

BAB V

PENUTUP

5.2. Kesimpulan

Manajemen Kebersihan Menstruasi masih menjadi masalah di Indonesia, terbukti dengan adanya berbagai riset yang menunjukkan bahwa tingkat penyakit organ reproduksi pada wanita Indonesia masih terhitung tinggi dan praktek menjaga kebersihan selama menstruasi yang kurang. Selain itu, Indonesia masih diselimuti mitos-mitos kesehatan berkaitan dengan menstruasi yang tidak jelas asal-usul dari teorinya yang pada akhirnya dapat membatasi kegiatan selama menstruasi, ruang gerak, dan memberikan perasaan takut ketika menstruasi datang. Diulas oleh PERIOD Jakarta, Indonesia masih menderita dari *period poverty* di mana wanita Indonesia terutama remaja putri masih kekurangan akses ke informasi dan edukasi mengenai menstruasi yang memadai.

Berdasarkan fenomena di atas, dirancanglah media informasi mengenai menstruasi dan cara menjaga kesehatan serta kebersihan diri di kala menstruasi dalam bentuk buku. Buku ditargetkan kepada remaja putri Jabodetabek usia 14-20 tahun dan diharapkan dapat memberikan informasi dengan pendekatan yang lebih bersahabat tetapi memiliki informasi yang kredibel dan sesuai dengan ilmu pengetahuan. Dengan perancangan media informasi beserta media pendukungnya, diharapkan remaja lebih siap dalam menghadapi menstruasi dan menerapkan pola hidup seputar menstruasi yang lebih sehat sehingga merasa lebih percaya diri dalam menjalani menstruasi.

5.3. Saran

Melalui kegiatan perancangan ini, penulis menyarankan untuk memilih topik yang benar-benar diminati karena akan dikerjakan selama berbulan-bulan. Selain itu, ada baiknya jika memiliki pengetahuan dasar terlebih dahulu mengenai fenomena dan permasalahan sebelum memilih topik agar proses perancangan dan pencarian data lebih terarah.

Period poverty masih menjadi masalah yang cukup luas terjadi di Indonesia dan terjadi pada perempuan dari berbagai kalangan dengan intensitas yang berbeda-beda. Selain itu, pembicaraan serta pencarian informasi tentang menstruasi masih banyak dihindari. Maka dari itu, informasi mengenai menstruasi, *sex education*, dan Manajemen Kebersihan Menstruasi penting untuk disampaikan dengan media informasi yang menarik dan memadai. Diharapkan usaha untuk menurunkan *period poverty* dan tingkat gangguan menstruasi di Indonesia akan terus berlangsung serta adanya perluasan penyebaran informasi mengenai Manajemen Kebersihan Menstruasi. Selain itu, sebaiknya ada perluasan topik informasi mengenai menstruasi karena gangguan menstruasi serta praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi memiliki berbagai latar belakang seperti budaya, agama, dan ekonomi.

Untuk mahasiswa yang ingin mengangkat topik serupa, penulis menyarankan agar dapat mewawancarai organisasi-organisasi yang berhubungan dengan topik sehingga bisa mendapatkan *insight* yang lebih banyak mengenai topik karena topik ini tidak hanya berkaitan dengan kesehatan tetapi juga berkaitan dengan masalah sosial yang cukup dalam.