

BAB I. PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Wanita yang telah mengalami pubertas, organ reproduksinya akan mempersiapkan kehamilan, hal itu ditandai dengan lepasnya sel telur dari indung telur dan terjadinya penebalan *endometrium* atau penebalan dinding rahim, dengan kata lain wanita yang telah mengalami pubertas akan mulai mengalami menstruasi. Rata-rata siklus menstruasi pertama dimulai pada usia 12 tahun atau 2-3 tahun setelah tumbuhnya payudara dan siklus tersebut akan berlangsung hingga terjadi masa menopause (dikutip dari situs www.alodokter.com 2023). Sukarni (dalam Wardoyo & Setiyorini 2021), menjelaskan bahwa menstruasi terjadi karena terlepasnya *endometrium* uterus atau dinding rahim yang menyebabkan keluarnya darah dari vagina. *Endometrium* yaitu salah satu bagian dari rahim atau disebut juga dengan dinding rahim yang menjadi tempat untuk *ovum* atau sel telur setelah berhasil dibuahi (dikutip dari www.siloamhospitals.com 2023). Maka dari itu, jika tidak ada terjadinya pembuahan pada *ovum* atau sel telur, *endometrium* atau dinding rahim yang sudah menebal akan meluruh dan keluar melalui vagina dan peristiwa itulah yang disebut dengan menstruasi (dikutip dari www.halodoc.com 2019). Pada lapisan *endometrium* terdapat banyak pembuluh darah dan saat tidak ada pembuahan, *endometrium* akan meluruh dengan sel telur (Kesmas Biosters 2017).

Pada saat masa menstruasi wanita membutuhkan alat untuk menampung darah yang keluar agar darah tidak tercecer kemana-mana dan mengganggu aktivitas. Selain itu juga untuk tetap menjaga kebersihan agar terhindar dari bakteri-bakteri yang akan menyebabkan penyakit, dengan begitu pada saat menstruasi memerlukan alat sanitasi. Sanitasi merupakan sebuah upaya untuk tetap bersih dan terhindar dari resiko terkena penyakit akibat lingkungan yang kotor (dikutip dari www.rumah.com 2023). Fauziah (dalam Pramesti 2021), menjelaskan bahwa menjaga kebersihan daerah kewanitaan pada saat menstruasi sangat penting untuk dilakukan agar mencegah terjadinya infeksi organ reproduksi. Alat sanitasi menstruasi memiliki beberapa jenis, diantaranya adalah pembalut sekali pakai, pembalut kain, tampon dan juga *menstrual cup*. Di Indonesia alat sanitasi

menstruasi yang paling populer dan banyak digunakan adalah pembalut sekali pakai karena produknya yang mudah didapatkan dimulai dari warung, *minimarket* sampai *supermarket*, selain itu juga cara penggunaannya mudah yaitu hanya dengan menempelkan perekat pembalut ke celana dalam. Jika pembalut sekali pakai adalah alat sanitasi yang paling populer di Indonesia, ada salah satu alat sanitasi menstruasi yang kurang populer di Indonesia bahkan masih ada orang yang belum tahu tentang alat sanitasi menstruasi ini, yaitu *menstrual cup*. *Menstrual cup* merupakan alat sanitasi menstruasi yang cara penggunaannya berbeda dengan pembalut sekali pakai maupun pembalut kain. Cara penggunaan *menstrual cup* dapat dikatakan hampir mirip dengan cara penggunaan tampon, yaitu dengan cara dimasukkan ke dalam vagina (dikutip dari www.hellosehat.com 2023). *Menstrual cup* tidak mudah ditemukan di warung atau toko terdekat seperti pembalut sekali pakai tetapi tetap bisa didapatkan di *e-commerce*. Meskipun *menstrual cup* kurang populer di Indonesia, ada beberapa brand lokal Indonesia yang berani untuk memasarkan *menstrual cup* di Indonesia, seperti Rhea Cup, Dayliee, G Cup, Ecotalk, Soul4earth dan Filmore (dikutip dari www.parapuan.co 2021).

Menstrual cup kurang populer dan cara penggunaannya masih terdengar tabu di Indonesia. Produknya yang tidak mudah untuk didapatkan di toko terdekat dan cara penggunaannya yang dimasukkan ke dalam vagina mempengaruhi kurangnya minat wanita Indonesia untuk menggunakan *menstrual cup* sebagai alat sanitasi menstruasi, apalagi di Indonesia sendiri sangat kental dengan budaya tentang perspektif mengenai keperawanan. Seperti yang dijelaskan Ndichu (dalam Widya, Usman & Widowati 2022), alasan atau faktor tertinggi wanita Indonesia enggan untuk memakai *menstrual cup* yaitu karena terkait kenyamanan dan di Indonesia sendiri selaput dara merupakan sebuah simbol keperawanan, sedangkan *menstrual cup* sendiri cara pemakaiannya adalah dengan dimasukkan ke dalam vagina. Masyarakat di Indonesia menjadikan selaput dara sebagai patokan perawan atau tidaknya seorang wanita, padahal robeknya selaput dara bisa terjadi hanya karena hal kecil contohnya terjatuh, bahkan tidak semua wanita memiliki selaput dara (dikutip dari www.halodoc.com 2022). Dalam dunia medis, seseorang yang dikatakan sudah tidak perawan adalah seseorang yang pernah melakukan hubungan

seksual, yang artinya masuknya penis ke dalam vagina (dikutip dari www.alodokter.com 2021).

Beberapa wanita Indonesia merasa takut dan ragu untuk menggunakan *menstrual cup* karena penggunaannya dimasukan langsung ke dalam vagina, selain ragu karena soal perspektif keperawanan juga karena ditakutkan hal-hal yang tidak diinginkan terjadi, seperti yang dijelaskan (dikutip dari www.cnnindonesia.com 2021), beberapa hal yang ditakutkan adalah *menstrual cup* membuat mandul, darah akan berbalik ke rahim saat *menstrual cup* penuh dan sulit buang air kecil. Hal yang ditakutkan lainnya adalah masuknya *menstrual cup* terlalu dalam sehingga sulit untuk dikeluarkan atau tidak bisa dikeluarkan. Hal tersebut sangat disayangkan, karena pemikiran tersebut bisa muncul karena kurangnya edukasi yang menjelaskan *menstrual cup*. *Menstrual cup* juga memiliki salah satu kelebihan yang bisa mengurangi dampak buruk limbah pembalut sekali pakai terhadap lingkungan hidup, yaitu karena limbah pembalut sekali pakai sangat sulit terurai dan mengandung zat-zat berbahaya bagi lingkungan hidup jika dibakar atau dibuang ke perairan, apalagi satu orang wanita saja bisa menghasilkan banyak pembalut pada tiap periode menstruasi, misalnya jika seorang wanita membutuhkan 4 pembalut dalam sehari, maka dalam 7 hari seorang wanita membutuhkan 28 pembalut dan jika dijumlahkan sampah pembalut yang dihasilkan dari 100 orang wanita sekitar 2.800 sampah pembalut, sedangkan menurut data (dikutip dari www.bps.go.id 2022), ada lebih dari 54.000 wanita yang sudah mengalami pubertas di Indonesia, maka kira-kira ada lebih dari 1.518.000 sampah pembalut yang dihasilkan. Menggunakan pembalut sekali pakai juga kadang membuat iritasi karena disebabkan terjadinya gesekan antara pembalut dan kulit saat melakukan aktivitas dan semakin lama kulit menjadi rusak yang akhirnya kulit sekitar vagina menjadi lebih sensitif dan meradang (dikutip dari www.hellosehat.com 2018). Sedangkan dibalik kekurangan *menstrual cup* yang sulit ditemukan di toko terdekat dan penggunaannya yang lebih sulit daripada pembalut sekali pakai, *menstrual cup* memiliki kelebihan dan dampak positif bagi lingkungan, hal itu karena *menstrual cup* terbuat dari bahan silikon yang tentunya *medical grade* dan dapat digunakan berkali-kali hingga 10 tahun, hal itu akan membantu mengurangi limbah pembalut

dan melindungi lingkungan hidup juga menghemat biaya pengeluaran alat sanitasi menstruasi.

Dengan perbandingan tersebut memakai alat sanitasi menstruasi apapun juga tetap menjadi hak setiap wanita, tetapi tetap saja mengenal jenis-jenis alat sanitasi menstruasi beserta dampak negatif dan positif juga penting agar wanita di Indonesia dapat memilih alat sanitasi menstruasi yang tepat dengan mempertimbangkan dampak-dampaknya dan tanpa harus merasa ragu. Setiap alat sanitasi menstruasi pasti memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing, jika merasa nyaman dengan memakai pembalut sekali pakai dan tidak nyaman menggunakan alat sanitasi menstruasi lainnya maka tidak masalah menggunakan pembalut sekali pakai. Apabila lebih nyaman untuk menggunakan *menstrual cup* maka itu lebih baik karena dapat mengurangi limbah pembalut dan membantu melindungi lingkungan hidup dari zat-zat berbahaya. Menggunakan *menstrual cup* juga dapat mengurangi resiko terkena penyakit yang disebabkan oleh tidak normalnya ph vagina karena dengan menggunakan *menstrual cup* akan tetap menjaga keseimbangan ph vagina (Kata Dokter 2023).

Alat sanitasi menstruasi terutama *menstrual cup* ini penting untuk diinformasikan agar dapat memberikan edukasi yang bermanfaat bagi wanita Indonesia untuk mengetahui segala jenis alat sanitasi terutama *menstrual cup* beserta kelebihan dan kekurangannya. Dengan adanya informasi tentang *menstrual cup* ini juga agar wanita Indonesia bisa memiliki opsi lain tentang alat sanitasi menstruasi yang akan dipakai untuk saat ini atau untuk ke depannya. *Menstrual cup* juga bisa menjadi salah satu opsi yang dipilih karena aman bagi kesehatan alat reproduksi terutama bagi yang sering mengalami iritasi karena jika memakai *menstrual cup* akan mengurangi kelembaban area vagina dan mengurangi gesekan pada vagina yang akan menyebabkan ruam dan iritasi (dikutip dari www.alodokter.com 2023). *Menstrual cup* juga dapat menghemat pengeluaran biaya alat sanitasi menstruasi dan tidak menghambat dalam beraktivitas terutama pada saat olahraga seperti lari, yoga, berenang dan lainnya (Debineva 2022). Diharapkan dengan adanya informasi ini wanita yang tadinya ingin menggunakan *menstrual cup* tetapi masih merasa ragu

akan berkurang keraguannya dan diharapkan wanita yang tadinya takut menggunakan *menstrual cup* menjadi penasaran dan tertarik menggunakan *menstrual cup*, meskipun rencana menggunakannya beberapa tahun kedepan atau pada saat setelah menikah. Tetapi kembali lagi pada pernyataan sebelumnya, bahwa setiap wanita memiliki hak untuk memilih alat sanitasi menstruasi yang akan digunakan dan tidak ada salahnya perancangan informasi ini dibuat karena isinya berupa ilmu pengetahuan atau edukasi yang bermanfaat.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut

- *Menstrual cup* masih terdengar tabu di Indonesia karena Indonesia sendiri memiliki kultur kepercayaan yang menyangkut antara keperawanan dan selaput dara.
- Edukasi tentang alat sanitasi menstruasi selain pembalut sekali pakai, salah satunya *menstrual cup*, masih kurang *familiar*.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat dirumuskan masalah dalam perancangan ini adalah, bagaimana mengenalkan *menstrual cup* kepada wanita Indonesia agar setidaknya wanita di Indonesia mengetahui dampak-dampak positif dan negatif pada alat sanitasi menstruasi dan agar bisa memilih alat sanitasi menstruasi yang dinilai tepat.

I.4 Batasan Masalah

Alat sanitasi menstruasi memiliki beberapa jenis yang tentunya berbeda-beda dari cara penggunaan hingga bahan pada alat sanitasi menstruasi tersebut. Maka dari itu perancangan ini dibatasi dengan berfokus pada *menstrual cup*, dan akan menyebutkan jenis alat sanitasi menstruasi lain hanya untuk sebagai penjelas teori yang dibahas. Perancangan ini juga dibatasi pada penggunaan *menstrual cup* hingga bagaimana pengaruh *menstrual cup* terhadap kesehatan. Perancangan ini ditujukan untuk mulai dari wanita Indonesia yang memasuki dewasa awal.

I.5 Tujuan dan Manfaat Perancangan

Adapun tujuan dan manfaat dari perancangan ini adalah sebagai berikut:

I.5.1 Tujuan Perancangan

Perancangan ini memiliki beberapa tujuan agar dapat memfokuskan materi dalam perancangan, diantaranya adalah:

- Memperkenalkan kepada wanita di Indonesia tentang alat sanitasi menstruasi "*menstrual cup*".
- Memberikan edukasi tentang *menstrual cup* dimulai dari bentuk, bahan, cara penggunaan, hingga dampak pada kesehatan tubuh.
- Menambah pemahaman wanita Indonesia bahwa alat sanitasi menstruasi bukan hanya pembalut sekali pakai saja, tetapi ada alat sanitasi menstruasi lain yang berbeda jenisnya, salah satunya *menstrual cup*.

I.5.2 Manfaat Perancangan

Adapun juga beberapa manfaat dari perancangan ini, yaitu sebagai berikut:

- Wanita Indonesia mengetahui dan mengenal *menstrual cup*.
- Wanita Indonesia mengetahui lebih lengkap tentang *menstrual cup* dimulai dari bahan, cara penggunaan, hingga dampak pada kesehatan tubuh.
- Wanita Indonesia mengenal alat sanitasi menstruasi lain selain pembalut sekali pakai dan memiliki opsi lain untuk memilih alat sanitasi menstruasi yang akan digunakan.