



Penyuluhan Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri Kelas X di SMA Negeri 3 Ambon

Personal Hygiene Counseling During Menstruation with the Incidence of Vaginal Discharge in Class X Adolescent Girls at Sma Negeri 3 Ambon

Arindiah Puspo Windari ^{1*}, Siti Rochmaedah ²

^{1, 2} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maluku Husada, Ambon, Indonesia

Alamat: Jl. Kebun Cengkeh, Batu Merah, Kec. Sirimau, Kota Ambon, Maluku

Korespondensi email: siti.rochmaedah@gmail.com

Article History:

Received: Mei 04, 2024;

Revised: Mei 18, 2024;

Accepted: Mei 27, 2024;

Published: Mei 30, 2024

Keywords: personal hygiene, menstruation, vaginal discharge, adolescent girls

Abstract: Feminine hygiene (personal hygiene), especially during menstruation is often ignored by adolescents, if they do not maintain genital hygiene properly, then in a humid state, fungi and bacteria that are in the female area will thrive. The use of underwear that uses thin materials and not absorbing sweat can also make the female area moist and smelly, making it easier for fungi and bacteria to grow. smells can make it easier for fungi and bacteria to nest and the length of time using sanitary napkins that are more than 2-3 hours can make it easier for fungi and bacteria to nest. The aim is to provide new insights to adolescent girls about how to maintain personal hygiene during menstruation. about how to maintain personal hygiene during menstruation and the incidence of vaginal discharge in high school students in class X.I at SMA Negeri 3 Ambon. The method of this community service was carried out using the lecture method and question and answer discussions as well as pre and post tests. The result is an increase in knowledge of adolescent girls regarding menstrual hygiene and the incidence of whitish discharge.

Abstrak

Kebersihan daerah kewanitaan (personal hygiene) terutama ketika menstruasi sering diabaikan oleh remaja, jika tidak menjaga kebersihan genitalia dengan benar, maka dalam keadaan lembab, jamur dan bakteri yang berada di daerah kewanitaan akan tumbuh subur. Penggunaan celana dalam yang menggunakan bahan tipis dan tidak menyerap keringat juga dapat membuat area kewanitaan menjadi lembab dan berbau dapat mempermudah jamur dan bakteri bersarang dan lama penggunaan pembalut yang lebih dari 2-3 jam dapat memudahkan jamur dan bakteri bersarang pada area kewanitaan Tujuan untuk memberikan wawasan baru terhadap remaja putri tentang cara menjaga personal Hygiene saat menstruasi dan kejadian keputihan pada siswi SMA kelas X.I di SMA Negeri 3 Ambon. Metode pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi tanya jawab serta pre test dan post test. Hasil adanya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai persolan hygiene saat menstruasi dan kejadian keputihan.

Kata Kunci: personal hygiene, menstruasi, keputihan, remaja putri

1. PENDAHULUAN

Prevelensi dari infeksi saluran reproduksi paling tinggi di dunia ini ialah masa remaja sebanyak 35%-42%, infeksi saluran reproduksi pada remaja ialah vaginosis bacterial 20-40%, Kandidiasis 25-35%, dan juga dewasa muda ialah sebanyak 27%- 33% (Supatmi, 2020). Berdasarkan data yang dikeluarkan Kementerian Kesehatan RI (2016)

memperlihatkan bahwa terdapat sebanyak 5,2 juta remaja putri yang memiliki kesamaan keluhan ketika selesai bermenstruasi, hal ini dikarenakan mereka tidak menjaga kebersihan, yakni pruritus vulva yang dikarakteristikan dengan rasa gatal pada bagian daerah genetalia (Veneranda & Kenjaplun, 2021)

Berdasarkan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BKKBN) didapatkan data sebanyak 63 juta remaja di Indonesia beresiko kurang menjaga kebersihan organ genitalia selama menstruasi, bahwa remaja putri di Indonesia rentan mengalami infeksi saluran kemih ditandai berdasarkan data statistik bahwa dari 43,4% juta remaja putri berusia antara 10-14 tahun berperilaku vulva hygiene sangat buruk. (Herawati, 2022)

Berdasarkan data dinas kesehatan provinsi Maluku tahun 2020, jumlah remaja yang dilayani dalam program kesehatan reproduksi terdapat 89.815 jiwa, remaja yang terinfeksi penyakit menular seksual (PMS) akibat kurangnya personal *hygiene* pada saat menstruasi sebanyak 55% (Nanlohy, 2022).

Wawancara awal yang telah dilakukan pada remaja putri di SMA Negeri 3 Ambon, didapatkan 9 siswi mengatakan selama menstruasi Mereka hanya memakai 1 pembalut yang di pakai dari rumah karena jam belajar mereka sangat padat sehingga mereka lupa untuk mengganti pembalut faktor lain juga karna mereka lupa membawa pembalut kemudian 4 sisiwi yang lain mengatakan mereka mengganti pembalut hanya 2 kali karna hanya membawa 1 pembalut dari rumah sebelum ke sekolah. Dari 13 siswi mengatakan cara mereka membersihkan organ kewanitaan dari arah belakang (anus) ke depan (Vagina), Dan dari 13 siswi tersebut 4 siswi diantanya mengatakan sebelum mereka menstrusi mereka mengalami keputihan berlebihan disertai gatal pada area Vagina Sampai Muncul kemerahan meskipun demikian 4 siswi tersebut tidak melakukan pemeriksaan ke puskesmas, 9 siswi Mengatakan sebelum mereka mentruasi mereka mengalami keputihan dan cair berwarna bening dan tidak terasa gatal.

2. METODE

Metode pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara penyuluhan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab di kelas. Subjek penyuluhan dalam kegiatan pengabdian ini adalah siswi putri SMA kelas X.1, pada SMA Negeri 3 Ambon. Pelaksanaan pengabdian masyarakat di lakukan oleh dosen dan mahasiswa STIKes Maluku Husada.

Proses pengabdian masyarakat ialah dengan meminta izin dari sekolah terkait setelah mendapatkan izin dari pihak sekolah, mengumpulkan Siswi SMA kelas X.1 dalam 1 kelas

dan di awalai dengan pembukaan, pengenalan pretest tentang menstruasi, *Personal Hygiene*, dan keputihan, lalu dilanjutkan persamaan persepsi tentang *Personal Hygiene* dan keputihan, setelah itu di dilakukan penyuluhan oleh tim pengabdian Masyarakat dengan metode ceramah diselingi dengan diskusi tanya jawab. Setelah penyuluhan dilakukan peserta diberikan pertanyaan kembali terkait materi penyuluhan yang telah diberikan sebagai bahan evaluasi sejauh mana materi dapat diterima.

3. HASIL

Kegiatan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri berlangsung lancar. Peserta tampak antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Kegiatan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian keputihan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab dapat meningkatkan fokus peserta.

Sebelum dilakukan penyuluhan terlebih dahulu pemateri memberikan pretest kepada peserta, setelah itu pemateri menyampaikan materi tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan keputihan. Peserta sangat antusias dalam menerima materi hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang disampaikan oleh peserta. Remaja putri yang mengikuti kegiatan terlihat tertib dan sesuai dengan yang diarahkan oleh panitia.

Setelah peserta mengikuti kegiatan dilakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan dengan memberi *posttest* pada peserta dengan hasil sebagaimana terlihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Pre-Posttest Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan

Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan		Sesudah Penyuluhan	
	n	(%)	n	(%)
Baik	14	35%	22	55%
Cukup	10	25%	15	37,5%
Kurang	16	40%	3	7,5%
Total	40	100%	40	100%

Berdasarkan hasil kegiatan didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian keputihan setelah dilakukan penyuluhan. Sebelum dilaksanakan penyuluhan pengetahuan remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang adalah 16 orang (40%) dan yang memiliki pengetahuan baik 14 orang (35%) serta yang memiliki pengetahuan cukup 10 orang (25%).

Setelah dilakukan penyuluhan pada remaja putri, yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 22 orang (55%), pengetahuan kurang menurun menjadi 3 orang (7,5%) dan pengetahuan cukup meningkat menjadi 15 orang (37,5%)

Berdasarkan data diatas penyuluhan yang dilakkan tim pengabdian Masyarakat mempunyai dampak pada pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan kejadian keputihan, diharapkan setelah remaja putri mendapatkan wawasan baru akan adanya perbedaan perilaku pada cara *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian keputihan dari yang sebelumnya.

4. DISKUSI

Dari hasil yang didapatkan sebagian besar remaja putri pada saat mesntruasi cara menjaga *personal hygiene* masih banyak kekeliruan, seperti menggunakan celana dalam yang tidak menyerap air, mengganti pembalut hanya 2 kali dalam sehari bahkan ada yang 1 kali sehari mengganti pembalut, serta masih ada remaja putri yang mengalami keputihan yang tidak normal tidak mau pergi ke pelayanan kesehatan untuk melakukan pemeriksaan dan cara mencuci daerah kewanitaan ada yang masih salah dengan cara menggosok dari belakang ke depan. Oleh karena itu perlu adanya penyuluhan kepada remaja putri tentang menjaga *personal hygiene* saat menstruasi dan kejadian keputihan agar remaja putri lebih mawas diri terhadap menjaga bagian reproduksinya. Serta memberikan dorongan kepada remaja putri yang sudah mengalami keputihan yang tidak normal mau pergi ke pelayanan kesehatan untuk periksan.

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan salah satu sasarannya kepada remaja putri karena untuk mempersiapkan menjadi seorang ibu yang akan hamil, bersalin dan mempunyai anak. Sehingga penting dilakukan penyuluhan dengan tema ini kepada remaja putri Pada saat menstruasi juga dapat menjadi penyebab anemia sehingga perlu dilakukan antispasi yang biasa dilakukan yaitu memberikan tablet Fe pada remaja selain itu dibutuhkan strategi lain berupa fortifikasi makanan yang disukai remaja

KESIMPULAN

Sebagian besar rema putri belum menerapkan *personal hygiene* yang benar saat menstruasi sehingga terjadinya keputihan yang tidak normal dan Sebagian besar remaja putri belum paham pentingnya menjaga kebersihan daerah kewanitaan

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada prodi DIII Kebidanan dan SI Keperawatan dan profesi Ners STIKes Maluku Husada yang telah mendukung kegiatan ini. Selain itu kami ucapkan terimakasih kepada seluruh bagian yang ikut serta dalam mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Aryanti, A., Sari, Y., & Apriyani, T. (2022). *HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KEPUTIHAN TERHADAP PRAKTEK PERSONAL HYGIENE KELAS XI DI SMA KARYA IBU PALEMBANG 2017*. Jurnal Kesehatan Abdurahman, 11(2), 14-17.
- Batubara, A. R., & Rahmayani, R. (2022). *Faktor–Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Keputihan (Flour Albus) pada Remaja Putri di Pesantren Modern Al-Zahrah Bireuen*. JOURNAL OF HEALTHCARE TECHNOLOGY AND MEDICINE, 8(2), 1435-1446.
- Herawati, N., Kusmaryati, P., & Wuryandari, A. G. (2022). *Audio Visual dan Power Point sebagai Media Edukasi dalam Merubah Pengetahuan dan Perilaku Remaja*. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(1), 145-152.
- Nanlohy, W., Wakano, M., & Salmon, K. H. (2022). *HUBUNGAN PENGETAHUAN PERSONAL HYGIENE DAN PERILAKU SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SEKTOR TALITAKUMI 1 DESA WAAI KABUPATEN MALUKU TENGAH*. Pasapua Health Journal, 4(2), 142-145.
- Supatmi, S. K., Fajriyah, N., Subhiyatul, U., & Nabila, S. (2020). *Faktor Penyebab Keputihan Pada Remaja Santri Putri Di Lamongan*
- Veneranda, S., & Kenjapluan, T. Y. (2021). *Program studi sarjana keperawatan dan ners sekolah tinggi ilmu kesehatan stella maris makassar 2021*.