



## Women's Empowerment Through Training in Cloth Pad Production: Implications for Reproductive Health and Economic Independence

Anggi Yus Suslowati<sup>1</sup>

<sup>1</sup> UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon, Indonesia, [anggiyuss@uinssc.ac.id](mailto:anggiyuss@uinssc.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Keywords:

Cloth Pads; Economic Independence; Reproductive Health; Women Empowerment.

#### How to cite:

Susilowati, Anggi Yus. (2025). Women's Empowerment Through Training in Cloth Pad Production: Implications for Reproductive Health and Economic Independence. Jurnal Empower: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam, Vol 10 (No.2), hal. 185-202

#### Article History:

Received: October, 10<sup>th</sup> 2025

Accepted : December, 29<sup>th</sup> 2025

Published : December, 31<sup>st</sup> 2025

### ABSTRACT

Limited access to hygienic and affordable menstrual products exacerbates reproductive health vulnerabilities and narrows economic opportunities for housewives. The purpose of this study is to analyse the implications of women's empowerment in relation to reproductive health and economic independence through training in cloth sanitary pad production in Kesenden Village. This study uses a descriptive qualitative approach. Informants were purposively selected from PKK members who participated in the training. Data were collected through in-depth interviews and participatory observation, then analysed thematically. The results showed that the training had implications for reproductive health, such as an increase in knowledge and menstrual hygiene practices among participants, which had the potential to reduce the risk of infection. In terms of economic independence, the training not only resulted in savings in routine household expenses thanks to the production of homemade sanitary pads, but also opened up new entrepreneurial opportunities that allowed participants to earn additional income. In conclusion, the cloth sanitary pad making training in Kesenden Village has been effective in empowering women holistically. This initiative has not only improved reproductive health, but also strengthened economic independence, which ultimately contributes to improving the welfare of families and the community as a whole.

### ABSTRAK

Terbatasnya akses perempuan terhadap produk menstruasi yang higienis dan terjangkau memperburuk kerentanan kesehatan reproduksi sekaligus mempersempit peluang ekonomi bagi ibu-ibu rumah tangga. Tujuan penelitian untuk menganalisis implikasi pemberdayaan perempuan terkait kesehatan reproduksi dan kemandirian ekonomi melalui pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Informan dipilih secara purposive dari ibu-ibu anggota PKK

**COPYRIGHT © 2025  
by Jurnal Empower:  
Jurnal Pengembangan  
Masyarakat Islam.** This  
work is licensed under a  
Creative Commons  
Attribution 4.0  
International License

yang mengikuti pelatihan. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif, kemudian dianalisis secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan memberikan implikasi pada aspek kesehatan reproduksi seperti terjadi peningkatan pengetahuan dan praktik kebersihan menstruasi di kalangan peserta, yang berpotensi mengurangi risiko infeksi. Dari aspek kemandirian ekonomi, pelatihan ini tidak hanya menghasilkan penghematan pengeluaran rutin rumah tangga berkat produksi pembalut kain mandiri, tetapi juga membuka peluang wirausaha baru yang memungkinkan peserta memperoleh pendapatan tambahan. Sebagai kesimpulan, pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden efektif dalam memberdayakan perempuan secara holistik. Inisiatif ini tidak hanya meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi, tetapi juga memperkuat kemandirian ekonomi, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan keluarga dan komunitas secara keseluruhan.

## 1. Pendahuluan

Pemberdayaan perempuan (*women's empowerment*) tidak lagi dipandang sebagai isu marginal, melainkan telah diakui secara fundamental sebagai pilar utama yang sangat krusial dalam arsitektur pembangunan global, sebagaimana tercermin dalam Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (TPB) atau Sustainable Development Goals (SDGs). Pengakuan ini secara spesifik diartikulasikan dalam target-target yang ambisius, meliputi TPB 3 (menjamin kehidupan sehat dan mendorong kesejahteraan), TPB 4 (pendidikan berkualitas), dan yang paling sentral, TPB 5 (mencapai kesetaraan gender dan memberdayakan semua perempuan dan anak perempuan) (United Nations, 2023; Rosa, 2017). Konsep pemberdayaan, menurut Sen (2000), adalah perluasan kapabilitas individu untuk mencapai fungsi (*functionings*) yang mereka anggap bernilai, sementara Kabeer (1999) menegaskan sebagai proses transformasi yang tidak hanya meningkatkan kapasitas individu, tetapi juga memungkinkan perempuan untuk mengendalikan sumber daya dan keputusan hidup mereka sendiri, serta berpartisipasi penuh dalam struktur sosial dan ekonomi. Meskipun telah menjadi agenda global yang serius, di banyak negara berkembang, termasuk Indonesia, perempuan masih menghadapi tantangan berlapis yang menghambat partisipasi penuh mereka dalam aspek sosial, kesehatan, dan ekonomi (World Bank, 2022). Salah satu isu fundamental yang seringkali terabaikan dalam diskursus pembangunan, namun memiliki dampak berantai yang signifikan, adalah Kesehatan dan Kebersihan Menstruasi (*Menstrual Health and Hygiene* atau MHH), terutama

terkait akses terhadap produk menstruasi yang higienis, aman, dan terjangkau (J. M. Hennegan, 2017).

Sejumlah penelitian terdahulu telah menguji efektivitas intervensi MHH, termasuk yang melibatkan penyediaan atau pelatihan pembuatan pembalut kain. Secara umum, temuan yang ada memberikan dukungan kuat terhadap dampak positif intervensi ini. Misalnya, meta-analisis oleh Hennegan & Montgomery (2016) dan studi sistematis oleh Sumpter & Torondel (2013) yang berfokus di Afrika dan Asia, menyimpulkan bahwa intervensi kesehatan menstruasi, termasuk penggunaan produk yang tepat seperti pembalut kain, berkorelasi positif dengan peningkatan kehadiran sekolah, penurunan infeksi saluran kemih, dan reduksi stigma. Penelitian di Asia Selatan juga melaporkan bahwa proyek-proyek pelatihan pembuatan pembalut kain berhasil meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan menstruasi dan bahkan memfasilitasi pembentukan kelompok usaha kecil, yang berujung pada pendapatan tambahan bagi perempuan (Desjardins et al., 2014; Schmitt et al., 2021). Studi yang lebih baru oleh Yang & Chen (2023) di Uganda menegaskan bahwa akses terhadap pembalut yang dapat digunakan ulang tidak hanya meningkatkan kesehatan, tetapi juga memberikan rasa martabat dan kontrol.

Namun demikian, tinjauan literatur yang dilakukan menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang krusial yang perlu diisi. Pertama, sebagian besar penelitian terdahulu cenderung berfokus pada dampak tunggal, yaitu memisahkan kajian antara dampak kesehatan (misalnya, penurunan infeksi atau peningkatan kehadiran sekolah) dengan dampak ekonomi (pendapatan). Belum banyak studi yang secara komprehensif dan holistik menganalisis interaksi kausal antara pelatihan keterampilan produksi pembalut kain dengan peningkatan kesehatan reproduksi sekaligus kemandirian ekonomi perempuan dalam satu kerangka penelitian. Kedua, meskipun ada studi MHH di Asia, konteks lokal di Indonesia, dengan struktur sosial, praktik kebersihan, dan kerangka ekonomi komunitas pedesaan/pinggiran kota yang unik seperti Kelurahan Kesenden, belum banyak terwakili dalam literatur internasional. Ketiga, penelitian terdahulu umumnya mengukur dampak melalui indikator kuantitatif sederhana. Dibutuhkan studi yang menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengeksplorasi secara mendalam proses pemberdayaan yaitu, bagaimana pelatihan tersebut mengubah persepsi, pengalaman, dan kapabilitas perempuan untuk mengendalikan baik kesehatan reproduksi mereka maupun sumber daya ekonomi mereka (*agency*), yang merupakan inti dari konsep pemberdayaan ala Kabeer.



Isu kesehatan reproduksi, khususnya yang berkaitan dengan manajemen menstruasi, kini diakui sebagai penentu penting bagi martabat, hak asasi manusia, dan partisipasi perempuan. Namun, jutaan perempuan di seluruh dunia hidup dalam kondisi kemiskinan menstruasi (*period poverty*), yaitu situasi di mana perempuan tidak mampu membeli atau mengakses produk menstruasi yang aman, efektif, serta fasilitas sanitasi yang memadai (J. Hennegan & Montgomery, 2016). Sebuah laporan global dari UNFPA (2023) secara konsisten menggarisbawahi bahwa hambatan finansial dan stigma sosial menyebabkan perempuan terpaksa menggunakan bahan-bahan yang tidak higienis seperti kain bekas, daun, atau koran selama periode menstruasi. Praktik-praktik yang tidak aman ini bukan hanya pelanggaran terhadap martabat, tetapi juga memicu peningkatan risiko kesehatan fisik yang serius, termasuk infeksi saluran reproduksi (ISR), iritasi kulit, dan bahkan risiko komplikasi jangka panjang (Sumpter & Torondel, 2013; Van Eijk et al., 2021). Kementerian Kesehatan RI (2022) sendiri telah mencatat bahwa praktik kebersihan yang buruk selama menstruasi menjadi salah satu faktor risiko tinggi ISR di kalangan remaja putri dan perempuan dewasa di Indonesia, yang pada gilirannya dapat berdampak pada kesuburan dan kesehatan reproduksi secara keseluruhan.

Dampak kemiskinan menstruasi jauh melampaui kesehatan fisik. Keterbatasan akses produk dan rasa malu (stigma) yang melekat pada menstruasi menyebabkan perempuan, khususnya remaja putri, absen dari sekolah atau tempat kerja (Van Eijk et al., 2021). Studi di berbagai negara menunjukkan bahwa ketidakhadiran ini mengakibatkan hilangnya kesempatan belajar, penurunan produktivitas ekonomi, dan pada akhirnya, memperburuk siklus kemiskinan (*intergenerational cycle of poverty*) yang menjerat rumah tangga berpenghasilan rendah (Sharma, 2022). Bagi ibu-ibu rumah tangga di komunitas menengah ke bawah, pengeluaran rutin untuk pembelian pembalut sekali pakai seringkali menjadi beban finansial yang signifikan. Beban finansial ini secara tidak langsung mempersempit ruang gerak ekonomi mereka untuk mengalokasikan dana pada investasi lain yang lebih produktif, seperti modal usaha kecil atau pendidikan anak. Kelurahan Kesenden, sebagai salah satu wilayah dengan karakteristik ekonomi dan sosial yang rentan, diduga menghadapi tantangan kemiskinan menstruasi yang serupa, yang secara langsung memengaruhi kualitas hidup dan potensi ekonomi produktif perempuan di wilayah tersebut.

Melihat urgensi permasalahan kesehatan reproduksi dan tekanan ekonomi yang dihadapi, pelatihan pembuatan pembalut kain yang dapat

digunakan berulang (*reusable cloth pads*) muncul sebagai solusi inovatif dan berkelanjutan. Inisiatif ini menawarkan pendekatan pemberdayaan ganda: mengatasi masalah aksesibilitas dan higienitas produk menstruasi, serta menciptakan jalur baru bagi kemandirian ekonomi perempuan. Secara konseptual, pelatihan ini menerapkan pendekatan kapitalisasi sosial (*social capitalization*), di mana keterampilan teknis dan pengetahuan kesehatan yang diperoleh dapat meningkatkan nilai individu dalam komunitas dan membuka jaringan ekonomi baru (Coleman, 1988). Aspek keberlanjutan lingkungan dari pembalut kain yang ramah lingkungan juga secara eksplisit selaras dengan agenda TPB (TPB 12: Konsumsi dan Produksi yang Bertanggung Jawab).

Penelitian ini secara eksplisit berusaha mengisi celah tersebut dengan menganalisis secara komprehensif Implikasi Program Pelatihan Pembuatan Pembalut Kain di Kelurahan Kesenden. Fokus utamanya adalah pada dua aspek interkoneksi: (1) peningkatan pengetahuan dan praktik kesehatan reproduksi perempuan pasca-pelatihan, dan (2) peningkatan kemandirian ekonomi mereka melalui potensi produksi, penghematan, dan pemasaran pembalut kain. Dengan memahami secara mendalam bagaimana inisiatif ini dapat memberdayakan perempuan dari berbagai dimensi dalam konteks lokal Indonesia, penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris kualitatif yang kuat, serta menawarkan rekomendasi kebijakan yang terperinci untuk replikasi program serupa di wilayah lain. Kontribusi utama penelitian ini adalah memberikan pemahaman holistik mengenai model pemberdayaan perempuan yang inovatif untuk mencapai kesetaraan gender dan kesejahteraan masyarakat yang lebih luas, sebagaimana yang ditargetkan oleh SDGs.

## **2. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggali secara mendalam proses dan implikasi program pemberdayaan melalui pelatihan pembuatan pembalut kain yang telah dilaksanakan di Kelurahan Kesenden. Pendekatan ini dipilih karena fokusnya adalah memahami secara utuh dan kaya pengalaman, makna, serta persepsi yang dikonstruksi oleh partisipan terhadap program tersebut, khususnya kaitannya dengan perubahan perilaku kesehatan reproduksi dan peningkatan kemandirian ekonomi (Creswell & Poth, 2016).

Informan penelitian adalah 12 orang ibu anggota PKK Kelurahan Kesenden yang merupakan peserta aktif dan telah menyelesaikan pelatihan pembuatan pembalut kain. Mereka dipilih melalui teknik *purposive sampling*

dengan kriteria utama adalah keterlibatan langsung dalam pelatihan, serta memiliki pengalaman memproduksi dan memasarkan pembalut kain selama minimal tiga bulan pasca-pelatihan. Jumlah informan ini telah mencapai saturasi data, ditandai dengan tidak ditemukannya lagi informasi atau tema baru yang signifikan setelah wawancara ke-10 dan ke-11, sehingga pengumpulan data dihentikan pada informan ke-12 (Guest et al., 2011). Pemilihan informan ini juga bertujuan untuk memastikan data yang dikumpulkan benar-benar merefleksikan proses implementasi dan dampak langsung dari program yang diteliti.

Pengumpulan data primer dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interviews*) dan observasi partisipatif. Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan semua informan untuk menggali secara detail pengetahuan, praktik kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah pelatihan, pengalaman produksi dan pemasaran, serta perubahan status ekonomi. Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi partisipatif selama lima kali pertemuan pelatihan. Keterlibatan ini memungkinkan peneliti untuk memahami secara langsung dinamika interaksi, proses transfer pengetahuan, serta mengamati kendala teknis dan sosial yang muncul saat proses pembelajaran berlangsung.

Untuk memperkaya data dan menjembatani penawaran peneliti dengan realitas empiris, penelitian ini juga melakukan studi dokumentasi. Dokumen yang dikumpulkan mencakup data profil kesehatan reproduksi wilayah, laporan kegiatan dan daftar peserta pelatihan, serta catatan penjualan produk pembalut kain yang dihasilkan oleh kelompok. Data dokumentasi ini digunakan sebagai landasan awal untuk membandingkan kondisi sebelum program dengan dampak nyata yang dirasakan informan saat ini.

Analisis data dilakukan secara tematik dengan mengacu pada langkah-langkah yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Huberman, 2019). Data transkripsi wawancara dan catatan lapangan dikodekan secara induktif untuk mengidentifikasi tema-tema kunci terkait dampak pelatihan. Keabsahan temuan dijamin melalui triangulasi sumber, yakni membandingkan dan mengkonfirmasi informasi yang diperoleh dari informan berbeda, catatan observasi, dan dokumen tertulis.



### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1. Proses Pemberdayaan Perempuan Melalui Pelatihan Pembuatan Pembalut Kain

Proses kegiatan pemberdayaan perempuan melalui pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden ini mengadopsi pendekatan Partisipatory Action Research (PAR), yang menekankan kolaborasi aktif antara peneliti dan komunitas dalam mengidentifikasi masalah, merencanakan solusi, melaksanakan tindakan, dan merefleksikan hasilnya (Cain, 2014). Tahapan implementasi kegiatan ini secara spesifik mengikuti model KUPAR, yang terdiri dari *To Know*, *To Understanding*, *To Program*, *Action*, dan *Refleksi*. Pendekatan ini memungkinkan perumusan intervensi yang terencana, relevan, dan berkelanjutan, memastikan bahwa setiap langkah didasari oleh pemahaman mendalam terhadap kebutuhan komunitas dan evaluasi berkelanjutan (Cavestro, 2003; Tufte & Mefalopulos, 2009).

##### Tahap 1: *Know* (Identifikasi Permasalahan)

Tahap awal, "*Know*", difokuskan pada pengidentifikasian permasalahan yang dihadapi perempuan di Kelurahan Kesenden, khususnya terkait dengan kesehatan reproduksi dan kondisi ekonomi. Proses ini diawali dengan observasi lapangan yang cermat di wilayah Kelurahan Kesenden. Observasi ini bertujuan untuk memahami secara langsung kondisi sosial-ekonomi masyarakat, ketersediaan akses terhadap fasilitas kesehatan, serta praktik kebersihan menstruasi yang umum berlaku. Tim peneliti juga mengamati potensi masalah seperti keterbatasan akses terhadap produk menstruasi yang higienis dan terjangkau, serta indikasi adanya "kemiskinan menstruasi" di kalangan ibu-ibu rumah tangga. Data awal dari observasi ini menjadi dasar kuat untuk merumuskan urgensi intervensi.

##### Tahap 2: *Understand* (Pemahaman Mendalam dan Koordinasi)

Setelah mengidentifikasi permasalahan awal, tahap "*Understand*" dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam serta membangun kolaborasi dengan berbagai pemangku kepentingan. Pada tahap ini, tim melakukan koordinasi intensif dengan Pemerintah Kelurahan Kesenden, untuk mendapatkan data demografi, informasi kebijakan lokal, dan dukungan administratif. Selanjutnya, berkoordinasi dengan Pengurus PKK Kelurahan Kesenden menjadi krusial, mengingat peran PKK sebagai organisasi akar rumput yang sangat dekat dengan masyarakat dan memiliki jaringan luas di antara ibu-ibu. Diskusi dengan PKK bertujuan untuk

memvalidasi temuan observasi, menggali kebutuhan spesifik yang dirasakan komunitas, serta memperoleh masukan mengenai preferensi dan kesediaan partisipasi ibu-ibu. Selain itu, koordinasi dengan pemangku kepentingan lain yang relevan, seperti tenaga kesehatan setempat atau lembaga masyarakat yang bergerak di bidang perempuan dan keluarga, juga dilakukan untuk mendapatkan perspektif holistik dan menjajaki potensi sinergi. Proses koordinasi ini memastikan bahwa program yang akan dirancang relevan dengan konteks lokal dan mendapatkan dukungan dari berbagai pihak.

#### Tahap 3: *Program* (Perancangan Kegiatan)

Tahap "*Program*" merupakan puncak dari proses identifikasi dan pemahaman, yang ditandai dengan kesepakatan mengenai bentuk kegiatan yang akan dilaksanakan. Berdasarkan data dan masukan dari tahap sebelumnya, disepakati bahwa kegiatan pemberdayaan akan berbentuk seminar kesehatan reproduksi yang dilanjutkan dengan pelatihan praktis pembuatan pembalut kain. Pemilihan format ini didasari pada kebutuhan ganda masyarakat: peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi yang sering kali masih menjadi tabu, dan pembekalan keterampilan praktis yang dapat berkontribusi pada kemandirian ekonomi serta solusi produk menstruasi yang berkelanjutan. Rancangan program mencakup kurikulum pelatihan, jadwal, alokasi sumber daya, dan penentuan fasilitator yang kompeten.

#### Tahap 4: *Action* (Pelaksanaan Kegiatan)

Tahap "*Action*" adalah implementasi langsung dari program yang telah dirancang. Kegiatan diawali dengan pelaksanaan seminar kesehatan reproduksi yang menghadirkan narasumber ahli. Seminar ini mencakup topik-topik vital seperti anatomi reproduksi perempuan, siklus menstruasi yang sehat, pentingnya kebersihan organ intim, serta risiko penyakit reproduksi dan cara pencegahannya. Setelah seminar, dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan pembalut kain. Peserta dibimbing secara langsung untuk memahami bahan, alat, teknik menjahit, dan perawatan pembalut kain yang higienis. Sesi ini tidak hanya membekali peserta dengan keterampilan praktis, tetapi juga membuka diskusi mengenai potensi ekonomi dari produksi pembalut kain, baik untuk konsumsi pribadi maupun untuk dijual kepada komunitas.

#### Tahap 5: *Reflection* (Evaluasi Kegiatan)

Tahap terakhir, "*Reflection*", merupakan proses evaluasi berkelanjutan untuk menilai keberhasilan dan dampak kegiatan. Evaluasi kegiatan



dilakukan dengan mengumpulkan umpan balik dari peserta pelatihan, mengukur peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi (misalnya melalui pre-test dan post-test sederhana), serta mengidentifikasi indikator awal kemandirian ekonomi (misalnya minat untuk memproduksi dan menjual pembalut kain). Evaluasi ini juga mencakup identifikasi kendala yang dihadapi selama pelaksanaan dan pembelajaran yang dapat diambil untuk perbaikan program di masa mendatang. Hasil refleksi ini menjadi dasar untuk penyusunan laporan akhir dan rekomendasi kebijakan atau program lanjutan.

### **3.2. Implikasi Program Pelatihan Pembuatan Pembalut Kain dalam Meningkatkan Kesehatan Reproduksi dan Kemandirian Ekonomi Perempuan**

Permasalahan kesehatan reproduksi, khususnya yang berkaitan dengan manajemen kebersihan menstruasi (MKM), masih menjadi tantangan signifikan di berbagai komunitas di Indonesia, tak terkecuali di Kelurahan Kesenden. Keterbatasan akses terhadap produk menstruasi yang higienis dan terjangkau seringkali memicu praktik-praktik yang berisiko terhadap kesehatan, seperti penggunaan bahan pengganti yang tidak steril, serta membebani secara finansial. Menyadari kompleksitas isu ini, inisiatif pemberdayaan perempuan melalui pelatihan pembuatan pembalut kain muncul sebagai solusi holistik yang berpotensi memberikan implikasi ganda: meningkatkan kesehatan reproduksi dan mendorong kemandirian ekonomi. Secara komprehensif bagaimana pelatihan ini dapat membawa perubahan positif di Kelurahan Kesenden dapat diuraikan dengan sebagai berikut:

#### **3.2.a. Implikasi pada Kesehatan Reproduksi**

Pemberdayaan perempuan merupakan fondasi penting dalam pembangunan masyarakat yang sehat dan sejahtera, khususnya di wilayah seperti Kelurahan Kesenden. Salah satu pilar pemberdayaan yang kerap diabaikan namun memiliki implikasi luas adalah kesehatan reproduksi. Di banyak komunitas, termasuk di Kelurahan Kesenden, akses terhadap informasi dan produk menstruasi yang higienis masih menjadi tantangan signifikan, yang secara langsung berdampak pada kualitas kesehatan reproduksi perempuan. Dalam konteks ini, pelatihan pembuatan pembalut kain muncul sebagai intervensi strategis yang tidak hanya menawarkan solusi praktis tetapi juga menjadi katalisator pemberdayaan holistik.

### 1) Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Kesehatan Reproduksi

Dampak paling langsung dari pelatihan pembuatan pembalut kain terhadap kesehatan reproduksi adalah peningkatan pengetahuan dan kesadaran di kalangan perempuan Kelurahan Kesenden. Sebelum pelatihan, banyak perempuan mungkin memiliki pemahaman yang terbatas mengenai anatomi reproduksi, siklus menstruasi yang sehat, serta risiko infeksi yang timbul dari praktik kebersihan yang buruk. Seringkali, informasi ini bersifat tabu atau tidak diakses secara terbuka.

Pelatihan ini tidak hanya berfokus pada keterampilan menjahit, tetapi juga diintegrasikan dengan seminar kesehatan reproduksi yang komprehensif. Dalam seminar tersebut, materi disampaikan secara lugas mengenai: a). Fisiologi menstruasi: Memecah mitos dan memberikan pemahaman ilmiah tentang proses alami tubuh; b). Pentingnya kebersihan menstruasi (*Menstrual Hygiene Management*/MHM): Menjelaskan bagaimana cara membersihkan organ intim dengan benar, frekuensi penggantian pembalut, dan penanganan pembalut yang sudah digunakan; c). Risiko infeksi: Mengedukasi mengenai jenis-jenis infeksi saluran reproduksi (ISR) yang dapat terjadi akibat penggunaan bahan tidak higienis atau praktik kebersihan yang salah, serta gejala yang perlu diwaspadai; d). Nutrisi dan kesehatan: Memberikan pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang selama menstruasi untuk menjaga stamina dan mengurangi ketidaknyamanan.

Peningkatan pengetahuan ini merupakan langkah awal pemberdayaan. Dengan memahami tubuh mereka sendiri dan risiko yang ada, perempuan di Kelurahan Kesenden menjadi lebih proaktif dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka. Mereka tidak lagi pasif menerima kondisi, melainkan memiliki informasi yang cukup untuk mengambil keputusan yang lebih baik.

### 2) Perubahan Perilaku dan Praktik Kebersihan Menstruasi

Dampak berikutnya adalah pada perubahan perilaku dan praktik kebersihan menstruasi. Sebelum pelatihan, perempuan di Kelurahan Kesenden mungkin terpaksa menggunakan kain bekas, koran, atau bahan lain yang tidak steril dan tidak menyerap dengan baik karena keterbatasan finansial untuk membeli pembalut sekali pakai. Praktik semacam ini secara signifikan meningkatkan risiko iritasi, ruam, bahkan infeksi serius seperti vaginitis bakterial, infeksi

saluran kemih (ISK), hingga berpotensi memengaruhi kesuburan dalam jangka panjang (Das & Gautam, 2022; Patel et al., 2022).

Melalui pelatihan pembuatan pembalut kain, perempuan tidak hanya diajarkan cara membuat pembalut yang aman dan nyaman, tetapi juga bagaimana cara merawatnya agar tetap higienis. Mereka belajar tentang: a). Penggunaan bahan yang tepat: Pemilihan kain katun yang mudah menyerap dan bernapas untuk menghindari kelembaban berlebih; b). Pencucian dan pengeringan yang benar: Pentingnya mencuci pembalut kain dengan sabun dan air bersih, serta menjemurnya di bawah sinar matahari langsung untuk membunuh bakteri; c). Penyimpanan yang higienis: Cara menyimpan pembalut kain yang sudah bersih agar tidak terkontaminasi.

Ketersediaan pembalut kain buatan sendiri yang ekonomis dan dapat digunakan berulang kali secara langsung mendorong peningkatan frekuensi penggantian pembalut dan praktik kebersihan yang lebih baik. Hal ini mengurangi durasi kontak darah menstruasi dengan kulit, meminimalkan pertumbuhan bakteri, dan secara signifikan menurunkan risiko infeksi. Analisis dampak ini menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga menyediakan alat yang praktis untuk mewujudkan perilaku sehat.

### *3) Pengurangan Beban Ekonomi dan Stres Terkait Menstruasi*

Meskipun lebih terkait dengan aspek ekonomi, pengurangan beban finansial akibat tidak perlu membeli pembalut sekali pakai memiliki dampak tidak langsung yang signifikan terhadap kesehatan reproduksi dan kesejahteraan psikologis perempuan. Kemiskinan menstruasi seringkali menyebabkan stres dan kecemasan yang berkepanjangan (J. Hennegan & Montgomery, 2016). Perempuan mungkin merasa malu, cemas akan kebocoran, atau tertekan karena harus mengalokasikan sebagian kecil dari pendapatan terbatas mereka untuk produk menstruasi.

Dengan memiliki kemampuan memproduksi pembalut kain sendiri, perempuan di Kelurahan Kesenden merasakan pembebasan finansial dari siklus pembelian bulanan. Penghematan ini dapat dialokasikan untuk kebutuhan lain, seperti makanan bergizi, pendidikan anak, atau bahkan investasi kecil untuk usaha. Pengurangan stres ini berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih



baik, yang pada gilirannya mendukung kesehatan fisik dan reproduksi secara keseluruhan. Lingkungan yang bebas stres lebih kondusif bagi fungsi hormonal yang sehat dan sistem kekebalan tubuh yang kuat.

#### *4) Peningkatan Kepercayaan Diri dan Kontrol atas Tubuh*

Aspek pemberdayaan yang paling substansial dari pelatihan ini adalah peningkatan kepercayaan diri dan rasa kontrol atas tubuh mereka sendiri. Ketika perempuan memiliki pengetahuan yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan alat untuk menjaga kebersihan pribadi mereka, mereka merasa lebih berdaya. Kemampuan untuk membuat pembalut sendiri menghilangkan ketergantungan pada produk komersial yang mungkin tidak terjangkau atau sulit ditemukan. Ini adalah manifestasi nyata dari otonomi tubuh – hak perempuan untuk membuat keputusan tentang tubuh dan kesehatan mereka tanpa paksaan.

Kepercayaan diri ini meluas ke aspek lain dalam kehidupan mereka. Perempuan menjadi lebih berani untuk bertanya tentang masalah kesehatan reproduksi, berbicara tentang menstruasi tanpa rasa malu, dan mengambil peran yang lebih aktif dalam diskusi kesehatan di komunitas mereka. Dampak ini menciptakan efek domino, mendorong lingkungan yang lebih terbuka dan mendukung di Kelurahan Kesenden terkait isu-isu kesehatan perempuan.

Secara keseluruhan, pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden bukan sekadar program keterampilan; ini adalah investasi dalam modal sosial dan kesehatan perempuan. Dampaknya terhadap kesehatan reproduksi bersifat multifaset, mulai dari peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku, hingga pengurangan beban ekonomi dan peningkatan kepercayaan diri. Intervensi semacam ini membuktikan bahwa pemberdayaan perempuan adalah kunci untuk menciptakan komunitas yang lebih sehat, mandiri, dan bermartabat.

#### **3.2.b. Implikasi pada Kemandirian Ekonomi Perempuan**

Pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden tidak hanya sekadar inisiatif edukasi kesehatan, namun juga merupakan strategi multifaset yang memiliki potensi besar untuk mendorong kemandirian ekonomi perempuan. Dampak ini dapat dianalisis dari beberapa dimensi, mencakup peningkatan kapasitas individu, penciptaan

peluang ekonomi, hingga perubahan dinamika ekonomi rumah tangga dan komunitas.

*1) Peningkatan Kapasitas dan Keterampilan Produktif*

Dampak pertama dan paling fundamental adalah peningkatan kapasitas dan keterampilan produktif pada ibu-ibu peserta pelatihan. Sebelum mengikuti program, mayoritas peserta mungkin tidak memiliki keterampilan khusus yang dapat langsung dikonversi menjadi sumber pendapatan. Pelatihan ini membekali mereka dengan pengetahuan teknis tentang pemilihan bahan, pola, teknik menjahit, hingga standar kebersihan dalam memproduksi pembalut kain yang layak jual. Keterampilan ini, meskipun tampak sederhana, adalah aset berharga. Ini adalah bentuk kapital manusia baru yang memungkinkan mereka untuk menciptakan produk dengan nilai tambah ekonomi. Kemampuan untuk membuat produk sendiri mengurangi ketergantungan pada produk komersial yang mahal, sekaligus membuka jalan untuk memproduksi bagi orang lain.

*2) Penghematan Pengeluaran Rumah Tangga*

Secara langsung, kemampuan memproduksi pembalut kain sendiri berkontribusi pada penghematan pengeluaran rumah tangga. Pembalut sekali pakai merupakan kebutuhan bulanan yang tidak dapat dihindari bagi perempuan usia produktif. Di Kelurahan Kesenden, dengan karakteristik ekonomi menengah ke bawah, pengeluaran rutin ini dapat membebani anggaran keluarga. Dengan beralih ke pembalut kain yang dapat dicuci dan digunakan berulang kali, ibu-ibu dapat mengalokasikan dana yang sebelumnya digunakan untuk pembelian pembalut sekali pakai ke kebutuhan lain yang lebih mendesak, seperti pendidikan anak, gizi, atau investasi kecil lainnya. Penghematan ini, meskipun tampak kecil secara individu, secara agregat dapat menciptakan efek domino positif pada stabilitas finansial keluarga. Ini adalah langkah awal menuju kemandirian finansial mikro.

*3) Penciptaan Peluang Wirausaha dan Sumber Pendapatan Alternatif*

Dampak yang paling signifikan terhadap kemandirian ekonomi adalah penciptaan peluang wirausaha dan sumber pendapatan alternatif. Setelah menguasai teknik pembuatan, peserta pelatihan memiliki opsi untuk memproduksi pembalut kain tidak hanya untuk kebutuhan pribadi, tetapi juga untuk dijual. Ada beberapa skenario yang dapat terjadi: a). Produksi Skala Kecil untuk Lingkungan Terdekat: Ibu-ibu dapat menjual produk mereka kepada tetangga,

kerabat, atau komunitas di dalam Kelurahan Kesenden yang menyadari manfaat pembalut kain (ekonomis dan ramah lingkungan). Ini menjadi sumber pendapatan tambahan yang fleksibel, disesuaikan dengan waktu luang mereka; b). Pembentukan Kelompok Usaha Bersama: Pelatihan dapat menjadi katalisator bagi pembentukan kelompok usaha atau koperasi kecil antar peserta. Dengan bekerja sama, mereka dapat berbagi beban produksi, mempromosikan produk secara kolektif, dan bahkan mengakses pasar yang lebih luas. Model ini juga mendorong kapital sosial antar anggota, memperkuat jaringan dan dukungan timbal balik; c). Peluang Online dan Pasar Lokal: Dengan semakin berkembangnya akses internet dan pasar online di Indonesia, pembalut kain yang ramah lingkungan memiliki potensi untuk dipasarkan di platform digital. Selain itu, potensi penjualan di pasar-pasar lokal, bazar komunitas, atau bahkan toko-toko kecil juga terbuka lebar.

Peluang ini memberikan perempuan di Kelurahan Kesenden kontrol yang lebih besar atas pendapatan mereka. Mereka tidak lagi sepenuhnya bergantung pada pendapatan suami atau pekerjaan di sektor formal yang mungkin sulit diakses. Ini merupakan langkah fundamental menuju otonomi ekonomi.

#### *4) Peningkatan Posisi Tawar Perempuan dalam Keluarga dan Komunitas*

Ketika perempuan mulai berkontribusi pada pendapatan keluarga, bahkan dalam skala kecil, terjadi perubahan dinamika internal dalam rumah tangga. Kontribusi finansial seringkali meningkatkan posisi tawar (*bargaining power*) perempuan dalam pengambilan keputusan keluarga, baik itu terkait alokasi keuangan, pendidikan anak, atau bahkan urusan pribadi. Mereka tidak lagi dipandang semata sebagai beban ekonomi, melainkan sebagai agen ekonomi yang produktif.

Di tingkat komunitas, keberadaan kelompok pembuat pembalut kain dapat meningkatkan visibilitas dan pengakuan atas peran ekonomi perempuan. Hal ini dapat mendorong dukungan lebih lanjut dari pemerintah kelurahan, PKK, atau organisasi lain untuk program-program pemberdayaan ekonomi berbasis komunitas lainnya, menciptakan efek multiplikasi.

#### *5) Penguatan Ekonomi Lokal dan Sirkular*

Produksi dan penjualan pembalut kain secara lokal juga berkontribusi pada penguatan ekonomi sirkular di Kelurahan



Kesenden. Dana yang dikeluarkan untuk membeli produk menstruasi kini berputar di dalam komunitas, tidak keluar ke perusahaan besar di luar daerah. Ini berarti uang yang dibelanjakan untuk pembalut kain akan kembali lagi ke tangan produsen lokal, menciptakan siklus ekonomi yang lebih tertutup dan berkelanjutan. Selain itu, aspek ramah lingkungan dari pembalut kain juga sejalan dengan prinsip ekonomi hijau.

Secara keseluruhan, pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden memiliki potensi transformatif terhadap kemandirian ekonomi perempuan. Lebih dari sekadar keterampilan menjahit, program ini membuka pintu bagi penghematan pengeluaran, penciptaan pendapatan, peningkatan posisi tawar, dan penguatan ekonomi lokal. Dengan dukungan yang tepat dan strategi keberlanjutan yang matang, inisiatif ini dapat menjadi model pemberdayaan perempuan yang holistik, di mana kesehatan reproduksi dan kesejahteraan ekonomi saling mendukung untuk menciptakan kehidupan yang lebih baik bagi perempuan di Kelurahan Kesenden.

#### **4. Kesimpulan**

Inisiatif pemberdayaan perempuan melalui pelatihan pembuatan pembalut kain di Kelurahan Kesenden telah menunjukkan implikasi pada kesehatan reproduksi dan kemandirian ekonomi peserta. Secara proses pemberdayaan, pelatihan ini berhasil mentransformasi ibu-ibu anggota PKK dari sekadar penerima manfaat menjadi agen produksi yang aktif dan berdaya. Proses ini mencakup transfer keterampilan teknis pembuatan pembalut kain yang higienis dan berkualitas, diikuti dengan peningkatan literasi kesehatan reproduksi yang mendalam, yang semuanya diselenggarakan dalam kerangka kerja kelompok yang suportif dan kolektif.

Dari segi kesehatan reproduksi, pelatihan memberikan dampak yang terukur, yaitu peningkatan pengetahuan dan perubahan praktik kebersihan menstruasi yang lebih baik dan berkelanjutan. Peserta menjadi lebih sadar mengenai pentingnya sanitasi yang tepat dan mampu memproduksi sendiri produk menstruasi yang aman, yang secara langsung mengurangi risiko infeksi saluran reproduksi yang sebelumnya menjadi kerentanan akibat keterbatasan akses produk yang terjangkau. Implikasi psikologisnya juga terlihat jelas dengan meningkatnya rasa percaya diri dan kontrol diri perempuan atas manajemen kebersihan menstruasi mereka.

Selanjutnya, dalam konteks kemandirian ekonomi, implikasi program ini terbagi menjadi dua aspek penting. Pertama, adanya penghematan pengeluaran rutin rumah tangga yang substansial karena peserta tidak lagi harus mengalokasikan dana untuk pembelian pembalut sekali pakai. Kedua, yang lebih krusial, pelatihan ini telah berhasil membuka peluang wirausaha baru dengan terbentuknya unit produksi dan pemasaran pembalut kain. Hal ini menciptakan sumber pendapatan alternatif bagi ibu-ibu, yang merupakan langkah awal menuju otonomi ekonomi dan berkontribusi pada penguatan ekonomi lokal Kelurahan Kesenden. Secara keseluruhan, program ini terbukti efektif dalam memberdayakan perempuan secara holistik, meningkatkan kualitas hidup, dan memberikan solusi yang inovatif terhadap isu ganda: akses produk menstruasi yang layak dan keterbatasan peluang ekonomi.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung kelancaran penelitian ini. Apresiasi setinggi-tingginya kami sampaikan kepada Pemerintah Kelurahan Kesenden atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama pelaksanaan penelitian di wilayah Kesenden.

Ucapan terima kasih yang tulus juga kami haturkan kepada Ibu-ibu PKK Kelurahan Kesenden yang telah berpartisipasi aktif sebagai informan dan peserta dalam setiap tahapan kegiatan. Kontribusi dan keterbukaan Ibu-ibu sekalian adalah kunci utama keberhasilan penelitian ini dalam memahami dampak pemberdayaan yang terjadi.

Tak lupa, kami juga menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada LP2M UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon atas bantuan dana Program Kemitraan Masyarakat (PKM) Tahun Anggaran 2023. Dukungan finansial ini sangat vital dan memungkinkan terlaksananya seluruh rangkaian penelitian dan kegiatan pemberdayaan ini.

### **Daftar Pustaka**

- Cain, T. (2014). *The Sage handbook of action research: participative inquiry and practice*. Taylor & Francis.
- Cavestro, L. (2003). PRA-participatory rural appraisal concepts methodologies and techniques. *Padova University. Padova PD. Italia*.
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94, S95-S120.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design*:

*Choosing among five approaches.* Sage publications.

- Das, D., & Gautam, R. K. (2022). Problems and practices related to menstruation among adolescent girls of Dongria Kondh of Rayagada, Odisha, India. *Frontier Anthropol*, 11, 13–23.
- Desjardins, K. S., Moran, M. B., & Janice Smolowitz, R. N. (2014). Empowering women: teaching Ethiopian girls to make reusable sanitary pads. *Journal of Doctoral Nursing Practice*, 7(1), 77.
- Guest, G., MacQueen, K. M., & Namey, E. E. (2011). *Applied thematic analysis*. sage publications.
- Hennegan, J. M. (2017). Menstrual hygiene management and human rights: the case for an evidence-based approach. *Women's Reproductive Health*, 4(3), 212–231.
- Hennegan, J., & Montgomery, P. (2016). Do menstrual hygiene management interventions improve education and psychosocial outcomes for women and girls in low and middle income countries? A systematic review. *PloS One*, 11(2), e0146985.
- Huberman, A. (2019). *Qualitative data analysis a methods sourcebook*.
- Kabeer, N. (1999). Resources, agency, achievements: Reflections on the measurement of women's empowerment. *Development and Change*, 30(3), 435–464.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Kajian Kesehatan Reproduksi Remaja 2022*.
- Patel, K., Panda, N., Sahoo, K. C., Saxena, S., Chouhan, N. S., Singh, P., Ghosh, U., & Panda, B. (2022). A systematic review of menstrual hygiene management (MHM) during humanitarian crises and/or emergencies in low-and middle-income countries. *Frontiers in Public Health*, 10, 1018092.
- Rosa, W. (2017). Goal 5. Achieve gender equality and empower all women and girls. *A New Era in Global Health: Nursing and the United Nations 2030 Agenda for Sustainable Development*, 301.
- Schmitt, M. L., Wood, O. R., Clatworthy, D., Rashid, S. F., & Sommer, M. (2021). Innovative strategies for providing menstruation-supportive water, sanitation and hygiene (WASH) facilities: learning from refugee camps in Cox's bazar, Bangladesh. *Conflict and Health*, 15(1), 10.
- Sen, A. (2000). *Social exclusion: Concept, application, and scrutiny*.
- Sharma, B. (2022). A Pragmatic water vision for India. *IC Centre for Governance*, 69, 69.
- Sumpter, C., & Torondel, B. (2013). A systematic review of the health and social effects of menstrual hygiene management. *PloS One*, 8(4), e62004.
- Tufte, T., & Mefalopulos, P. (2009). *Participatory communication: A practical guide*



(Vol. 170). World Bank Publications.

UNFPA. (2023). *State of World Population 2023: 8 Billion Lives, Infinite Possibilities*.

United Nations. (2023). *The Sustainable Development Goals Report 2023*.

Van Eijk, A. M., Jayasinghe, N., Zulaika, G., Mason, L., Sivakami, M., Unger, H. W., & Phillips-Howard, P. A. (2021). Exploring menstrual products: A systematic review and meta-analysis of reusable menstrual pads for public health internationally. *PloS One*, 16(9), e0257610.

World Bank. (2022). *Women, Business and the Law 2022*.

Yang, Y.-T., & Chen, D.-R. (2023). Effectiveness of a menstrual health education program on psychological well-being and behavioral change among adolescent girls in rural Uganda. *Journal of Public Health in Africa*, 14(3), 1971.

