

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERSONAL HYGIENE PADA REMAJA
PUTRI DI SMP 1 MUHAMMADIYAH BANJARMASIN**

**HEALTH EDUCATION ABOUT PERSONAL HYGIENE IN WOMEN ADOLESCENTS
IN SMP 1 MUHAMMADIYAH BANJARMASIN**

Domas Nurchandra P¹, Mirawati², Fika Aulia³

¹²³Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Banjarmasin

Email : domaschandra89@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Pada masa ini terjadi suatu perubahan baik biologis, psikologis maupun social. Perubahan yang terjadi pada remaja putri ditandai dengan menarche (haid pertama), perubahan pada dada, tumbuhnya rambut kemaluan dan juga pembesaran panggul. Kesehatan reproduksi di kalangan wanita merupakan masalah yang penting untuk diperhatikan. Masalah kesehatan organ reproduksi pada remaja perlu mendapat perhatian yang serius, karena masalah tersebut paling sering muncul pada negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu alternatif, dengan memberikan informasi kepada remaja agar mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi kewanitaan agar terhindar dari penyakit organ reproduksi mereka yaitu memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya pada remaja putri dan bagaimana menjaga kebersihan organ reproduksi. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui sosialisasi edukasi tentang personal hygiene untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai diri/ personal hygiene. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Juni 2019 di SMP Muhammadiyah 1 dan dihadiri oleh 30 remaja. Hasil adanya peningkatan pengetahuan tentang personal hygiene pada remaja putri di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. Diharapkan SMP Muhammadiyah 1 bisa membuat program Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja sehingga para siswi bisa selalu mendapat informasi terkait kesehatan reproduksi sehingga bisa terhindar dari berbagai penyakit terutama penyakit gangguan reproduksi.

Kata Kunci : Personal hygiene, Remaja Putri

ABSTRACT

Adolescence is a period of human development. During this time a change occurs both biological, psychological and social. Changes that occur in adolescents are characterized by menarche (first rank), changes in the chest, the growth of killing hair and also pelvic enlargement. Reproductive health among women is an important issue to consider. Organ health problems in adolescents need to get serious attention, because these problems most often arise in developing countries including Indonesia. Health education reproduces one alternative, by providing information to adolescents to know how to restore women's health to avoid diseases of their reproductive organs, namely providing knowledge about adolescent health in adolescents and allowing the cleanliness of reproductive organs. The method of implementing community service activities is carried out through educational outreach about personal hygiene to increase adolescent knowledge about personal hygiene / personal hygiene. This activity was held on June 13, 2019 at Muhammadiyah 1 Junior High School and was attended by 30 teenagers. Results health education about personal hygiene can increase knowledge in young women in SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. It is expected that Muhammadiyah 1 Junior High School can create an Adolescent Reproductive Health Education program so that students can always receive information related to health so it can avoid various diseases include health reproduction diseases.

Keywords: Personal hygiene, Young Women

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia dimana pada masa ini terjadi suatu perubahan baik biologis, psikologis maupun social. Perubahan yang terjadi pada remaja putri ditandai dengan menarche (haid pertama), perubahan pada dada, tumbuhnya rambut kemaluan dan juga pembesaran panggul (Estiwidani et al., 2009).

Menurut Murti & Lutfiyati (2017) kesehatan reproduksi di kalangan wanita merupakan masalah yang penting untuk diperhatikan. Masalah kesehatan organ reproduksi pada remaja perlu mendapat perhatian yang serius, karena masalah tersebut paling sering muncul pada negara-negara berkembang termasuk Indonesia (Nurhayati, 2013). Sering kali remaja mengabaikan pentingnya berperilaku sehat terutama dalam menjaga organ vagina agar terhindar dari berbagai penyakit yang sering dijumpai pada kesehatan organ vagina.

Masalah remaja dengan organ reproduksinya kurang mendapatkan perhatian karena umur relatif muda, masih dalam status pendidikan sehingga seolah-olah bebas dari kemungkinan menghadapi masalah penyulit dan penyakit yang berkaitan dengan alat reproduksinya (Suriani & Hermansyah, 2014). Padahal banyak sekali penyakit yang dapat terjadi jika kita tidak menjaga dan membersihkan organ vagina dengan benar, itu sebabnya penting memahami dan mengetahui tentang kebersihan organ vagina.

Menurut WHO perempuan jarang dalam memperhatikan kebersihan pada organ genitalia eksternanya. Infeksi pada vagina setiap tahunnya menyerang

perempuan di seluruh dunia 10-15% dari 100 juta perempuan, contohnya remaja yang terkena infeksi bakteri kandida sekitar 15% dan mengalami keputihan. Kejadian tersebut dikarenakan remaja tidak mengetahui permasalahan seputar organ reproduksi (Abrori et al., 2017).

Pada penelitian Mokodongan (2015) menyatakan bahwa lebih banyak remaja memiliki risiko tinggi akan mengalami masalah kesehatan reproduksi, ada 10% remaja yang sering menggunakan produk pembersih wanita, ada 17,59% remaja yang tidak mengeringkan genitalia eksterna setelah buang air kecil atau buang air besar dengan menggunakan tisu atau handuk kering. Selanjutnya 25,76% remaja yang membersihkan genitalia eksterna dengan arah dari belakang ke depan, 17% remaja yang sering menggunakan celana dalam ketat dalam aktivitas sehari-hari. 8,2% remaja yang sering memakai celana dalam dengan bahan bukan katun 2,5% remaja yang sering memakai bersama pakaian dalam dan handuk dengan orang lain (Abrori et al., 2017).

Pada remaja yang kurang informasi tentang kebersihan organ genitalia akan berdampak pula pada perilaku remaja dalam menjaga kebersihan organ genitalianya (Nanlessy et al., 2013). Perilaku seseorang biasanya dicerminkan dengan sikap, bagaimana seseorang bersikap dan berbuat dalam perilaku membersihkan organ vagina itu dapat menentukan kebersihan vagina itu sendiri.

Dalam Jurnal Mardalena et al. (2015) menyebutkan salah satu yang menjadi faktor utama terciptanya kesehatan yaitu selalu

menjaga kebersihan diri salah satunya kebersihan organ reproduksi. Untuk menjaga agar tubuh tetap dalam keadaan bersih harus memperhatikan kebersihan perseorangan atau personal hygiene (Karyati et al., 2014). Oleh karena itu, memahami dan mengetahui tentang cara membersihkan organ vagina dengan benar sangat penting dalam menjaga kesehatan reproduksi. Perawatan diri atau kebersihan diri (personal hygiene) merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis.

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu alternatif, dengan memberikan informasi kepada remaja agar mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi kewanitaan agar terhindar dari penyakit organ reproduksi mereka yaitu memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya pada remaja putri dan bagaimana menjaga kebersihan organ reproduksi (Sari, 2016).

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya adalah penyuluhan tentang personal hygiene pada remaja putri. Alat yang digunakan berupa leaflet dan LCD.

Sebelum memberikan penyuluhan, kami melakukan proses perijinan kegiatan pengabdian masyarakat di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. Setelah melakukan proses perijinan, kemudian dilakukan pemberian materi pada remaja putri di SMP 1 Muhammadiyah

Banjarmasin. Isi materi meliputi pemberian edukasi tentang personal hygiene.

Pemberian materi dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan pada remaja putri tentang personal hygiene.

Pemberian materi dilakukan selama 2 jam pada tanggal 14 Juni 2019. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, pelaksana kegiatan juga melakukan tindak lanjut yaitu yang dilakukan pada tanggal 21 Juni 2019 berupa evaluasi mengenai pemahaman, persepsi dan penerapan personal hygiene. Pelaksana juga membuat Rencana Tinjau Lanjut bekerjasama dengan Bimbingan Konseling Sekolah untuk keberlanjutan program ini. Dari kegiatan ini kami memberikan usulan program terkait kesehatan reproduksi remaja berupa layanan konsultasi kesehatan reproduksi remaja yang difasilitasi oleh bagian Bimbingan Konseling Sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh dosen Prodi D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 14 Juni 2019 dan tempat pelaksanaan di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. Jumlah peserta sebanyak 30 orang remaja. Kegiatan ini diawali dengan pengenalan dan kemudian melakukan pengisian kuesioner pretest terkait tentang pengetahuan personal hygiene. Kegiatan selanjutnya, pemberian materi tentang personal hygiene sehingga remaja putri mengerti akan pentingnya menjaga kebersihan perorangan (personal hygiene).

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene Di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi		Persentase (%)	
	Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
Baik	10	15	33,3	50
Cukup	5	8	16,7	26,7
Kurang	15	7	50	23,3
Total	30	30	100	100

Hasil kuesioner pre dan post yang dibagikan kepada remaja putri didapatkan yang berpengetahuan baik sebanyak 10 orang (33,3%) meningkat menjadi 15 orang (50%), ibu yang berpengetahuan cukup sebanyak 5 orang (16,7%) meningkat menjadi 8 orang (26,7%) dan ibu yang berpengetahuan kurang sebanyak 15 orang (50%) menurun menjadi 7 orang (23,3%). Dari hasil tersebut dapat dilihat peningkatan persentase pada remaja dengan pengetahuan baik dan cukup serta penurunan persentase pada remaja berpengetahuan kurang sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan pada remaja putri setelah diberikan penyuluhan tentang personal hygiene.

Kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan mendapatkan dukungan dari berbagai pihak. Selama proses kegiatan ini siswi di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan. Hal ini dapat dilihat dari respon siswi, mulai dari menjawab kuesioner pretest, penyuluhan personal hygiene, dan menjawab kuesioner posttest.

SIMPULAN

Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, simpulan yang

dapat diambil antara lain adalah adanya peningkatan pengetahuan tentang personal hygiene pada remaja putri di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin.

Harapan dari kegiatan pengabdian ini, supaya siswi/ remaja putri bisa semakin meningkatkan kebersihan diri/ personal hygiene sehingga bisa terhindar dari berbagai penyakit terutama penyakit gangguan reproduksi. Dan diharapkan SMP 1 Muhammadiyah bisa membuat program Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja sehingga para siswi bisa selalu mendapat informasi terkait kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abrori, Hernawan, A. D., & Ermulyadi. (2017). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Keputihan Patologis Siswi SMAN 1 Simpang Hilir Kabupaten Kayong Utara. *Unnes Journal of Public Health* Vol. 6 No. 1, 2017: 25-34.
- Estiwidani Dwana, DKK. 2008. *Konsep Kebidanan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Karyati, A., Suriadi, & Febriyanti, T. R. (2014). Korelasi Antara Perilaku Vulva Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Mahasiswi Prpgram Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Mardalena, R. M., Sanusi, S. R., & Asfriyati. (2015). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Kebersihan Organ Genitalia Eksterna Sebagai Upaya Pencegahan Keputihan Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Tahun 2015.
- Mokodongan, DKK. (2015). Hubungan tingkat pengetahuan tentang Keputihan dengan Perilaku

Pencegahan Keputihan pada Remaja Putri. *Jurnal e-clinic* Volume 3 No 1.
Murti, H., & Lutfiyati, A. (2017). Hubungan Perilaku Menjaga Kebersihan Genitalia Dengan Kejadian Keputihan Pada Siswi SMAN 1 Galur. Skripsi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Nanlessy, D. M., Hutagaol, E., & Wongkar, D. (2013). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Alat Genitalia Dengan Kejadian Keputihan Di SMA Negeri 2 Pineleng. *E-journal Keperawatan (e-Kp)* Volume 1. Nomor 1 Agustus 2013.

Nurhayati, A. (2013). *Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Vaginal Hygiene Terhadap Kejadian Keputihan Patologis Pada Remaja Putri Usia 13-17 Tahun Di Daerah Pondok Cabe Hilir.*

Sari, P. M. (2016). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Kejadian Fluor Albus Remaja Putri SMK X Kediri.* *Jurnal Wiyata*, Vol. 3 No. 1 Tahun 2016, hlm 1-4.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin



Gambar 2. Siswa Antusias Mendengarkan Penyuluhan Personal Hygiene