

Inovasi Produksi Pembalut Kain untuk Menyelamatkan Bumi Studi Kasus : Kelompok PKK RW 004 Kampung Muka

Murniati Agustian¹, Benedicta Evienia Prabawanti^{*2}, Penny Handayani³

¹²³Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.

e-mail: murniatiaugustian@atmajaya.ac.id¹, *benedicta.ep@atmajaya.ac.id²,
penny.handayani@atmajaya.ac.id³

Abstrak

Kampung Muka memiliki ketersediaan sumber daya bahan baku yaitu limbah kain perca yang cukup banyak yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku pembalut kain. Tujuan diadakannya PKM ini adalah untuk memberikan edukasi tentang bahaya penggunaan pembalut sekali pakai bagi kesehatan reproduksi perempuan, memberikan edukasi tentang pembalut kain dan mengajak mitra untuk mengubah kebiasaan menggunakan pembalut sekali pakai menjadi pembalut kain, tujuan yang ketiga adalah workshop memproduksi pembalut kain yang dapat digunakan oleh perempuan sebagai langkah dalam menjaga keberlanjutan bumi, demi lingkungan yang lebih aman, sehat, dan ramah lingkungan. Metode kegiatan yang dilakukan terdiri dari tiga tahap yaitu 1. Tahap Persiapan, 2. Tahap Pelaksanaan Lapangan, dan 3. Tahap Evaluasi dan Pelaporan. Hasil yang diperoleh setelah kegiatan ini dilakukan menunjukkan adanya perubahan pola pikir perempuan di Kampung Muka, bahwa penggunaan pembalut sekali pakai ternyata memiliki resiko yang cukup tinggi bagi kesehatan reproduksi perempuan. Melalui edukasi dan workshop yang dilakukan, perempuan di kampung muka memiliki keinginan untuk mencoba menggunakan pembalut kain, dan ingin menjadikan produksi pembalut kain sebagai bagian dari usaha perempuan untuk menciptakan aktivitas ekonomi yang dapat menambah penghasilan rumah tangga. Secara umum dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini sudah dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan bahaya penggunaan pembalut sekali pakai pada kesehatan organ reproduksi dan lingkungan.

Kata Kunci: Inovasi, Produksi, Pembalut Kain, Kesehatan Reproduksi.

Abstract

The background of the PKM activity in Kampung Muka is that we see that Kampung Muka has the availability of raw material resources. These, namely waste cloth scraps, are relatively abundant and have economic value. These waste cloth scraps can be used as raw materials for cloth pads. The purpose of holding this PKM is to provide education about the dangers of using disposable pads for women's reproductive health, provide education about cloth pads, and invite partners to change the habit of using disposable pads to cloth pads. The third goal is a workshop to produce cloth pads that women can use to maintain the earth's sustainability for a safer, healthier, and more environmentally friendly environment. The method of the activity carried out consists of three stages namely 1. Preparation Stage, 2. Field Implementation Stage, and 3. Evaluation and Reporting Stage. The results obtained after this activity was carried out showed a change in the mindset of women in Kampung Muka that the use of disposable pads has a reasonably high risk for women's reproductive health. Through education and workshops, women in Kampung Muka want to try using cloth pads and make the production of cloth pads part of women's efforts to create economic activities that can increase household income. In general, it can be concluded that this activity has been able to raise public awareness of the dangers of using disposable pads on reproductive organ health and the environment.

Keyword: Innovation, Production, Sanitary Napkin, Reproductive Health.

1. PENDAHULUAN

Menjaga kesehatan organ intim adalah tugas wajib bagi semua orang, terutama wanita. Kesehatan organ intim sering menjadi salah satu permasalahan bagi wanita dan sering dialami wanita di beberapa negara di Dunia (Wati, Ririanty and Nafikadini, 2019). Kurangnya perhatian terhadap kebersihan organ genital, seperti penggunaan sabun yang tidak sesuai, jarang mengganti pembalut saat menstruasi, dan membiarkan organ intim dalam keadaan lembap, dapat memicu pertumbuhan bakteri yang menyebabkan rasa gatal, iritasi, hingga nyeri pada area sensitif wanita. Siklus menstruasi yang terjadi 1 bulan sekali sering kali menjadi penyebab timbulnya gejala keputihan diarekan kebanyakan wanita terutama remaja malas untuk mengganti pembalut (Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, 2021).

Kondisi gatal pada organ intim wanita dapat menyebabkan iritasi yang menyebabkan ketidaknyamanan saat melakukan aktivitas, itu sebabnya wanita yang sedang mengalami menstruasi harus selalu rajin mengganti pembalut (Laili, 2019). Ada beberapa jenis Pembalut yang digunakan oleh wanita pada saat mengalami menstruasi (Haid) seperti Pembalut sekali pakai, Pembalut Herbal dan Pembalut Kain, Pembalut sekali pakai sering kali mengandung klorin, yaitu klor yang berbentuk gas kekuningan, penggunaan klorin berisiko tinggi terhadap kesehatan organ intim wanita (Ukhro, 2021). Lebih lanjut dijelaskan bahwa masalah kesehatan yang sering muncul karena pemakaian pembalut sekali pakai adalah terjadinya iritasi kulit, maupun infeksi pada luar maupun dalam vagina (Iis, Rohaeni and Kurniasih, 2024) . Salah satu solusi untuk masalah ini adalah dengan menggunakan pembalut alternatif selain pembalut sekali pakai, diantaranya pembalut yang terbuat dari kain yang dapat digunakan kembali (re-usable). Pembalut kain sudah digunakan oleh wanita – wanita pendahulu sebelum adanya pembalut sekali pakai. Bahan yang digunakan sangat sederhana yaitu berasal dari potongan –potongan kain yang sudah tidak terpakai (Eka Prawita Rani *et al.*, 2023). Pembalut kain ini dapat menghadirkan rasa lebih nyaman kepada wanita yang sedang menstruasi dikarenakan bahannya yang lembut dan dapat dicuci ulang, dengan penggunaan pembalut kain ini mengakibatkan ramah lingkungan karena mengurangi sampah pembalut sekali pakai (Diiniyati and Kusmaryati, 2020). Sampah pembalut sekali pakai memerlukan waktu yang sangat lama agar bisa terurai dengan tanah, itu sebabnya harus dapat memberikan edukasi kepada wanita di seluruh Indonesia untuk dapat menyelamatkan bumi dengan cara mengganti pembalut sekali pakai dengan pembalut kain (Nayoan *et al.*, 2024). Edukasi tentang pembalut kain perlu dilakukan, agar mereka mengetahui cara menggunakan pembalut kain dengan benar (Gunardi, 2022), dan mengetahui cara mengatasi rasa tidak nyaman karena harus mencucinya untuk bisa digunakan kembali (Fiona & Andini, 2022).

Terkait dengan permasalahan pembalut sekali pakai, pendekatan yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah sosialisasi melalui pemberian edukasi mengenai dampak jangka panjang, risiko yang ditimbulkan dari penggunaan pembalut sekali pakai bagi kesehatan reproduksi perempuan. Selain edukasi tentang bahaya sampah bekas pembalut sekali pakai dan dampaknya bagi kesehatan reproduksi perempuan, mereka perlu diedukasi tentang pembalut kain dan cara membuat pembalut kain yang sederhana, dan ramah lingkungan. Workshop diselenggarakan untuk mengajak anggota PKK RW.04 memproduksi pembalut kain sebagai inovasi untuk mengatasi masalah sampah yang dihasilkan oleh bekas pembalut sekali pakai.

Mitra di Kampung Muka merupakan kampung yang masuk ke dalam RT.004 RW.05 Kelurahan Ancol, Kecamatan Pademangan, Jakarta Utara. Lokasi Kampung

Muka berseberangan dengan Terminal Angkutan Barang Stasiun Jakarta Gudang ini rata-rata adalah keluarga yang masih aktif bekerja, pekerjaan mereka antara lain sebagai guru, dosen, karyawan swasta/pemerintahan, dan ada beberapa yang berwirausaha. Kampung muka dipilih sebagai mitra dalam program pemberdayaan masyarakat dengan tema Inovasi Produksi Pembalut Kain karena memiliki ketersediaan sumber daya bahan baku yaitu limbah kain perca yang cukup banyak yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku pembalut kain. Pada kegiatan ini mitra berperan sebagai mitra yang membantu tim Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya (UAJ) dalam melaksanakan kegiatan pemberdayaan. Sasaran program kegiatan adalah perempuan usia subur yang masih mengalami menstruasi, Perempuan yang memiliki keterampilan menjahit dan perempuan yang mau menggunakan teknologi untuk mengelola manajemen usaha.

Salah satu kelompok PKK yang cukup aktif adalah kelompok Ibu-ibu PKK RW.04 Kampung Muka. Kelompok PKK ini memiliki anggota aktif sebanyak 66 orang. Berbagai kegiatan pemberdayaan perempuan yang dilakukan di komunitas ini adalah pelatihan menjahit dengan memanfaatkan kain perca, pelatihan membuat kreasi puding art, dan pelatihan mengurangi sampah plastik dengan mengganti kemasan makanan yang dijual menggunakan sumber daya yang ramah lingkungan. Anggota PKK RW.04 Kampung Muka memiliki usia yang beragam, mulai dari 30-60 tahun dan dengan berbagai status pekerjaan. Dua puluh persen diantaranya adalah perempuan yang bekerja, sedangkan sisanya sebanyak delapan puluh persen adalah ibu rumah tangga (melakukan pekerjaan rumah tangga dan memiliki penghasilan sampingan melalui kegiatan wirausaha yang dilakukan). Bentuk upaya yang dilakukan oleh pengurus PKK RW. 04 untuk membantu anggota komunitasnya memiliki penghasilan tambahan adalah melakukan kegiatan pemberdayaan untuk ibu-ibu di RW.04 Kampung Muka.

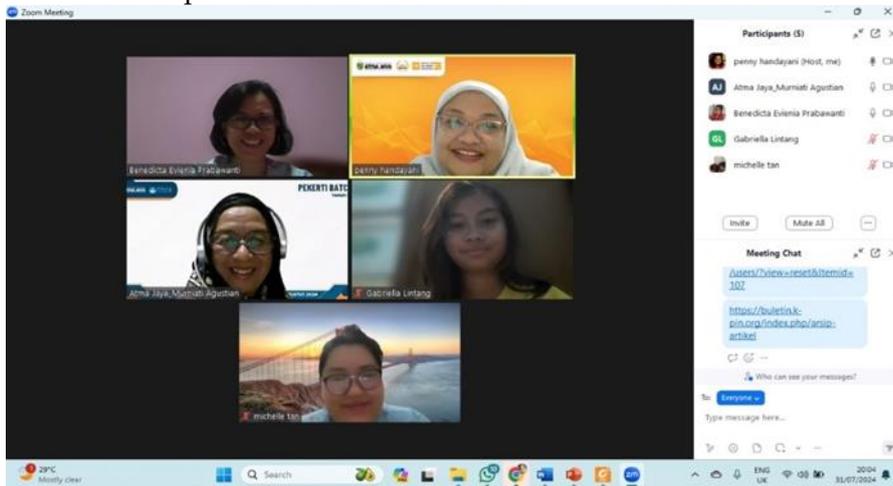
Kegiatan pemberdayaan rutin yang dilakukan antara lain pengajian, pelatihan menjahit, pelatihan mengolah makanan dengan bahan sederhana untuk dijual, pelatihan membuat pudding art dan pelatihan lain yang mendukung Ibu-ibu mengembangkan aktivitas wirausaha. Kegiatan rutin dilakukan sebagai bentuk komitmen pengurus dan anggota untuk keberlanjutan dan keberlangsungan kegiatan komunitas. Kegiatan rutin itu juga membantu anggota komunitas untuk menghasilkan berbagai produk baik olahan makanan maupun hasil kerajinan lainnya yang dapat dijual dan dijadikan tambahan penghasilan rumah tangga. Beberapa ibu-ibu yang ada di RW 04 ini adalah penjahit, hasil sisa kain jahitannya banyak tidak terpakai. Selama ini kain perca tersebut tidak digunakan dan langsung dibuang. Sedangkan kain perca ini dapat digunakan untuk beberapa hasil karya seperti kain keset, sarung bantal dan dapat dibuat menjadi pembalut kain (Putra, Narawati and Sukmayadi, 2023). Jika dimanfaatkan dengan baik kain perca tersebut dapat bernilai ekonomi (Reflis, Utama and Hayati, 2021) .Tujuan diadakan kegiatan pengabdian ini adalah :

1. Memberikan edukasi tentang bahaya penggunaan pembalut sekali pakai bagi kesehatan reproduksi perempuan.
2. Memberikan edukasi tentang pembalut kain dan mengajak mitra untuk mengubah kebiasaan menggunakan pembalut sekali pakai menjadi pembalut kain.
3. Workshop memproduksi pembalut kain yang dapat digunakan oleh perempuan sebagai langkah dalam menjaga keberlanjutan bumi, demi lingkungan yang lebih aman, sehat, dan ramah lingkungan.

2. METODE

Waktu kegiatan dilakukan mulai pukul 08.30 sampai dengan pukul 14.30, pada tanggal 31 Juli 2024. Kegiatan ini dilakukan pada Ibu-ibu PKK di RW.04 Kampung Muka, Jakarta Utara. Pada kegiatan ini sebanyak 30 Ibu-ibu dan remaja perempuan ikut terlibat dalam kegiatan edukasi tentang kesehatan reproduksi perempuan dan bahaya menggunakan pembalut sekali pakai. Sesi kedua adalah workshop membuat pembalut kain yang diikuti oleh 10 orang perempuan yang memiliki keahlian menahit dan mau menjadi mitra dalam produksi pembalut kain di masa yang akan datang.

Tahapan pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dikelompokkan menjadi tiga tahap yang terdiri dari: 1. Tahap Persiapan, 2. Tahap Pelaksanaan Lapangan, dan 3. Tahap Evaluasi dan Pelaporan. Pada Tahap Persiapan, dilakukan kegiatan-kegiatan yang meliputi: a). rapat persiapan internal tim abdimas Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya (UAJ). Topik yang menjadi agenda persiapan tim antara lain adalah: pematangan rencana kegiatan edukasi, dan workshop. Persiapan yang dilakukan ini seperti yang pernah dilakukan pada penelitian yang dihasilkan tentang membangun komunitas produsen pembalut kain (Prabawanti, dkk., 2023 & Prabawanti, dkk., 2023) b). rapat eksternal tim Abdimas UAJ dengan mitra Ibu-ibu PKK RW.04 Kampung Muka. Rapat dengan mitra sebagai bagian dari proses pembentukan mitra sebagai komunitas yang nantinya akan berperan sebagai meritor dan impactor (Prabawanti, dkk., 2022). Tahap selanjutnya yang dilakukan adalah: a) membuat materi edukasi & workshop, b) membuat instrumen pengumpulan data awal sebelum pelatihan maupun instrumen evaluasi setelah pelatihan. c) Membeli dan mengumpulkan bahan dan alat edukasi serta workshop pembuatan pembalut kain. d) Membuat E-flyer dan memposting kegiatan edukasi dan propaganda untuk memotivasi perubahan perilaku sehingga mau memakai pembalut kain.



Gambar 1. Rapat Persiapan Tim Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Tahap Pelaksanaan Lapangan, melakukan kunjungan ke lokasi mitra untuk pelaksanaan kegiatan edukasi, dan workshop. Kegiatan yang dilakukan di tahap pelaksanaan ini diawali dengan: a). Mengumpulkan data awal tentang pengetahuan, sikap dan perilaku perempuan di sekitar lokasi mitra, terkait dengan bagaimana perempuan selama ini menggunakan pembalut serta penanganan pasca pakainya. b). Mensosialisasikan tentang manfaat menggunakan pembalut kain, bagaimana memproduksi pembalut kain melalui kegiatan Seminar Edukasi dan Workshop. c). Melakukan pendampingan serta mengumpulkan data akhir pasca Edukasi dan

Workshop tentang pengetahuan, sikap dan perilaku perempuan di lokasi mitra tentang penggunaan pembalut serta penanganan pasca pakai pembalut kain.

Tahap Monitoring-Evaluasi dan Pelaporan, Kegiatan dimulai dengan: a). kunjungan lapangan untuk monitoring hasil produksi pembalut kain yang sudah dilakukan ibu-ibu PKK RW.04 Kampung Muka, b). melakukan evaluasi dengan FGD (Focus Group Discussion /Diskusi Kelompok Terarah) untuk mengetahui dampak dan keberlanjutan program dari edukasi dan workshop yang diberikan terhadap perubahan kebiasaan dalam menggunakan pembalut kain.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan abdimas ini dilakukan di Balai Warga RW 04 Kampung Muka, Ancol - Jakarta Utara. Pelaksanaan kegiatan bekerjasama dengan Kelompok perempuan warga Kampung Muka mitra binaan "Kota Minim Sampah". Gambaran peserta, dari 80 orang peserta, 47 % masih mengalami menstruasi, 50 % tidak menstruasi dan 3 % menstruasi sekali-sekali. Pembalut yang dipakai saat ini, sekali pakai

Pelaksanaan kegiatan mengenai edukasi dengan memberikan pelatihan membuat pembalut kain memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap bahaya penggunaan pembalut sekali pakai bagi kesehatan dan lingkungan. Terbukti bahwa edukasi ini berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran perempuan akan pentingnya kesehatan organ reproduksi sehingga menimbulkan kesadaran untuk beralih dari pembalut sekali pakai berganti menjadi pembalut kain, seperti yang terlihat pada hasil pre-test dan post-test terlihat dalam tabel 1 berikut ini:

Tabel 1: Hasil Pre-test dan Post-test

No	Pernyataan	Pre-test	Post - test
1.	Mengetahui bahaya yang terjadi pada lingkungan akibat dari penggunaan pembalut sekali pakai	57%	95%
2.	Mengetahui risiko kesehatan khususnya risiko Kesehatan reproduks yang mungkin muncul akibat selalu menggunakan pembalut sekali pakai	25%	90%
3.	Mengetahui alternatif pembalut selain pembalut sekali pakai yang saat ini digunakan	58%	90%
4.	Pernah mencoba pembalut kain yang sudah mulai banyak beredar di pasar	24%	24%
5.	Mengetahui bahwa pembalut kain dapat diproduksi sendiri di rumah	51%	90%
6.	Ingin menjadi bagian dari komunitas yang menyelamatkan lingkungan dengan mulai beralih dari memakai pembalut sekali pakai ke pembalut kain	77%	100%

Dari hasil pre-test dan post test terlihat bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta tentang bahaya yang terjadi pada lingkungan akibat dari penggunaan pembalut sekali pakai. Pemahaman tentang risiko kesehatan reproduksi yang mungkin muncul akibat selalu menggunakan pembalut sekali pakai meningkat dari 25% peserta menjadi 90% peserta. Menyadari dampak pembalut sekali pakai, terlihat bahwa semua peserta ingin

menjadi bagian dari komunitas yang menyelamatkan lingkungan dan beralih menggunakan pembalut kain. Harapannya, komunitas ini dapat menjadi pengingat dan penggerak bagi perempuan untuk mengubah penggunaan pembalut sekali pakai menjadi pembalut kain serta dapat meningkatkan kesadaran masyarakat perempuan untuk lebih peduli terhadap diri sendiri, sesama, maupun lingkungan pada masyarakat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembalut kain cenderung lebih aman untuk kulit karena tidak mengandung bahan kimia seperti ftalat, paraben, dan pewangi. Bahan kimia ini, yang sering ditemukan pada pembalut sekali pakai, dapat menyebabkan iritasi, alergi, dan gangguan hormonal. (Pembalut Kain, Ini Kelebihan dan Kekurangannya - Alodokter). Pada PkM ini kami tidak melakukan sampai melihat pengaruhnya pada Kesehatan karena membutuhkan waktu yang sangat Panjang.

Kegiatan pemberdayaan yang telah terlaksana tidak hanya bersifat edukatif namun juga mengadakan workshop pembuatan pembalut kain sesuai dengan kebutuhannya. Pelatihan pembalut kain diikuti oleh 50 peserta yang berminat dalam pembangunan usaha untuk meningkatkan perekonomian sekaligus mengenal proses pembuatan pembalut kain yang aman dan ramah lingkungan. Dari sisi produksi, mitra perempuan yang tergabung sebagai pekerja dalam memproduksi pembalut kain juga sudah berjalan dan berhasil memperjual-belikan produk pembalut kain yang dihasilkan. Sebelum diperjual-belikan dan disebarluaskan kepada masyarakat, tim UAJ melakukan quality control terlebih dahulu sebagai standar pengecekan hasil produksi agar produk yang dihasilkan layak dan memenuhi persyaratan penjualan. Selain itu, proses ini juga dilakukan untuk menghindari adanya cacat produk yang berujung pada keluhan pembeli. Jika produk sudah melewati proses quality control dan dinyatakan layak, maka mitra perempuan dapat menghasilkan profit dari jumlah hasil produksi yang lolos quality control sehingga dapat langsung menerima keuntungan hasil produksi.



Gambar 2. Proses Pembuatan Pembalut Kain Oleh Peserta

Dampak pelatihan ini, mitra perempuan dapat lebih mengenal dan memilah langkah yang tepat untuk mengembangkan hasil produksinya agar lebih dikenal oleh masyarakat luas. Kedepan produksi pembalut kain dapat terus berjalan dan menghasilkan profit untuk mengembangkan produk secara lebih lanjut. Sebagai tindak lanjut dari kegiatan abdimas ini, Mitra Perempuan akan diberi pelatihan tentang pemasaran hasil produksi melalui website yang dapat diakses oleh masyarakat luas. Pada website, tersedia layanan dan kontak penjualan yang dapat dihubungi untuk dapat membeli produk pembalut kain atau melakukan pemesanan dalam jumlah banyak.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Kampung Muka, RW.04 Kelurahan Ancol, Kecamatan Pademangan, Jakarta Utara, berjudul “Inovasi Produksi Pembalut Kain Untuk Menyelamatkan Bumi” telah terlaksana dengan baik. Tujuan memberikan edukasi tentang bahaya penggunaan pembalut sekali pakai bagi kesehatan reproduksi perempuan tercapai, terlihat dari meningkatkan pemahaman peserta. Tujuan memberikan edukasi tentang pembalut kain dan mengajak mitra untuk mengubah kebiasaan menggunakan pembalut sekali pakai menjadi pembalut kain tercapai terlihat dari minat peserta dan keinginan peserta menjadi bagian dari komunitas yang menyelamatkan lingkungan dengan mulai beralih dari memakai pembalut sekali pakai ke pembalut kain. Workshop memproduksi pembalut kain yang dapat digunakan oleh perempuan sebagai langkah dalam menjaga keberlanjutan bumi, demi lingkungan yang lebih aman, sehat, dan ramah lingkungan tercapai dengan menghasilkan pembalut. Secara umum kegiatan ini meningkatkan kesadaran masyarakat akan bahaya penggunaan pembalut sekali pakai pada kesehatan organ reproduksi dan lingkungan. Kegiatan ini juga membantu mahasiswa MBKM dalam merekognisi kegiatannya sebanyak 6 sks sesuai dengan mata kuliah program studi yang berlaku.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, atas hibah yang telah diterima sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Diiniyati, D. and Kusmaryati, P. (2020) ‘Pengembangan Pembalut Kain Yang Ramah Lingkungan Sebagai Alternatif Pilihan Untuk Kesehatan Reproduksi Perempuan’, *Jurnal Media Kesehatan*, 13(1), pp. 18–29. Available at: <https://doi.org/10.33088/jmk.v13i1.488>.
- Eka Prawita Rani, D. *et al.* (2023) ‘Edukasi Penggunaan Pembalut Kain Ramah Lingkungan Pada Siswi Sman 1 Prajekan Bondowoso’, *Prosiding Seminar Nasional UNARS*, 2(1), pp. 9–15.
- Gunardi, A.J., 2022. Agar Tak Salah, Ini Tips Menggunakan Pembalut Kain. dr. Alberta Jesslyn Gunardi. BMedSc Hons, 28 Jul 2022. <https://www.klikdokter.com/gaya-hidup/perawatan-wanita/agar-tak-salah-ini-tips-menggunakan-pembalut-kain>.
- Fiona, D. & Andiri (ed). 2022. Kelebihan dan Kekurangan Pembalut Kain vs Sekali Pakai 05 Mei 2022. <https://www.orami.co.id/magazine/pembalut-kain-vs-sekali-pakai>
- Iis, Rohaeni, E. and Kurniasih, D. (2024) ‘Hubungan Pengetahuan Penggunaan Pembalut Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP 3 Majalengka’, *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 8(1), pp. 617–622.
- Laili, U. (2019) ‘Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva’, *Embrio*, 11(2), pp. 64–71. Available at: <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no2.a2033>.
- Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, R.A.W. (2021) ‘Pengaruh Stress Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja Putri’, *Mayasari Bety, Arismawati Fitra Dian, Riska Aprilia Wardani*, 13(03), pp. 247–252. Available at: <http://jurnal.umla.ac.id>.
- Nayoan, C.R. *et al.* (2024) ‘Pelatihan Pembuatan Pembalut Pakai Ulang (Reusable

- Menstrual Pads) Pada Ibu Dan Remaja Putri Untuk Mendukung Menstrual Hygiene Management', *Rural Community Service*, 1(1), pp. 1–9.
- Putra, M.R.E., Narawati, T.T. and Sukmayadi, Y. (2023) 'Pengolahan Limbah Kain Perca Home Industry Sebagai Media Kanvas Lukis', *Imajinasi: Jurnal Seni*, 17(2), pp. 13–20. Available at: <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/imajinasi/article/download/48622/15056>.
- Reflis, R., Utama, S.P. and Hayati, N. (2021) 'Pemanfaatan Limbah Kain Perca menjadi Produk Bernilai Ekonomis di Kelurahan Sawah Lebar, Kota Bengkulu Utilization', *Altifani Journal: International Journal of Community Engagement*, 2(1), p. 6. Available at: <https://doi.org/10.32502/altifani.v2i1.3695>.
- Ukhro, J. (2021) 'ANALISIS KANDUNGAN KLOORIN PADA PEMBALUT WANITA DAN POPOK DEWASA SECARA SPEKTROFOTOMETRI UV-Vis', *Journal.Yamasi.Ac.Id*, 5(1), pp. 97–104. Available at: <http://>.
- Wati, P.S., Ririanty, M. and Nafikadini, I. (2019) 'Perilaku Menjaga Kebersihan Organ Genetalia Pada Konsumen Pembalut Herbal', *Jurnal Kesehatan*, 7(1), pp. 20–29. Available at: <https://doi.org/10.25047/j-kes.v7i1.71>.