

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penelitian ini menganalisis secara mendalam tantangan yang dihadapi perempuan, khususnya selama periode awal pubertas, dalam mengelola kesehatan menstruasi mereka. Pentingnya pemahaman dan kesadaran tentang kesehatan reproduksi perempuan, terutama pada tahap ini, menjadi dasar utama penyelidikan ini [1]. Tantangan utama yang dihadapi melibatkan kurangnya pengetahuan tentang periode menstruasi, pemahaman yang terbatas tentang jadwal menstruasi yang tidak stabil, dan ketidaknyamanan dalam berkonsultasi dengan tenaga medis [2]. Siklus menstruasi, sebagai indikator utama perkembangan sistem reproduksi wanita, menjadi fokus penelitian ini. Data menunjukkan bahwa sekitar 75% remaja mengalami gangguan siklus menstruasi, dengan faktor-faktor seperti status gizi, asupan nutrisi, tingkat stres, dan aktivitas fisik berperan penting dalam keteraturan siklus [3] [10].

Penting untuk memahami bahwa gangguan menstruasi memiliki dampak signifikan pada kesehatan reproduksi perempuan. Faktor-faktor seperti berat badan, frekuensi olahraga, dan kondisi lingkungan dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi secara keseluruhan [5]. Pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara aktivitas fisik, status gizi, dan kesehatan reproduksi menjadi kunci untuk menjaga kesehatan menstruasi [1] [6]. Oleh karena itu, penelitian ini juga akan mengevaluasi solusi yang diusulkan, termasuk rekomendasi obat, konsultasi online, dan aplikasi pelacakan siklus menstruasi [4].

Dalam mengisi kesenjangan pengetahuan ini, penelitian ini memberikan kontribusi penting dengan memadukan temuan dari literatur terdahulu. Pemahaman yang lebih baik tentang tantangan ini diharapkan dapat membantu merumuskan solusi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesadaran dan kesehatan reproduksi perempuan, khususnya pada tahap awal perkembangan mereka. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih baik tentang tantangan ini diharapkan dapat membantu merumuskan solusi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesadaran dan kesehatan reproduksi perempuan, khususnya pada tahap awal perkembangan mereka [2] [4].

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana perempuan pada periode awal pubertas menghadapi tantangan utama dalam mengelola kesehatan menstruasi, terutama terkait dengan ketidaktahuan, ketidakpahaman terhadap jadwal menstruasi yang tidak stabil, dan rasa malu berkonsultasi dengan tenaga medis?

1.3. Batasan Masalah

Dari perumusan masalah yang telah dijelaskan, terdapat beberapa batasan dalam penelitian ini:

1. Fokus pada perempuan pada periode awal pubertas (usia 10-16 tahun).
2. Tantangan utama mencakup ketidaktahuan mengenai menstruasi, ketidakpahaman terhadap jadwal menstruasi yang tidak stabil, dan rasa malu berkonsultasi dengan tenaga medis.
3. Solusi yang dievaluasi meliputi rekomendasi obat, konsultasi online, dan penggunaan aplikasi pelacakan siklus menstruasi.
4. Penelitian ini tidak mempertimbangkan aspek lain dari kesehatan reproduksi perempuan di luar lingkup menstruasi.
5. Data dikumpulkan melalui survei dan wawancara dengan perempuan yang berada dalam rentang usia yang ditentukan.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini meliputi:

1. Mengeksplorasi dan memahami kesulitan yang dialami oleh perempuan muda saat menghadapi menstruasi, terutama dalam hal ketidaktahuan dan ketidaknyamanan berkonsultasi dengan tenaga medis.
2. Mengevaluasi sejauh mana penggunaan aplikasi pelacakan siklus menstruasi dapat membantu perempuan dalam mengelola dan memahami lebih baik kesehatan menstruasi mereka.

1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini meliputi:

1. Membantu menganalisis tantangan utama yang dihadapi perempuan muda terkait kesehatan menstruasi pada periode awal pubertas.
2. Memberikan panduan kepada perempuan muda dalam memilih solusi yang efektif, seperti aplikasi pelacakan siklus menstruasi, untuk mengatasi kesulitan kesehatan menstruasi.

3. Meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap kesehatan menstruasi, sehingga dapat mengurangi stigma dan rasa malu dalam berkonsultasi dengan tenaga medis.
4. Memberdayakan perempuan muda dengan informasi yang relevan, membantu mereka mengelola kesehatan reproduksi dengan lebih baik dan meningkatkan kualitas hidup pada tahap awal perkembangan mereka.