti dari guru/dosen sebanyak 66,01% dan teman 65,53%, media sosial atau internet 65,04%. Persamaan dari beberapa peneliti mengenai sumber informasi yang banyak menjadi pilihan adalah ibu mereka (Balla *et al.*, 2018; Deepa *et al.*, 2019). Kennedy *et al.*, (2015) yang menyebabkan ibu sebagai sumber informasi karena mereka akan merasa lebih nyaman mendiskusikan masalah sensitive. Lebih dari 50% responden memilih media sosial atau internet sebagai sumber informasinya.

Teknologi di era industry 4.0 menjadi pilihan responden dalam menggunakan media sosial atau internet sebagai sumber informasinya.

Mahasiswa dengan pengetahuan rendah terhadap menstruasi cenderung memiliki sikap negatif terhadap menstruasi begitu juga dengan pengetahuan tinggi cenderung memiliki sikap positif terhadap menstruasi. Sejalan dengan Notoatmodjo (2012) jika pengetahuan adalah domain terpenting untuk membentuk sikap. Hal ini menggambarkan jika sikap terbentuk dari informasi yang diterima mengenai hal-hal tertentu (Kluytsman, 2006). Jika pengetahuan yang diterima dari informasi yang salah dapat menimbulkan sikap yang salah juga dan berpredisposisi berperilaku yang salah pula. Responden yang mempunyai pengetahuan tinggi cenderung untuk melakukan praktik menstruasi yang baik dan pengetahuan yang rendah cenderung melakukan praktik menstruasi yang buruk.

Para ahli psikolog berpendapat bahwa manusia membentuk struktur kognitif dalam memori dan mengorganisasi setiap informasi yang terjadi dalam situasi belajar, apabila manusia ada di situasi tertentu lalu timbul stimulus maka mereka akan menarik ingatan pada struktur kognitif untuk menentukan tindakan yang tepat. Sehingga apa yang dilakukan atau tindakan tergantung pada proses kognitif yang mendasar didapatkan dari proses belajar (Atkinson, 2010). Sikap seseorang menentukan seberapa baik hal tersebut dapat meramalkan perilaku tersebut dan responden dengan sikap positif terhadap menstruasi, lebih separuh diantaranya adalah mereka yang memiliki praktik baik pada menstruasi dan dari total responden dengan sikap negatif, lebih separuh diantaranya memiliki praktik menstruasi yang buruk. Atkinson, et al., (2010) mengungkapkan sikap hanya salah satu faktor terjadinya perilaku, sedangkan perilaku ditentukan oleh banyak faktor antara lain tingkat kendala dalam situasi. Sehingga terkadang manusia seringkali bertindak dengan cara yang tidak sesuai dengan apa yang mereka rasakan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kebidanan di Surabaya memiliki pengetahuan tinggi namun tidak sebanding dengan sikapnya yang masih memiliki sikap negatif terhadap menstruasi sehingga hanya separuhnya memiliki praktik baik pada menstruasi. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar bagi peningkatan lingkup penelitian tentang menstruasi dan *menstrual hygiene* dan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel-variabel lainnya seperti keluarga dan



lingkungan di penelitian selanjutnya. Diharapkan institusi dapat mengevaluasi kembali materi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap yang positif tentang menstruasi dan mengenalkan *menstrual hygiene* pada kurikulumnya sehingga mahasiswa dapat menerapkan materi yang telah diajarkan karena kedepannya mahasiswa bidan akan membantu dalam memberikan pengetahuan mengenai menstruasi kepada masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., Asrori, M., (2018) '*Psikologi Remaja*'. Bumi Aksara: Jakarta
- Anchebi T, H. *et al.* (2017) 'Practice of Menstrual Hygiene and Associated Factors among Female High School Students in Adama Town', *Journal of Womens Health Care*, 06(03). doi: 10.4172/2167-0420.1000370.
- Atkinson, R.L., (2009). Pengantar Psikologi Jilid 1. Alih bahasa: Nurjanah. Jakarta: Erlangga.
- Auemanekul N., Bhandari S., Kerdmongkol P., (2013). Menstrual Hygiene Practices among Adolescents in a Rural District of Nepal. *Asia Journal of Public Health*.
- Azwar, (2016). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balla, C. P. *et al.* (2018) 'Knowledge , perceptions and practices of menstrual hygiene among degree college students in Guntur city of Andhra Pradesh , India', *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 7(10), pp. 4109–4115. doi: DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20184137>.
- Balqis, M., Arya, I. F. D. and Ritonga, M. N. A. (2016) 'Knowledge, Attitude and Practice of Menstrual Hygiene among High Schools Students in Jatinangor', *Althea Medical Journal*, 3(2), pp. 230–238. doi: 10.15850/amj.v3n2.783.
- Baumann, S. E., Lhaki, P. and Burke, J. G. (2019) 'Assessing the Role of Caste/Ethnicity in Predicting Menstrual Knowledge, Attitudes, and Practices in Nepal', *Global Public Health*. Taylor & Francis, 0(0), pp. 1–14. doi: 10.1080/17441692.2019.1583267.
- BPS Surabaya. (2018) *Proyeksi Penduduk Kota Surabaya Menurut Jenis Kelamin dan Kelompok Umur Tahun 2019*. [online] [surabayakota.bps.go.id](http://surabayakota.bps.go.id). Diperoleh dari : <https://surabayakota.bps.go.id/dynamictable/2018/04/18/23/proyeksi-penduduk-kota-surabaya-menurut-jenis-kelamin-dan-kelompok-umur-tahun-2019.html> [25 Juli 2019]
- Deepa, S. *et al.* (2019) 'Awareness , perceptions and practices regarding menstruation and menstrual hygiene among students of a college in Bengaluru Urban district , South India : a cross sectional study', *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 6(3), pp. 1126–1132. doi: <http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20190597>.
- Divya, G. *et al.* (2017) 'ASSESSMENT OF KNOWLEDGE, PRACTICE AND ATTITUDE ON MENSTRUAL HYGIENE AMONG MEDICAL STUDENTS IN A TEACHING HOSPITAL', *INDO AMERICAN JOURNAL OF PHARMACEUTICAL SCIENCES*, 4(01), pp. 13–19. doi: <http://doi.org/10.5281/zenodo.268408> Available.
- Enzler, D. M. and Gass, T. (2018) 'Knowledge, attitudes and practices concerning

- Menstrual Hygiene Management (MHM) of adolescents in rural primary schools in Malawi IsGlobal, Barcelona Institute for Global Health'. Available at: [http://menstrualhygieneday.org/wp-content/uploads/2018/12/Swiss\\_Red\\_Cross\\_MHM\\_Malawi\\_School\\_study\\_report.pdf](http://menstrualhygieneday.org/wp-content/uploads/2018/12/Swiss_Red_Cross_MHM_Malawi_School_study_report.pdf).
- Ghiasi, A., Keramat, A. and Mollaahmadi, L. (2018) 'The Relationship Between Attitudes Toward Menstruation and Perimenstrual Symptoms Among Female Students of Shahroud University of Medical Sciences , Northeast Iran', *Shiraz E-Med J*, 19(8). doi: 10.5812/semj.65714.Research.
- House, S., Mahon, T. and Cavill, S. (2012) 'Menstrual Hygiene Matters: A resource for improving menstrual hygiene around the world', *Reproductive Health Matters*, 21(41), pp. 257–259. doi: 10.1016/S0968-8080(13)41712-3.
- Kennedy, E. et al. (2015) 'Menstrual Hygiene Management in Indonesia', *Burnet Institute*, pp. 1–45.
- Kluytmans, F. 2006. *Perilaku Manusia*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Manna, N. et al. (2019) 'Knowledge , Awareness and Practices on Menstrual Hygiene Management among Under-Graduate Nursing Students : Experience from a Cross-Sectional Study in West Bengal , India', *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences*, 18(1), pp. 1–6. doi: 10.9790/0853-1801020106.
- Morse, J. M., Kieren, D. and Bottorff, J. (1993) 'The adolescent menstrual attitude questionnaire, part I: Scale construction', *Health Care for Women International*, 14(1), pp. 39–62. doi: 10.1080/07399339309516025.
- Notoatmodjo, S. (2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta
- Patel, H. R. and Patel, R. R. (2016) 'A cross sectional study on menstruation and menstrual hygiene among medical students of Valsad , Gujarat', *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 5(12), pp. 4297–4302. doi: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20164331>.
- Paul, E., Ameade, K. and Garti, H. A. (2016) 'Relationship between Female University Students ' Knowledge on Menstruation and Their Menstrual Hygiene Practices : A Study in Tamale , Ghana', *Hindawi Publishing Corporation Advances in Preventive Medicine*. doi: <http://dx.doi.org/10.1155/2016/1056235>.
- Sharma, Neelima et al. (2013) 'A cross sectional study of knowledge , attitude and practices of menstrual hygiene among medical students in north India', *The Journal of Phytopharmacology*, 2(5), pp. 28–37.
- Sumpter, C. and Torondel, B. (2013) 'A Systematic Review of the Health and Social Effects of Menstrual Hygiene Management', *PLoS ONE*, 8(4). doi: 10.1371/journal.pone.0062004.