



**TRANSFORMASI : JURNAL PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

**Email: [j.transformasi@ummat.ac.id](mailto:j.transformasi@ummat.ac.id)**

<http://journal.ummat.ac.id/index.php/transformasi/index>

ISSN: 2797-5940 (Online), ISSN: 2797-7838 (Print)

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Mataram

Jln. KH. Ahmad Dahlan No.1, Pagesangan, Kec. Mataram, Kota Mataram, NTB (83115)

---

**Pembuatan Pembalut Kain Dari Bahan Bekas Sebagai Peluang UKM Desa  
Jatisela Lombok Barat**

*Making Cloth Wapters From Used Materials As An Opportunity For Smes In Jatisela  
Village Lombok Barat*

**<sup>1</sup>Nur'aini, <sup>2</sup>Baiq Reinelda Tri Yunarni, <sup>3</sup>Nurul Hidayati Indra Ningsih, <sup>4</sup>Salmin**

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Muhammadiyah Mataram, Indonesia

[aininingrum77@gmail.com](mailto:aininingrum77@gmail.com)

**Abstrak**

Pada awal abad ke-4 di Yunani Kuno, pembalut pra-modern telah digunakan. Saat itu, perempuan menggunakan kain untuk menjaga penyerapannya. seiring berkembangnya zaman, bentuk dan bahan dasar pembalut mengalami banyak perubahan, dan yang banyak terdapat di pasaran terbuat dari kapas dengan gel di bagian tengahnya supaya memiliki daya serap yang tinggi dan praktis. pembalut sekali pakai disebut-sebut sebagai salah satu penyebab kerusakan alam dan lingkungan di muka bumi ini. tujuan pengabdian ini Memberikan edukasi dengan cara sosialisasi serta Pelatihan kepada masyarakat setempat yang ingin menambah ilmu dan wawasan dalam kesehatan diri dan lingkungan. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melalui sosialisasi, dan pelatihan setelah itu mengevaluasi hasil yang telah di laksanakan, hasil yang di capai Meningkatkan pengetahuan atau mengedukasi ibu ibu produktif, remaja yang sudah mendapatkan tamu bulanan (haid) dan dapat membantu yang tidak memiliki penghasilan sehingga bisa membantu ekonomi keluarga. Dan sebagai ajang silaturahmi di Desa Jatisela Kecamatan Gunungsari dan setiap warga yang ikut dalam pelatihan pembuatan pembalut dari kain ini bisa menjadi nilai tambah dengan berwirausaha memiliki ilmu di bidang kesehatan dan perawatan diri agar lebih percaya diri.

**Kata Kunci: Peluang Usaha; UMKM; Pembalut Kain**

**Abstract**

*As early as the 4th century in Ancient Greece, pre-modern sanitary napkins were used. At that time, women used cloth to keep them absorbed. Along with the development of the times, the shape and basic materials of sanitary napkins have changed a lot, and many of which are available on the market are made of cotton with a gel in the middle in order to have high absorption and practicality. Disposable sanitary napkins are mentioned as one of the causes of damage to nature and the environment on this earth. The purpose of this service is to provide education by way of socialization and training to local people who want to increase knowledge and insight in personal and environmental health, the method used in this activity through socialization, and training after that evaluate the results that have been carried out, the results achieved Increase knowledge or educate productive mothers, teenagers who have received monthly guests (menstruation) and can help those who have no income so that they can help the family economy. And as a gathering event in Jatisela Village, Gunungsari sub-district and every citizen who participates in the training to make sanitary napkins from this cloth, it can be an added value by entrepreneurship, having knowledge in the field of health and self-care to be more confident.*

**Keywords: Business Opportunities; Smes; Sanitary Napkins**

**Submitted : 11-11-2022, Revision : 03-12-2022, Accepted : 07-12-2022**

## PENDAHULUAN

Pembalut wanita merupakan salah satu produk yang dibutuhkan oleh wanita yang mengalami siklus menstruasi setiap bulannya. Pembalut wanita yang berfungsi untuk menampung darah menstruasi agar lebih terjaga ini sudah muncul dalam catatan tertulis sejak abad ke-10. Awalnya pembalut wanita sekali pakai terbuat dari wol, katun, atau sejenisnya, berbentuk persegi dan diberi lapisan penyerap. menampung, darah. kewanitaannya.

Dalam sejarah, pada awal abad ke-4 di Yunani Kuno, pembalut pra-modern telah digunakan, Saat itu, perempuan menggunakan kain untuk menjaga penyerapannya. (Kompas.com) Seiring berkembangnya zaman, bentuk dan bahan dasar pembalut mengalami banyak perubahan, dan yang banyak terdapat di pasaran terbuat dari kapas dengan gel di bagian tengahnya supaya memiliki daya serap yang tinggi dan praktis. pembalut sekali pakai disebut-sebut sebagai salah satu penyebab kerusakan alam dan lingkungan di muka bumi ini.

Selain menghasilkan gas metana, pembalut juga berbahaya bagi lingkungan karena ia sulit terurai. pembalut memiliki kandungan plastik di dalamnya, yang mana membutuhkan puluhan hingga ratusan tahun untuk terurai. bahkan mengandung pemutih yang digunakan pada bantalannya, yang dapat mencemari tanah dan air. (ujar Jeanny Primasari, pengagas komunitas Zero Waste Nusantara) dikutip dari CNN Indonesia.com.

Di era modern seperti saat ini wanita membutuhkan lebih banyak pembalut yang praktis seperti pembalut sekali pakai. Pembalut wanita sekali pakai mengandung bahan berbahaya sehingga perempuan harus sering berganti, setiap 4 (empat) jam sekali. Pembalut sekali pakai juga memperbanyak sampah plastik sulit didaur ulang. Muncul terobosan untuk kembali menggunakan pembalut wanita berbahan kain yang biasa dicuci ulang sehingga lebih hemat dan mengurangi pembuangan sampah pembalut yang mengandung bahan sulit diurai oleh alam.(Ardiyati & Pramitasari, 2019)

Penggunaan pembalut yang aman dan terjamin untuk kesehatan wanita dengan bahan dasar kain haruslah memenuhi aspek praktis sehingga cocok untuk dipergunakan oleh wanita masa kini yang sibuk dengan berbagai aktivitas. penggunaan dan pembuatan pembalut wanita dari bahan kain yang dayan serapnya seperti handuk serta ramah lingkungan harus dimulai dari diri sendiri, keluarga kepada anak-anak remaja dan

lingkungan sekitar sehingga bisa berdampak signifikan terhadap kesehatan wanita dan pengurangan limbah sampah pembalut wanita berbahan berbahaya.

Belum lagi sampah yang ada di setiap sudut selokan desa dan dusun jalan yang dilalui sangat mengganggu kesehatan dan pandangan mata, sehingga membuat kami merasa terpanggil untuk berinovasi dengan pembalut kain yang saat ini banyak di pasarkan ibu-ibu produktif melalui online, selain berbahan murah dan mudah, pembalut kain juga ramah lingkungan, selain itu bahan dasarnya menggunakan kain bekas, yang sudah tidak terpakai di rumah, bisa juga menggunakan handuk, kain perca, kain katun bekas yang tak terpakai.

Pembalut sekali pakai menghasilkan limbah yang belum tertangani secara khusus sehingga mencemari lingkungan. saat ini sudah ada pembalut kain yang dijual di masyarakat, namun harganya terlalu mahal sehingga hanya dapat dijangkau oleh masyarakat menengah atas. Berdasarkan pemikiran tersebut, penulis menilai perlu adanya inovasi pembuatan pembalut wanita yang lebih ekonomis, aman, tidak menyebabkan gangguan pada lingkungan maupun estetika. Salah satu solusinya adalah pembuatan Pembalut Wanita Ramah Lingkungan dan Beretika, dengan memanfaatkan bahan baju yang sudah tidak terpakai atau kain. (Zamani et al., 2012)

Pembuatan pembalut kain dari bahan bekas sebagai peluang usaha bisnis di Desa Jatisela kec. gunungsari kabupaten lombok barat, seperti pada judul proposal sangatlah menarik untuk di jadikan inspirasi kesehatan pada wanita produktif dan mengetahui dampak negative dari pembalut instans yang sering kita gunakan selama ini, di samping itu untuk menambah ilmu serta wawasan dari program pengabdian masyarakat juga bisa menjadi peluang usaha bagi yang ingin menambah penghasilan.

Jika berbicara sampah saat musim hujan seperti sekarang ini banyak selokan, parit-parit/ got-got yang ada di pemukiman tempat tinggal tidak berjalan dengan normal di sebabkan oleh sampah yang mapet dan tertutup akan banyaknya limbah pembalut sekali pake, pempers dan lain sebagainya, sehingga sampah yang banyak berserakan memenuhi jalan raya bahkan sawah – sawah yang ada di sekitar pemukiman warga dan kadang sampah tersebut memasuki teras rumah warga saat musim hujan seperti sekarang ini.

Selain itu pembalut tradisional merupakan pembalut yang terbuat dari kain (tentu saja dengan desain yang lebih baik, bukan sekadar potonga-potongan kain yang disumpalkan), memiliki kelebihan seperti alasan kenyamanan, kesehatan, dampak lingkungan, dan lebih murah karena memungkinkan untuk dicuci. Sehingga bisa dijamin kebersihan dan baik untuk kesehatan sehingga terhindar dari kuman penyakit seperti kanker serviks.

Menurut Kartikawati dalam , faktor risiko kanker serviks yaitu personal hygiene yang tidak baik dan penggunaan pembalut tidak berkualitas dan mengandung bahan pemutih (dioksin) yang dapat menguap apabila bereaksi dengan darah menstruasi sehingga dapat menghambat sirkulasi udara pada daerah keperempuanan. Selain itu, penggunaan pantyliner untuk sehari-hari dapat mempengaruhi kelembaban organ keperempuanan sehingga keadaan organ keperempuanan menjadi lembab dan merangsang tumbuhnya berbagai bakteri patogen yang dapat menyebabkan kanker serviks (Wijaya dalam (Diniyati, 2019)

Berangkat dari analisa situasi yang ada pada Lingkungan dan lapangan, maka mitra dan tim pengabdian kepada masyarakat menggalang ide untuk melakukan pelatihan di tingkat desa setempat kami tinggal yaitu desa sesele kecamatan gunungsari kabupaten Lombok barat guna meminimalisir akan sampah yang tak cepat larut dalam tanah walau di makan waktu bertahunan, kita bisa menggantikannya dengan kain bekas, handuk atau kaos yang tak terpakai, serta bisa dijadikan kegiatan masyarakat yang ingin menjadikan kegiatan program pengabdian ini sebagai kesibukan yang bermanfaat seperti, menambah penghasilan dan mengurangi sampah pembalut yang banyak di temukan di selokan/parit yang suka membuat mapet.

Maka dari itu tim pengabdian kepada masyarakat melihat analisa situasi. yang ada pada desa sesele kecamatan gunungsari mengangkat masalah ini untuk memberdayakan warga sekitar agar memiliki kesadaran untuk berkontribusi pada kegiatan yang kita salurkan melalui pelatihan. Maka dari itu pelatihan dan keterampilan proses pembuatan pembalut wanita ini akan kita kemas semenarik mungkin, sehingga tampilannya tidak kalah dengan yang ada di pasar sehingga dapat membantu para ibu ibu dan warga menambah penghasilan tambahan keluarga mereka.

Dengan proses pembuatan yang kreatif dan sederhana serta masih menggunakan alat Manual seperti ada yang menggunakan tangan dan ada yang menggunakan mesin jahit biasa dan yang alat portabel saat proses pembuatannya. Dan semasa wabah para mitra yang ikut pelatihan dalam pembuatan pembalut ramah lingkungan serta sangat aman ini tetap menjunjung PROKES kesehatan, Proses pelatihan pembuatan dan sosialisasi pembalut kain sangat mudah dan memerlukan ketekunan dalam mengerjakan dan menjahit pola yang ada, dalam latihan pembuatannya para mitra harus tekun dan sungguh-sungguh karena mungkin akan berlanjut kegiatan ini bisa menjadi ajang peluang usaha bisnis di era covid seperti sekarang.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu melalui sosialisasi, dan pelatihan setelah itu mengevaluasi hasil yang telah di laksanakan, kepada usaha kecil yang ada di sekitar untuk bergabung dalam ketempilan pembuatan pembalut kain, karna di masa sulit seperti Pandemi covid-19 sekarang ini semua usaha serba terbatas, baik dalam hal waktu dan dana belum lagi tenaga. Jadi mungkin dengan keterampilan baru ini dapat membuka wawasan dan pola pikir masyarakat untuk menghasilkan karya yang dapat berguna buat teman,saudara setidaknya buat diri dengan pola hidup lebih sehat selain mengambil maanfaat dari pelatihan yang di dapat. karena di era covid orang untuk keluar rumah setiap saat agak risih dengan kondisi jaga jarak dengan menggunakan masker dan untuk kebutuhan pasti akan memilih yang praktis dan ekonomis.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian melalui beberapa tahap di antaranya sebagai berikut;

### **Penyuluhan**

Setiap Mitra Usaha Kecil yang tergabung dalam Kumpulan masyarakat desa sesele Kecamatan Gunungsari Kabupaten Lombok Barat yang ingin menambah wawasan dan pengetahuan baru, di kegiatan ini bisa bergabung dalam mensosialisasikan hidup sehat dari diri sendiri, keluarga lingkungan dan masyarakat sekitar. Serta paham akan pola hidup bersih,serta menjaga lingkungan lebih hikgenis di era pandemic- covid 19 ini. Sehingga bisa menciptakan arti kata sehat yang sebenarnya. Dengan penyuluhan ini bisa membuka ide baru juga tentang peluang baru dalam pengembangan UMKM ke depannya. Biasa dalam penyuluhan yang di adakan pihak LPPM UMMAT tidak

memungut biaya, selama mitra ingin berkembang dan menambah wawasan dalam hal positif. kami membuka peluang untuk masyarakat desa sesele.

### **Pelatihan**

Setiap mitra di latih bagaimana memanfaatkan kain yang sudah tak dipake untuk membuat pembalut wanita, dan bisa di pasarkan setidaknya untuk diri dan keluarga, namun jika target market baik, bisa menjadi peluang bisnis baru. memilih atau membeli bahan baku berupa kain yang bahan dasarnya bisa menyerap air, seperti kain handuk, kain kanibo dan sejenisnya. Dalam pelatihan ini mitra di harapkan tekun mengikuti sampe selesai, sehingga bisa mengajarkan pada yang menginginkan peluang pelatihan ini.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian kepada masyarakat adalah usaha untuk menyebarluaskan ilmu pengetahuan dapat membantu masyarakat agar bisa membuat kreatifitas yang di hasilkan dari suatu karya yang mana terbentuknya ekonomi kreatif dalam inovasi pembalut yang ramah lingkungan sekaligus sebagai ajang bertukar pengalaman dalam hal membantu pendapatan rumah tangga, dapat menjadikan pelatihan ini sebagai usaha baru agar bisa membuat, memasarkan dan memperkenalkan penting dari manfaat pelatihan ini, jika memungkinkan bisa di jual dengan cara online atau offline, sesuai kebutuhan yang membutuhkannya.

Hasil lainnya yang dapat di hasilkan meningkatkan pengetahuan atau mengedukasi ibu ibu produktif, remaja yang sudah mendapatkan tamu bulanan (haid) dan dapat membantu yang tidak memiliki penghasilan sehingga bisa membantu ekonomi keluarga. Dan sebagai ajang silaturahmi di Desa jatisela kecamatan Gunungsari. Tim yang terlibat dalam Pengabdian Kepada Masyarakat ini memiliki Loyalitas tinggi dalam mengedukasi perajin usaha kecil yang ingin merubah taraf ekonominya lebih baik. Sehingga dapat mensukseskan pelaksanaan program tersebut.

Cara pembuatan pembalut kain dengan menggunakan kain bekas atau kain perca yang masih layak di gunakan adalah Sbb: 1. Buat pola pada sebuah karton pertama-tama buatlah bentuk belah ketupat dengan ujung melengkung. Panjangnya sekitar 25 cm dengan lebar 20 cm. Potong pola jika sudah selesai, 2. Gunakan pola untuk membentuk dua lembar kain katun flanel. Kedua kain ini akan menjadi bagian luar pembalut, jadi pilihlah sesuka Anda. Anda bisa menggunakan

kain bercorak atau polos berwarna. Anda juga bisa mengombinasikan kain bercorak di satu sisi, dan polos di sisi lainnya,3. Jahit kedua bagian kain dengan sisi depan saling berhadapan di sebelah dalam,4.Buat sayatan vertikal di tengah kain. Pastikan Anda hanya menyayat selebar kain bukan keduanya. Sayat tepat di tengah. Panjangnya cukup beberapa sentimeter.5. Balik sisi depan melalui sayatan di tengah kain gunakan jari untuk mendorong bagian sudut melalui sayatan yang sudah dibuat.Gunakan pensil atau jarum rajut untuk mendorong bagian sudut yang sulit dibalik,6. Jahit keliling bagian atas alas pembalut. Anda bisa menggunakan benang berwarna sama atau berbeda. Anda bahkan juga bisa menjahitnya dengan jahitan zig-zag agar lebih menarik. Pada awal dan ujung jahitan, jahit dengan jahitan putar balik, lalu potong benang yang menjulur sependek mungkin



Gambar. I. Pelatihan pembuatan pembalut kain



Gambar. II. Bentuk pembalut kain yang di buat



Gambar III. Cara membuat pola

Dalam pelatihan di ajar cara perawatannya, pembalut kain ini cukup dirawat dengan cara:

Tabel 1. Penjelasan Cara merawat pembalut kain

Penjelasan	Bahan	Cara Merawat
Sebelum membuatnya, siapkan terlebih dahulu alat dan bahan yang diperlukan.	Mesin jahit / Jarum tangan Jarum pentul Benang Gunting Pensil / Alat gambar Tiga jenis kain untuk cover Bahan Filling ( handuk/ kain kaos/ microfiber ) Kancing ceplik/ kancing velcro Pembalut jadi untuk menjiplak pola	Cuci kain bekas sebelum digunakan pertama kali dan setelah digunakan Cuci dengan sabun tanpa pemutih atau pelembut Jemur dibawah matahari untuk menghilangkan kuman Secara berkala cuci dengan air hangat Untuk menghilangkan noda secara alami, dapat dicuci dengan cuka dan baking soda Agar kualitas terjaga lebih lama, sebaiknya jangan direndam terlalu lama, jangan disikat dan jangan disetrika

## KESIMPULAN DAN SARAN

Secara keseluruhan, pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada Desa Jatisela Kecamatan Gunungsari Kabupaten Lombok Barat Provinsi Nusa Tenggara Barat dengan sasaran ibu-ibu produktif dan wanita remaja yang sudah mendapatkan penyuluhan, sosialisasi, pelatihan dari tim pengabdian kepada masyarakat sudah berjalan lancar dan sudah memahami manfaat dari pentingnya pembalut kain yang di buat dengan cara higienis halal dan ramah pada lingkungan. Target yang ingin di capai melalui kegiatan pelatihan dan penyuluhan pembuatan pembalut kain yang higienis di masa covid ini adalah Membantu masyarakat yang memiliki tekad, berusaha dengan tim pengabdian masyarakat agar bisa membuat pembalut yang ramah lingkungan sekaligus sebagai ajang bertukar pengalaman dalam hal membantu pendapatan rumah

tangga, dapat menjadikan pelatihan ini sebagai usaha baru agar bisa membuat, memasarkan dan memperkenalkan penting dari manfaat pelatihan ini, jika memungkinkan bisa di jual dengan cara online atau offline, sesuai kebutuhan yang membutuhkannya. Hal ini membuktikan peserta secara keseluruhan dapat menyerap dan memahami setiap ilmu yang di berikan, selain itu hal tersebut juga membuktikan bahwa pengabdian berhasil mentransferkan ilmu yang dimiliki kepada peserta dengan baik.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami selaku tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Ibu Ibu UKM dan Remaja wanita Desa Jatisela, kecamatan gunungsari Kabupaten Lombok Barat yang telah berpartisipasi atas terlaksananya kegiatan ini, dari sosialisasi, hingga evaluasi akhir yang tim pengabdian lakukan, Sehingga kegiatan pelatihan dan Pembuatan pembalut kain yang halal dan higienis ini bisa terlaksana dengan baik. sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Ardiyati, & Prमितasari, R. (2019). Ecoliteracy Penggunaan Pembalut Wanita Ramah. Seminar Hasil Pengabdian Masyarakat 2019, November, 73–78.

Diniyati, P. K. (2019). Reproduksi Perempuan. November, 18–29.  
<https://jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id/index.php/jmk/article/download/488/267>

Zamani, I. S., Husna, L. A., & Yulianingtyas, A. (2012). Pembalut Wanita Ramah Lingkungan Dan Beretika. Prosiding Elektronik (e-Proceedings) PIMNAS, 1–5.

Artikel jurnal To mega jurnal pengabdian masyarakat oktober 2021, vol 4, no 3, hal. 316-330, issn(P) 2622-6332, ISSN-(E)-2622-6340.  
<Http://www.ojs.unada.ac.id/index.php/tomaega>.

Artikel ini telah tayang di Kompas.com dengan judul "Penemuan yang Mengubah Dunia: Pembalut, Semula Diciptakan untuk Para Pria", Klik untuk.

Andreas. (2011). Manajemen Keuangan UKM. Yogyakarta: Graha Ilmu

Download aplikasi Kompas.com untuk akses berita lebih mudah dan cepat:  
Android: <https://bit.ly/3g85pkA>. iOS: <https://apple.co/3hXWJOL>

<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-3314996/ini-alasan-saat-haid-wanita-dianjurkan-ganti-pembalut-tiap-3-4-jam>

<https://sains.kompas.com/read/2019/03/08/173500223/penemuan-yang-mengubah-dunia--pembalut-semula-diciptakan-untuk-para-pria>. Penulis: Resa Eka Ayu Sartika Editor : Resa Eka Ayu Sartika

<http://www.youtube.com/watch> Berbagi Pembalut Kain lewat Surat untuk Najwa - YouTube

Philip Kotler (1997), Manajemen Pemasaran (Jakarta: Erlangga, )