

BAB I PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Perempuan adalah makhluk yang memiliki siklus kesehatan yang berbeda dengan laki-laki, secara fisiologis hal ini merupakan perbedaan yang bersifat kodrati. Masa-masa ini dimulai ketika saat memasuki pubertas. Pada saat mengalami pubertas, perempuan memiliki banyak perubahan seperti payudara yang mulai membesar hingga menstruasi yang terjadi secara alami. Hal ini menunjukkan tanda bahwa tubuh sudah siap untuk menjalankan reproduksi. Menurut (Adlina & Upahita, 2016) menstruasi pertama atau disebut dengan *menarche* ini biasanya terjadi pada usia remaja 11-14 tahun dengan lambatnya pada usia 15 tahun yang telah memasuki masa puber. Menurut (Nareza, 2020) proses menstruasi merupakan keluarnya darah kotor melalui vagina, darah menstruasi ini berasal dari lapisan dinding rahim (*endometrium*) yang mengandung pembuluh darah dari sel-sel dinding rahim dan mengeluarkan lendir yang luruh, lalu keluarnya lendir melalui vagina. Siklus ini terjadi selama 1 bulan yang dihitung dari periode pertama dan periode selanjutnya. Biasanya menstruasi ini berlangsung selama 4-6 hari. Menstruasi pada umumnya akan mengalami perubahan hormon terhadap perempuan. Biasanya, ketika mendekati waktu menstruasi perempuan cenderung lebih sensitif dengan adanya perubahan *mood* atau yang biasa disebut dengan *mood swing*. Hal ini wajar terjadi karena pengaruhnya hormonal yang naik turun.

Ketika masa menstruasi berlangsung, ada beberapa kekhawatiran yang dialami oleh para perempuan yang membuat para perempuan menjadi tidak leluasa untuk melakukan segala aktivitas. Salah satu pengaruh kekhawatiran itu yaitu adanya mitos-mitos menstruasi yang masih beredar sampai saat ini. Mitos tersebut mengakibatkan para perempuan yang mengalami menstruasi menjadi mudah terpengaruh dan mudah mempercayai mitos-mitos tersebut. Masih ada banyaknya mitos yang beredar sampai saat ini dan masih banyaknya juga yang mempercayai hal tersebut, dikarenakan adanya pengaruh kepercayaan secara turun-menurun. Banyak yang mempercayai mitos-mitos tersebut dikarenakan adanya pengalaman yang dialami secara kenyataan pada zaman dahulu yang sering ditemukan pada kegiatan sehari-hari. Lalu, masyarakat banyak yang tidak dapat membedakan

mana mitos dan mana fakta yang sebenarnya. Maka dari itu banyak yang lebih mempercayai mitos karena masyarakat kurang mengetahui informasi mengenai pengetahuan seputar kesehatan menstruasi yang seharusnya wajib diketahui.

Mitos merupakan cerita, pendapat melalui pikiran dan pengalaman sederhana yang dapat dikaitkan dengan kepercayaan didalam kebudayaan. Hal ini terjadi sudah sejak lama dan masih berkembang sampai saat ini, yang mana keberadaannya belum terlalu diyakinkan dan belum pasti keberadaannya. Semakin majunya teknologi serta ilmu-ilmu kesehatan dibidang kedokteran, hal ini patut dipertanyakan oleh ahlinya karena mitos terkait menstruasi ini banyak mencangkup pada kesehatan. Pada zaman sekarang keberadaan dokter sudah banyak ditemukan, juga dapat membantu mengkonsultasikan masalah pada menstruasi. Selain itu, mitos dapat dibandingkan kebenarannya melalui fakta yang ada secara medis melalui bidang kedokteran. Di setiap lingkungan terutama pada orang tua pastinya akan ada yang memberikan nasihat terkait menstruasi yang berupa anjuran dan larangan. Namun, walaupun nasihat itu memberi pesan maksud yang baik, akan tetapi tidak semua nasihat itu benar adanya dan harus lebih dipertanyakan melalui medis ataupun secara ilmiah.

Terdapat penelitian terdahulu yang membahas mitos dan fakta dan juga seputar kesehatan menstruasi, salah satu penelitian yang membahas mitos dan fakta yaitu oleh Suci Yossiani (2018) dengan berjudul “Perancangan Informasi Mengenai Kepercayaan Mitos Ibu Hamil Terhadap Mitos Kehamilan”. Perbedaan pada penelitian tersebut yaitu terfokuskan pada informasi mitos terhadap ibu hamil. Selain itu ada juga penelitian yang dilakukan oleh Merry Balango (2008) dengan judul “Perubahan Sikap Perempuan terhadap Masalah Menstruasi”. Penelitian tersebut menjelaskan mengenai persoalan perlakuan sikap perempuan ketika sedang mengalami masalah menstruasi dan juga sikap perempuan terhadap mitos menstruasi. Penelitian tersebut hanya terfokuskan pada sikap perempuan ketika mengalami permasalahan menstruasi.

Pada saat ini dimana masyarakat banyak yang mempercayai mitos menstruasi tanpa mengetahui fakta kebenarannya, maka perancangan ini menjadi penting untuk dilakukan agar bisa membuat pikiran masyarakat menjadi lebih terbuka.

Selain itu juga untuk mengurangi permasalahan dan menghilangkan kebiasaan melakukan aturan mitos-mitos yang ada. Perancangan ini juga sangat berguna bagi perempuan yang baru mengalami pubertas dan masa menstruasi, sebagai pembelajaran dan edukasi sedari remaja agar tak mudah terpengaruh oleh banyaknya mitos. Dari semua mitos yang tersebar, maka perlunya untuk lebih menyikapi mitos-mitos menstruasi agar kekhawatiran yang dialami perempuan pada saat menstruasi bisa berkurang dan menerapkan anjuran-anjuran menstruasi melalui informasi yang valid.

I.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan beberapa identifikasi masalah terkait mitos menstruasi banyaknya masyarakat awam yang tidak dapat membedakan dan mengetahui lebih lanjut. Lalu masih banyaknya mitos yang beredar dan belum terbukti kebenarannya. Maka dari itu adanya identifikasi masalah sebagai berikut:

- Terdapat kekhawatiran pada perempuan selama menstruasi berlangsung.
- Kurangnya informasi dan keterbatasan informasi, pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi.
- Masih banyak fenomena mitos yang beredar mengenai menstruasi.
- Masih banyak perempuan yang mempercayai mitos dan belum mengetahui fakta mengenai menstruasi.

I.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, perancang memiliki rumusan masalah yaitu: “Bagaimana memberikan pengetahuan mengenai mitos dan fakta menstruasi kepada masyarakat?”.

I.4. Batasan Masalah

Pada perancangan ini terdapat batasan masalah yang hanya meliputi mitos-mitos pada menstruasi. Batasan masalah ini difokuskan untuk membahas informasi mengenai mitos dan fakta seputar menstruasi. Maka batasan masalah pada perancangan ini, yaitu:

- Batasan objek: pada batasan objek lebih difokuskan membahas mengenai kesehatan menstruasi dari sudut pandang mitos dan fakta yang banyak beredar dimasyarakat.
- Batasan subjek: ditujukan kepada para kaum perempuan, khususnya yang baru mengalami masa menstruasi, yang berada pada fase remaja awal dan pertengahan.
- Batasan tempat: batasan tempat ini ditujukan untuk seluruh masyarakat yang berada diwilayah Indonesia.

I.5. Tujuan dan Manfaat Perancangan

1.5.1. Tujuan Perancangan

Maka dapat disimpulkan bahwa perancangan ini tentunya memiliki tujuan perancangan, yaitu:

- Memberikan sebuah informasi dan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi.
- Membuktikan fakta kebenaran dari mitos-mitos menstruasi yang beredar melalui data yang valid.

1.5.2. Manfaat Perancangan

Selain itu terdapat juga manfaat perancangan, antara lain:

- Agar para perempuan dapat memahami fakta dibalik mitos menstruasi dan tidak mempercayai mitos-mitos menstruasi yang telah beredar.
- Untuk mengurangi kekhawatiran bagi para perempuan ketika sedang mengalami menstruasi, agar lebih leluasa untuk beraktivitas.