
Penggunaan Buku Saku dalam Kajian Agama Tentang Siklus Darah Wanita bagi Remaja Putri Desa Kalikejambon

Hidayatur Rohmah¹, Wisnu Siwi Satiti^{2*}, Fitri Umardiyah³, Khusnul Khotimah⁴, Faridatul Umah⁵, Evi Laily Zakiyatul Chikmah⁶, Habil Syahril Haj⁷

^{1,5,6,7} Pendidikan Agama Islam, Universitas KH. A. Wahab Hasbullah

^{2*,3,4} Pendidikan Matematika, Universitas KH. A. Wahab Hasbullah

*Email: siwi.wisnu@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. This period is marked by physical, emotional and psychological changes in which during this period the maturation of the human reproductive organs occurs. This is marked by menstruation in young women. However, the facts on the ground show that many young women do not understand the female blood cycle, especially menstruation. A teenage woman must have a correct understanding of this matter, so that they have the knowledge, awareness, attitude and behavior of reproductive health that is responsible. Because of the need for health education about women's blood cycle. This is what underlies the implementation of community service in the form of outreach and education on women's blood cycle health. Partners in this community service activity are young women who are members of the IPNU-IPPNU and youth posyandu in Kalikejambon Village, Tembelang District, Jombang Regency, East Java. Delivery of the material was assisted by the use of a pocket book containing material on the female blood cycle. The results of the community service activities show that there is an increase in young women's understanding of the female blood cycle. In addition, the use of pocket books as learning media in this activity also had a positive impact on the participants' understanding of the activity.

Keywords: *Community Service; Health Education; Female Blood Cycle; Teenage Girl; Kalikejambon.*

ABSTRAK

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa ini ditandai dengan perubahan fisik, emosi serta psikis yang mana pada masa ini terjadi pematangan organ reproduksi manusia. Hal ini ditandai dengan menstruasi pada remaja putri. Akan tetapi, fakta di lapangan menunjukkan bahwa banyak remaja putri kurang memahami siklus darah wanita, terutama tentang menstruasi. Seorang wanita remaja harus memiliki pemahaman yang benar tentang hal ini, sehingga mereka memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kesehatan reproduksi yang bertanggungjawab. Oleh karena perlu adanya pendidikan kesehatan tentang siklus darah wanita. Hal ini yang melandasi dilaksanakannya pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi dan kajian siklus darah wanita. Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah remaja putri yang tergabung ke dalam IPNU-IPPNU dan posyandu remaja Desa Kalikejambon, Kecamatan Tembelang, Kabupaten Jombang, Jawa Timur. Penyampaian kajian dibantu dengan penggunaan buku saku yang berisi materi siklus darah wanita. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman remaja putri terhadap siklus darah wanita. Selain itu, penggunaan buku saku sebagai media pembelajaran dalam kajian ini juga memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta kegiatan.

Kata Kunci: *Pengabdian Kepada Masyarakat; Kajian; Siklus Darah Wanita; Remaja-Putri; Kalikejambon*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu fase atau tahap dalam hidup manusia. Tahap ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan secara biologis maupun psikologis (Kusumawati, *et al.*, 2018). Masa remaja yang merupakan masa

transisi, ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosi serta psikis yang mana pada masa ini terjadi pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut sebagai masa pubertas (Puspitaningrum, *et al.*, 2017). Pada sebagian besar masyarakat, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Baharuddin, 2019). Berbicara mengenai remaja dalam tahap ini tentu saja kebanyakan remaja mengalami proses pubertas baik laki-laki maupun perempuan (Solehati, Trisyani, & Kosasih, 2018). Pubertas bagi wanita tentu saja berkaitan erat dengan menstruasi.

Menstruasi atau yang dalam istilah fiqihnya lebih sering dikatakan sebagai haid. Haid adalah darah yang keluar dari rahim seorang wanita bukan karena sakit ataupun melahirkan dan dalam kurun waktu tertentu (Aulia & Antika, 2019). Selain darah menstruasi atau haid pada wanita, ada juga darah yang keluar dari rahim wanita yang disebut dengan istihadloh dan nifas. Nifas adalah darah yang keluar dari rahim seorang wanita setelah melahirkan, sedangkan darah istihadloh adalah darah yang keluar dari rahim seorang wanita yang bukan karena haid dan nifas (Aulia & Antika, 2019).

Setiap wanita, atau remaja putri perlu untuk memiliki pemahaman yang baik dan benar tentang siklus darah wanita. Hal ini dikarenakan siklus darah wanita berkaitan erat dengan kesehatan orang tersebut (Fitriningtyas, *et al.*, 2017). Dimulai dari siklus darah wanita yang paling awal, yaitu menstruasi, seorang wanita remaja harus memiliki pemahaman yang benar. Sehingga ketika terjadi permasalahan, dapat segera dilakukan tindakan medis yang sesuai.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja. Pendidikan kesehatan merupakan hak setiap orang, terutama remaja, agar memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kesehatan reproduksi yang bertanggungjawab. (Puspitaningrum, *et al.*, 2017). Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan dalam bentuk sosialisasi dan pemberian kajian siklus darah wanita, terutama kepada remaja putri yang sudah mulai mengalami menstruasi.

Aksi nyata yang dapat dilakukan sebagai upaya sosialisasi dan kajian siklus darah wanita yaitu berupa kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk Tridharma Perguruan Tinggi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di desa Kalikejambon, Kecamatan Tembelang, Kabupaten Jombang, Jawa Timur.

Kabupaten Jombang merupakan salah satu kabupaten di Jawa Timur dengan jumlah penduduk usia remaja yang cukup tinggi. Salah satu wilayah administratif dengan jumlah penduduk usia remaja yang tinggi adalah Desa Kalikejambon. Kalikejambon merupakan salah satu desa di wilayah Kecamatan Tembelang, Kabupaten Jombang. Remaja di desa Kalikejambon banyak yang tergabung ke dalam organisasi IPNU dan IPPNU (Wardani, *et al.*, 2022). Selain itu, terdapat posyandu remaja yang dapat difungsikan sebagai wadah untuk memantau kesehatan dan pertumbuhan remaja.

Memperhatikan situasi demografis penduduk desa Kalikejambon, dilakukan survey terhadap remaja putri tentang pemahaman mereka terhadap siklus darah wanita, terutama menstruasi (Rahmawati & Liana, 2021). Berdasarkan hasil survey ini, diketahui bahwa banyak remaja putri belum memahami tentang pubertas terutama hal yang berkaitan dengan siklus darah wanita dan permasalahannya. Oleh karena itu, di dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan sosialisasi dan kajian siklus darah wanita dan permasalahannya. Kegiatan pengabdian ini ditujukan untuk remaja putri, meskipun tidak menutup kemungkinan para orang tua dan wanita dewasa juga menjadi peserta kegiatan.

Kegiatan pengabdian ini ditujukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat desa Kalikejambon, terutama remaja putri, tentang siklus darah wanita dan permasalahannya. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat didukung dengan penggunaan buku saku. Puspitaningrum, *et al.* (2017) menjelaskan bahwa penggunaan media pembelajaran dalam pemberian kajian ini antara lain membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat, mempermudah penemuan informasi, dan mendapat pemahaman yang lebih baik. Berdasarkan uraian, dilakukan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisai dan pemberian kajian siklus darah wanita dan permasalahannya. Kegiatan sosialisasi dan pendidikan ini menggunakan media pembelajaran berupa buku saku. Kegiatan pengabdian ditujukan untuk mitra remaja putri di desa Kalikejambon, Kecamatan Tembelang, Kabupaten Jombang, Jawa Timur.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Participatory Action Research (PAR). Mengadopsi metode ini, kegiatan pengabdian diterapkan dalam bentuk sosialisasi dan pendidikan langsung kepada masyarakat. Mitra dalam program pengabdian ini adalah remaja putri Desa Kalikejambon, terutama yang tergabung di dalam IPNU-IPPNU. Dimulai dari 1) Identifikasi kebutuhan masyarakat, 2) Perancangan, 3) Sosialisasi kegiatan, 4) Pelaksanaan kegiatan

pengabdian dalam bentuk sosialisasi dan pendidikan, dan 5) Evaluasi kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini uraian hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi dan pemberian kajian siklus darah wanita diberikan kepada remaja putri di desa Kalikejambon. Mitra kegiatan pengabdian ini adalah IPNU-IPPNU yang merupakan wadah remaja di desa Kalikejambon dan posyandu remaja di desa Kalikejambon. Hasil kegiatan pengabdian akan diuraikan sesuai tahapan kegiatan, dimulai dari 1) Identifikasi kebutuhan masyarakat, 2) Perancangan, 3) Sosialisasi kegiatan, 4) Pelaksanaan pelatihan, dan diakhiri dengan 5) Evaluasi kegiatan. Tahap pertama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah identifikasi kebutuhan masyarakat desa yang dilakukan melalui mini survey.

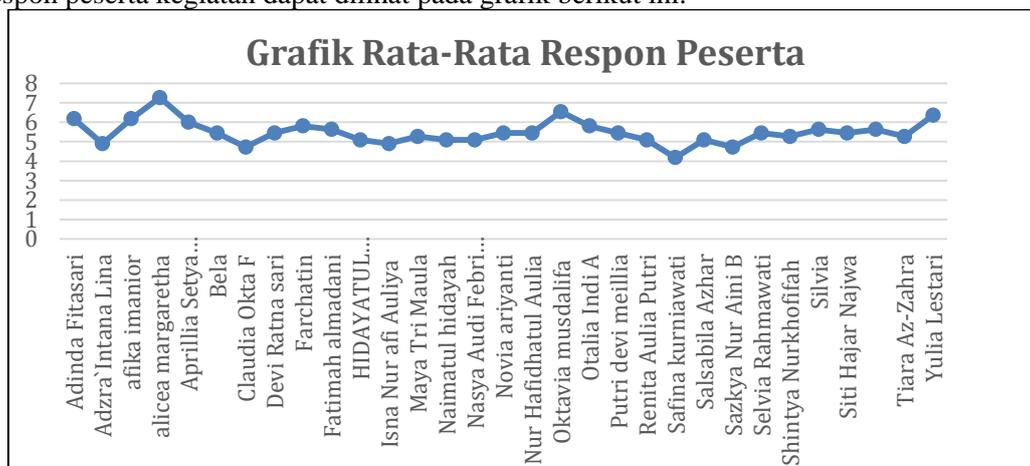
Tabel 1. Hasil Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Di Desa Kalikejambon

No	Tahap Kegiatan	Waktu	Hasil Kegiatan
1	Identifikasi kebutuhan masyarakat. Kegiatan identifikasi dilakukan melalui survey.	26 September 2022	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Survey dilakukan kepada remaja putri di Desa Kalikejambon. ▪ Survey dilakukan dengan memberi angket. ▪ Hasil survey menunjukkan bahwa 1) Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai siklus darah wanita, 2) Kurangnya kegiatan yang membahas tentang darah kewanitaan. <p>Berdasarkan hasil temuan survey, diperlukan adanya pendidikan kesehatan tentang siklus darah wanita.</p>
2	Perancangan Kegiatan perancangan ini ditujukan untuk merencanakan produk, narasumber kegiatan, dan kegiatan pengabdian.	03 Oktober 2022	<p>Merujuk pada hasil survey untuk mengidentifikasi kebutuhan masyarakat yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Akan diberikan kajian tentang siklus darah wanita dan bagaimana cara mengatasi permasalahannya, terutama dari segi agama. 2) Tim pengabdian mengembangkan buku saku. Ketika mengikuti kegiatan sosialisasi dan kajian siklus darah wanita, peserta diberi buku saku yang berisi materi. Penggunaan buku saku akan mempermudah peserta menerima dan memahami materi, serta mempermudah peserta menerapkan materi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari
3	Sosialisasi kegiatan Setelah tahap persiapan dan perencanaan kegiatan, tahap selanjutnya yaitu sosialisasi kegiatan. Sosialisasi kegiatan dilakukan melalui pemberitahuan IPNU-IPPNU dan posyandu remaja.	04-09 Oktober 2022	Sosialisasi kegiatan IPNU-IPPNU, posyandu remaja.
4	Pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pengabdian diterapkan dalam bentuk sosialisasi dan pendidikan kesehatan tentang siklus darah wanita yang diberikan langsung kepada remaja putri di desa Kalikejambon. Mitra kegiatan pengabdian ini adalah IPNU-IPPNU yang merupakan wadah remaja di desa Kalikejambon dan posyandu remaja di desa Kalikejambon	10 Oktober 2022	Kegiatan ini dilaksanakan langsung dalam waktu satu pertemuan dalam bentuk sosialisasi dan kajian agama dimana mitra berdiskusi secara langsung dengan narasumber dan memecahkan masalah secara bersama-sama. Pemateri kegiatan ini adalah Ibu Hidayatur Rohmah, M.Pd, dosen Universitas KH. A. Wahab Hasbullah, Jombang
5	Evaluasi kegiatan	10-12 Oktober 2022	Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, dilakukan post test. Selama post test, peserta mengisi angket respon pemahaman peserta kajian siklus darah wanita.



Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Kalikejambon-Tembelang

Hasil respon peserta kegiatan dapat dilihat pada grafik berikut ini.



Gambar 2. Hasil Respon Peserta Pendidikan Kesehatan dan Sosialisasi

Secara garis besar hasil dari angket respon menunjukkan bahwa peserta merasa kegiatan ini sangat positif dan bermanfaat bagi peserta serta meningkatkan pemahaman peserta mengenai siklus darah wanita. Fadhli, *et al.* (2021) memaparkan wanita di zaman sekarang perlu untuk memahami fiqih dengan baik, dan bukan sekedar tau. Karena dengan pemahaman fiqih yang baik akan membuat orang tersebut terhindar dari hal hal yang bertentangan dengan agama. Selain itu juga Nasrulloh, *et al.* (2021) memaparkan sebagai upaya perlindungan orang tua, terutama ibu kepada anak perempuannya hal itu sangat penting. Perlindungan kepada anak dari pemahaman-pemahaman fiqih yang belum tentu benar, sumber yang belum tentu jelas dan pemahaman fiqih yang tidak utuh sehingga bisa membuat anak tersebut salah dalam memahami fiqih.

Berdasarkan hasil post test sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 2, kegiatan pendidikan kesehatan dan sosialisasi berpengaruh positif terhadap peserta kegiatan, yaitu remaja putri anggota IPNU-IPPNU dan posyandu remaja desa Kalikejambon. Hasil ini juga menunjukkan adanya peningkatan pemahaman terhadap siklus darah wanita. Hal ini sesuai dengan beberapa kegiatan pengabdian terdahulu (Meinarisa, 2019; Dolang & Kiriwenno, 2020) yang menunjukkan bahwa sosialisasi dan pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman peserta terhadap permasalahan siklus darah wanita. Selain itu, penggunaan buku saku sebagai media pembelajaran dalam kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta kegiatan (Puspitaningrum, *et. al.*, 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi dan pemberian kajian siklus darah wanita diberikan kepada remaja putri di desa Kalikejambon diperoleh hasil dan simpulan sebagai antara lain 1) Memberi pengetahuan dan pemahaman tentang siklus darah wanita, terutama menstruasi kepada remaja putri desa Kalikejambon., 2) Penggunaan buku saku sebagai media pembelajaran dalam kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta kegiatan, 3) Terjadi peningkatan pemahaman remaja putri terhadap siklus darah wanita.

DAFTAR RUJUKAN

- Aulia, D., & Antika, I. (2019). Hubungan Pengetahuan Remaja Awal Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 4(4). Doi: <https://doi.org/10.33024/jkm.v4i4.1037>
- Baharuddin, B. (2019). Pentingnya Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Perkembangan Pubertas Remaja. *AN-NISA: Jurnal Studi Gender dan Anak*, 12(1), 610-621.
- Dolang, M. W., & Kiriwenno, E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Higiene Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri. *Biosel: Biology Science and Education*, 9(1), 101-108.
- Fitrieningtyas, E., Redjeki, E. S., & Kurniawan, A. (2017). Usia menarche, status gizi, dan siklus menstruasi santri putri. *PREVENTIA*, 2(2).
- Fadhli, K., Azhari, A., Thohari M. H., & Firmasyah, K. (2021). Peningkatan Pemahaman Haid melalui Kajian Fiqih Wanita di Desa Barong Sawahan. *Jumat Keagamaan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 66-74.
- Kusumawati, P. D., Ragilia, S., Trisnawati, N. W., Larasati, N. C., Laorani, A., & Soares, S. R. (2018). Edukasi masa pubertas pada remaja. *Journal of Community Engagement in Health*, 1(1), 1-3..
- Meinarisa, M. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 141-149.
- Nasrulloh, M. F., Shobirin, M. S., Rahmawati, R. D., & Hakimah, V. (2021). Peningkatan Pemahaman tentang Fiqih Kewanitaan. *Jumat Keagamaan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 93-95.
- Puspitaningrum, W., Agusyahbana, F., Mawarni, A., & Nugroho, D. (2017). Pengaruh media booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri terkait kebersihan dalam menstruasi di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(4), 274-281.
- Rahmawati, R. D., & Liana, I. (2021). Pengembangan Kamus Saku Arab-Indonesia untuk Meningkatkan Keterampilan Membaca Siswa Kelas VIII di Pesantren Roudhotul Qur'an An-Noer. *DINAMIKA : Jurnal Kajian Pendidikan Dan Keislaman*, 6(1), 41-54.
- Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran pengetahuan, sikap, dan keluhan tentang menstruasi diantara remaja puteri. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 86-91.
- Wardani, D. K., Umardiyah, F., Prihatiningtyas, S., & Husna, A. L. (2022). Peningkatan Pemahaman Remaja Karang Taruna Melalui Sosialisasi Buku Saku Fiqih. *Jumat Pendidikan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 86-92.