

**LAPORAN AKHIR**  
**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**



**PENYULUHAN & PEMBINAAN DETEKSI DINI (SADARI) KESEHATAN  
REPRODUKSI DI PESANTREN TAHFIDZH QUR'AN AL-HUSNA JONGGOL,  
KABUPATEN BOGOR**

**Oleh :**

**Drg Sri Rahayu, MKes, PhD (0310066604/Ketua)**  
**Dr. Emma Rachmawati, Dra, M.Kes (0030116301/Anggota)**  
**Mulyanti, SKM (2009047054/Anggota)**  
**Rina Yuliana Subur, SST (2009047053/Anggota)**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
SEKOLAH PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA  
TAHUN 2022**

### HALAMAN PENGESAHAN PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT

1. Judul : Penyuluhan dan Pembinaan "Deteksi Dini (SADARI) Kesehatan Reproduksi Wanita di Pesantren Al-Husna Jonggol, Kabupaten Bogor
2. Mitra Program PKM : Pesantren Al-Husna Jonggol, Kabupaten Bogor
3. Jenis Mitra : Pendidikan Pesantren
4. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : drg Sri Rahayu, MKes, PhD
  - b. NIDN : 0310066604
  - c. Program Studi/Fakultas : Ilmu Kesehatan Masyarakat/Pascasarjana
  - d. Bidang Keahlian : Kesehatan Masyarakat-Manajemen Rumah Sakit
  - e. Alamat Rumah /Telp/Faks/ Kramat Jati Jakarta Timur. 13540 : Jl Pelita/Pendidikan SMP 209 No.69 Condet
  - f. No Handphone : 087-8877-91985
  - g. E-mail : sri\_rahayu@uhamka.ac.id
5. Anggota Tim Pengusul
  - a. Jumlah Anggota : Dosen 1 (satu) orang
  - b. Nama Anggota I/bidang keahlian : Dr. Emma Rachmawati., Dra., MKes /Kesehatan Masyarakat.
  - c. Nama Anggota II/bidang keahlian : ..... / .....
  - d. Mahasiswa yang terlibat : 2 (dua) orang
  - e. Nama Mahasiswa I/NIM : Mulyanti, SKM /2009047054
  - f. Nama Mahasiswa II/NIM : Rima Yuliana Subur,SST /2009047053
6. Lokasi Kegiatan/Mitra
  - a. Wilayah Mitra (Desa / Kecamatan) : Kecamatan Jonggol
  - b. Kabupaten / Kota : Kabupaten Bogor
  - c. Provinsi : Jawa Barat
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) : ± 49,6 Km
  - e. Alamat Mitra/Telp/Faks : Balekambang, Kec. Jonggol, Bogor, Jawa Barat  
16830 / 0812-8204-1086
7. Jangka waktu pelaksanaan : 3 (tiga) Bulan
8. Biaya Total : Rp. 7.500.000,-
  - a. LPPM UHAMKA : Rp. 7.000.000,-
  - b. Sumber lain (Yayasan Al-Husna) : Rp. 500.000,-

Mengetahui,  
Ketua Prodi

Dr. Sarah Handayani, SKM, M.Kes  
NIDN. 0307077107

Jakarta, 19-April-2022  
Ketua Tim Pengusul

Drg Sri Rahayu, MKes, PhD  
NIDN. 0310066604



Direktur

Prof. Dr. Abu Hikmat, M.Pd  
NIDN. 0019066301

Ketua LPPM UHAMKA

Dr. Gufron Amirullah, M.Pd  
NIDN. 0319057402

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

### 1. Judul Pengabdian kepada Masyarakat:

Penyuluhan dan Pembinaan “Deteksi Dini (SADARI) Kesehatan Reproduksi Wanita di Pesantren Al-Husna Jonggol, Kabupaten Bogor”

### 2. Tim Pelaksana

No	Nama	Jabatan	Program Studi (Lintas Disiplin Bidang Ilmu)	Bidang Tugas
1	Drg Sri Rahayu, MKes, PhD	Ketua	Kesehatan Masyarakat- Manajemen Rumah Sakit	Perencana, Pelaksana dan Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan
2	Dr. Emma Rachmawati., Dra., MKes	Anggota 1	Kesehatan Masyarakat	Tenaga ahli (penyusun materi)
3	Mulyanti, SKM	Anggota 2	Kesehatan Masyarakat	Penyusun materi
4	Rina Yuliana Subur, SST	Anggota 3	Kebidanan dan kesehatan Masyarakat	Penyusun materi dan Penyuluh

### 3. Mitra

No	Ketua/ Penanggung Jawab	Nama Lembaga/ Kelompok Mitra	Dana
1	Nandang Hariyanto	Ketua Yayasan Al-Husna	Rp.500.000,-
2	Luthfy Rijalul Fikri, Lc	Kepala Pesantren Al-Husna Jonggol	-

### 4. Target Luaran Wajib

No	Jenis Luaran	Status target capaian (sudah terbit, sudah diunggah, sudah tercapai, terdaftar/granted)	Keterangan (url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya)
1	Publikasi di Jurnal/Prosiding	Nasional terakreditasi	<a href="https://sinta.ristekbrin.go.id/journals/detail?id=242">https://sinta.ristekbrin.go.id/journals/detail?id=242</a>
2	Publikasi di media massa/ <i>online</i>	Radar Bogor / media Depok	Radar Bogor, Jum’at 22 Juli 2022 <a href="https://www.radarbogor.id/2022/07/21/santriwati-di-jonggol-dapat-penyuluhan-kesehatan-alat-reproduksi/">https://www.radarbogor.id/2022/07/21/santriwati-di-jonggol-dapat-penyuluhan-kesehatan-alat-reproduksi/</a> <a href="https://bogor.inews.id/read/126718/uni-versitas-muhammadiyah-prof-hamka-">https://bogor.inews.id/read/126718/uni-versitas-muhammadiyah-prof-hamka-</a>

			<a href="https://www.instagram.com/bekali-santriwati-pesantren-al-husna-jonggol-teknik-sadari?utm_medium=sosmed&amp;utm_source=whatsapp">bekali-santriwati-pesantren-al-husna-jonggol-teknik-sadari?utm_medium=sosmed&amp;utm_source=whatsapp</a>  <a href="https://cakrawala.co/universitas-muhammadiyah-prof-dr-hamka-kolaborasi-dengan-pesantren-tahfidz-al-husna/">https://cakrawala.co/universitas-muhammadiyah-prof-dr-hamka-kolaborasi-dengan-pesantren-tahfidz-al-husna/</a>
3	Video kegiatan	Laman youtube	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Em36fkJFBnE">https://www.youtube.com/watch?v=Em36fkJFBnE</a>

## SURAT PERINTAH KERJA (SPK)



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**  
**LEMBAGA PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT**  
Jl. Raya Bogor, KM 23 No. 99, Flyover Pasar Rebo, Jakarta Timur. 13820  
Tlp. (021) 8401783, Fax. 87781809, E-mail : [lpdm@uhamka.ac.id](mailto:lpdm@uhamka.ac.id) <https://lpdm.uhamka.ac.id>

181

Nomor : <sup>146</sup> /H.04.02/2022  
Tanggal : 16 April 2022

Pada hari ini Sabtu Tanggal Enam Belas April Dua Ribu Dua Dua (16-04-2022) telah dilaksanakan kegiatan perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat antara:

**1. Dr. Gufron Amirullah, M.Pd.** bertindak untuk dan atas nama Ketua Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, selanjutnya disebut PIHAK PERTAMA

**2. Drg Sri Rahayu, MKes, PhD** bertindak untuk dan atas nama penerima bantuan biaya pelaksanaan Pengabdian dan Pemberdayaan Pada Masyarakat yang selanjutnya disebut PIHAK KEDUA.

Kedua belah pihak bersama-sama telah sepakat untuk melakukan perjanjian pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat dengan ketentuan sebagai berikut :

### Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada PIHAK KEDUA dan PIHAK KEDUA bersedia menerima tugas dari PIHAK PERTAMA untuk melaksanakan Pengabdian Pada Masyarakat dengan judul **PENYULUHAN & PEMBINAAN "DETEKSI DINI (SADAR) KESEHATAN REPRODUKSI WANITA DI PESANTREN AL-HUSNA JONGGOL, KABUPATEN BOGOR**, Kegiatan pengabdian masyarakat tersebut berisi luaran wajib dan tambahan yang telah disampaikan dalam laman [simakip.uhamka.ac.id](http://simakip.uhamka.ac.id).

### Pasal 2

PIHAK PERTAMA memberi bantuan biaya Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 sebesar Rp. 7000000 (Tujuh Juta Rupiah). Pembayaran bantuan tersebut pada ayat (1) dilakukan dua tahap, yaitu :

1. Tahap pertama sebesar Rp. 4900000 (Empat Juta Sembilan Ratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah surat perjanjian ini ditandatangani oleh dua belah pihak.
2. Tahap kedua sebesar Rp. 2100000 (Dua Juta Seratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah PIHAK KEDUA menyerahkan laporan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat beserta luarannya kepada PIHAK PERTAMA.

### Pasal 3

1. PIHAK KEDUA diwajibkan melaksanakan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat seperti tersebut pada pasal 1 dengan sungguh-sungguh dan penuh rasa tanggung jawab serta menjunjung tinggi/menjaga wibawa dan citra positif Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
2. PIHAK KEDUA harus menyelesaikan Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 dalam kurun waktu 4 (Empat) bulan terhitung sejak tanggal surat ini ditandatangani. PIHAK





**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**  
**LEMBAGA PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT**

Jl. Raya Bogor, KM 23 No. 99, Flyover Pasar Rebo, Jakarta Timur, 13039  
Tlp. (021) 8401700, Fax. 87781899, E-mail : [lpdm@uhamka.ac.id](mailto:lpdm@uhamka.ac.id) <http://lpdm.uhamka.ac.id>

KEDUA wajib menyampaikan laporan, luaran wajib, dan luaran tambahan kegiatan pengabdian pada masyarakat sebagaimana tersebut pada pasal 1 di laman [simakip.uhamka.ac.id](http://simakip.uhamka.ac.id)

3. PIHAK PERTAMA akan melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan kegiatan sebagaimana disebutkan pada pasal 1.
4. PIHAK KEDUA harus menyelesaikan kegiatan pengabdian pada masyarakat tersebut pada pasal 1 dalam kurun waktu 3 (tiga) bulan terhitung sejak surat perjanjian ini ditandatangani.
5. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, luaran wajib, dan tambahan paling lambat tanggal 25 Juli 2022.
6. Jika PIHAK KEDUA terlambat menyerahkan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, maka PIHAK KEDUA dikenakan denda sebesar 1% (satu persen) setiap hari dari nilai surat perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.
7. Jika PIHAK KEDUA tidak bisa melaksanakan kegiatan tersebut pada pasal 1, maka PIHAK KEDUA wajib mengembalikan seluruh biaya yang telah diberikan oleh PIHAK PERTAMA.

**Pasal 4**

Hal yang belum diatur dalam perjanjian ini akan ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

PIHAK PERTAMA

**Dr. Gufon Amirullah, M.Pd.**

PIHAK KEDUA,

**Drg Sri Rahayu, MKes, PhD**

Mengetahui,  
Wakil Rektor II,

**Dr. Zamah Sari, M.Ag**

## ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak menuju masa dewasa yang diawali dengan terjadi kematangan seksual akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan yang terjadi pada dirinya. Remaja di Indonesia saat ini sedang mengalami peningkatan kerentanan terhadap berbagai ancaman risiko kesehatan terutama yang berkaitan dengan kesehatan seksual dan reproduksi. Kesehatan reproduksi wanita adalah suatu keadaan sehat wanita secara fisik, mental dan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi serta proses reproduksi dan bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit dan kecacatan. Permasalahan yang dihadapi Pesantren Tahfidz Al-Husna Jonggol Kabupaten Bogor adalah beberapa santriwati mengalami gangguan gejala kesehatan reproduksi dan pelaksanaan personal hygiene yang kurang baik. Tujuan pengabdian masyarakat dari Tim Uhamka adalah memberikan edukasi yang berbentuk penyuluhan, pembinaan, konsultasi dan pengadaan buku saku “Be a Healthy and Smart Muslimah”. Hasil evaluasi kegiatan adalah nilai rata-rata pre test = 37 dan post test para santri = 85,80 dari sejumlah 50 santriwati serta signifikan ada perbedaan dengan p-value = 0,001. Pemeriksaan sendiri dan konsultasi bimbingan didapatkan santriwati yang memiliki gangguan menstruasi yang melewati siklus normal sebanyak 6 orang (12%), memiliki gejala demam, muntah, syok secara bersamaan 1 orang (2%), gatal pada vagina 10 orang (20%), sakit saat buang air kecil 2 orang (4%), dan nyeri tulang pinggul 8 orang (16%). Saran bagi para pengelola dan santriwati hendaknya menerapkan *personal hygiene* dengan benar dan adanya koordinasi dengan puskesmas setempat.

**Kata Kunci** : kesehatan reproduksi; pesantren; *personal hygiene*

## **PRAKATA**

Puji syukur kita atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya Program Kemitraan Masyarakat merupakan salah satu kegiatan dalam Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah, dimana dosen bersama mahasiswa mempunyai kewajiban turun ke masyarakat, mengajak dan memberdayakan masyarakat. Kegiatan kemitraan dengan topic Penyuluhan dan Pembinaan “Deteksi Dini (SADARI) Kesehatan Reproduksi Wanita di Pesantren Al-Husna Jonggol, Kabupaten Bogor” dengan metode pemberian edukasi dalam bentuk penyuluhan, pemberian pre – post test bagi para santriwati dan para ustadzah, wawancara, konsultasi serta evaluasi pelaksanaan personal hygiene dan deteksi mandiri kesehatan reproduksi.

Salah satu output kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah menyusun buku saku “Be Healthy and Smart Muslimah” dengan menggunakan buku ini semoga kita dapat membantu para santriwati dapat memelihara kesehatan alat reproduksinya. Sebagaimana sesuai dengan firman Allah SWT dalam surat Al-Baqarah 222-223 yang artinya : " Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haid. Katakanlah, “Itu adalah sesuatu yang kotor. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri".

Akhir kata ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Kepala Lembaga Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat beserta staf, Pimpinan Sekolah Pascasarjana UHAMKA, Dr. Emma Rachmawati, Dra, M. Kes, Mulyanti, SKM, dan Rina Yuliana Subur, SST mahasiswa yang telah mendukung serta ikut kegiatan Pengabdian Masyarakat dan penyusunan Laporan Program Kemitraan Masyarakat.

Ketua Tim Pengabdian Masyarakat  
Pascasarjana Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Drg Sri Rahayu, MKes, PhD



## DAFTAR ISI

<b>Halaman sampul</b>	i
<b>Lembar Pengesahan</b>	ii
<b>Identitas dan Uraian Umum</b>	iii
<b>Lembar SPK</b>	iv
<b>Abstrak</b>	vi
<b>Prakata</b>	vii
<b>Daftar Isi</b>	viii
<b>Daftar Tabel</b>	ix
<b>Daftar Gambar</b>	x
<b>Daftar Lampiran</b>	xii
<b>BAB 1. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Analisis Situasi	1
1.2 Permasalahan Mitra	2
<b>BAB 2. TUJUAN DAN SASARAN</b>	
2.1 Tujuan	4
2.2 Sasaran	4
2.3 Solusi	4
2.4 Target Luaran	4
<b>BAB 3. METODE PELAKSANAAN YANG TELAH DILAKUKAN</b>	
3.1 Langkah Pelaksanaan	6
<b>BAB 4. KELUARAN YANG DICAPAI (OUTPUT)</b>	
4.1 Pengetahuan Para Santri Setelah Intervensi Edukasi	10
4.2 Rencana Tindak Lanjut	11
<b>BAB 5. FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT</b>	14
<b>BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	15
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	16

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Target Luaran	5
Tabel 3.1 Rundown Acara Edukasi dan Pendampingan	7
Tabel 3.2 Rundown Acara Evaluasi Edukasi dan Pendampingan	8
Tabel 4.1 Hasil Pre dan Post Test Para Santriwati	10
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pencapaian Nilai Pengetahuan Pre Test Para Santriwati	10
Tabel 4.3 Uji Pencapaian Nilai Pengetahuan Post Test Para Santri	
Tabel 4.4 Uji Beda Pencapaian Nilai Pengetahuan Pre dan Post Test Para Santriwati	10
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Gangguan Kespro Menstruasi selalu melewati batas siklus normal para santriwati	11
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Gangguan Kespro Demam, muntah dan syok bersamaan para santriwati	11
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Gangguan Kespro Nyeri Sendi otot dan sakit kepala para santriwati	12
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Gangguan Kespro Gatal Pada Vagina para santriwati	12
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Gangguan Kespro Sakit saat Buang Air kecil para santriwati	12
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Gangguan Kespro Nyeri tulang pinggul para santriwati	12
Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Santriwati tidak mengalami Gangguan Kespro	13

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Diskusi dan Wawancara Mengenai Masalah Kesehatan Santri	3
Gambar 1.2 Lokasi Pesantren	3

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Realisasi Anggaran	17
2. Instrumen/Materi Pelatihan	18
3. Personalia tenaga pelaksana dan kualifikasinya	26
4. Artikel Ilmiah (Draf, Bukti Status Submission atau reprint)	40
5. Draft Publikasi di Media Cetak/Daring/Online	49
6. Daftar Hadir Peserta	52
7. HKI, Publikasi, <i>Leaflet</i> , dan Produk lainnya	53
8. Foto Dokumentasi Kegiatan	64
9. Surat Pernyataan Kesiediaan Bekerjasama Dengan Mitra	65
10. Foto Hasil Evaluasi Kegiatan Pendampingan “ <i>Safety Food</i> ”	65

## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1.1 Analisis Situasi

Islam memiliki sikap sangat hati-hati terhadap upaya mencapai kesehatan reproduksi adapun konsep kesehatan reproduksi wanita menurut Al-Qur'an terdiri dari enam konsep, yaitu: Menstruasi (Haid), Seks dan Seksualitas, Kehamilan, Persalinan, Menyusui, dan Perawatan Anak yang dijelaskan dalam Surat Al-Baqarah ayat: 222 (Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama, 2022b). Kehamilan, ayat Al-Qur'an yang menjelaskan diantaranya, Al-Qur'an Surat Al-Mukminun ayat 12-14 (Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama, 2022d). Persalinan, Al-Qur'an menjelaskan ayat tentang persalinan terdapat dalam Surat Al-Ahqaf ayat 15 (Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama, 2022a). Menyusui, juga merupakan salah satu fungsi reproduksi. Ayat yang menjelaskan tentang menyusui antara lain Surat Al-Baqarat ayat 233 (Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama, 2022c). Dan Merawat anak, sebagaimana Allah SWT berfirman dalam al- Qur'an terkait dengan pemeliharaan anak Surat Lukman ayat 13 (Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama, 2022e). Hal ini menandakan bahwa kesehatan reproduksi wanita hal yang diutamakan dan menjadi perhatian dalam Islam karena akan menghasilkan generasi yang kuat. Generasi yang kuat adalah yang disukai Allah swt sebagaimana dalam sebuah hadist "Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada Mukmin yang lemah; dan pada keduanya ada kebaikan," (HR. Muslim) (HR. Muslim no. 2664, 2022). Artinya kecintaan Allah kepada makhluknya berbeda-beda, seperti kecintaannya kepada mukmin yang kuat lebih besar daripada kecintaannya kepada mukmin yang lemah. Karena orang yang kuat akan mampu berbuat lebih baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain.

"Fungsi memahami Kesehatan Reproduksi diantaranya adalah mengenal tubuhnya dan organ-organ reproduksinya; memahami fungsi dan perkembangan organ reproduksi secara benar. Memahami perubahan fisik dan psikisnya; melindungi diri dari berbagai risiko yang mengancam kesehatan dan keselamatannya; mempersiapkan masa depan yang sehat dan cerah; mengembangkan sikap dan perilaku bertanggungjawab mengenai proses reproduksi"(Hasanah, 2016). Perilaku bertanggungjawab, contohnya; perilaku hidup bersih dan sehat (*personal hygiene*), *intake* makanan dengan menu sehat dan seimbang yang mendukung kesehatan reproduksi, kebersihan tempat tinggal, toilet dan penggunaan tempat pelayanan kesehatan.

Salah satu tujuan pendidikan di Pondok Pesantren adalah menghasilkan para santri/wati yang berilmu dan berakhlak yang bisa bermanfaat dan produktif bagi agama, bangsa, masyarakat dan Negara sehingga masalah kesehatan pun merupakan bagian yang sebaiknya diperhatikan dan diutamakan kualitasnya. Pondok Pesantren Al-Husna Jonggol Kabupaten Bogor Jawa Barat merupakan pesantren yang dikelola secara mandiri selain mengharapkan donasi bantuan dari para donatur dan juga pembayaran dari para santri dan santriwati dengan biaya yang sangat terbatas. Permasalahan antara lain; keterbatasan pelayanan kesehatan yang saat ini belum ada klinik atau Pos Kesehatan Pesantren yang idealnya dan berbasis pada aturan Kementerian Agama dalam bidang Pendidikan. Pos Kesehatan Pesantren ini pun yang melayani kesehatan para santri/wati dan kunjungan tenaga kesehatan setempat (puskesmas/Dinas Kesehatan) hampir belum pernah memberikan kegiatan *promotif* dan *preventif* sehingga berdampak pada gangguan kesehatan berkelanjutan yang dialami beberapa santri/wati khususnya masalah Kesehatan Reproduksi Wanita pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Husna Kabupaten Bogor.

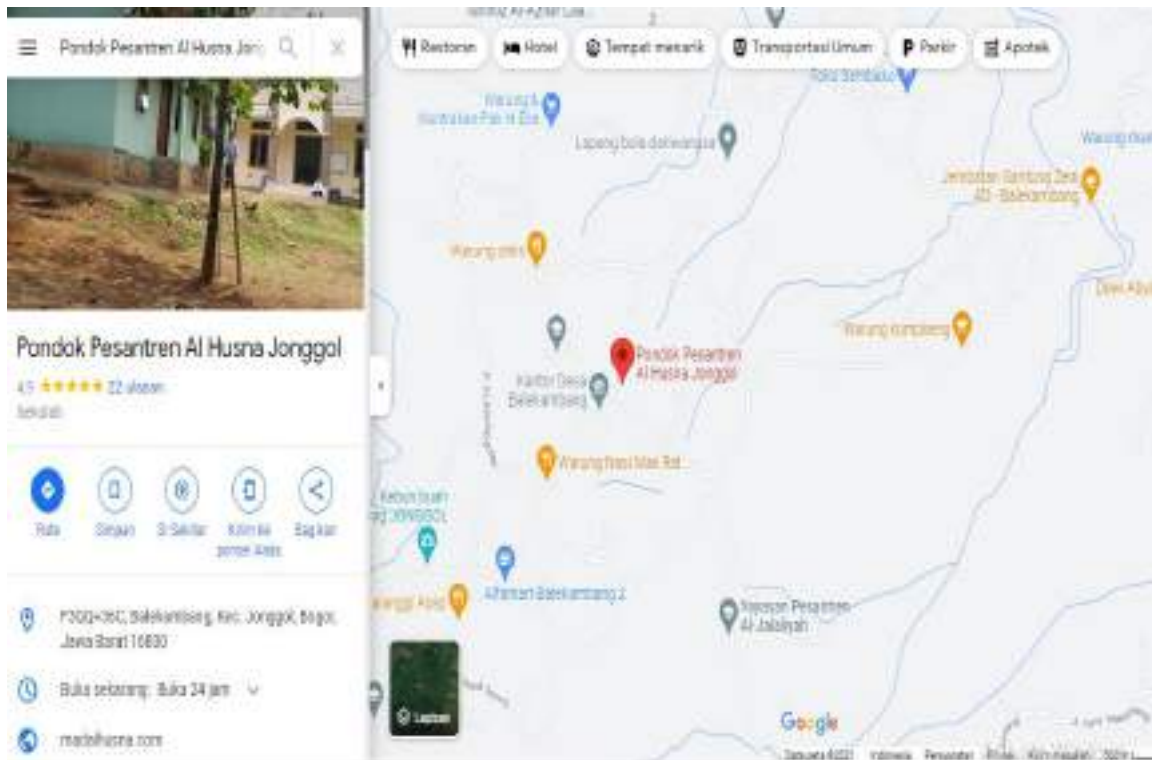
## **1.2 Permasalahan Mitra**

Studi pendahuluan sudah dilakukan tim Pengabdian Masyarakat Pascasarjana Uhamka Prodi IKM pada bulan Desember 2021 dengan metode wawancara mendalam dan kelompok diskusi kepada para santriwati bahwa mereka mengalami masalah ketika haid, ketidaknyaman fisik dan keputihan yang mengganggu aktivitas belajar. Adapun wawancara kepada para pengelola pesantren bahwa hampir tidak pernah adanya kunjungan dari para tenaga kesehatan setempat untuk melakukan pembinaan kesehatan para santri/wati di pesantren-pesantren dan keluhan para santriwati ketika proses haid dan keputihan berlebihan yang mengganggu proses belajar. Hasil observasi pada waktu yang sama dengan wawancara dan diskusi kelompok oleh tim Pengmas untuk sarana prasarana antara lain belum adanya klinik yang melayani kesehatan para santri/wati, belum adanya jadwal *check up* untuk berkunjung ke Puskesmas atau klinik terdekat serta kondisi kebersihan toilet. Hal inilah yang memperkuat keinginan para pengelola pesantren untuk bekerjasama dengan tim pengmas Pascasarjana Prodi IKM memberikan pemahaman pengetahuan sikap perilaku *personal hygiene*, kesehatan reproduksi, pengaturan pola menu makanan yang mendukung kesehatan reproduksi wanita dan bagaimana melakukan deteksi dini secara mandiri (SADARI).





Gambar 1. Setelah wawancara mendalam dengan pengurus pesantren Al-Husna Jonggol dan diskusi kelompok tentang masalah-masalah kesehatan yang dialami para santriwati.



Gambar 1.2 Lokasi Pesantren

## BAB 2. TUJUAN DAN SASARAN

### 2.1. Tujuan

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat adalah terbentuknya perilaku bersih dan sehat bagi para santriwati dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi.

### 2.2. Sasaran

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat adalah para santriwati Pesantren Tahfizh Al Husna Jonggol, Kabupaten Bogor.

### 2.3. Solusi

Untuk mengatasi permasalahan mitra maka dapat dilakukan beberapa intervensi antara lain;

1. Riset/studi pendahuluan untuk mendalami permasalahan yang dihadapi mitra dengan metode wawancara (informan: pengelola pesantren, ustadzah dan santriwati) dan observasi (ada tidaknya keberadaan klinik kesehatan, *personal hygiene* santriwati, kebersihan ruangan) serta telaah dokumen (ada tidaknya pencatatan kesehatan santriwati, foto / video penyuluhan kesehatan), sudah dilakukan pada bulan Desember 2021.
2. *Pre test* topik materi “Anatomi Fisiologis Kesehatan Reproduksi Wanita”, “*Personal Hygiene*”, “Makanan Sehat bagi Kesehatan Reproduksi”, dan “Pengenalan Tanda-Tanda Kelainan Reproduksi Wanita”. Hasil *Pre Test* menjadi acuan bagi tim pengmas untuk memberikan materi penyuluhan Kesehatan dan pembinaan.
3. *Post test* materi “Anatomi Fisiologis dan Kesehatan Reproduksi Wanita”, “*Personal Hygiene*”, “Makanan Sehat bagi Kesehatan Reproduksi”, dan “Pengenalan Tanda-Tanda Kelainan Reproduksi Wanita”. Hasil *Post Test* menjadi acuan keberhasilan proses penyuluhan Kesehatan dan pembinaan.
4. Penyusunan Buku Saku “Be A Healthy & Smart Muslimah” yang mengulas tuntas tentang ‘Kesehatan Reproduksi Wanita Masalah dan Solusinya’
5. *Check List* mandiri Deteksi Dini Kesehatan Reproduksi Wanita dan praktek SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri).
6. Konsultasi perindividu santriwati yang mengalami gangguan masa haid, keputihan, gejala tidak nyaman organ reproduksi dan adanya kelainan ketika praktek SADARI.

## 2.4. Target Luaran

**Tabel 2.1 Target Luaran**

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
<b>Luaran Wajib</b>		
1	Publikasi ilmiah pada Jurnal Prosiding jurnal Nasional Abdimas <a href="http://riset.unisma.ac.id/index.php/jipemas/author/submission/17540">http://riset.unisma.ac.id/index.php/jipemas/author/submission/17540</a>	60%  (sudah submit)
2	Publikasi pada media masa cetak berupa Buku Saku "Be A Healthy & Smart Muslimah"	100%
3	Publikasi media massa online kegiatan "Penyuluhan & Pembinaan Kesehatan Reproduksi Wanita" Radar Bogor, Jum'at 22 Juli 2022 <a href="https://www.radarbogor.id/2022/07/21/santriwati-di-jonggol-dapat-penyuluhan-kesehatan-alat-reproduksi/">https://www.radarbogor.id/2022/07/21/santriwati-di-jonggol-dapat-penyuluhan-kesehatan-alat-reproduksi/</a>  <a href="https://bogor.inews.id/read/126718/universitas-muhammadiyah-prof-hamka-bekali-santriwati-pesantren-al-husna-jonggol-teknik-sadari?utm_medium=sosmed&amp;utm_source=whatsapp">https://bogor.inews.id/read/126718/universitas-muhammadiyah-prof-hamka-bekali-santriwati-pesantren-al-husna-jonggol-teknik-sadari?utm_medium=sosmed&amp;utm_source=whatsapp</a>  <a href="https://cakrawala.co/universitas-muhammadiyah-prof-dr-hamka-kolaborasi-dengan-pesantren-tahfidz-al-husna/">https://cakrawala.co/universitas-muhammadiyah-prof-dr-hamka-kolaborasi-dengan-pesantren-tahfidz-al-husna/</a>	100%
3	Upaya peningkatan pengetahuan, keterampilan dan sikap para santriwati dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi dan <i>personal hygiene</i> .	100%
4	Pelaksanaan <i>personal hygiene</i> untuk menunjang kesehatan reproduksi para santriwati.	80%
<b>Luaran Tambahan</b>		
1	Youtube kegiatan "Penyuluhan dan Pembinaan Kesehatan Reproduksi Wanita" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Em36fkJFBnE">https://www.youtube.com/watch?v=Em36fkJFBnE</a>	100%

## BAB 3. METODE PELAKSANAAN YANG TELAH DILAKUKAN

### 3.1. Langkah Pelaksanaan

Dalam rangka pencapaian tujuan diatas, langkah-langkah yang kami tempuh antara lain :

1. Mengajukan surat ijin mengadakan Pengabdian Masyarakat di Pondok Pesantren dengan topik “Penyuluhan & Pembinaan Deteksi Dini (sadari) Kesehatan Reproduksi Wanita di Pesantren Al-husna Jonggol, Kabupaten Bogor”
2. Menemui Pimpinan Yayasan dan Pesantren Al Husna untuk diskusi mengenai proses edukasi dan pembinaan serta rencana tindak lanjut setelah pemberian edukasi, antara lain: pemberian *post test* dan evaluasi pelaksanaan *personal hygiene*, praktek SADARI, dan penilaian mandiri ada tidaknya gejala gangguan kesehatan organ reproduksi melalui *tools checklist*.
3. **Kegiatan 1**; Tim Uhamka melakukan identifikasi masalah di pesantren antara lain tentang: gangguan kesehatan reproduksi para santriwati antara lain adanya gangguan pra, selama dan sesudah haid, gangguan payudara dan ketidakmampuan melakukan *personal hygiene*. Metode yang dilakukan pemberian pre test, wawancara, dan pengamatan kegiatan serta kebersihan lingkungan pesantren.
4. Membuat spanduk dan backdrop sebagai informasi dan latar kegiatan pemberian edukasi dan pembinaan.
5. Menyusun materi dan mencetak buku saku “*Be a Healthy and Smart Muslimah*” dengan topik “Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita”
6. **Kegiatan 2**; Pelaksanaan pemberian edukasi dan pembinaan dengan offline:

#### Materi :

- a. Kesehatan Reproduksi di Pesantren
- b. Kesehatan Reproduksi dalam Islam
- c. Kesehatan Reproduksi
  - Anatomi Fisiologi Kespro Wanita
  - Organ Reproduksi Wanita
  - Pertumbuhan Organ Reproduksi Remaja
- d. *Personal Hygiene*

- *Personal Hygiene* Muslimah
  - Praktik *Personal Hygiene*
- e. Tanda & Gejala Gangguan Reproduksi
- f. Makanan Sehat untuk Kesehatan Reproduksi
- g. Teknik SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri)
- Faktor Risiko Kanker Payudara
  - Deteksi Dini Kanker Payudara dengan SADARI

Ceklist Praktik SADARI

Ceklist Tanda Gejala Gangguan Kespro

**Tabel 3.1 Rundown Acara Edukasi  
“Penyuluhan & Pembinaan Deteksi Dini (SADARI) Kesehatan Reproduksi Wanita di  
Pesantren Tahfidz Al Husna Jonggol, Kabupaten Bogor”**

**Kegiatan 2 : Edukasi dan Pembinaan**

**Hari/Tanggal : Sabtu, 16 Juli 2022**

Waktu	Kegiatan	Tempat/Metode
Pk 09.00 – 09.15 WIB	Pembukaan acara oleh MC (Pondok Pesantren Tahfidz Al-Husna, Jonggol) Oleh Santriwati Pesantren Tahfidz Al-Husna Jonggol	Pesantren Al-Husna Jonggol  Tatap Muka
Pk 09.15 – 09.45 WIB	Pembacaan Doa & Sambutan ➤ Pembacaan Al Qur’an oleh Santriwati Pesantren Tahfidz Al-Husna Jonggol  ➤ Sambutan Pimpinan Pesantren Tahfidz Al-Husna Jonggol <b>Oleh Ustadz Luthfy Rijalul Fikri, Lc, Al-Hafidz</b>  ➤ Sambutan Ketua Tim Uhamka <b>Oleh drg. Sri Rahayu, MKes, PhD</b>	
Pk 09.45 – 11.00 WIB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre test</li> <li>• Penyampaian materi “Kesehatan Reproduksi Wanita”</li> <li>• Membimbing pengisian check list “SADARI” dan</li> <li>• Membimbing pengisian check list “Tanda &amp; Gejala Gangguan Reproduksi Wanita”</li> <li>• Membimbing praktek “Personal Hygiene” dan “Cuci Tangan”</li> </ul> Oleh <b>Rina Yuliana Subur, SST &amp; Mulyanti, SKM</b>	

Pk 11.00 – 11.30 WIB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskusi dan Tanya jawab dipandu oleh Moderator/MC</li> <li>• Post Test</li> </ul>	
Pk 11.30 – 12.00 WIB	<p>Peyerahan Buku Saku “<i>Be a Healthy and Smart Muslimah</i>”</p> <p>Rencana Tindak Lanjut (RTL) Oleh <b>drg. Sri Rahayu, MKes, PhD</b></p> <p>Penutup</p> <p>Doa Oleh <b>Ustadz Perwakilan Pesantren Al-Husna</b></p>	

7. **Kegiatan 3**; Pelaksanaan evaluasi kegiatan pemberian penyuluhan dan pembinaan dengan offline:

**Tabel 3.2 Rundown Acara Evaluasi Kegiatan  
“Penyuluhan & Pembinaan Deteksi Dini (SADARI) Kesehatan Reproduksi Wanita di  
Pesantren Tahfidz Al Husna Jonggol, Kabupaten Bogor”**

**Kegiatan 3; “Evaluasi Hasil Kegiatan”  
Hari/Tanggal : Selasa, 19 Juli 2022**

<b>Waktu</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Tempat/Metode</b>
Pk 09.00 – 09.15 WIB	Pembukaan acara oleh MC (Pondok Pesantren Al-Husna) Oleh Santriwati Pesantren Al-Husna Jonggol	
Pk 09.15 – 09.45 WIB	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pembacaan Al Qur’an oleh Santriwati Pesantren Al-Husna Jonggol</li> <li>➤ Pembukaan kegiatan/acara Oleh <b>drg. Sri Rahayu, MKes, PhD (Ketua Tim Uhamka)</b></li> <li>➤ Pemberian post test kepada para santriwati dan pengelola Pesantren Al-Husna. <b>Oleh Tim Uhamka</b></li> <li>➤ Peragaan praktek cuci tangan per individu dan kelompok oleh para santriwati</li> <li>➤ Konseling berdasarkan hasil pengisian check list praktek SADARI dan “Tanda &amp; Gejala Gangguan</li> </ul>	<p align="center">Pesantren Al-Husna Jonggol</p> <p align="center">Tatap Muka</p>



	Reproduksi Wanita” dikelompokkan oleh Tim Uhamka.	
Pk 11.00 – 11.30 WIB	Diskusi dan Tanya jawab dipandu oleh Moderator/MC	
Pk 11.30 – 12.00 WIB	<p>Penutup</p> <p>Pemberian tanda mata dan pemenang terbaik pengisian hasil post test terbaik dan kebenaran praktek personal hygiene yaitu gerakan cuci tangan yang benar sesuai standar kesehatan</p> <p>Doa</p> <p>Oleh <b>Ustadz Perwakilan Pesantren Al-Husna</b></p>	

## BAB 4. KELUARAN YANG DICAPAI (*OUTPUT*)

Keluaran yang dicapai kegiatan Pengabdian Masyarakat di Pesantren Tahfidz Al-Husna Jonggol antara lain sebagai berikut:

### 4.1. Pengetahuan Para Santri Setelah Intervensi Edukasi Penyuluhan

Untuk menganalisa keberhasilan pemberian edukasi diantaranya adalah penilaian pengetahuan para santri tentang “Kesehatan Reproduksi Wanita dan Pemeliharaan Personal Hygiene” dengan metode pemberian pre test dan post test.

**Tabel 4.1 Distribusi Nilai Pre Test**

Nilai	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
10	4	8.0	8.0	8.0
20	9	18.0	18.0	26.0
30	6	12.0	12.0	38.0
Valid 40	14	28.0	28.0	66.0
50	13	26.0	26.0	92.0
60	4	8.0	8.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada tabel 4. 1 distribusi nilai Pre test menunjukkan skor nilai terbanyak adalah 60 Sebanyak 4 orang peserta.

**Tabel 4.2 Distribusi Nilai Post Test Santriwati**

Nilai	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
70	7	14.0	14.0	14.0
80	18	36.0	36.0	50.0
Valid 90	14	28.0	28.0	78.0
100	11	22.0	22.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada Tabel 4.2. menunjukkan Terdapat nilai post test dengan skor nilai 100 sebanyak 11 orang (22%).

**Tabel 4.3 Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1				
Nilai Pre Test	37.00	50	14.463	2.045
Nilai Post Test	<b>85.80</b>	<b>50</b>	<b>9.916</b>	<b>1.402</b>

Pada tabel 4.3 menunjukkan Nilai rata-rata (mean) post test sebesar 85,80 > pre test (37,00).

**Tabel 4.4 Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Nilai Pre Test - Nilai Post Test	<b>-48.800</b>	16.243	2.297	-53.416	-44.184	-21.244	49	<b>.000</b>

Tabel 4.4 Menunjukkan rerata nilai mean **ada kenaikan nilai pengetahuan** sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan mengenai kespro personal hygiene santriwati dan tanda bahaya kespro. Data nilai pengetahuan setelah diberikan intervensi (9,916) **lebih bervariasi** daripada sebelum diberikan intervensi (14,463). Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan signifikan adanya perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (*pvalue* <0,05) dengan selisih nilai rata-rata (mean) sebesar 48,800.

**Distribusi frekuensi tanda dan bahaya kespro santriwati**

**Tabel 4.5 Menstruasi selalu melewati siklus normal**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ya	6	12.0	12.0	12.0
Valid tidak	44	88.0	88.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada table 4.5 diatas terdapat santriwati yang memiliki gangguan menstruasi yang melewati siklus normal sebanyak 6 orang dengan presentase 12%.

**Tabel 4.6 Demam, muntah, syok secara bersamaan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ya	1	2.0	2.0	2.0
Valid tidak	49	98.0	98.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada table 4.6 diatas terdapat santriwati yang memiliki gejala demam, muntah, syok secara bersamaan sebanyak 1 orang dengan presentase 2%.

**Tabel 4.7 Nyeri sendi, otot dan sakit kepala**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak	50	100.0	100.0	100.0

Pada table 4.7 diatas terdapat sebanyak 50 santriwati (100%) tidak memiliki gejala nyeri sendi, otot dan sakit kepala yang memiliki gejala demam, muntah, syok secara bersamaan

**Tabel 4.8 Gatal pada vagina**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ya	10	20.0	20.0	20.0
Valid tidak	40	80.0	80.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada table 4.8 diatas terdapat santriwati yang memiliki gejala gatal pada vagina sebanyak 10 orang (20%)

**Tabel 4.9 Sakit saat buang air kecil**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ya	2	4.0	4.0	4.0
Valid tidak	48	96.0	96.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada table 4.9 diatas terdapat santriwati yang memiliki gejala sakit saat buang air kecil sebanyak 2 orang (4%)

**Tabel 4.10 nyeri tulang pinggul**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ya	8	16.0	16.0	16.0
Valid tidak	42	84.0	84.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada table 4.10 diatas terdapat santriwati yang memiliki gejala nyeri tulang pinggul sebanyak 8 orang (16%)

**Tabel 4.11 Tidak mengalami gangguan apapun**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ya	23	46.0	46.0	46.0
Valid <b>tidak</b>	<b>27</b>	<b>54.0</b>	54.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Pada table 4.11 diatas terdapat santriwati yang memiliki gejala sebanyak 27 orang (54%)

### **RENCANA TINDAK LANJUT**

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan rencana tindak lanjut berupa rekomendasi yang akan disampaikan kepada pihak pengelola pesantren antara lain :

- Konsultasi pembinaan berkelanjutan pengelola pesantren dengan tim tenaga kesehatan tentang kesehatan reproduksi wanita para santriwati
- Edukasi kesehatan yang berkelanjutan
- Kerjasama dengan Kementerian agama dan Puskesmas wilayah Jonggol membuat Pos Kesehatan Pesantren.
- Pengawasan yang terjadwal bagi pengelola pesantren kepada para santri untuk melakukan *personal hygiene* dengan teratur.
- Membaca buku saku “Be a Health and Smart Muslimah” dan mempraktekkan dengan kesadaran.
- Para santriwati mengontrol kesehatan diri sendiri khususnya kesehatan reproduksi wanita dengan panduan buku saku dan check list yang sudah diberikan.

### **KESIMPULAN**

Pengetahuan para santriwati baik setelah diberikan penyuluhan edukasi tentang kesehatan reproduksi wanita hal ini diperlihatkan dengan hasil post test dengan nilai rata-rata lebih besar dibandingkan pre test serta mampu memperlihatkan gerakan *personal hygiene* yang tepat. Tetapi untuk kondisi yang mengalami gejala gangguan kesehatan reproduksi sebesar 54% merupakan proporsi yang sebaiknya mendapat perhatian serius bagi pengelola pesantren.

## **BAB 5. FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT**

Faktor-faktor penghambat/kendala dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di Pesantren Al-Husna Jonggol, Bogor adalah keterbatasan waktu untuk dapat berdiskusi konsultasi adanya gejala gangguan kesehatan reproduksi para santriwati.

Faktor-faktor pendukung dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di Pesantren Al-Husna Jonggol, Bogor sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan optimal;

1. Respon yang positive dan antusias yang diberikan para ustadzah, pengelola dan para santriwati.

Hal ini diperlukan dengan adanya nilai hasil post test yang lebih tinggi daripada pre test dan mampu memperlihatkan gerakan personal hygiene yang tepat.

2. Kejujuran para santriwati dalam melakukan SADARI dan menilai ada tidaknya gejala gangguan kesehatan reproduksi wanita.
3. Kemudahan akses ke tempat lokasi pesanteren.
4. Tersedianya sarana prasarana pemberian edukasi.
5. Adanya kekompakan tim kolaborasi dosen-mahasiswa Pascasarjana Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka.

Rencana tindak lanjut kegiatan pengabdian masyarakat di Pesantren Al-Husna Jonggol, Bogor yaitu ;

1. Adanya pemberian edukasi lanjutan untuk materi kesehatan bagi para santri.
2. Penyusunan buku saku panduan pengelolaan pesantren sehat.
3. E-Konsultasi melalui WA, email atau media lainnya



## **BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Kesimpulan program kemitraan masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan santriwati dan pengelola pesantren khususnya para ustadzah mengenai kesehatan reproduksi para santriwati dan *personal hygiene*. Hal tersebut merupakan landasan yang baik dalam mendukung proses belajar mengajar yang membutuhkan kesehatan fisik.

### **Saran**

Rekomendasi atau saran yang akan disampaikan kepada pihak pengelola pesantren dan para santriwati antara lain :

- Konsultasi pembinaan berkelanjutan pengelola pesantren dengan tim tenaga kesehatan tentang kesehatan reproduksi wanita para santriwati
- Edukasi kesehatan yang berkelanjutan
- Kerjasama dengan Kementerian agama dan Puskesmas wilayah Jombang membuat Pos Kesehatan Pesantren.
- Pengawasan yang terjadwal bagi pengelola pesantren kepada para santri untuk melakukan *personal hygiene* dengan teratur.
- Membaca buku saku “Be a Health and Smart Muslimah” dan mempraktekkan dengan kesadaran.
- Para santriwati mengontrol kesehatan diri sendiri khususnya kesehatan reproduksi wanita dengan panduan buku saku dan check list yang sudah diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022a). *Qur'an Surat Al-Ahqaf ayat 15*.  
<https://quran.kemenag.go.id/sura/46/15>
- Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022b). *Qur'an Surat Al-Baqoroh ayat 222*.  
<https://quran.kemenag.go.id/sura/2>
- Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022c). *Qur'an Surat Al-Baqoroh ayat 233*.  
<https://quran.kemenag.go.id/sura/2/233>
- Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022d). *Qur'an Surat Al-Mukminun ayat 12-14*. <https://quran.kemenag.go.id/sura/23>
- Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022e). *Qur'an Surat Lukman ayat 13*.  
<https://quran.kemenag.go.id/sura/31/13>
- Ekawati, Rany. (2019). Pengantar Kesehatan Reproduksi. Malang: Wineka Media.
- Hasanah, H. (2016). PEMAHAMAN KESEHATAN REPRODUKSI BAGI PEREMPUAN : Sebuah Strategi Mencegah Berbagai Resiko Masalah Reproduksi Remaja. *SAWWA*, 11(April), 229–252.  
<https://journal.walisongo.ac.id/index.php/sawwa/article/view/1456/1080>
- Hassan, B.A.R. 2012. Importance of Personal Hygiene. *Pharmaceutica Analytica Acta*. Volume 3.
- HR. Muslim no. 2664. (2022). *Hadits 8 Mukmin yang Kuat Lebih Dicintai Allah*.  
<https://bekalislam.firanda.com/6549-mukmin-yang-kuat-lebih-dicintai-allah-hadis-8.html>
- Permenkes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- RSUD Dr.M.Ashari Pematang. (2022). *Instalasi Kesehatan Reproduksi*.  
<https://rsudashari.pematangkab.go.id/pelayanan/instalasi-kesehatan-reproduksi.html>
- Rahayu, dkk. (2017). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. Surabaya: Airlangga University Press.
- Setiarto, Karo, dan Tambaip,. (2022). Gizi Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Trans Info Media.
- Soetjiningsih.(2010).Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta:SagungSeto.
- Simfoni PPA. (2019). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. In *Kemenpppa.Go.Id* (pp. 4; 48).  
<https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan

## LAMPIRAN

### 1. Realisasi Anggaran (Lampiran G).

<b>2. Honorarium</b>				
Honor	Honor/Jam (Rp)	Waktu (jam/minggu)	Minggu	Total Honor
Pemberi penyuluhan & pembinaan	200.000	3	2	1.200.000
Pelaksana 1 (anggota tim)	150.000	3	2	900.000
Pelaksana 2 (pengelola pesantren)	150.000	3	2	900.000
Subtotal (Rp)				<b>3.000.000</b>
<b>3. Pembelian bahan habis pakai</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya habis pakai
Cetak buku pedoman		50	23.000	1.150.000
Snack		50 X 2	20.000	2.000.000
Backdrop				200.000
			Subtotal (Rp)	<b>2.000.000</b>
<b>4. Perjalanan</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya perjalanan
Perjalanan 1		1	200.000	200.000
Perjalanan 2		1	200.000	200.000
			Subtotal (Rp)	<b>600.000</b>
<b>5. Sewa</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Sewa
Administrasi Pesantren			750.000	750.000
Sewa 2 (Audio visual)	Audio visual		500.000	500.000
Publikasi			500.000	250.000
			Subtotal (Rp)	1.500.000
<b>TOTAL ANGGARAN YANG DIPERLUKAN SELURUHNYA (Rp)</b>				<b>7000.000</b>

## 2. Instrumen/ Makalah/materi kegiatan

Berikut ini adalah **materi edukasi** yang disampaikan oleh Tim Uhamka:







**Materi Pre & Post Test Santri**  
**SOAL PRE TEST dan POST TEST**

**Kesehatan Reproduksi dan *Personal Hygiene***

**Nama/ Inisial** :

**Umur** :

**Kelas** :

**Petunjuk:**

- Mulailah dengan membaca kalimat Basmallah dan akhiri dengan Hamdallah
  - Bacalah soal dengan teliti
  - Pilihlah salah satu jawaban yang saudara anggap paling benar !
  - Jawablah semua pertanyaan pada lembar jawaban yang tersedia
  - Beri tanda (X) pada pilihan jawaban yang paling benar
1. Keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi pada laki-laki dan perempuan disebut pengertian dari .....?
    - a. Personal Hygiene
    - b. Kesehatan Reproduksi
    - c. Anatomi Fisiologi
    - d. Alat Reproduksi
  2. Di bawah ini manakah yang bukan termasuk alat reproduksi bagian luar wanita?
    - a. *Mons Pubis*
    - b. *Labia Minora*
    - c. *Klitoris*
    - d. *Ovarium*
  3. Di bawah ini manakah yang tidak termasuk dalam rangkaian kegiatan personal Hygien wanita?
    - a. Kebersihan pakaian
    - b. Kebersihan tangan, kaki, kuku
    - c. Kebersihan lingkungan
    - d. Cuci tangan dan mandi



4. “Bersihkan gigimu dari sisa-sisa makanan, karena perbuatan seperti itu merupakan kebersihan dan kebersihan bersama dengan keimanan, dan keimanan menyertai orangnya di dalam surga.”

Hadits diatas merupakan salah satu Hadits yang diriwayatkan oleh Imam Thabrani yang menjelaskan tentang?

- a. Personal Hygiene/Kebersihan Diri
  - b. Kebersihan lingkungan
  - c. Kesehatan Reproduksi
  - d. Kesehatan Tubuh
5. Di bawah ini manakah yang tidak termasuk kegiatan *personal hygiene* yang benar dalam perawatan vagina?
- a. Mencuci tangan sebelum dan sesudah menyentuh bagian Vagina
  - b. Menggunakan pakaian dalam berbahan dasar katun dan mengganti pakaian dalam dua kali sehari
  - c. Mengeringkan area kewanitaan sebelum menggunakan celana dengan handuk kering.
  - d. Membersihkan vagina dengan sabun wangi
6. Dibawah ini manakah yang termasuk kegiatan *personal hygiene* yang benar pada saat menstruasi?
- a. Menggunakan *pantyliner* secara terus menerus
  - b. Menggunakan pembalut berbahan lembut dan nyaman digunakan
  - c. Menggunakan pembalut yang mengandung aroma/wangi khas seperti sirih
  - d. Mengganti pembalut minimal 1 (satu) kali sehari
7. Suatu kondisi dimana terjadi perdarahan haid yang lebih pendek dan/atau kurang dari biasanya disebut ...?
- a. *Hipomenore*
  - b. *Disminore*
  - c. *Gonorea*
  - d. *Clamydia*
8. Di bawah ini yang bukan termasuk gejala timbulnya gangguan reproduksi wanita adalah?
- a. Menstruasi selalu melewati siklus normal
  - b. Gatal pada vagina dan sakit saat buang air kecil
  - c. Nyeri pada tulang pinggul, pendarahan lebih banyak dari biasanya saat menstruasi
  - d. Menstruasi siklus normal dan nyeri ringan



9. Porsi makanan yang dianjurkan untuk remaja perempuan menurut Pedoman Umum Gizi Seimbang dalam 1 hari adalah ...?
- Nasi 3-4 piring, lauk hewani 3-4 potong, lauk nabati 3-4 potong, sayuran 1,5 – 2 mangkuk dan buah 2-3 Potong
  - Nasi 1 piring, Lauk hewani 2 potong, Lauk nabati 2 potong, sayuran 1 mangkuk dan Buah 5 Potong
  - Nasi 5 piring, Lauk hewani 1 potong, Lauk nabati 5 potong, sayuran 4 mangkuk dan Buah 5 Potong
  - Nasi 2 piring, Lauk hewani 1-2 potong, Lauk nabati 1-2 potong, sayuran 3 mangkuk dan Buah 1 Potong
10. Berikut ini adalah Enam Langkah cuci tangan
- Basahi tangan dengan sabun
  - Bersihkan bagian jempol luar dan dalam
  - Gosok bagian belakang jari Teknik mengunci
  - Gosokkan kedua telapak tangan hingga sela jari
  - Keringkan tangan dengan handuk
  - Basahi tangan dengan air untuk membilas sabun
- Berikut ini urutan yang benar Enam Langkah cuci tangan adalah ?
- 2-3-5-1-4-6
  - 1-6-2-3-5-4
  - 1-4-3-2-6-5
  - 1-6-2-3-4-5

**SYUKRON KATSIRON ATAS PARTISIPASINYA, SELAMAT MENGERJAKAN”**

Lembar jawaban pretest


No.	A	B	C	D
1				
2				
3				
4				
5				
6				

7				
8				
9				
10				

**Form Checklist SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri)  
Di Pesantren Tahfidz Al Husna Jonggol**



## CHECKLIST SADARI

Langkah-Langkah			
<b>1</b>	 Mencuci Tangan dan mengeringkan dengan handuk		
<b>2</b>	 Posisi duduk / berdiri didepan cermin kemudian lihat masing-masing payudara		
<b>3</b>	 Memposisikan tangan dengan mengangkat kedua lengan lurus keatas, kemudian mengamati dan lihat kedua payudara		
<b>4</b>	 Tekan kedua tangan pada pinggul dan tarik kedua bahu ke belakang dan perhatikan masing-masing payudara		
<b>5</b>	 Menggunakan ujung jari tangan kanan, raba dan tekan daerah payudara dan cermati seluruh bagian payudara kiri hingga ke daerah ketiak		
<b>6</b>	 Buatlah gerakan lingkaran-lingkaran kecil dari atas ke bawah (vertical), melingkari daerah payudara, serta tepi payudara ke puting dan sebaliknya		
<b>7</b>	 Pada posisi berbaring letakan bantal di bawah. Angkat lengan kiri ke atas dan cermati payudara kiri menggunakan tiga pola gerakan sebelumnya		

**Form Checklist Kesehatan Reproduksi Wanita  
Di Pesantren Tahfidz Al Husna Jonggol**

		CHECKLIST TANDA & GEJALA GANGGUAN KESEHATAN REPRODUKSI WANITA	
		Tanda & Gejala	 
<b>1</b>	 Demam tinggi, muntah, dan syok secara bersamaan		
<b>2</b>	 Nyeri sendi dan otot, sakit kepala, diare, menggigil, sakit tenggorokan dan sariawan		
<b>3</b>	 Menstruasi selalu melewati siklus normal		
<b>4</b>	 Gatal pada vagina		
<b>5</b>	 Sakit saat buang air kecil		
<b>6</b>	 Nyeri pada tulang pinggul		
<b>7</b>	 Volume darah saat menstruasi jauh lebih banyak dari biasanya		

### 3. Personalia tenaga pelaksana beserta kualifikasinya

#### Ketua Tim



#### I. IDENTITAS DIRI

1. Nama Lengkap (dengan gelar) : drg Sri Rahayu MKes PhD
2. Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 10 Juni 1966
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Alamat : Jl Pelita/Pendidikan SMP 209 No 69 Rt 02 Rw 09 Condet Kp. Tengah Kramat Jati Jakarta Timur
5. Agama : Islam
6. Telepon / HP : 087887791985
7. Alamat e-mail : sri\_rahayu@uhamka.ac.id
8. Alamat Kantor : Jl. Warung Jati Barat, Blok Darul Muslimin No.17 RT.2/RW, RT.2/RW.5, Kalibata, Pancoran, South Jakarta City, Jakarta 12740

#### II. RIWAYAT PENDIDIKAN

##### 1. Pendidikan Formal

	Nama Sekolah	Lulus/Tahun
S3	Management & Science University, Shah Alam Malaysia	2016
S2	Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Gadjah Mada	2005
S1	Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Indonesia	1991

#### III. RIWAYAT PEKERJAAN

No.	Jabatan	Tahun	Institusi
1	Dosen Pascasarjana	2020 - sekarang	Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka (Uhamka)
2	Ketua Program Studi S2 Manajemen Administrasi Rumah Sakit	2016 - 2019	Universitas Respati Indonesia
3	Asesor Konsultan Kesehatan	2016 - sekarang	LSP KMK IKKESINDO
4	Konsultan Manajemen Kesehatan	2016 - sekarang	IKKESINDO
5	Pengurus Lembaga Diklat Profesi	2015 - sekarang	Ikatan Konsultan Kesehatan Indonesia (IKKESINDO)
6	Surveyor Sertifikasi Rumah Sakit Syariah	2017 - sekarang	Majelis Upaya Kesehatan Indonesia (MUKISI)
7	Anggota tim riset	2015 - sekarang	P3M FKM UI
8	Dokter Gigi Fungsional	1999 - sekarang	RS Tugu Ibu Cimanggis Depok
9	Manajer Umum	2011 - 2015	RS Dompot Dhuafa Parung, Bogor
	Direktur Kemitraan		

10	Manajer Penunjang Medis	2008 - 2011	RS Permata Bekasi
11	Dokter Puskesmas	1996 - 1999	Puskesmas Karadenen, Bogor

Jakarta, 6 Oktober 2021



(Sri Rahayu)

## CURRICULUM VITAE



### I. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Dr. Emma Rachmawati., Dra., MKes
2.	Jabatan Fungsional	Lektor
3.	Jabatan Struktural	Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) UHAMKA
4.	NIP	196311301994032001
5.	NIDN	00 301163 01
6.	No Sertifikasi Pendidik	101159509915
7.	Tempat dan Tanggal Lahir	Bandung, 30 November 1963
8.	Alamat Rumah	Griya Tugu Asri Blok C1 no 4 Rt 03 RW 19, Kel. Tugu, Kec. Cimanggis, Depok 16451, Jawa Barat.
9.	Nomor Telepon/HP	+62 21 8700617/08551000005, 08119993555
10.	Alamat Kantor	Jl Limau II/1, Kebayoran, Jakarta Selatan.
11.	Nomor Telepon/Faks/	+62 21 7256157
12.	Alamat e-mail	<a href="mailto:era_five@yahoo.com">era_five@yahoo.com</a> ; <a href="mailto:emma.uhamka@gmail.com">emma.uhamka@gmail.com</a> , <a href="mailto:emma_rachmawati@uhamka.ac.id">emma_rachmawati@uhamka.ac.id</a>
13.	Mata Kuliah yang diampu	Metodologi Penelitian Kesehatan Manajemen Mutu Layanan Kesehatan Biostatistika (Deskriptif, Inferensi, dan Intermediate) Kepemimpinan dan Berpikir Sistem Manajemen Strategis Administrasi dan Kebijakan Kesehatan Perencanaan Strategis dan Strategi Pemasaran RS Sistem Informasi Kesehatan

### B. Riwayat Pendidikan

	<b>S-1</b>	<b>S-2</b>	<b>S-3</b>
Nama Perguruan Tinggi	Institut Teknologi Bandung (ITB)	Universitas Indonesia	Universitas Indonesia
Bidang Ilmu	FMIPA Jurusan Matematika	Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat	Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Tahun Masuk-Lulus	1981 – 1987	1998-2000	2008-2012
Judul Skripsi/ Thesis/Disertasi	Penerapan Teorema Radon-Nikodym pada Ekspektasi Bersyarat	Pengaruh Program Outbound terhadap Kompetensi Perilaku Karyawan dalam Tim di Sub Dinas Pelayanan Kesehatan Dasar DKI Jakarta, tahun 1999	Model pengukuran Iklim Keselamatan pasien (Patient Safety Climate) di RS Muhammadiyah- 'Aisiyah (RSMA)
Nama Pembimbing/Promotor-Co Promotor	RK Sembiring., PhD Drs. Hutahaean	Dr. Peter Pattinama., SKM dr. Adang Bachtiar., MPH, ScD	Prof. dr. Amal C Sjaaf, SKM, Dr.PH Prof.dr. Purnawan Junadi, MPH, PhD dr. Adang Bachtiar, MPH, ScD

### C. Pengalaman Penelitian 2010-2019 (Bukan Skripsi, Tesis, maupun Disertasi)

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah
1	2010	Survey Masyarakat Kampus tentang Penerapan Kawasan Tanpa Rokok di UHAMKA (Sebagai Ketua)	Lemlit UHAMKA	7.5juta
2	2010-2011	Hubungan Pengetahuan dan Sikap pedagang Minuman Jajanan terhadap Tindakan Penggunaan Pemanis Buatan di SD Mayak Cianjur Jawa Barat (Sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	15 juta (Rp)
3	2011	Studi Kepuasan Dosen UHAMKA, tahun 2011 (Sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	
4	2011	Analisis faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kepuasan Masyarakat Pengguna Jasa layanan Kesehatan Puskesmas di Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur Jawa Barat, Tahun 2011 (Sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	13,5 juta (Rp)
5	2012	Analisis Retrospektif Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan Pemberian ASI Eksklusif di RS	Lemlit UHAMKA	10 juta (Rp)

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah
		Bersalin (RSIA) di Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor Jawa Barat (Sebagai Anggota)		
6	2012	Perbedaan Tingkat Pengetahuan, Asupan makanan, dan Status Gizi pada DM Type 2 Anggota PERSADIA dan Bukan Anggota PERSADIA di RSUD Kelas B kabupaten Subang, Jawa Barat (Sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	13 juta (Rp)
7	2012	Aplikasi Regresi Logistik pada Hubungan Penyakit Kronis dengan Gangguan Mental emosional pada Usia 15 tahun Ke-atas di DIY (Sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	15 juta (Rp)
8	2012	Upaya Ibu dalam kesehatan reproduksi Remaja Puteri SMP Negeri Rintisan Sekolah Berbasis Internasional di DKI Jakarta (Sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	7,5 juta (Rp)
9	2012	Gambaran Pola Pemberian ASI Eksklusif dan ASI Tidak Eksklusif pada Balita di Desa Cisalak Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur Bogor, Jawa Barat (Sebagai Ketua)	Lemlit UHAMKA	12,5 juta
9	2013	Pengembangan Model Pengukuran Iklim Keselamatan Pasien di RS DKI Jakarta tahun 2012-2013 (tahun pertama) (Sebagai Ketua)	Dikti	50 juta (Rp)
10	2014	Pengembangan Model Pengukuran Iklim Keselamatan Pasien di RS di DKI Jakarta tahun 2013-2014 (tahun kedua) (sebagai Ketua)	Dikti	60 juta (Rp)
11	2015-2016	<i>Mapping Survey : Faith Based Organization Roles in Family Planning and Reproductive Health in Indonesia</i> (sebagai Anggota)	<i>Faith 2 Action Network</i>	Rp.125.000.000,-
12	2016	Validasi Sirkesnas (Survey Indikator Kesehatan Indonesia) (Sebagai Ketua)	Litbang Kemenkes	1, 5M (Rp)



No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah
13	2016	Validasi Survey Penyakit Tidak Menular (PTM): Kanker Serviks dan Kanker Payudara (Sebagai Wakil Ketua)	Litbang Kemenkes	1,7M (Rp)
14	2017	Model Pengembangan PKRS berbasis nilai AIK di RS Muhammadiyah (sbg Ketua)	Ristek Dikti	86.968.000
15	2018	Evaluasi PKRS berbasis nilai AIK di RSM DKI Jakarta (sbg Ketua)	Lemlit UHAMKA	7.750.000
16	2019	Studi Perbandingan Hasil Evaluasi Penerapan Program Promosi Kesehatan Rumah Sakit (PKRS) antara Rumah Sakit Swasta dan Negeri di DKI Jakarta (Sbg Ketua)	Lemlit UHAMKA	10.000.000
17	2020	<b>Pandangan dan Peran Organisasi Islam dalam Pencegahan Penularan Wabah Covid-19 di Indonesia (sbg Ketua)</b>	Lemlit UHAMKA	14.000.000
18	2020	<i>Tobacco Use and Covid-19: A retrospective cohort study of Indonesian Hospitalized Patients with Covid-19</i> (sbg Ketua)	Pusat Ekonomi dan Bisnis Syariah FEB UI - John Hopkins University	50.000.000
19	2020	Identifikasi dan Pemanfaatan Nilai-nilai <i>Social Capital</i> UHAMKA menuju <i>Good Governance University</i> (sbg Anggota)	Lemlit UHAMKA	25.200.000
20	2020	Kajian Sektor Industri Jasa RS di Indonesia (sebagai Ketua)	KPPU (Komisi Pengawas Persaingan Usaha) RI	298.000.000

#### D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat 2010-2019

No	Tahun	Judul kegiatan Pengmas	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Juta Rp)
1	2010-2011	Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah(PMT-AS) di SD	Lemlit UHAMKA	12.000.000



No	Tahun	Judul kegiatan Pengmas	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Juta Rp)
		Negeri Desa Cipetir kecamatan Cibeber Cianjur Jawa Barat (Sebagai Anggota)		
2	2011	Pemberdayaan Tepung Gaplek sebagai Bahan Makanan Campuran dengan tepung Kedelai untuk Meningkatkan kadar Protein pada Kue Jajanan di Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur (sebagai Anggota)	Lemlit UHAMKA	15.000.000
3	2011 (1 Maret- 31 Oktober)	Kegiatan Fasilitasi Pembinaan Rumah Tangga berPHBS bagi Ormas, (Kerjasama MPKU Muhammadiyah-Pusat Promkes Kemenkes RI) (Sebagai Ketua)	Promkes Kemenkes	742.500.000
4	2012 (8 April- 30 November)	Kegiatan Fasilitasi Pembinaan Rumah Tangga berPHBS bagi Ormas, (Kerjasama MPKU Muhammadiyah-Pusat Promkes Kemenkes RI) (sebagai Ketua)	Promkes Kemenkes	609.500.000
5	2012	Program Pendampingan Penanganan Status Gizi Balita di Kelurahan Kebayoran Lama Selatan. (sebagai Anggota)	SK Gubernur DKI Jakarta tahun 2012. (Dinkes DKI)	100.000.000
6	2013 (12 Juni- 29 November)	Promosi Kesehatan (PKRS) di RS Muhammadiyah- 'Aisyiyah (Kerjasama MPKU Muhammadiyah-Pusat Promkes Kemenkes RI) (sebagai Ketua)	Promkes Kemenkes	523.000.000
7	2014 (1 April- 5 Des)	Promosi Kesehatan (PKRS) di RS Muhammadiyah- 'Aisyiyah (Kerjasama MPKU Muhammadiyah-Pusat Promkes Kemenkes RI) (sebagai Ketua)	Promkes Kemenkes	580.000.000
8	2015 (1 Pebruari- 31 Juli)	<i>Engage the Youth Association and Muslim faith organizations around RH/FP issues and support to help organize the FBO pre-conference</i> (sebagai Ketua)	<i>Population Action International</i>	US\$25.000
9	2015-2016	<i>Supporting for Implementation of Faith Preconference</i> (sebagai Ketua)	<i>Faith to Action Network</i>	US\$7103

No	Tahun	Judul kegiatan Pengmas	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Juta Rp)
10	2016	Membangun Sanitasi Kampus` dengan Pembentukan Bank Sampah (Sebagai Ketua)	LPPM UHAMKA	12.000.000
11	2016	Pemberdayaan Masyarakat dan Pengembangan Program PKRS dan Program Keluarga Sehat Melalui Peran Pimpinan Pusat Muhammadiyah Tahun 2016 (sebagai Ketua)	Kemenkes RI	517.977.000
12	2018	Optimalisasi Germas dan Penggerakan Peran Serta Ormas Dalam Penurunan Stunting, Eliminasi TBC dan Meningkatkan Cakupan Pelayanan Imunisasi (sebagai Ketua)	Kemenkes RI	509.610.000
13	2019	Optimalisasi Germas dan Penggerakan Peran Serta Ormas dalam Penurunan Stunting di Pondok Pesantren (Sebagai Ketua)	Kemenkes RI	888,692,000
12	2020	Pengembangan Model Pontren Muhammadiyah Berkemajuan Siaga Covid-19 di Provinsi Jawa Barat Tahun 2020 (Ketua)	Kemenkes RI	459.000.000
13	2021	Program Kemitraan Ormas Aisyiyah untuk Pencegahan Stunting melalui posyandu Aktif (Bidang Media)	Kemenkes RI	
14	2021	Program Kemitraan Muhammadiyah Pontren Sehat Berkemajuan Cegah TBC	Kemenkes RI	

\*Sumber pendanaan

#### F. Pengalaman Publikasi Ilmiah (2010-2019)

No	Judul Tulisan	Tahun	Nama Buku/Jurnal/Proceeding
1	Pedoman Penerapan Kawasan tanpa Rokok di Lingkungan Muhammadiyah	2010	Buku Pedoman (sebagai Kontributor)
2	Pedoman PKRS di RS Muhammadiyah tahun 2011-2014	2010	Buku pedoman (sebagai Ketua Tim)

No	Judul Tulisan	Tahun	Nama Buku/Jurnal/Proceeding
3	Pengembangan Model Iklim Keselamatan pasien di RS Muhammadiyah – 'Aisiyah	2011	Prosiding Seminar Penelitian Bidang Ilmu Eksakta UMY
2	Metodologi Penelitian Kesehatan Teori dan Aplikasi	2013	Metodologi Penelitian Kesehatan Teori dan Aplikasi (Buku Ajar, Sebagai Penulis)
3	<i>The Development of Integrative Measurement Model of Patient Safety Climate of Hospital in DKI Jakarta</i>	2013	<i>Proceeding Book of International Conference on Education, Technology and Science, 2013 (Article)</i>
4	<i>Measuring Patient Safety Climate: A Review of Survey in Indonesian Hospital</i>	2015	<i>Proceeding Book of 47<sup>th</sup> Asia Pacific Academic Consortium on Public Health. (Abstract)</i>
5	Laporan Validasi Survey Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) Tahun 2016	2016	Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia-Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (sebagai Ketua Tim)
	Laporan Validasi Riset Penyakit Tidak Menular (Rptm) Tumor Payudara Dan Lesi Prakanker Serviks Di Indonesia Tahun 2016	2016	Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia-Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (sebagai Wakil Ketua Tim)
	Analisis Determinan Kejadian Nyaris Cedera Dan Kejadian Tidak Diharapkan Di Instalasi Gizi Rumah Sakit Anak Dan Bunda Harapan Kita	2016	JUKEMA (Jurnal Kesehatan masyarakat Aceh) Vol. 2, No. 1, Februari 2016: 58 – 67 (sebagai anggota)
5	Faktor–Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Perlengketan Plasenta (Retensio Placenta) di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih: Sebuah Studi Kasus Kontrol	2017	ARKESMAS Volume 2, Nomor 1, Januari–Juni 2017 (sebagai anggota)
6	<i>Mapping Faith-Based Responses to Sexual and Reproductive Health and Rights in Indonesia: A Snapshot</i>	2017	<i>Proceedings THE 1st UICIHSS UHAMKA INTERNATIONAL CONFERENCE ON ISLAMIC HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES (Page 42-61)</i>

No	Judul Tulisan	Tahun	Nama Buku/Jurnal/Proceeding
	<i>from 10 Muslim, Christian, Hindu, Buddhist and Confucian Faith-Based Organizations</i>		<i>(penulis 1)</i>
7	Gambaran Pelaporan Kejadian Nyaris Cedera (KNC) dan Kejadian Tidak Diharapkan (KTD) Berdasarkan Faktor Manusia dan Organisasi/Manajemen di Instalasi Gizi Rumah Sakit	2017	ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat), [S.l.], v. 2, n. 2, p. 153-158, dec. 2017. ISSN 2579-8898.
8	<i>Patient safety climate survey in 11 Indonesian hospitals</i>	2017	<i>Proceeding : The Andalas International Public Health Conference 2017 17 (Suppl 6: 897), 32 (abstract)</i>
9	<i>Evaluation Study of Health Promotion Hospital (HPH) in Muhammadiyah Hospital in DKI Jakarta, Indonesia</i>	2019	KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat 14 (3), 410-418 (Ketua)
10	Optimalisasi Promosi Kesehatan Rumah Sakit dalam Mewujudkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Berkemajuan di Rumah Sakit Muhammadiyah	2019	Engagement, Jurnal Pengabdian Masyarakat 3 (1), 80-91

**G. Pengalaman Penyampaian Makalah Secara Oral pada Pertemuan/ seminar Ilmiah tahun 2010-2019**

No	Nama Pertemuan Ilmiah/ seminar	Judul Artikel	Waktu Dan Tempat
3	Diskusi Publik “ Implementasi KTR dan Sosialisasi PP No 109 tahun 2012 di Lingkungan Pendidikan	Implementasi KTR di UHAMKA	13 Maret 2013, Aula UHAMKA, Jl Limau II Jakarta
4	Seminar nasional “Patient –centered Care 7 Patient safety dalam Mutu	Patient Safety Culture di RSMA	4 Mei 2013, Jakarta

No	Nama Pertemuan Ilmiah/ seminar	Judul Artikel	Waktu Dan Tempat
	pelayanan Kesehatan masyarakat)		
3	45 <sup>th</sup> Asia Pacific Academic Consortium on Public Health.	<i>Measurement Model of Theoretical Model that Affect Patient Safety Climate in Private Hospital in Indonesia</i>	25 – 27 Oktober 2013. Kota Wuhan, Tiongkok.
4	The 1 <sup>st</sup> Andalas Public Health Conference	Pengembangan Model Pengukuran Iklim Keselamatan Pasien RS di DKI Jakarta, tahun 2013 Peneliti pertama	23 November 2013 Padang, Indonesia
4	47 <sup>th</sup> Asia Pacific Academic Consortium on Public Health.	<i>Measuring Patient Safety Climate: A Review of Survey in Indonesian Hospital</i> Peneliti pertama	21-23 Oktober 2015. Kota Bandung, Jawa Barat, Indonesia.
5	International Conference on Family Planning 2016. Pre Conference (Faith Based Organization)	<i>Mapping Survey; The Role of FBOs in Reproductive Health and Family Planning</i>	24 Januari 2016 Nusa Dua Bali
6	Aceh Global Health International Conference 2017	<i>Measuring Patient safety Climate at Hospitals in DKI Jakarta</i>	18-19 Juli 2017, Aceh
7	Forum Ilmiah Tahunan III Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat	Pengukuran Kesadaran Individual dalam Model Pengukuran Budaya Keselamatan Pasien di RS	17-19 Oktober 2017 Manado, Indonesia
8	Penyuluhan kesehatan wanita PK IMM FEB UHAMKA Jaksel	(Invited Speaker)	14 Mei 2018 Jakarta Selatan
9	Skill-Building Bootcamp for Faith-based organization	(Invited Speaker)	27-31 may 2018 Nairobi, Kenya
10	Forum Ilmiah Tahunan IV IAKMI	Presenter	17-18 Oktober Lampung
11	Konferensi Nasional Promosi Kesehatan RS ke-4	Presenter	27-30 November 2018 Jakarta
12	The 1 <sup>st</sup> International Conference of Social Determinant of Health	(Invited Speaker)	28 November 2018 Jakarta
13	The 2 <sup>nd</sup> International Conference of Health Administration and Policy (IcoHAP)	Presenter	10-12 September 2019 Surabaya
14	Workshop	(Invited Speaker)	UNDP

## H. Pengalaman Organisasi

No	Nama Organisasi	Jabatan	Periode
1	Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI)	Bendahara Bendahara	2010-2014 2014-2016

		Sekretaris HPEQ Project untuk Prodi Kesmas Ketua Bidang Penelitian dan Pengabdian Masyarakat	2016-2019
2	Asosiasi Pendidikan Tinggi Kesehatan Masyarakat Indonesia (AIPTKMI)	Sekjen Bendahara Umum Bendahara Umum	2010-2014 2014-2016 2016-2019
3	PERSI (Persatuan RS Seluruh Indonesia)	Koordinator Bidang keselamatan Pasien untuk Kesehatan Masyarakat	2013-2015
4	MPKU PP Muhammadiyah	Koordinator Bidang kesehatan Masyarakat Anggota MPKU PP Muhammadiyah	2010-2016 2016-201
	Majlis Kesehatan PP 'Aisiyah	Anggota	2016-sekarang
	Asosiasi PT Kesehatan Masyarakat Muhammadiyah Indonesia	Ketua	2011-
5	Himpunan PT Kesehatan Swasta Indonesia (HPTKes) wilayah DKI Jakarta	Ketua	2016-sekarang
6	<i>Faith to Action Network (Network of Faith-based organization in Reproductive Health and Family Planning)</i>	<i>Steering Council</i>	2011-sekarang
7	ISQUA	Member	2019-2020
8	Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) UHAMKA	Ketua	2017-2021
9	PP UKAKMI (Panitia Pusat Uji Kompetensi Kesehatan Masyarakat Indonesia)	Bendahara Bendahara	2014-2017 2017-2020
10	LSP (Lembaga Sertifikasi) Ahli Kesehatan Masyarakat	Bendahara Umum	

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan.

Jakarta, Desember 2019



Dr. Emma Rachmawati., Dra.,MKes

# MULYANTI



## Personal Identity

**Name:**  
Mulyanti, SKM

**Place and Date Of birth:**  
Jakarta, 24 August 1994

**Religion:**  
Moslem

**Gender:**  
Female

**Address:**  
Jln. Tomang Tinggi Grogol West Jakarta

**Phone:**  
085366237563

**Email:**  
[mulyanti570@gmail.com](mailto:mulyanti570@gmail.com)

**Website:**  
[mulyantiblog.wordpress.com](http://mulyantiblog.wordpress.com)

## Summary

Professional Public Health, Office Administrator, Commite Quality Staff

## Skill Highlights

- Professional Admin
- Microsoft Office Suite
- Data Analysis
- Team Managemet
- Communication
- Service-focused

## Experience

Institution	Address	Position	Year
BK/BN	Bengkulu	Enumerator	2015 - 2016
CIMB Niaga	Jakarta	Call Center	Maret - December 2017
Padang Seraf Public Health Center	Bengkulu	Health Promotion Staff	December 2017- 2018
Sumber Wana Hospital	Jakarta	Commite Quality Staff	Maret 2019 - Till Now

## Education

Bachelor of: Public Health College of Health Sciences Tri Mandiri Sakti Bengkulu 2016

## Certifications

Workshop Quality and Patient Safety

Workshop Hospital Occupational Health and Safety

Workshop Hospital infection Prevention and Control

Leadership of Public Health in Pandemic Era

Health Promotion, Community Empowerment And Education On Prevention Covid-19

Best Regards

Mulyanti



# Rina Yuliana Subur, SST

0877-8668-2641

rinayulianasubur@gmail.com

## KARIR

2017 - SEKARANG

RSUD Kebayoran Baru

### BIDAN PELAKSANA

- Pelayanan kesehatan ibu dan reproduksi perempuan
- Pelayanan keluarga berencana
- Pelayanan kesehatan bayi dan anak serta pelayanan kesehatan masyarakat

2015 - 2017

Akademi Kebidanan  
Sayid Sabiq

### SEKERTARIS DIREKTUR & DOSEN PENGAJAR

- Mengkoordinir, memantau dan mengendalikan pelaksanaan kegiatan kesekretariatan institusi baik dalam lingkup internal maupun eksternal
- Melaksanakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat
- Merencanakan, melaksanakan proses pembelajaran, serta menilai dan mengevaluasi hasil pembelajaran

2014 - 2015

Sinar Mutiara EPC

### HSE

- Melakukan identifikasi, evaluasi serta pemetaan dari potensi bahaya yang berpeluang terjadi pada lingkungan kerja.
- Membuat dan memelihara dokumen terkait K3.
- Membuat suatu gagasan yang berkaitan dengan program K3

## PENDIDIKAN

2021

2014 - 2015

2011 - 2013

PASCASARJANA IKM - UHAMKA

DIPLOMA 4 KEBIDANAN - STIKIM

DIPLOMA 3 KEBIDANAN - STIKBA

JAKARTA, 06 OKTOBER 2021

RINA YULIANA SUBUR



#### 4. Artikel ilmiah (draft)

<http://riset.unisma.ac.id/index.php/jipemas/author/submission/17540>

### Peningkatan Pengetahuan dan Pembinaan Kesehatan Reproduksi Santriwati Pesantren Al-Husna Kabupaten Bogor

Sri Rahayu<sup>1</sup>, Emma Rachmawati<sup>2</sup>, Mulyanti<sup>3\*</sup>, Rina Yuliana Subur<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta, Indonesia, email: sri\_rahayu@uhamka.ac.id

<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta, Indonesia, email: emma\_rachmawati@uhamka.ac.id

<sup>3</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta, Indonesia, email: mulyanti570@gmail.com

<sup>4</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta, Indonesia, email: rinayulianasubur@gmail.com

\*Koresponden penulis

#### Info Artikel

**Diajukan:** -

**Diterima:** -

**Diterbitkan:** -

**Keywords:**

Counseling; Coaching;  
Women's Reproductive  
Health; Pesantren;

**Kata Kunci:**

Penyuluhan; Pembinaan;  
Kesehatan Reproduksi  
Wanita; Pesantren;



#### Abstract

*Pesantren Al-Husna Bogor regency consisting of young women (santriwati) with limited health service infrastructure, there has never been a visit from local health workers who provide counseling on women's reproductive health, toilet hygiene, food intake, hygiene behavior and the problems of femininity that are often experienced by the santriwati. These factors in the future become an accumulation (time bomb) of disturbances in the reproductive organs, physical and mental in santriwati. The community service activity entitled "Improving knowledge and fostering reproductive health of Santriwati Pesantren Al-Husna Bogor regency". The purpose of counseling and coaching about women's Reproductive Health is to improve the knowledge and skills of early detection of reproductive health disorders and the practice of SADARI (Periksa Payudara Sendiri) as an effort to early detection of breast cancer for santriwati. This community service method is through counseling with lectures, practice of early detection of SADARI and early symptoms of reproductive health problems and distributing Pre and Posttest coefficients as a benchmark for understanding Santriwati. The results showed an increase in knowledge after counseling and coaching women's reproductive health. Santriwati is expected to consistently perform early detection and recognize the early symptoms of reproductive health disorders as well as good Personal Hygiene to improve health.*

#### Abstrak

*Pesantren Al-Husna Kabupaten Bogor yang terdiri dari para remaja putri (santriwati) dengan adanya keterbatasan sarana prasarana pelayanan kesehatan, belum pernah adanya kunjungan tenaga kesehatan setempat yang memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi wanita, kebersihan toilet, intake makanan, perilaku kebersihan dan adanya masalah-masalah kewanitaan yang sering dialami para santriwati. Faktor-faktor tersebut pada masa yang akan datang menjadi akumulasi (bom waktu) adanya gangguan pada organ reproduksi, fisik maupun mental pada santriwati. Kegiatan*



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2022 penulis

*Pengabdian Masyarakat berjudul “Peningkatan Pengetahuan dan Pembinaan Kesehatan Reproduksi Santriwati Pesantren Al-Husna Kabupaten Bogor”. Tujuan Pemberian penyuluhan dan pembinaan tentang Kesehatan Reproduksi Wanita adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan deteksi dini gangguan kesehatan reproduksi dan praktik SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara bagi santriwati. Metode pengabdian masyarakat ini melalui penyuluhan dengan ceramah, praktik deteksi dini SADARI dan Gejala awal Gangguan kesehatan Reproduksi serta membagikan kuesioner Pre dan Post Test sebagai tolak ukur pemahaman Santriwati. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dan pembinaan kesehatan reproduksi wanita. Diharapkan Santriwati secara konsisten melakukan Deteksi Dini SADARI dan mengenali Gejala awal Gangguan Kesehatan Reproduksi serta Personal Hygiene yang baik untuk meningkatkan kesehatan.*

**Cara mensitasi artikel:**

## PENDAHULUAN

Islam memiliki sikap sangat hati-hati terhadap upaya mencapai kesehatan reproduksi adapun konsep kesehatan reproduksi wanita menurut Al-Qur’an terdiri dari enam konsep, yaitu: Menstruasi (Haid), Seks dan Seksualitas, Kehamilan, Persalinan, Menyusui, dan Perawatan Anak yang dijelaskan dalam Surat Al-Baqarah ayat: 222 (Al-Qur’an Terjemahan Kementerian Agama, 2022b). Kehamilan, ayat Al-Qur’an yang menjelaskan diantaranya, Al-Qur’an Surat Al-Mukminun ayat 12-14 (Al-Qur’an Terjemahan Kementerian Agama, 2022d).

Persalinan, Al-Qur’an menjelaskan ayat tentang persalinan terdapat dalam Surat Al-Ahqaf ayat 15 (Al-Qur’an Terjemahan Kementerian Agama, 2022a). Menyusui, juga merupakan salah satu fungsi reproduksi. Ayat yang menjelaskan tentang menyusui antara lain Surat Al-Baqarat ayat 233 (Al-Qur’an Terjemahan Kementerian Agama, 2022c). Dan Merawat anak, sebagaimana Allah SWT berfirman dalam al-Qur’an terkait dengan pemeliharaan anak Surat Lukman ayat 13 (Al-Qur’an Terjemahan Kementerian Agama, 2022e).

Hal ini menandakan bahwa kesehatan reproduksi wanita hal yang diutamakan dan menjadi perhatian dalam Islam karena akan menghasilkan generasi yang kuat. Generasi yang kuat adalah yang disukai Allah swt sebagaimana dalam sebuah hadist “Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada Mukmin yang lemah; dan pada keduanya ada kebaikan,” (HR. Muslim) (HR. Muslim no. 2664, 2022). Artinya kecintaan Allah kepada makhluknya berbeda-beda, seperti kecintaannya kepada mukmin yang kuat lebih besar daripada kecintaannya kepada mukmin yang lemah. Karena orang yang kuat akan mampu berbuat lebih baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain.

“Fungsi memahami Kesehatan Reproduksi diantaranya adalah mengenal tubuhnya dan organorgan reproduksinya; memahami fungsi dan perkembangan organ reproduksi secara benar. Memahami perubahan fisik dan psikisnya; melindungi diri dari berbagai risiko yang mengancam kesehatan dan keselamatannya; mempersiapkan masa depan yang sehat

dan cerah; mengembangkan sikap dan perilaku bertanggungjawab mengenai proses reproduksi” (Hasanah, 2016). Perilaku bertanggungjawab, contohnya; perilaku hidup bersih dan sehat (personal hygiene), intake makanan dengan menu sehat dan seimbang yang mendukung kesehatan reproduksi, kebersihan tempat tinggal, toilet dan penggunaan tempat pelayanan kesehatan. Salah satu tujuan pendidikan di Pondok Pesantren adalah menghasilkan para santri/wati yang berilmu dan berakhlak yang bisa bermanfaat dan produktif bagi agama, bangsa, masyarakat dan Negara sehingga masalah kesehatan pun merupakan bagian yang sebaiknya diperhatikan dan diutamakan kualitasnya.

Pondok Pesantren Al-Husna Jonggol Kabupaten Bogor Jawa Barat merupakan pesantren yang dikelola secara mandiri selain mengharapkan donasi bantuan dari para donatur dan juga pembayaran dari para santri dan santriwati dengan biaya yang sangat terbatas. Permasalahan antara lain; keterbatasan pelayanan kesehatan yang saat ini belum ada klinik atau Pos Kesehatan Pesantren yang idealnya dan berbasis pada aturan Kementerian Agama dalam bidang Pendidikan. Pos Kesehatan Pesantren ini pun yang melayani kesehatan para santri/wati dan kunjungan tenaga kesehatan setempat (puskesmas/Dinas Kesehatan) hampir belum pernah memberikan kegiatan promotif dan preventif sehingga berdampak pada gangguan kesehatan berkelanjutan yang dialami beberapa santri/wati khususnya masalah Kesehatan Reproduksi Wanita pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Husna Kabupaten Bogor.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat dilakukan dengan Metode Penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi wanita. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Juli 2022. Sasaran kegiatan adalah Santriwati Pesantren Al-Husna Kabupaten Bogor berjumlah 50 orang. Sebelum sosialisasi dimulai peserta melakukan registrasi terlebih dahulu. Kemudian acara di mulai dengan pembukaan dan sambutan dari Tim Pengabdian Masyarakat dilanjutkan dari Penyampaian sambutan oleh Pihak Pengelola Pesantren. Kegiatan dilanjutkan dengan menyebarkan *Kuesioner Pretest* yang berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai anatomi fisiologi organ reproduksi wanita, personal hygiene, tanda dan gejala kesehatan reproduksi, Perilaku Cuci tangan dengan Sabun dan makanan sehat untuk kesehatan reproduksi. Pertanyaan dikemas dengan jawaban pilihan ganda. Kegiatan selanjutnya adalah pemberian edukasi metode ini dilakukan dengan penyuluhan metode ceramah dengan dibantu media proyektor dengan menampilkan materi berupa Power poin mengenai anatomi fisiologi organ reproduksi wanita, *personal hygiene*, tanda dan gejala kesehatan reproduksi, Perilaku Cuci tangan dengan Sabun, teknik SADARI dan makanan sehat untuk kesehatan reproduksi. Selanjutnya peserta diminta untuk mengisi kuesioner *Posttest*. Kuesioner ini dilakukan dengan tujuan untuk menilai dan mengetahui perbandingan pengetahuan peserta pra penyuluhan dan pasca penyuluhan. Skor akan dibandingkan dari kuesioner pretes dan posttes untuk melihat apakah ada pengetahuan yang diperoleh di antara para peserta. Diakhir kegiatan dilakukan pemantauan dengan menggunakan lembar checklis berisi Teknik SADARI dan Deteksi Gangguan awal kesehatan Reproduksi peserta diminta untuk mengisi lembar *checklist* dan setelah lembar checklist diisi akan dilakukan konseling terhadap peserta yang memiliki gejala atau gangguan kesehatan reproduksi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

## 1. Gambaran Pelaksanaan Pengabdian

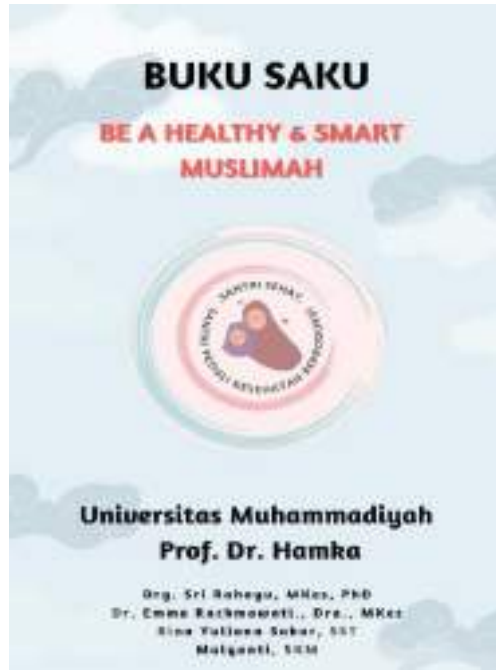
Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan dengan tiga tahapan yaitu Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara penyuluhan. Kegiatan disusun oleh tim pengabdian masyarakat

- a. Tahap pertama pemberian edukasi berupa Penyuluhan Kesehatan dan pembinaan kepada para santri, para guru, dan pengelola pesantren dengan metode tatap muka dengan sebelumnya dilakukan Pre Test tentang “Anatomi Fisiologis Reproduksi Wanita”, “*Personal Hygiene*”, “Kesehatan Reproduksi Wanita Masalah dan Solusinya” dan “makanan sehat bagi Kesehatan Reproduksi”. Post Test akan dilakukan setelah pemberian edukasi sebagai evaluasi pemahaman materi penyuluhan Kesehatan.



**Gambar 1.** Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Wanita

- b. Tahap kedua Memberikan penjelasan dan pemahaman serta pembinaan tentang x Deteksi Dini Kesehatan Reproduksi Wanita dengan metode tatap muka. Metode yang dilakukan dengan Selain mempratikkan SADARI (Periksa Payudara Sendiri) dan deteksi dini gangguan atau gejala awal masalah kesehatan reproduksi pada remaja. Peserta juga diminta untuk mempraktikkan *personal hygiene* remaja seperti cuci tangan pake sabun (CTPS) melalui enam langkah cuci tangan, yang merupakan sebagai bagian dari Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS).
- c. Tahap ketiga atau terakhir adalah melakukan evaluasi pelaksanaan dengan Posttest tentang “Anatomi Fisiologis Reproduksi Wanita”, “*Personal Hygiene*”, “Kesehatan Reproduksi Wanita Masalah dan Solusinya” dan “makanan sehat bagi Kesehatan Reproduksi”. Setelah Posttest setiap peserta melakukan praktik cuci tangan dan pemantauan praktek SADARI dan Deteksi Dini Kesehatan Reproduksi Wanita di Pondok Pesantren dengan lembar checklist.



**Gambar 2.** Buku saku Kesehatan Reproduksi

## 2. Karakteristik Peserta

Peserta kegiatan penyuluhan dan pembinaan kesehatan reproduksi wanita adalah Santriwati Pesantren Al- Husna, Kabupaten Bogor yang sebagian besar berusia 12 sampai 17 tahun. Peserta memiliki latar belakang pendidikan yang beragam, mulai dari jenjang Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan hingga sebagian besar berpendidikan jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) (Tabel 1).

**Tabel 1.** Persentase Status Usia dan Pendidikan

Karakteristik	Jumlah	%
<b>Usia (Tahun)</b>		
12-15	15	30
16 – 18	32	64
>18	3	6
Total	50	100
<b>Pendidikan</b>		
SD	2	4
SMP	28	56
SMA	20	40

### 3. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Peserta dalam Pemahaman Kesehatan Reproduksi Wanita.

Upaya peningkatan pengetahuan dilaksanakan menggunakan metode penyuluhan dengan memanfaatkan media visual dan media cetak. Media visual berupa persentasi *slide power point* dan video bergambar. Sedangkan media cetak berupa buku saku kesehatan reproduksi wanita terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang Kesehatan Reproduksi anatomi fisiologi organ reproduksi, *personal hygiene*, tanda dan gejala gangguan reproduksi wanita, makanan sehat bergizi untuk kesehatan reproduksi dan langkah dalam mencuci tangan yang baik dan benar. Hal ini dapat dilihat dari persentase skor nilai jawaban benar dari peserta mengenai beberapa pertanyaan-pertanyaan yang telah diberikan saat posttest menunjukkan peningkatan pengetahuan yang cukup baik dibandingkan jawaban saat pretest yang dilakukan sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan reproduksi.

**Tabel 2.** Persentase skor nilai jawaban benar mengenai Kesehatan Reproduksi Wanita pada Pretesr dan Posttest

Skor nilai (100)	Hasil Belajar (%)	
	Pretest	Posttest
10	8	0
20	18	0
30	12	0
40	28	0
50	26	0
60	8	0
70		14
80		36
90		28
100		22
<b>Total</b>	100	100

Berdasarkan hasil pretest dan posttest diatas adanya peningkatan pengetahuan dari hasil skor nilai. Pada pretest masih terdapat nilai 60 sedangkan pada posttest sudah mencapai 70 bahkan terdapat nilai 100. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang cukup baik dari pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi. Adanya Peningkatan pengetahuan peserta dikarenakan peserta telah mendapat penyuluhan dan praktik SADARI dan Cuci tangan sehingga dengan mudah memahami materi yang telah diberikan.

Selain itu Tim pengabdian masyarakat juga mempraktikkan cara cuci tangan yang baik dan benar sesuai dengan standar WHO (World Health Organization) yaitu dengan enam langkah cuci tangan. Peserta sangat antusias mengikuti praktik cuci tangan agar dapat mencegah pertumbuhan mikroorganisme virus dan bakteri yang menempel ditangan. Setelah praktik cuci tangan peserta juga bagaimana teknik sadari dan mengenali gejala dan gangguan reproduksi remaja wanita agar peserta dapat melakukan secara berkala. Dari hasil pemantauan pada lembar *Cheklis* terlihat peserta sudah ada yang melaksanakan teknik SADARI dan deteksi dini Gangguan Kesehatan Reproduksi Wanita dengan tepat (Tabel 3).

**Tabel 3.** Gambaran Pemantauan Teknik SADARI dan Deteksi Dini Gangguan Kesehatan Reproduksi Wanita

Hasil	Checklist (%)	
	Teknik SADARI	Gangguan Kesehatan Reproduksi Wanita
Kepatuhan dan Ketepatan	64	80
Tidak Patuh dan Tidak Tepat	36	20
<b>Total</b>	100	100

Berdasarkan Tabel pemantauan kesehatan Reproduksi wanita sudah menunjukkan hasil yang baik (64%) dalam hal kepatuhan dan ketepatan pelaksanaan teknik SADARI. Dari pemantauan Deteksi Dini kesehatan reproduksi secara mandiri melalu lembar *checklist* ditemukan beberapa peserta mengalami gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, vagina gatal, nyeri sedang cenderung berat saat menstruasi dan sakit nyeri pada vagina saat buang air kecil (Tabel 4)

**Tabel 4.** Gejala Awal Gangguan Kesehatan Reproduksi

Jenis gejala awal Gangguan kesehatan Reproduksi	Gejala gejala awal Gangguan kesehatan Reproduksi (%)	
	Ada	Tidak Ada
Menstruasi melewati siklus Normal	12	82
Demam, muntah, syok bersamaan	2	98
Nyeri sendi, otot sakit kepala	0	100
Gatal Pada Vagina	20	80
Sakit saat buang air kecil	4	96
Nyeri Tulang pinggul saat menstruasi	8	92
Tidak mengalami Gangguan	46	44

Dari table 4 diatas diketahui gangguan yang paling banyak dialami peserta adalah gatal pada vagina (20%) dan tidak mengalami gangguan apapun (46%). Setelah diketahui adanya gangguan kesehatan reproduksi pada beberapa remaja dilakukan konseling untuk mengetahui sejauh mana gangguan kesehatan tersebut. Konseling dilakukan secara mandiri dengan memanggil satu persatu peserta yang ingin melakukan konsultasi. Kegiatan konsul berlangsung baik dengan antusias setiap peserta yang melakukan konsultasi menceritakan permasalahan yang dialami secara mendetail.

Hasil akhir dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan dan pembinaan menunjukkan bahwa peserta yang memberikan penilaian positif. Hal ini ditunjukkan dengan besarnya peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan oleh *presentator* mudah dipahami karena media yang digunakan menarik. hanya aspek waktu kegiatan yang melebihi waktu yang ditentukan karena antusias peserta dan banyaknya praktik dalam penyampaian materi. Hal ini dapat dipahami karena pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pembinaan ini dilakukan sudah menjelang siang hari, dimana sebagian besar peserta yang seharusnya sudah melaksanakan ishoma namun terjeda karena harus melanjutkan penyampaian materi.

Kendati demikian Kegiatan ini kembali memperoleh respon yang positif, karena adanya beberapa stimulan yang disediakan oleh pihak pesantren untuk peserta penyuluhan dan pengabdian Stimulan tersebut berupa pemberian *snack box*, dan juga *souvenir dari* Tim Pengabdian Masyarakat bagi seluruh peserta yang mengikuti kegiatan tersebut. Stimulan tersebut mampu menarik keterikatan para peserta pada kegiatan penyuluhan dan pembinaan ini.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan pembinaan kesehatan reproduksi yang diadakan di Pesantren Al-Husna, Kabupaten Bogor mendapat respon yang sangat baik dari peserta kegiatan maupun pengelola pesantren. Kegiatan ini mampu menarik minat santriwati untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya Kesehatan reproduksi wanita. Hal ini dapat dilihat dari persentase hasil skor nilai *pretest* dan *posttest* yang telah diberikan oleh tim sebelum penyuluhan dilaksanakan dan setelah penyuluhan dilaksanakan menunjukkan peningkatan yang sangat baik. Selain itu, seluruh peserta kegiatan juga aktif berinteraksi dengan presentator dari awal hingga akhir kegiatan. Peserta juga lebih terbuka untuk berkonsultasi mengenai gejala atau tanda gangguan kesehatan reproduksi.

Dari kegiatan yang telah dilakukan oleh tim, kami memberikan saran agar kegiatan seperti ini dapat terus dilaksanakan dengan menggunakan media yang lebih inovatif sehingga mampu meningkatkan minat masyarakat dalam mendukung program pentingnya Kesehatan Reproduksi Remaja. Kegiatan ini juga dapat dijadikan program berjangka oleh pihak Puskesmas setempat dengan sasaran tidak hanya untuk Remaja perempuan namun juga untuk remaja laki-laki agar kesehatan reproduksi remaja selalu terjaga untuk generasi yang sehat dan cerdas serta berakhlak mulia.



## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka atas dukungan materi dan fasilitas, dan Pimpinan, Ustad, Ustadzah serta Santriwati Pondok Pesantren Al Husna Jonggol Kabupaten Bogor

## DAFTAR RUJUKAN

Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022a). Qur'an Surat Al-Ahqaf ayat 15. <https://quran.kemenag.go.id/sura/46/15>

Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022b). Qur'an Surat Al-Baqoroh ayat 222. <https://quran.kemenag.go.id/sura/2>

Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022c). Qur'an Surat Al-Baqoroh ayat 233. <https://quran.kemenag.go.id/sura/2/233>

Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022d). Qur'an Surat Al-Mukminun ayat 12- 14. <https://quran.kemenag.go.id/sura/23>

Al-Qur'an Terjemahan Kementerian Agama. (2022e). Qur'an Surat Lukman ayat 13. <https://quran.kemenag.go.id/sura/31/13>

Hasanah, H. (2016). PEMAHAMAN KESEHATAN REPRODUKSI BAGI PEREMPUAN: Sebuah Strategi Mencegah Berbagai Resiko Masalah Reproduksi Remaja. SAWWA, 11(April), 229–252. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/sawwa/article/view/1456/1080>

HR. Muslim no. 2664. (2022). Hadits 8 Mukmin yang Kuat Lebih Dicintai Allah. <https://bekalislam.firanda.com/6549-mukmin-yang-kuat-lebih-dicintai-allah-hadis-8.html>

## 5. Draft publikasi di media cetak/daring

### Berita Media Massa Online Kegiatan Pengabdian

<https://www.radarbogor.id/2022/07/21/santriwati-di-jonggol-dapat-penyuluhan-kesehatan-alat-reproduksi/>



## Santriwati Diberi Penyuluhan Kesehatan

**JONGGOL**—Para santriwati di Pondok Pesantren Tahfizh Al Qur'an Al Husna, Kecamatan Jonggol, Kabupaten Bogor, mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang alat reproduksi.

Ketua Tim Pengabdian Masyarakat, drg. Sri Rahayu, M.Kes., mengatakan penyuluhan kesehatan alat reproduksi ini merupakan bagian dari kolaborasi antara Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka dengan pesantren Tahfizh Al Qur'an Al Husna.

Menurutnya, kesehatan reproduksi sangat penting. Kesehatan reproduksi harus selalu dijaga dan dirawat agar tidak terjangkau penyakit.

"Ini merupakan bagian dari kepedulian perguruan tinggi terhadap kesehatan para santriwati pesantren dengan menggelar kegiatan kemitraan dan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan



pembinaan Deteksi Kesehatan Reproduksi Wanita," katanya kepada *Radar Bogor*, Kamis (21/7).

Menurutnya, sejak dini, seorang wanita hendaknya mempersiapkan diri menjaga kesehatan jiwa dan fisiknya. Demikian pula pada fungsi reproduksi wanita agar kelak dapat menghasilkan dan mewujudkan generasi yang sehat jiwa, mental,

dan kehidupan sosial.

"Dalam penyuluhan tersebut, para santri diberi pemahaman melalui peragaan personal hygiene dan peragaan teknik Sadari," paparnya.

Ia memaparkan metode Sadari terdiri atas tujuh tahap, salah satunya penilaian checklist adanya gangguan atau gejala kesehatan reproduksi. (all/c)

**SINERGI:**  
Perwakilan  
Ponpes Tahfizh  
Al Qur'an  
Al Husna,  
Kecamatan  
Jonggol,  
menerima  
cendera mata  
dari Kampus  
Uhamka.

[https://bogor.inews.id/read/126718/universitas-muhammadiyah-prof-hamka-bekali-santriwati-pesantren-al-husna-jonggol-teknik-sadari?utm\\_medium=sosmed&utm\\_source=whatsapp](https://bogor.inews.id/read/126718/universitas-muhammadiyah-prof-hamka-bekali-santriwati-pesantren-al-husna-jonggol-teknik-sadari?utm_medium=sosmed&utm_source=whatsapp)



<https://cakrawala.co/universitas-muhammadiyah-prof-dr-hamka-kolaborasi-dengan-pesantren-tahfidz-al-husna/>



**Kegiatan Dalam Bentuk Video**

<https://www.youtube.com/watch?v=Em36fkJFBnE>



Peyuluhan & Pembinaan Deteksi Dini  
Kesehatan Reproduksi Wanita "Be Healty &...  
Kolaborasi Universitas Muhammadiyah Prof Dr  
youtube.com

<https://youtu.be/Em36fkJFBnE>

9:08 pm

## 6. Daftar Hadir Peserta Edukasi dan Pembinaan

DAFTAR HADIR PENGABDIAN MASYARAT			
HARI/TANGGAL : Sabtu, 16 Juli 2022			
TEMPAT : Pekanbaru, TAMPIL AL - Gur'an AL - Husna			
TEMA : Deteksi Dini Kesehatan Reproduksi Wanita			
NO	NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN
1	FATIMAH AZZAHRA	2 SMA	
2	Genda Carisa Putri	2 SMP	
3	Muthia Husna	3 SMP	
4	Tsabitah Fakhra Iyukiro	3 SMP	
5	Humaira Shiqwah K.	3 SMA	
6	Naglati Acid R.	3 SMA	
7	Ishtiah Marimah	1 SMA	
8	RIFAH ELIBARA S.K.	1 SMA	
9	A. Nurizul Izzah	2 SMA	
10	HABIB R.	2 SMP	
11	LAILA - H	3 SMA	
12	Aisyah putri kamila	2 SMA	
13	Aida Maria Anand	1 SMA	
14	Siva aulia	3 SMA	
15	Harqunimut Asipah	2 SMA	
16	Meliana Savitri	3 SMA	
17	Hanifa nur adilla	3 SMA	
18	Egpi nurlyga pebrina	1 SMA	
19	Zahra Anisah	2 SMA	



DAFTAR HADIR PENGABDIAN MASYARAT

HARI/TANGGAL : Sabtu, 16 Juli 2022  
 TEMPAT : Pesantren Tahfith Al Quran AL-Husna  
 TEMA : Deteksi Dini Kesehatan Reproduksi Wanita

NO	NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN
1	Khaira Afti Humaira	3 SMA	
2	Azalia Syaita S.	3 SMA	
3	Karyisah Mupfistah - H	2 SMP	
4	Zaifa Huwaida Sauma	1 SMP	
5	Nagya dzahri nabighah	1 SMP	
6	Hanifa Rosyida	1 SMP	
7	FARIDAH Fitriana Syahidah	1 SMP	
8	Sheryl Rachyan	1 SMP	
9	Hanum Nuragga Mestika	1 SMA	
10	Galuh Setor Khamidi	3 SMP	
11	Nurritama Mochamad	3 SMP	
12			

7. HKI, publikasi, leaflet, dan produk lainnya.

REPUBLIC INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

## SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00602242644, 6 Juli 2022

**Pencipta**  
Nama : **Sri Rahayu, Emma Rachmawati dkk**  
Alamat : Jl Perita Pendidikan SMP 209 No 60 Rt 02 Rw 09 Condok  
Kp.Tengah Kramat Jati, Jakarta Timur, DKI JAKARTA, 13540  
Kewarganegaraan : Indonesia

**Pemegang Hak Cipta**  
Nama : **Sri Rahayu, Emma Rachmawati dkk**  
Alamat : Jl Perita Pendidikan SMP 209 No 60 Rt 02 Rw 09 Condok  
Kp.Tengah Kramat Jati, Jakarta Timur, DKI JAKARTA, 13540  
Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Buku Saku**  
Judul Ciptaan : **Be A Healthy & Smart Muslimah**  
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 6 Juli 2022, di Jakarta

Jangka waktu perlindungan : Beraku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000358348

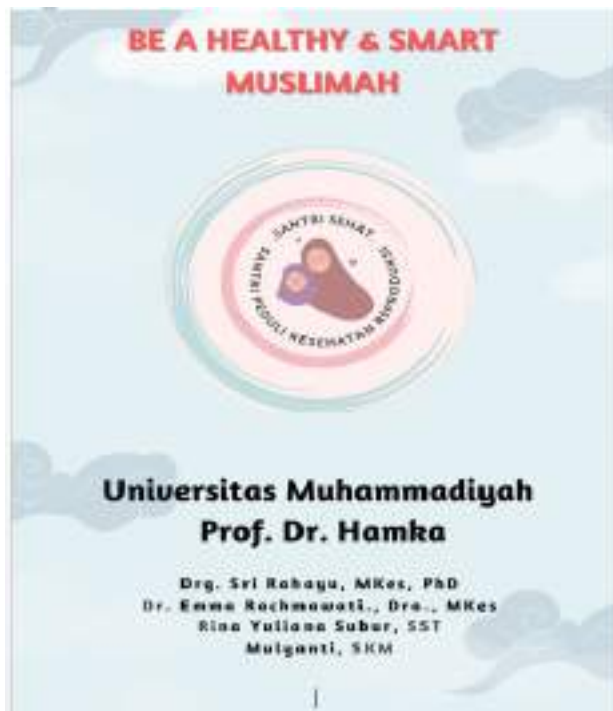
adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.  
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



dan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia,  
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual  
d.b.  
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Anggoro Desanento  
NIP.196412081991031002

**Disclaimer:**  
Dapat hal tersebut merupakan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan. Mohon verifikasi untuk mencapai surat pernyataan pendaftaran.



Puji syukur kita atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya buku saku *Be a Healthy & Smart Muslimah Kesehatan Reproduksi Wanita Masalah dan Solusinya* dapat kami selesaikan untuk dapat digunakan lingkungan Pondok Pesantren.

Buku saku ini kami susun dengan maksud dapat dijadikan panduan Para Santriwati untuk mengenal kesehatan reproduksi dan sebagai upaya deteksi dini penyakit kesehatan reproduksi remaja wanita. Isi Buku memuat Anatomi Fisiologi dan Kesehatan Reproduksi, Personal Hygiene, makanan sehat bagi kesehatan reproduksi dan pengenalan tanda-tanda Kelainan Reproduksi Wanita.

Dengan menggunakan buku ini semoga kita dapat menjamin terwujudnya santriwati muslimah yang sehat dan cerdas di Pondok Pesantren. Sebagaimana sesuai dengan firman Allah SWT dalam surat Al-Baqarah 222 yang mengandung artinya: Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haid. Katakanlah, "Itu adalah sesuatu yang kotor. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang taat dan menyukai orang yang menyucikan diri.

Kelima mengenai Kesehatan Reproduksi Wanita akan selalu berkembang sesuai dinamika masyarakat dan perkembangan teknologi oleh karena itu kami terbuka atas saran yang membangun demi penyempurnaan Buku saku ini. Akhir kata kami memohon taufiq dan hidayah-Nya kepada Allah SWT, semoga usaha kami ini senantiasa dilen keridhaan-Nya. Amin.

Jakarta, 19 Juni 2022  
19 Juni 2022

Penyusun

Activate  
Go to Start

DAFTAR ISI	
Kata pengantar .....	i
Daftar Isi .....	ii
Daftar Tabel .....	iii
Daftar Gambar .....	iv
Daftar Singkatan .....	v
Daftar Jajhah .....	vi
Kesehatan Reproduksi di Pesantren .....	1
Kesehatan Reproduksi dalam Islam .....	2
Kesehatan Reproduksi .....	3
BAB I Anatomi Fisiologi Keapra Wanita .....	4
A. Organ Reproduksi Wanita .....	5
B. Perkembangan Organ Reproduksi Remaja .....	7
BAB II Personal Hygiene .....	9
A. Personal Hygiene Busana .....	10
B. Praktik Personal Hygiene .....	11
BAB III Tanda & Gejala Gangguan Reproduksi .....	19
BAB IV Makanan Sehat untuk Keapra .....	22
BAB V Teknik SADARI .....	25
A. Faktor Risiko Kanker Payudara .....	25
B. Bahaya Diri Kanker Payudara dengan SADARI .....	26
Ceklist Praktik SADARI .....	27
Ceklist Tanda & Gejala Gangguan Keapra .....	28
Daftar Pustaka .....	

DAFTAR TABEL	
Tabel 1. Tingkat Kematangan Seksual (TKS) Perempuan .....	7
Tabel 2. Formi Nicker remaja berdasarkan PUGS .....	25



#### DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Organ Reproduksi Wanita.....	4
Gambar 2. Organ Reproduksi Bagian Luar Wanita.....	5
Gambar 3. Organ Reproduksi Bagian dalam Wanita.....	6
Gambar 4. Mencegah Terjatuh pada usia Pubertas.....	8
Gambar 5. Menjaga kebersihan diri dengan mandi.....	9
Gambar 6. Perawatan Kulit.....	10
Gambar 7. Perawatan Rambut.....	10
Gambar 8. Perawatan Mulut & Gigi.....	11
Gambar 9. Perawatan Telinga.....	11
Gambar 10. Cuci Tangan.....	12
Gambar 11. Etnis Langkah Cuci Tangan.....	13
Gambar 12. Cara membersihkan Area Keintiman.....	15
Gambar 13. Sabun Pembersih Keintiman.....	16
Gambar 14. Cara menggunakan Pembalut.....	17
Gambar 15. ADO Intifid.....	18
Gambar 16. Volume darah saat menstruasi.....	21
Gambar 17. Balok pengasah esbat.....	22
Gambar 18. Riene Bial Seimbang.....	24
Gambar 19. Teknik Gasteri.....	25

iii

#### DAFTAR SINGKATAN

- ◆ PUSC - Pedoman Umum Bial Seimbang
- ◆ TRS - Tingkat Kesehatan Seksual
- ◆ SABARI - Perilaku Poyudara Sendiri

iv

#### DAFTAR ISTILAH

Himen	Selaput dara
Kista Ovarian	Kista indang telur, adalah kelenjar kecil, cara yang terburuk di dalam ovarium.
Labia Mayora	Bibir besar kemekur
Labia Minora	Bibir kecil kemekur
Menorrhagia	Selanjutnya darah menstruasi secara berlebihan.
Menopause	Puba
Ovarian	Indung Telur
Oligomenorea	Menstruasi selaku melewati siklus normal
Personal Hygiene	Kebersihan Diri
Pubertas	Masa awal balig atau proses perubahan fisik saat tubuh anak berubah menjadi tubuh dewasa
Toxic Shock Syndrome	Demamit disebabkan oleh pelepasan racun di dalam vagina
Tuba Pallepi	Sekam telur
Uterus	Rahim
Vaginifis	Infeksi pada Vagina

v

#### KESEHATAN REPRODUKSI DI PESANTREN

Salah satu tujuan pendidikan kesehatan Reproduksi di Pondok Pesantren adalah agar dapat menghasilkan santriwati yang berilmu dan berakhlak mulia yang bisa bermanfaat dan produktif bagi agama, bangsa, masyarakat dan Negara sehingga Masalah kesehatan Reproduksi merupakan bagian yang penting diperhatikan.



vi

## KEBEHATAN REPRODUKSI DALAM ISLAM

Dalam Islam, pembelajaran aseton kesehatan, kebiasaan, keausan, kesenangan, serta keberlangsungan reproduksi manusia sudah termuat dalam ayat Aluran Al-Baqarah ayat 222-223 sebagai berikut:

"Dan mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang haid, katakanlah bahwa haid itu salah satu tanda-tanda bahwa kamu (jangan) melakukan hubungan intim dengan istri yang sedang haid dan janganlah mengadakan hubungan hingga mereka suci. Lalu apabila mereka sudah bersuci (mandi besar), datangilah mereka dari jalan yang Allah perintahkan." (QS. Al-Baqarah, 2: 222).



2

## KEBEHATAN REPRODUKSI

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya. Hal ini terkait pada suatu keadaan yaitu manusia dapat menikmati kehidupan seksualnya serta mampu menjalankan fungsi dan proses reproduksinya secara sehat dan aman (Lindung-undang No. 36, 2009)



Menjaga kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting bagi remaja. Masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik terutama dalam menjaga kebersihan yang menjadi aset sangat penting dalam jangka panjang khususnya remaja putri.

3

## BAB 2 ANATOMI DAN FISILOGI

Sistem reproduksi wanita terdiri dari bagian dalam dan bagian dalam alat kelamin. Alat kelamin bagian dalam terdiri dari ovarium, saluran rahim (fallop), uterus (termasuk leher rahim) dan vagina. Alat kelamin bagian luar terdiri dari vulva, yang terdiri dari labia majora, labia minora, klitoris, bola vestibular, mons veneris (pubis), saluran kelenjar uretra dan peri-uretra. Vulva berfungsi sebagai pintu masuk ke vagina dan dalam keadaan normal menutupi dan melindungi uretra lubang. Payudara bisa dikatakan termasuk sistem reproduksi.

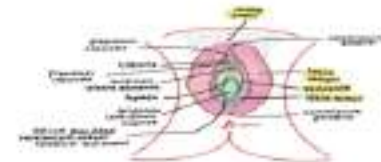


Sambar 1. Organ Reproduksi Wanita

4

## 4. Organ Reproduksi Wanita

Organ Reproduksi Wanita bagian luar terdiri dari



Sambar 2. Organ Reproduksi bagian Luar Wanita

1. Mons Pubis: daerah yang menggantung di atas tulang kemaluan dan akan ditumbuhi rambut kemaluan.
2. Labia Majora/Bibir besar kemaluan: terdapat di kanan dan kiri, berbentuk panjang.
3. Labia Minora/Bibir kecil kemaluan: bagian dalam dari bibir besar.
4. Klitoris: identik dengan penis pada pria, sangat sensitif karena banyak mengandung jaringan saraf.
5. Vulva: daerah yang dibatasi klitoris, bibir kecil kemaluan, dan perineum.
6. Selaput dara/Hymen: selaput yang menutupi introitus vagina, dapat berbentuk semilunar, lipatan atau fimbria.
7. Lubang kencing: tempat keluarnya air kencing, terletak di bawah klitoris.

5

Organ Reproduksi bagian dalam Terdiri dari:

1. Vagina

Vagina berfungsi untuk mengalirkan darah haid dan saat dari rahim, alat bersenggama, dan jalan lahir.

2. Uterus/ Rahim

Terletak antara kandung kemih dan dubur. Bagian rahim terdiri dari fundus (bagian atas), korpus atau badan rahim dan leher rahim.

3. Tuba Fallopi/ Saluran telur

Fungsi saluran telur adalah untuk menangkap dan membawa telur yang dilepaskan indung telur, dan tempat terjadi pembuahan.

4. Ovarium/ Indung Telur

Terdiri dari kiri dan kanan. Bagian-bagian indung telur adalah bagian kulit sebagai tempat folikel dan bagian inti sebagai tempat pembuluh darah dan serabut saraf.



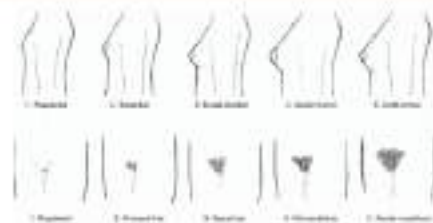
Gambar 3. Organ Reproduksi bagian dalam Wanita

B. Pertumbuhan Organ Reproduksi Pada Masa Remaja

Klasifikasi tingkat kematangan seksual (TKS) remaja dalam 5 stadium (Soetjiningsih, 2010)

Tabel 1. Tingkat Kematangan Seksual (TKS) Perempuan

Stadium TKS	Rambut Pubis	Peyudara
1	Prä Pubertas	Prä Pubertas
2	Jarang, pigmen sedikit, lurus, sekitar labia	Peyudara dan papila menonjol. Diameter areola bertambah
3	Lebih hitam, mulai ikal, jumlah bertambah	Peyudara dan areola membesar, batas tidak jelas
4	Keriting, kasar, lebat, lebih sedikit dari dewasa	Areola dan papila membentuk bukit kecil
5	Bentuk segitiga, menyebar ke bagian medial paha	Bentuk dewasa, papila menonjol, areola merupakan bagian dari bentuk payudara



Gambar 4. Perubahan pertumbuhan Payudara dan Rambut Pubis

Saat memasuki usia pubertas, otak perempuan akan memproduksi hormon estrogen dan progesteron sehingga munculnya beberapa ciri, antara lain:

- Rongga hidung membesar
- Perubahan pada suara
- Pertumbuhan rambut pada ketiak
- Pertumbuhan rambut sekitar organ kelamin
- Menikmati menstruasi
- Mengalami pembesaran payudara
- Terkadang diikuti dengan masuknya jerawat



Gambar 4. Munculnya Jerawat pada usia Pubertas

BAB II  
PERSONAL HYGIENE

Personal Hygiene atau disebut Kebersihan diri adalah tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk menjaga kesehatan fisik dan psikis (Hassan, 2012).



Gambar 3. Menjaga Kebersihan diri dengan Mandi

Rasulullah SAW sangat menganjurkan kepada umatnya untuk senantiasa menjaga kebersihan, karena menjaga kebersihan, tubuh kita akan sehat dan kuat.

Sebagaimana disebutkan dalam hadits :

"Janah salah satu mataku, bangsa tidak malu beribadah dia memuli jangannya" (HR. Muslim)

"Gugurlah, bersihkan dirimu dari apa-apa, makanan, karena perbuatan seperti itu merupakan kebersihan dan kesehatan. Berada dengan kemana, dan kemana menjeritkannya di dalam surga." (HR. Imam Thabrani)



#### A. Personal Hygiene Muslimah

##### 1. Perawatan Kulit

Kulit merupakan organ terluar yang berfungsi untuk melindungi tubuh dari kuman atau trauma, sekresi, ekskresi, dan pengatur suhu tubuh.

Tujuan perawatan kulit untuk menghindari bau badan, menciptakan perasaan nyaman, dan terlindung dari berbagai penyakit.



Gambar 6. Perawatan Kulit

##### 2. Mandi

Mandi merupakan bagian yang penting dalam menjaga kebersihan diri, mandi dapat menghilangkan kuman, kotoran yang menempel, melancarkan peredaran darah, dan memberi kesegaran dalam tubuh.



Gambar 7. Perawatan Mandi

##### 3. Perawatan Mulut & Gigi

Perawatan Gigi dan Mulut dilakukan adalah menggosok gigi minimal dua kali sehari, sangat dianjurkan untuk berkumur atau menggosok gigi setelah makan dan memakai sikat gigi sendiri.



Gambar 7. Perawatan Gigi

##### 4. Kebersihan Tangan Kaki dan Kuku

Tangan, kaki, dan kuku yang bersih menghindari kita dari berbagai macam penyakit, tangan dan kuku yang kotor dapat menyebabkan bahaya kontaminasi pada makanan dan penyakit. Untuk menghindari bahaya, disarankan untuk membersihkan tangan sebelum makan dan memotong kuku secara teratur.



Gambar 9. Perawatan Kuku

##### 5. Cuci Tangan

Mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar pada lima waktu penting, yaitu sebelum dan sesudah makan, sebelum dan setelah memegang benda, setelah buang air, agar terhindar dari berbagai penyakit.



Gambar 9. Mencuci Tangan

##### 6. Kebersihan Pakaian

Pakaian banyak menyerap keringat dan debu kotoran, dalam sehari saja, pakaian dapat menyebabkan bau yang mengganggu, untuk itu perlu mengganti pakaian bersih setiap hari agar kebersihan tubuh juga terjaga.



Gambar 10. Mencuci Pakaian

#### B. Praktik Personal Hygiene

Praktik personal hygiene yang bisa dilakukan untuk menjaga kebersihan organ reproduktif

##### 1. Mencuci tangan sebelum dan sesudah memantek vagina.

6 (enam) Langkah Cuci Tangan sebagai berikut:

#### Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar

Rekomendasi waktu mencuci tangan adalah sekitar 40 hingga 60 detik



Gambar 11. Enam Langkah Cuci Tangan

2. Mengganti pakaian dalam 2 kali sehari.

Untuk mengurangi risiko infeksi jamur disarankan untuk mengganti pakaian dalam minimal satu kali. Namun, jika Anda memiliki aktivitas padat dan mengeluarkan keringat, mengganti pakaian dalam sebaiknya dilakukan dua kali sehari.



3. Mengeringkan area kewanitaan sebelum menggunakan selendang dengan Tissue Kering.



14

4. Membasuh area kewanitaan dari arah depan ke belakang. Jika membersihkan vagina dari arah belakang ke depan berpotensi memindahkan bakteri yang terdapat di bagian anus ke dalam vagina.

### CEGAH INFEKSI SALURAN REPRODUKSI



**BENAR**  
**Cebok dari arah depan ke belakang**



**SALAH**  
**Meningkatkan resiko bakteri dari anus masuk ke saluran reproduksi**

Gambar 12. Cara membersihkan area kewanitaan.

15

5. Pilih celana dalam berbahan katun. Celana katun dapat membantu memperlancar sirkulasi udara di area kewanitaan dan dapat menjaga keringat sehingga area kewanitaan tidak mudah lembab.

6. Kegiatan membersihkan vagina tidak dianjurkan dengan sabun wangi.

Vagina sebenarnya mampu rutin membersihkan dan melindungi dirinya sendiri tanpa perlu dibantu sabun pembersih. Sabun pembersih kewanitaan kerap digunakan untuk membersihkan keputihan, namun keluarnya keputihan sebetulnya merupakan pertanda fungsi pembersihan vagina berjalan normal. Sabun pembersih kewanitaan yang dijual di pasaran mengandung banyak bahan kimia, keseimbangan pH dalam vagina akan terganggu. Ini membuat bakteri dan rayi (jamur) jahat bisa tumbuh secara berlebih sampai menyebabkan infeksi.



Gambar 13. Sabun Pembersih Kewanitaan

16

7. Menggunakan panty liner seperlunya.

Penggunaan terlalu sering dapat menyebabkan area kewanitaan menjadi lembab serta memicu pertumbuhan bakteri dan jamur.



Gambar 13. Penggunaan panty liners

8. Saat menstruasi, menggunakan pembalut berbahan lembut, tidak mengandung pewarna dan mengganti pembalut minimal 3-4 kali sehari.



Gambar 14. Cara menggunakan Pembalut.

17

### Adab Istinja Menurut Syariat Islam



Gambar 15. Adab Istinja

- a. Saat masuk kamar mandi, bacalah dan dengarkan ayat suci Al-Qur'an atau shalawat Nabi Muhammad
- b. Guncangkan kaki kiri saat masuk kamar mandi
- c. Jangkar membodas ke kiblat (Barat) dan timur
- d. Saat buang air kecil, memutar badan ke arah berlawanan
- e. Tidak berlama-lama di toilet, cukup saat hajat sudah selesai
- f. Tidak bersanyi, membawa ayet suci dan atau sejenanya
- g. Bersihkan hingga tidak ada kotoran
- h. Guncangkan kaki kanan saat keluar kamar mandi dan baca dan (Shufransha Shufransha Shufransha Allahumma)

18

### BAB III TANDA & GEJALA GANGGUAN KESEHATAN REPRODUKSI

1. Demam, tinggi muntah diare dan sakit secara bersamaan adalah gejala penyakit Toxic Shock Syndrome

Toxic Shock Syndrome adalah penyakit langka namun mematikan yang disebabkan oleh organisme cacat di dalam vagina karena pembalut yang tidak diganti selama berjam-jam. Penyebaran bakteri ini kemudian menjadi infeksi bakteri akut yang kemudian menimbulkan gejala-gejala tersebut.



2. Menstruasi selalu melewati siklus normal adalah gejala gangguan menstruasi oligomenorea

Wanita normal akan mengalami siklus menstruasi antara 21-35 hari. Nah, cewek dengan gangguan ini baru akan mengalami menstruasi setelah 35 hari walaupun dalam keadaan tidak hamil.

19

3. Satal pada vagina, sakit saat buang air kecil atau berhubungan seks adalah gejala vaginitis



Vaginitis adalah infeksi yang terjadi pada vagina. Gejalanya yaitu gatal-gatal pada vagina, sakit saat buang air kecil, discharge, flek dan pendarahan ringan. Penyebab adalah karena bahan kimia yang dihasilkan dari sabun, atau penggunaan membasuh bagian dalam vagina atau infeksi jamur dan bakteri.

4. Nyeri pada tulang pinggul, nyeri saat berhubungan seks, pendarahan lebih banyak dari biasanya saat menstruasi merupakan gejala penyakit kista ovarium.

Kista ovarium atau kista indung telur adalah kantung berisi cairan yang terbentuk di dalam ovarium.

Gejalanya yaitu nyeri pada tulang pinggul, nyeri saat berhubungan seks, pendarahan lebih banyak dari biasanya saat menstruasi dan menstruasi tidak normal.

20

5. Volume darah menstruasi jauh lebih banyak dari biasanya adalah gejala menorrhagia

Menorrhagia adalah proses keluarnya darah menstruasi secara berlebihan. Normalnya cewek menstruasi akan mengeluarkan darah sebanyak 30-40 ml tapi cewek dengan menorrhagia akan mengeluarkan 60-80 ml.

Tidak perlu memalbangnya, cukup ingat berapa kali kamu biasanya ganti pembalut dalam sehari. Dan apakah menstruasi sampai menembus ke celana dalammu karena pembalut yang tidak kuat menahan.



Gambar 16. Volume Darah Saat Menstruasi

21



**BAB IV**  
**MAKANAN SEHAT UNTUK**  
**KESEHATAN REPRODUKSI**

Makanan yang kaya nutrisi mengandung zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak sehat) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral), tetapi tidak terlalu padat kalori atau tidak melebihi kebutuhan tubuh akan kalori harian.



Sumber 17. Bahan pangan Sehat

Selain memperhatikan nilai gizinya hal yang paling utama adalah memperhatikan hal lainnya suatu makanan tersebut sebagaimana yang tercantum dalam dalam Surat Al-Baqarah ayat 168:

*ditafsir: "Hal sekalian makanan, makanan yang halal bagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu."*

Pemenuhan gizi remaja Energi dan protein yang dibutuhkan remaja lebih banyak dari pada orang dewasa. Nutrisi dan pertumbuhan memengaruhi hubungan yang sangat erat. Kebutuhan nutrisi remaja dapat dikenal dari perubahan tubuhnya. Perbedaan jenis kelamin akan membedakan komposisi tubuhnya, dan selanjutnya mempengaruhi kebiasaan nutrisinya.

Berikut ini merupakan Deson Gizi Seimbang untuk remaja usia 10-19 tahun (Pra-Pubertas dan Pubertas)

Tabel 2. porsi Makan remaja berdasarkan PUGS

Jenis makanan	Porsi yang dianjurkan PUGS*
Mati	3-4 piring
Lauk Hewani	3-4 potong
Lauk Nabati	3-4 potong
Sayuran	1, 5-2 mangkuk
Buah-Buahan	2-3 potong
Susu	gelas
Air Putih**	8 gelas

Sumber: Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang.



Sumber 18. Menu Gizi Seimbang

Tujuan Esensial Menu Seimbang bagi Remaja:

1. Agar makanan yang akan dikonsumsi dapat menjamin tersampainya kecukupan gizi
2. Tersifatnya keseragaman dan kombinasi bahan makanan sehingga rasa bosan dapat dihindari
3. Akses keuangan untuk pembelian bahan makanan dapat diatur sehingga tidak terjadi pengeluaran yang berlebihan
4. Waktu dan tenaga tidak terbuang sia-sia hanya untuk kepekaan aspek saja

**BAB V**  
**TEKNIK SABARI (PERIKSA PAYUDARA SENDIRI)**



Kanker payudara adalah kanker terbesar kedua yang berisiko diderita oleh perempuan setelah kanker leher rahim. Sampai saat ini, penyebab pasti kanker payudara belum dapat diketahui. Tetapi dapat dipastikan beberapa penyebab terjadinya kanker payudara.

A. Faktor Risiko Kanker Payudara

1. Faktor keturunan
2. Perempuan yang merokok atau sering terkena/menghisap asap rokok (perokok pasif)
3. Pola makan tinggi lemak dan rendah serat, termasuk mengandung banyak zat pengawet atau pewarna.
4. Mendapat haid pertama kurang dari 12 tahun.
5. Menopause (mati haid) setelah umur 50 tahun.
6. Melahirkan anak pertama sesudah umur 35 tahun.
7. Pernah mengalami operasi pada payudara yang disebabkan oleh kelainan tumor.

B. Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan SADARI

SADARI merupakan cara deteksi dini akan adanya benjolan atau perubahan pada payudara dibandingkan dengan keadaan sebelumnya oleh karena itu SADARI dianjurkan dilakukan sebelum sekali setelah selesai mandi.



Gambar 10. Teknik SADARI

Ceklist Praktik SADARI (Pemeriksaan Payudara Dendir)

No.	Dimensi/Baris yang diukur	Kecenderungan	
		YA (1)	TIDAK (0)
1.	Mencuci tangan dengan sabun dan mengeringkan dengan handuk		
2.	Posisi duduk atau berdiri di depan cermin kemudian melihat masing-masing payudara		
3.	Memposisikan tangan dengan menegakkan kedua lengan lurus ke atas, kemudian mengamati dan ikuti kedua payudara		
4.	Menekan kedua tangan pada pinggul dan menekan kedua bahu ke belakang dan memperhatikan masing-masing payudara		
5.	Memputarlah sikut dan tangan ke sisi kanan dan ke sisi kiri payudara dan pemeriksa sebagai berikut: sisi kanan ke sisi kiri dan sebaliknya		
6.	Berilah gerakan injektan-injektan: ke atas dan kebawah (vertical) melingkar ke arah payudara, serta ke belakang ke punggung dan sebaliknya		
7.	Pada saat berakhir, lakukan kembali gerakan setelah langkah ke-1 ke atas dan pemeriksa payudara kiri menggunakan tangan kanan sebelumnya		

Jumlah Nilai  
Keterangan  
0 = Tidak dilakukan  
1 = dilakukan

Ceklist Gejala Awal Gangguan Kesehatan Reproduksi

No.	Dimensi/Baris yang diukur	Nilai	
		YA (1)	TIDAK (0)
1.	Demam tinggi, ruam, diare dan syah secara bersamaan		
2.	Nyeri sendi dan sakit kepala, diare, muntah, sakit tenggorokan dan sesak		
3.	Menstruasi sering melambat atau normal		
4.	Gatal pada vagina		
5.	Sakit saat buang air kecil		
6.	berteriak saat tulang pinggul		
7.	Volume darah saat menstruasi jauh lebih banyak dari biasanya		

Jumlah Nilai  
Keterangan:  
0 = Bila ada tanda / gejala gangguan kesehatan reproduksi  
1 = Tidak ada tanda / gejala gangguan kesehatan reproduksi

DAFTAR PUSTAKA

Ekowati, Roy. (2019). Pengantar Kesehatan Reproduksi. Malang: Wiroko Media.

Haxson, S.A.R. 2012. Importance of Personal Hygiene. *Pharmaceutical Analytica Acta*, Volume 3.

Peraturan RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang.

Rahayu, dkk. (2017). Baku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. Surabaya: Airlangga University Press.

Setiarto, Koro, dan Tambai. (2022). Gizi Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Trans Infia Media.

Soetjiingah. (2010). Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagang Seto.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 Tentang Kesehatan



## 8. Foto Dokumentasi kegiatan





