

## DAMPAK MITOS MENSTRUASI TERHADAP KEHIDUPAN SOSIAL MASYARAKAT KABUPATEN PROBOLINGGO

Shofi Alfinda Ayu Rahmawati, Eggy Fajar Andalas

Universitas Muhammadiyah Malang

[shofialfinda@gmail.com](mailto:shofialfinda@gmail.com), [eggy@umm.ac.id](mailto:eggy@umm.ac.id)

### ABSTRAK

Mitos menjadi salah satu fenomena yang kehadirannya tak dapat dihindari meski bangsa ini telah mengalami perkembangan teknologi dan juga informasi. Mitos menjadi suatu hal yang berkembang dalam ruang lingkup masyarakat dan sebagian besar sudah menjadi kepercayaan tersendiri pada setiap daerah. Penelitian berjudul “Dampak Mitos Menstruasi terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat Kabupaten Probolinggo” ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak adanya mitos menstruasi dalam kehidupan sosial masyarakat Kabupaten Probolinggo. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif-deskriptif menggunakan pendekatan sosiologi sastra dengan sudut pandang pembaca, yang dalam penelitian ini adalah masyarakat. Data penelitian berupa hasil wawancara terhadap masyarakat Kabupaten Probolinggo yang mengetahui maupun mempercayai mengenai mitos menstruasi. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan (1) penentuan informan, (2) wawancara online, (3) pencatatan isi wawancara online, dan (4) perekapan hasil wawancara yang telah dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dampak adanya mitos menstruasi dalam kehidupan sosial mempengaruhi ketidakbebasan remaja putri dan pembatasan tingkah laku dalam melakukan kegiatan yang dilakukannya dalam kehidupan bermasyarakat. Adanya mitos menstruasi ini menjadikan remaja putri tidak leluasa dalam melakukan hal yang diinginkannya.

**Kata Kunci:** *mitos menstruasi, dampak sosial*

### ABSTRACT

*Myth is one of the phenomena whose presence cannot be avoided even though this nation has experienced technological and information developments. Myth has become something that has developed within the scope of society and most of it has become a separate belief in each region. The study entitled "The Impact of the Myth of Menstruation on the Social Life of the People of Probolinggo Regency" aims to describe the impact of the myth of menstruation on the social life of the people of Probolinggo Regency. This research is a qualitative-descriptive study using the sociology of literature approach from the perspective of the reader, which in this study is the community. The research data is in the form of interviews with the people of Probolinggo Regency who know or believe the myth of menstruation. The data collection procedure was carried out by (1) determining the informants, (2) interviews online, (3) recording the contents of the interviews recording the online, and (4) results of the interviews that were conducted. The results showed that the impact of the myth of menstruation in social life affects the freedom of female adolescents and limitation of behavior in carrying out activities that they do in social life. The existence of this menstrual myth makes young women not free to do what they want.*

**Keywords:** *menstrual myth, impact social*

### PENDAHULUAN

Mitos merupakan suatu hal yang hampir selalu ada di setiap daerah. Sebagian besar mitos yang masih terjaga keberadaannya memiliki peran sebagai bentuk pesan moral bagi masyarakat yang meyakiniinya. Tetapi tak

sedikit juga yang tidak mempercayai mitos-mitos itu ketika dianggap sebagai sesuatu yang bertentangan dengan kebebasan individu. Di Beberapa daerah Indonesia, pastinya terdapat mitos-mitos yang sering didengar maupun dikatakan. Mitos menjadi salah bentuk sastra lisan yang tercakup secara umum sebagai hasil dari kesusastraan, keberadaannya tidak lepas dari pengaruh antara pengarang, masyarakat, maupun pembaca. Salah satu yang masih sering terdengar adalah mitos pada saat menstruasi. Di satu sisi, mitos mengenai menstruasi ini dapat menjadi sikap pembatas bagi masyarakat yang memandang sebelah mata remaja putri.

Lupton (1994) menyebutkan bahwa menstruasi merupakan proses biologis yang terkait dengan pencapaian kematangan seks, kesuburan, ketidakhamilan, kesehatan tubuh, dan juga pembaharuan tubuh. Menstruasi pada perempuan menandakan ia telah memasuki masa remaja, dimana masa remaja merupakan tahap dalam mencapai kematangan emosional, psikososial, dan seksual yang ditandai dengan mulai berfungsinya organ reproduksi dan segala konsekuensinya, ditandainya dengan pendarahan dari rahim yang berlangsung secara periodik dan sebagai proses alamiah. Menstruasi umumnya tidak terjadi secara langsung pada anak perempuan, melainkan secara bertahap. Salah satu tanda awalnya adalah payudara anak mulai tumbuh yang biasanya dimulai sejak umur 9-13 tahun.

Gharoro (2013) menyebutkan bahwa masih banyaknya remaja putri yang tidak mendapat informasi mengenai perawatan diri pada saat menstruasi, hal ini disebabkan oleh sikap orang tua maupun masyarakat sekitar yang kurang terbuka dalam mendiskusikan perawatan diri menstruasi, hal inilah yang menjadi penghalang bagi remaja putri untuk mendapatkan hak informasi yang tepat. Dampaknya jelas dengan masih mempercayainya mitos-mitos mengenai menstruasi. Beberapa mitos tersebut seringkali membuat banyak menimbulkan kekhawatiran karena masih adanya yang mempercayai mitos ini. Nilai-nilai dalam sastra lisan ungkapan, menjadikan masyarakat mempercayai ungkapan tersebut dan mewariskannya ke generasi berikutnya. Hal ini menjadi bukti bahwa sastra lisan dalam kajian sosiologi sastra memiliki fungsi sosial yang mengkaji seberapa jauh nilai dalam karya sastra dapat diterima oleh masyarakat.

Alasan yang mendasari dilakukannya penelitian ini adalah karena masih banyak yang mempercayai mengenai mitos-mitos dan larangan saat menstruasi yang faktanya tidak benar dan juga untuk mengetahui apa dampak yang ditimbulkan dengan adanya mitos ini. Untuk mitos dan larangan ini sebenarnya ada di berbagai daerah, yang meskipun sudah ada bantahan menggunakan fakta tetapi masih tetap dilanjutkan. Sering kali orang tua melarang anak mengenai hal-hal “yang belum tentu benar” saat menstruasi. Bentuknya adalah omongan orang-orang sekitar yang terkadang melarang anaknya maupun orang-orang sekitarnya. Keberadaannya masih tetap “terjaga” dengan saling menyalurkan kepada sesama maupun memberitahu orang lain. Mitos memanglah merupakan suatu hal yang hanya berkembang di masyarakat, di zaman modern ini masih banyak masyarakat yang masih cenderung mempercayai mitos karena masih sering mendengar maupun menyampaikan mitos itu. Dalam hal ini seharusnya lebih selektif dalam menangkap mitos maupun larangan. Terlebih jika generasi milenial yang umumnya sudah memiliki gawai, mereka haruslah mencari informasi yang lebih akurat dan juga dapat memberikan penjelasan kepada orang lain mengenai fakta dari mitos dan larangan saat menstruasi. Salah satu faktor utama yang menyebabkan masih tersebarnya mitos ini karena omongan dari orang tua atau dari orang-orang disekitar. Dalam beberapa kasus, adanya mitos menstruasi ini menyebabkan terjadinya pengucilan terhadap remaja

putri dan juga menjadikan beberapa aktivitas remaja putri tak berjalan dengan leluasa.

Berdasarkan permasalahan di atas, beberapa penelitian berikut yang dianggap relevan dengan penelitian ini. Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Irwan Abdullah (2002) dengan judul “Mitos Menstruasi : Konstruksi Budaya atas Realitas Gender” pada poin “Konstruksi Sosial Menstruasi ” disimpulkan bahwa jika diletakkan dalam konteks relasi gender, mitos-mitos atau aturan yang berhubungan dengan menstruasi , dapat dijadikan alat bagi laki-laki untuk membatasi partisipasi perempuan dalam wilayah publik untuk mengatur status dan peran yang berpengaruh dalam proses pembuatan keputusan yang menyangkut keseluruhan komunitas. Tabu menstruasi sesungguhnya telah menempatkan perempuan sebagai “orang lain” yang berbeda dengan laki-laki.

Kedua, penelitian dalam skripsi Rizki Andi Pranata (2015) yang berjudul “Presepsi Masyarakat Teks Terhadap Mitos dalam Novel Bilangan Fu Karya Ayu Utami; Kajian Sosiologis” menunjukkan bahwa beberapa mitos yang terdapat dalam novel tersebut dapat dilihat dari berbagai sudut pandang kelompok masyarakat. Pemanfaatan teori Sosiologi sastra, penelitian ini menemukan berbagai sudut pandang setiap kelompok masyarakat dan melihat mitos yang ada disekitar masyarakat. Tentunya setiap pandangan antar kelompok atau bahkan antar individu berbeda, hal ini juga dipengaruhi oleh kemodernan dan kepercayaan lokal yang terkadang masyarakat religius memandang hal itu sebagai syirik.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Andalas (2017) mengenai “Dampak dan Fungsi Sosial Mite Mbah Bajing bagi Kehidupan Spiritual Masyarakat Dusun Kecopokan Kabupaten Malang”. Tujuan diadakannya penelitian ini untuk mendeskripsikan dampak dan fungsi mite bagi kehidupan masyarakat. Hasil penelitian menunjukkan mite Mbah Bajing berdampak terhadap cara berpikir, bertindak dan berperilaku masyarakat terhadap ruh dan makam Mbah Bajing yang menyebabkan adanya perlakuan khusus terhadap makam tokoh mitologis ini.

Penelitian ini dirasa penting untuk dilakukan sebab mitos menstruasi memiliki keberpengaruhan terhadap kehidupan sosial remaja putri. Berdasarkan pemaparan permasalahan di atas, tujuan utama adanya penelitian yang berjudul “Dampak Mitos Menstruasi Terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat Kabupaten Probolinggo” ini adalah untuk mendeskripsikan dampak terhadap kehidupan sosial adanya kepercayaan mitos yang masih tersebar mengenai menstruasi. Pentingnya penelitian ini adalah agar remaja putri lebih memahami atau mengetahui apa yang baik bagi tubuhnya kurangnya pemahaman mengenai menstruasi ini mengakibatkan masih rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat yang membuat banyak mitos muncul soal menstruasi. Sejalan dengan ini perlulah adanya pendeskripsian mengapa mitos ini masih diyakini dan apa sebenarnya dampak yang akan terjadi dengan adanya mitos ini. Penelitian ini berobjek pada mitos yang sering disalurkan kepada remaja putri. Terdapat beberapa mitos yang paling sering ditemui, diantaranya (1) tidak boleh mencuci rambut, (2) tidak boleh minum air dingin, dan (3) tidak boleh memetik daun jeruk. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini akan mendeskripsikan dampak dengan adanya mitos menstruasi pada masyarakat Kabupaten Probolinggo. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan, bahan pertimbangan bagi penelitian-penelitian yang sejenis dan juga sebagai sumber referensi bagi penelitian-penelitian yang mengambil objek maupun sumber data yang hampir serupa.

Memasuki permasalahan di atas, penelitian ini menggunakan teori ‘Sosiologi Sastra’, dengan menggunakan sudut pandang pembaca yang dalam

hal ini merupakan masyarakat. Wellek dan Warren (1994) mengungkapkan bahwa yang menjadi ruang lingkup kajian teori ini adalah permasalahan masyarakat, dampak yang ditimbulkan dari karya sastra, juga sejauh mana karya sastra ditentukan atau tergantung dari latar sosial, perubahannya, dan perkembangan sosial yang dihasilkan. Dalam hal ini yang dipentingkan adalah reaksi yang ditimbulkan masyarakat dengan adanya mitos menstruasi. Sastra lisan bentuk mitos tersebut dapat menggambarkan adanya interaksi antar individu dalam membentuk suatu peristiwa yang akan menimbulkan gejala sosial. Gejala sosial tersebut ditunjukkan dengan realitas dalam lingkungan masyarakat. Dengan adanya realitas sosial tersebut tentunya juga dibatasi oleh konsepsi dan persepsi, sehingga makna yang dihasilkan antar individu dalam realitas sosial pastinya berbeda sesuai dengan hasil pola pikir setiap individu. Dalam pemikiran Wellek dan Warren, menyebutkan bahwa hubungan antara karya sastra dengan masyarakat adalah mempelajari karya sastra sebagai bentuk dokumen sosial dan juga sebagai potret dari kenyataan sosial.

Penggunaan teori ini diharapkan dapat menyebutkan masalah penelitian dengan melihat dari sudut pandang masyarakat dengan mitos-mitos yang terdapat dalam kehidupan sosial masyarakat. Penggunaan teori ini, dikarenakan objek yang digunakan dalam kajian sosiologi dan sastra mempunyai bidang yang sama, yaitu kehidupan masyarakat. Junus (1986) menyebutkan bahwa dalam kajian sosiologi pembaca, yang dijadikan fokusnya adalah reaksi dan penerimaan pembaca terhadap karya sastra tersebut, dalam hal ini adalah mitos.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian yang berjudul “Dampak Mitos Masyarakat Menstruasi Kabupaten Probolinggo” ini adalah deskriptif kualitatif, yang akan mengarah kepada menjabarkan mengenai fakta dari mitos saat menstruasi. Data yang terkumpul akan berbentuk kata-kata atau gambar, dan tidak menekankan pada angka. Disebutkan bahwa metode ini menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari para informan dan perilaku yang diamati, yang tidak dituangkan ke dalam variabel atau hipotesis (Mas’udah, 2012). Penelitian deskriptif digunakan untuk menggambarkan atau menjelaskan secara teratur menurut sistem, berdasarkan kenyataan, dan ketelitian mengenai kenyataan penelitian. Dapat dikatakan bahwa metode analisis deskriptif digunakan untuk menguraikan kemudian mendeskripsikan keadaan objek yang diteliti dan menjadikannya pusat perhatian.

Sumber data pada penelitian ini adalah masyarakat Kabupaten Probolinggo. Penelitian dilakukan selama dua bulan, dimulai dari bulan Desember 2020 hingga Januari 2021 di Kabupaten Probolinggo. Data mengenai mitos atau larangan saat menstruasi ini diperoleh dari dua informan yang berasal dari Kabupaten Probolinggo. Data-data yang mendalam didapatkan melalui wawancara masyarakat Kabupaten Probolinggo yaitu, Ibu Diana (berusia 56 tahun) yang merupakan seorang IRT (Ibu Rumah Tangga) dan Ibu Sofiyatul (berusia 46 tahun) yang merupakan seorang karyawan apotek. Terdapat tiga mitos yang ditemukan berdasarkan hasil wawancara, yaitu (1) mitos tidak boleh mencuci rambut saat menstruasi, (2) mitos tidak boleh memetik daun jeruk, dan (3) mitos tidak boleh minum air dingin.

Pengumpulan data pada penelitian yang berjudul “Dampak Mitos Menstruasi Masyarakat Kabupaten Probolinggo” ini meliputi wawancara online dan dokumentasi online, yang dapat disebut sebagai metode pengumpulan data digital etnografi. Wawancara online yang dilakukan merupakan teknik pengumpulan data menggunakan pertanyaan secara lisan maupun tulisan kepada informan menggunakan aplikasi Whatsapp. Alasan

mendasar penggunaan teknik pengumpulan data ini karena dapat menjadi jalan untuk mencari informasi kepada informan melalui media sosial dan disebabkan karena juga di masa pandemi sekarang terdapat banyak daerah yang melakukan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar).

Proses pengumpulan data penelitian berjudul “Dampak Mitos Menstruasi Masyarakat Kabupaten Probolinggo” meliputi (1) penentuan informan, (2) wawancara online, (3) pencatatan isi wawancara online, dan (4) perekapan hasil wawancara online yang telah dilakukan. Proses wawancara ini berlangsung bebas, dapat dikatakan bahwa pertanyaan yang diberikan pada saat wawancara akan berlangsung sesuai dengan jawaban yang diberikan informan dan sesuai dengan respon dari informan. Yang perlu digaris bawahi adalah pertanyaan yang akan diajukan kepada informan. Secara garis besar pertanyaan-pertanyaan tersebut memuat mengenai mitos menstruasi itu sendiri dan juga tanggapan informan mengenai mitos ini.

Teknik analisis data dilakukan dengan reduksi, penataan, dan kesimpulan (Creswell, 2007) dan (Sangidu, 2004). Reduksi data dilakukan dengan 1) menyederhanakan berbagai data yang berasal dari transkrip wawancara, catatan lapangan, dan dokumen. Berbagai data yang didapatkan peneliti di pilah yang penting saja sesuai dengan tujuan penelitian dan 2) menggolongkan data yang telah didapatkan berdasarkan jenisnya. Dalam proses ini peneliti menyaring dan membuang data yang dirasa tidak perlu, sehingga hanya menggolongkan berbagai data yang penting sesuai kebutuhan tujuan penelitian. Penataan data dilakukan dengan cara (1) menyajikan data yang telah direduksi secara sistematis dan (2) data tersebut disajikan dalam bentuk teks naratif dengan tujuan agar data mudah dipahami oleh pembaca. Kemudian pada bagian kesimpulan akan dipaparkan mengenai berbagai hasil penyajian data yang telah ditarik kesimpulannya sebagai jawaban dari permasalahan penelitian.

## **PEMBAHASAN**

Mitos merupakan salah satu fenomena di mana keberadaannya tak bisa dihindari, berkembangnya di dalam ruang lingkup masyarakat meski bangsa ini telah mengalami perkembangan dalam bidang teknologi dan informasi. Meskipun banyak dari keberadaan mitos yang mengandung nilai positif, tetapi tak dapat dipungkiri juga terdapat mitos yang merugikan sebagian kecil masyarakat. Hasil dan pembahasan penelitian yang berjudul “Dampak Mitos Menstruasi Masyarakat Kabupaten Probolinggo” adalah membahas tentang dampak adanya mitos menstruasi pada masyarakat Kabupaten Probolinggo. Seperti yang telah disampaikan sebelumnya, fokus dari penelitian ini adalah kajian dampak sosial yang terdapat pada masyarakat Kabupaten Probolinggo berdasarkan dengan mitos menstruasi yang berada dalam ruang lingkup sosialnya. Pemaparan hasil penelitian yang diberikan akan berupa deskripsi dampak sosial yang terdapat pada mitos menstruasi masyarakat Kabupaten Probolinggo.

### **Mitos Tidak Boleh Mencuci Rambut**

Mitos tidak boleh mencuci rambut saat menstruasi ini menjadi salah satu mitos mengenai menstruasi yang diketahui banyak masyarakat. Disebutkan jika keramas saat menstruasi masih berlangsung, akan menyebabkan sakit kepala. Fakta yang sebenarnya adalah sakit kepala pada saat menstruasi terjadi karena sindrom premenstrual. Meskipun sudah banyak fakta mengenai mitos ini, tak sedikit pula yang masih menyalurkannya, terutama golongan tua yang masih berpegang teguh terhadap mitos yang turun-temurun. Akan tetapi tak dapat dipungkiri bahwa seiring berjalannya

waktu dan juga kemajuan teknologi untuk mencari informasi, meskipun mitos ini masih tetap ada tetapi yang mempercayai hal ini mulai berkurang.

Informan pertama, Ibu Diana merupakan seorang ibu rumah tangga berusia 56 tahun. Ibu Diana mengetahui tentang mitos menstruasi, akan tetapi Ibu Diana tidak mempercayai mitos ini. Dalam wawancara yang dilakukan, dinyatakan mitos yang diketahui Ibu Diana adalah “tidak boleh minum es dan tidak boleh keramas sebelum menstruasi selesai”. Pada pertanyaan selanjutnya “Apakah mungkin Ibu sudah mengetahui fakta dari mitos tersebut?”, Ibu Diana menjawab “Tidak”. Alasan Ibu Diana tidak mempercayai mitos menstruasi dikarenakan salah satu mitosnya yaitu tidak boleh keramas sebelum menstruasi selesai, menyebabkan kepala gatal. Lalu “Apakah di lingkungan Ibu masih ada yang mempercayai mitos menstruasi ini?”, Ibu Diana menjawab “Masih”. Meskipun Ibu Diana tidak mempercayai mitos menstruasi tidak boleh keramas ini, tak ada tanggapan mengenai masyarakat yang masih mempercayai mitos menstruasi terutama yang dikembangkan secara turun temurun, dibuktikan dengan pertanyaan peneliti “Bagaimana tanggapan Ibu mengenai masyarakat sekitar Ibu yang masih mempercayai mitos ini?” dan jawaban Ibu Diana adalah “tanggapan saya tidak apa-apa karena sudah turun menurun”.

Hal ini selaras dengan pernyataan Junus, yang menjadi fokusnya adalah reaksi penerima mitos terhadap mitos yang berkembang. Dapat disimpulkan dari hasil laporan wawancara tersebut, adanya mitos menstruasi tidak boleh keramas sebelum menstruasi selesai berpengaruh terhadap ketidaknyamanan perempuan yaitu kepala menjadi gatal. Akan timbul kekhawatiran jika mitos menstruasi yang mengatakan tidak boleh keramas sebelum menstruasi selesai terhadap remaja putri.

### **Mitos Tidak Boleh Minum Air Dingin**

Informan kedua, Ibu Sofiyatul menyebutkan bahwa mitos yang sering didengarnya adalah “Saat menstruasi tidak boleh minum es karena bisa menyebabkan darah yang dikeluarkan lebih banyak dari biasanya dan tidak boleh memetik daun jeruk karena pohonnya bisa mati jika dipetik oleh perempuan yang sedang menstruasi”. Peneliti bertanya kepada Ibu Sofiyatul “Mengenai mitos yang telah Ibu sebutkan, apakah Ibu mempercayai tentang hal itu atau mungkin pernah menyalurkan mitos yang Ibu ketahui kepada orang lain?” jawaban atas pertanyaan tersebut adalah Ibu Sofiyatul mempercayai mengenai mitos menstruasi dan juga Ibu Sofiyatul menyalurkan mitos yang diketahuinya kepada orang lain. Pada mitos tidak boleh minum air dingin, Ibu Sofiyatul mengatakan “Kalau masalah minum es, saya pernah baca Cuma lupa di mana. Tapi kalau mitos menstruasi mengenai daun jeruk saya tidak pernah mencari tahu”. Meskipun Ibu Sofiyatul masih mempercayai pada saat menstruasi tidak boleh memetik daun jeruk, Ibu Sofiyatul tidak memaksa orang disekitarnya untuk mempercayai hal tersebut. Peneliti bertanya kepada Ibu Sofiyatul “Bagaimana jika Ibu menyalurkan mitos menstruasi ini kepada orang lain, tetap orang itu tidak mempercayai atau bahkan membantah akan mitos yang Ibu sebutkan?” Ibu Sofiyatul mengatakan “Kalau saya terserah orangnya, mau dia percaya atau tidak percaya pun saya tidak ambil pusing”. Dalam hal ini jelas bahwa Ibu Sofiyatul tidak memperhitungkan jika ada yang tidak percaya mengenai mitos menstruasi yang diyakininya.

Mitos tidak boleh minum air dingin saat menstruasi ini juga menjadi salah satu mitos mengenai menstruasi yang diketahui banyak masyarakat. Dikatakan jika meminum air dingin saat menstruasi akan menyebabkan darah menstruasi keluar lebih banyak adapun akan menyebabkan darah menstruasi menjadi beku. Faktanya hal itu sama sekali tak berhubungan, menstruasi

berada pada sistem reproduksi sedangkan makan dan minum berada pada sistem pencernaan.

### **Mitos Tidak Boleh Memetik Daun Jeruk**

Dilanjutkan dengan pernyataan dari peneliti kepada Ibu Sofiyatul “Mengenai mitos tidak boleh memetik daun jeruk jika sedang menstruasi karena nanti pohonnya mati yang Ibu sebutkan sebelumnya, sebenarnya ini pertama kali saya tahu akan mitos ini”. Berdasarkan pernyataan dari peneliti tersebut, Ibu Sofiyatul menjawab “kalu mitos itu saya tau dari teman saya mbak, sudah lama sebekum saya punya pohonnya. Setelah saya punya pohonnya, saya terapkan mitos ini”. Ibu Sofiyatul memberikan jawaban pertanyaan “Apa ada kemungkinan mitos yang Ibu percayai akan diturunkan kepada anak Ibu?” yaitu, “Selama itu baik dan tidak syirik, akan saya turunkan”.

Tidak ada pemaparan yang jelas dan fakta yang relevan berdasarkan mitos menstruasi yang satu ini. Berdasarkan hasil wawancara di atas, meskipun sebagian orang menganggap bahwa sastra lisan merupakan hal yang tidak nyata. Namun masyarakat yang mempercayainya, akan menganggap bahwa ada kejadian unik di balik sastra lisan. Keunikan sastra lisan tersebut semakin jelas ketika kepercayaan-kepercayaan masyarakat melahirkan beragam perilaku yang timbul dari setiap masyarakat, bahkan berpengaruh pada pola kehidupan masyarakat.

### **Perspektif Pola Pikir Masyarakat Modern**

Sebagian besar masyarakat yang berpola pikir modern, tidak mempercayai mitos yang ada terutama dalam hal yang bisa menjadi pembatas kebebasannya. Selain berdasarkan perspektif atau tergantung dari sudut pandang individu itu memandang, ketidakpercayaan terhadap mitos juga dikarenakan sudut pandang iman agama yang dipercayai. Masyarakat modern berpandangan bahwa kebenaran akan mitos itu relatif, dapat berubah sesuai konteks, dan dapat juga berganti dengan gagasan baru, yang dianggap relevan dan relatif dari pada gagasan yang ada sebelumnya. Dalam roda kehidupan tentunya masyarakat modern menginginkan kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya, dengan pola pikir ini akan berhubungan ke depannya bagaimana segala sesuatu dapat lebih baik dari sebelumnya (Khosidah Nur dan Devy Habibi Muhammad, 2019).

Pada informan pertama yaitu Ibu Diana, beliau tidak mempercayai sama sekali mengenai mitos menstruasi ini. Bahkan di saat masyarakat di sekitar lingkungannya masih mempercayainya, Bu Diana tidak berpikir begitu. Ibu Diana Pun memaklumi jika ada masyarakat sekitarnya masih mempercayai mitos menstruasi ini karena memang sudah diterapkan secara turun temurun. Alasan Ibu Diana tidak mempercayai mitos menstruasi dapat disimpulkan bahwa terdapat salah satu mitos yang mengganggu aktivitas, yaitu tidak boleh keramas saat menstruasi. Mitos tidak boleh keramas saat menstruasi tidak dipercayai Ibu Diana karena jika tidak keramas saat menstruasi, dan diperbolehkan keramas saat menstruasi selesai akan menjadikan kulit kepala gatal. Dapat ditarik kesimpulan jika salah satu mitos mengenai menstruasi ini tidak meyakinkan untuk dipercaya dan dapat menimbulkan kerugian pada individu, maka mitos lainnya pun akan tidak dipercayai juga. Kepercayaan terhadap mitos menstruasi kembali kepada individu masing-masing.

### **Dampak Mitos Menstruasi**

Dampak yang ditimbulkan dalam konteks kajian yang dilakukan pada penelitian ini, jelaslah terhadap pembaca yang dimaksud adalah masyarakat

Kabupaten Probolinggo, khususnya remaja putri yang baru mendapatkan menstruasi. Keberadaan mitos menstruasi di kalangan masyarakat Kabupaten Probolinggo memberikan dampak terhadap ketidakbebasan remaja putri dalam melakukan kegiatan yang dilakukan dalam kehidupan bermasyarakatnya. Dan juga hal ini dapat dianggap sebagai ketidaksetaraan maupun ketidakadilan di ruang lingkup masyarakat. Masyarakat yang masih mempercayai tentang mitos ini, terkadang berusaha untuk tetap menyalurkan mitos menstruasi yang diketahuinya dengan cara-cara yang bersifat komunikatif secara langsung, tidak langsung, maupun turun-temurun.

Berbagai hal terjadi dengan adanya mitos menstruasi yang masih berkembang dan diturunkan menyebabkan kerugian di pihak emaja putri yang baru mengalami menstruasi. Dampak yang ditimbulkan dengan masih mempercayai mitos menstruasi ini akan membatasi tingkah laku dan hal apa yang ingin perempuan lakukan. Persoalan semacam ini menjadikan perempuan terkadang menunjukkan sifat labil yang berakibat pada pengambilan keputusan terutama terhadap suatu hal yang berkesinambungan dengan mitos menstruasi yang masih berkembang. Ketidakbebasan terhadap remaja putri dalam mitos menstruasi juga dapat dipengaruhi oleh tidak terpenuhinya informasi mengenai fakta menstruasi. Tidak terpenuhi secara ruang lingkup sosial maupun tidak terpenuhi karena tidak mencari informasi mengenai menstruasi secara individu. Dalam hal ini perlunya kesadaran diri agar lebih selektif dalam menangkap mitos maupun larangan menstruasi. Terlebih sekarang sebagian besar generasi milenial yang umumnya sudah memiliki gawai, haruslah mencari informasi yang lebih akurat dan juga dapat memberikan penjelasan kepada orang lain mengenai fakta dari mitos dan larangan saat menstruasi.

Hutomo (1991) menyebutkan fungsi adanya mitos menstruasi pada perempuan yaitu sebagai alat untuk menuntut berlakunya norma-norma sosial dan sebagai alat pengatur sosial. Dengan arti lain perempuan dibatasi oleh norma-norma yang berlaku di sebagian wilayah dan etnik tertentu yang meletakkan perempuan menjalani sanksi terhadap pelanggaran yang dianggap bagi kaum tertentu sebagai hal negatif. Akan tetapi secara garis besar, hal ini dianggap sebagai tindakan pembedaan perlakuan terhadap sesama terhadap hak-hak yang seharusnya didapatkan oleh kaum perempuan secara utuh sebagai manusia yang memiliki nilai yang sama terhadap laki-laki. Juga tidak dapat dihindari bahwa mitos-mitos mengenai menstruasi yang berada dalam ruang lingkup masyarakat menimbulkan keterlibatan yang negative terhadap kebersihan maupun kenyamanan pada remaja putri. Pengaruh peran orang tua dalam memberikan informasi berupa fakta kepada anaknya mengenai menstruasi juga perlu ditingkatkan. Dengan adanya pemahaman dasar yang didapat dari orang tua mengenai fakta terhadap mitos menstruasi, remaja putri juga tidak terlalu merespon terhadap mitos menstruasi yang didengarnya. Akan tetapi jika orang tua terutama ibu masih menyalurkan mitos menstruasi secara turun-temurun, perlulah kesadaran bagi remaja putri sendiri mengenai hal tersebut.

## **SIMPULAN**

Mitos menjadi suatu hal yang berkembang di masyarakat, di zaman modern ini masih banyak masyarakat yang masih cenderung mempercayai mitos karena masih sering mendengar maupun menyampaikan mitos itu secara langsung maupun tak langsung. Dalam hal ini perlunya kesadaran diri bagi remaja putri agar lebih selektif

dalam menanggapi mitos maupun larangan menstruasi . Secara luas, pewarisan maupun perkembangan terhadap mitos menstruasi ini terjadi secara pasif melalui tindakan dan perkataan dalam ruang lingkup sosial masyarakat secara umum.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, meskipun sebagian orang menganggap bahwa sastra lisan merupakan hal yang tidak nyata. Namun masyarakat yang mempercayainya, akan menganggap bahwa ada kejadian unik di balik sastra lisan. Keunikan sastra lisan tersebut semakin jelas ketika kepercayaan-kepercayaan masyarakat melahirkan beragam perilaku yang timbul dari setiap masyarakat, bahkan berpengaruh pada pola kehidupan masyarakat. Keberadaan mitos menstruasi ini berdampak kepada remaja putri, yaitu ketidakbebasan bagi remaja putri dalam melakukan kegiatan yang dilakukan dalam kehidupan bermasyarakatnya. Di sisi lain mitos menstruasi juga menjadi suatu hal yang dapat dianggap sebagai ketidaksetaraan maupun ketidakadilan di ruang lingkup masyarakat.

Salah satu yang menjadi penekanan bagi remaja putri di saat mengalami menstruasi adalah menjaga kebersihan tubuh. Akah tetapi pada mitos “tidak boleh mencuci rambut sebelum menstruasi selesai”, menjadi salah satu faktor mengapa perlu bagi remaja putri benar-benar ketat dalam memperoleh informasi yang belum pernah diketahui maupun baru diketahui terutama dalam hal ini yaitu mitos menstruasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, I. (2012). Mitos Menstruasi : Konstruksi Budaya Atas Realitas Gender. *Humaniora*, 14(1), 34–41.
- Andalas, E. F. (2017). Dampak Dan Fungsi Sosial Mitos Mbah Bajing Bagi Kehidupan Spiritual Masyarakat Dusun Kecopokan, Kabupaten Malang, Jawa Timur. *Jurnal Puitika*, 13(1), 20–31.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (2nd ed.).
- Gharoro, L. A. (2013). Menstrual hygiene practices among junior secondary school students in Benin City. *Journal of Educational and Social Research*, 3(8), 129-129.
- Hutomo, S. S. (1991). *Mutiara yang terlupakan: Pengantar studi sastra lisan*. Himpunan Sarjana Kesusastran Indonesia, Komisariat Jawa Timur.
- Junus, U. (1986). *Sosiologi sastra: persoalan teori dan metode*. Dewan Bahasa dan Pustaka, Kementerian Pelajaran Malaysia.
- Khosiah Nur dan Devy Habibi Muhammad. (2019). Fenomena Mitos yang Berkembang di Masyarakat Post Modern Perpektif Islam. *Tajdid: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Kemanusiaan*, 3(2), 222–235.
- Lupton, Deborah, 1994. *Medicine as Culture: Illness, Disease, and the Body in Western Societies*. London: SAGE Publications.
- Mas’udah, R. (2012). Fenomena Mitos Penghalang Perkawinan Dalam Masyarakat Adat Trenggalek. *Jurisdictie*, 1–2. <https://doi.org/10.18860/j.v0i0.1592>
- Prananta, R. A. (2015). *Persepsi Masyarakat Teks Terhadap Mitos Dalam Novel Bilangan Fu Karya Ayu Utami: Kajian Sosiologis*.
- Sangidu, D. (2004). *Penelitian sastra: Pendekatan, teori, metode, teknik, dan kiat*. Yogyakarta: Unit Penerbitan Sastra Asia Barat UGM.

Wellek, R. Austin Warren. 2016. *Teori kesusastraan*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.