

Sosialisasi dan *Hygiene* Alat Reproduksi Wanita SEHAT (*Genital Personal Hygiene*)

Aurelia Melan Sani¹, Elvitta Eunike Anin², Elvira Olfriane Tanggu Hana³

Wina Jensisca Muda⁴, Yohanis Muliarta Leba⁵, Serlie K. A. Littik⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Nusa cendana, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Elvira Olfriane Tanggu Hana

E-mail: elviraolfri@gmail.com

Abstrak

Kesehatan alat reproduksi pada remaja, khususnya remaja putri, merupakan faktor penting dalam pencegahan gangguan kesehatan di masa depan. Sosialisasi mengenai hygiene alat reproduksi wanita SEHAT bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang cara merawat dan membersihkan organ reproduksi secara benar, serta mencegah masalah kesehatan reproduksi pada remaja putri. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan diskusi bersama peserta. Kegiatan ini dilaksanakan di SMPN 5 Fatuleu Satu Atap, Kabupaten Kupang, dengan jumlah peserta sebanyak 35 orang yang terdiri dari kelas VIII dan IX. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta, dengan skor pre-test rata-rata 73%, yang meningkat menjadi 88% pada post-test. Selain itu, adanya peningkatan skor peserta sebesar 21% yang berarti program yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait hygiene alat reproduksi.

kata kunci - kesehatan reproduksi, remaja putri, kebersihan alat reproduksi, sosialisasi

Abstract

Reproductive health among adolescents, particularly teenage girls, is a crucial factor in preventing future health issues. The socialization program on female reproductive hygiene SEHAT aims to increase adolescents' knowledge on how to properly care for and clean their reproductive organs, as well as prevent reproductive health problems among teenage girls. The methods used in this activity were lectures and discussions with the participants. The activity was held at SMPN 5 Fatuleu Satu Atap, Kupang Regency, with 35 participants from grades VIII and IX. Evaluation results showed a significant improvement in participants' knowledge, with the average pre-test score of 73%, which increased to 88% in the post-test. Additionally, there was a 21% increase in participants' scores, indicating that the program was effective in enhancing adolescents' understanding of reproductive hygiene.

keywords - reproductive health, adolescent girls, reproductive hygiene, socialization

PENDAHULUAN

Kesehatan alat reproduksi merupakan aspek penting dalam perkembangan fisik dan psikologis remaja. Pada usia ini, individu mengalami perubahan hormonal yang signifikan, sehingga mempengaruhi pertumbuhan fisik dan emosinya. Namun, dalam kehidupan secara nyata banyak remaja yang kurang atau bahkan tidak memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Hal ini dikarenakan kurangnya informasi yang akurat terkait cara menjaga kebersihan dan pentingnya merawat alat reproduksi. Selain itu, stigma sosial yang masih menganggap isu kesehatan reproduksi (kespro) sebagai hal yang tabu dan kurangnya dukungan dari lingkungan sering membuat remaja tidak mencari informasi atau bantuan ketika menghadapi masalah kesehatan reproduksi.

Pendidikan seksual yang memadai sangat diperlukan untuk membantu remaja mengenali tubuh, memahami fungsi sistem reproduksi, menjaga kebersihan organ reproduksi serta meminimalisir dampak yang ditimbulkan dari perilaku seksual beresiko. *Genital personal hygiene* adalah upaya untuk menjaga kebersihan dan kesehatan organ genital yang dilakukan secara mandiri. Perawatan genitalia merupakan cara menjaga kebersihan organ reproduksi yang dilakukan secara teratur agar terhindar dari infeksi penyakit, (Mulyani et al., 2019). Perilaku kesehatan mengenai personal hygiene alat reproduksi sangat penting untuk dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri, (Sari et al., 2021).

Kabupaten Kupang merupakan salah satu kabupaten di Provinsi NTT yang infeksi menular seksual (IMS) masih cukup banyak. Menurut data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik Tahun 2023, kasus IMS di Kabupaten Kupang mencapai 94 kasus dan menempati urutan ketiga sebagai kabupaten dengan IMS tertinggi. Penelitian yang dilakukan (Sinaga et al., 2022) pada salah satu sekolah di Kota Kupang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan menjaga kebersihan genitalia eksternal dengan gangguan kesehatan reproduksi yaitu keputihan. Karenanya, pendekatan yang inklusif dan berbasis pada fakta sangat penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja tentang kesehatan reproduksi.

SMPN 5 Fatuleu Satu Atap merupakan salah satu sekolah yang berada di wilayah Kabupaten Kupang. Secara umum, sekolah ini memiliki banyak remaja putri yang sedang melalui masa pertumbuhan dan perkembangan fisik serta berisiko untuk mengalami gangguan kesehatan reproduksi. Sebagai sekolah yang letaknya jauh dari pusat kota menyebabkan siswi sulit untuk mengakses informasi terkait kesehatan reproduksi. Karenanya, pusat informasi yang bisa dijangkau oleh remaja putri adalah sekolah. Namun, informasi terkait personal hygiene alat reproduksi belum dijelaskan secara terperinci dalam pembelajaran sekolah. Padahal kesehatan reproduksi terutama yang berkaitan dengan personal hygiene menjadi faktor penting dalam mencegah penularan infeksi menular seksual (IMS) sehingga dapat mewujudkan generasi muda yang tidak hanya cerdas secara intelektual tetapi juga sehat. Maka dari itu, sosialisasi kesehatan reproduksi menjadi penting untuk dilakukan sebagai upaya mendasar untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait hygiene alat reproduksi wanita. Sosialisasi kesehatan merupakan salah satu metode yang baik untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja putri serta praktik cara merawat dan membersihkan alat reproduksi secara baik dan benar serta cara pencegahan penyakit menular seksual, (Ariantini & Farani, 2023).

Program Sosialisasi dan Hygiene Alat Reproduksi Wanita SEHAT (*Genital Personal Hygiene*)", dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang cara merawat dan membersihkan alat reproduksi secara baik dan benar agar dapat mengembangkan sikap yang positif terhadap kesehatan alat reproduksi yang bisa meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan dan mencegah masalah kesehatan di masa depan melalui kegiatan sosialisasi di SMPN 5 Fatuleu Satu Atap. Pentingnya dilakukan program pengabdian ini karena sebagian besar gangguan reproduksi yang terjadi merupakan implikasi jangka panjang dari kurangnya informasi dan pemahaman yang baik terkait hygiene alat reproduksi. Dengan menerapkan hygiene alat reproduksi yang benar dan sesuai maka akan berdampak pula pada peningkatan kualitas hidup dari remaja itu sendiri.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Tujuan dari dilakukannya program pengabdian masyarakat di SMPN 5 Fatuleu Satu Atap ini adalah sebagai berikut: meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait cara merawat dan membersihkan alat reproduksi secara benar dan mencegah gangguan kesehatan reproduksi pada remaja putri melalui program SEHAT.

METODE

Rincian metode pelaksanaan sebagai berikut:

a. Persiapan

Pada tahap ini hal yang dipersiapkan adalah materi dan media edukasi yang akan digunakan selama pelaksanaan program untuk membantu remaja putri agar lebih mudah memahami materi yang dibawakan.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan memberikan pre-test untuk mengetahui sejauh manakah pemahaman remaja putri tentang materi yang akan disampaikan. Kemudian dilanjutkan dengan sosialisasi tentang cara merawat dan membersihkan alat reproduksi wanita (*Genital personal hygiene*) secara baik dan benar. Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi untuk memberikan kesempatan kepada peserta bertanya ataupun mengkonfirmasi kembali materi yang belum dipahami. Dalam kegiatan sosialisasi ini, materi yang disampaikan meliputi defenisi *genital personal hygiene*, alasan pentingnya menjaganya hygiene alat reproduksi, dampak, cara merawat dan membersihkan alat reproduksi (keadaan normal dan menstruasi), siklus menstruasi, gejala, periode, dan gangguan menstruasi. Kegiatan diakhiri dengan post-test untuk mengetahui pemahaman remaja putri tentang materi dan pokok penting materi yang telah disampaikan.

c. Evaluasi

Efektivitas keberhasilan program diukur dengan membandingkan hasil pretest dan posttest pengetahuan yang telah dilakukan saat pelaksanaan program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan

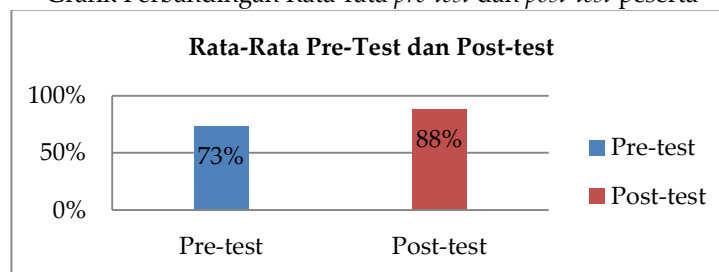
Kegiatan pengabdian masyarakat terkait “Sosialisasi dan Hygiene Alat Reproduksi Wanita SEHAT (*Genital Personal Hygiene*)”, yang dilakukan di SMPN 5 Fatuleu Satu Atap berjalan dengan lancar dan baik dengan antusiasme yang tinggi dari peserta. Para peserta terlibat aktif dalam setiap diskusi yang dilakukan dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan pemateri. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 5 Oktober 2024 pada pukul 08.30- 10.00 WITA dan bertempat di lokasi sekolah di Jalan Timor Raya Km. 54, Kelurahan Camplong, Kecamatan Fatuleu, Kabupaten Kupang. Dalam kegiatan ini, jumlah peserta yang hadir sebanyak 35 siswi SMPN 5 Fatuleu Satu Atap yang terdiri dari kelas VIII dan IX.



Gambar 1.
Pelaksanaan kegiatan Sosialisasi dan Hygiene Alat Reproduksi Wanita SEHAT (Genital Personal Hygiene)

Hasil penilaian *pre-test* dan *post test*

Tabel 1.
Grafik Perbandingan Rata-rata *pre-test* dan *post-test* peserta



Berdasarkan grafik 3.1 dapat diketahui bahwa adanya perbedaan yang signifikan pada nilai rata-rata pre-test dan post-test peserta sosialisasi. Perbedaan ini dapat dilihat melalui perbandingan nilai rata-rata skor peserta yang meningkat sebesar 15% setelah dilakukan intervensi melalui sosialisasi. Sebelum sosialisasi, rata-rata nilai pre-test peserta adalah 73%, namun setelah diberikan materi mengenai hygiene alat reproduksi wanita dengan menggunakan media edukasi berupa leaflet, nilai rata-rata peserta meningkat menjadi 88%. Selain itu, melalui kegiatan sosialisasi ini juga telah meningkatkan pengetahuan peserta terkait hygiene alat reproduksi wanita. Hal ini, dibuktikan dengan

peningkatan skor peserta yakni sebesar 21% yang berarti terjadinya peningkatan pengetahuan peserta terkait materi yang disampaikan. Jika persentase peningkatan skor lebih dari 10%, maka penyuluhan kesehatan tersebut terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kegiatan “Sosialisasi dan Hygiene Alat Reproduksi Wanita SEHAT (*Genital Personal Hygiene*)” efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait personal hygiene alat reproduksi karena telah terjadi peningkatan persentase skor lebih dari 10% setelah dilakukannya kegiatan sosialisasi tersebut.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Sari et al., 2021) terkait personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di RT 11 Kelurahan Cempaka Permai Kota Bengkulu dengan menggunakan metode ceramah, menunjukkan bahwa adanya perbedaan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi yaitu rata-rata sebelum edukasi 9,88 meningkat menjadi 13,64 setelah edukasi. Hal ini berarti edukasi kesehatan efektif untuk meningkatkan pengetahuan peserta terkait personal hygiene saat menstruasi. Edukasi kesehatan reproduksi kepada remaja sangat diperlukan, agar remaja dapat mengetahui perilaku yang sesuai untuk menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi. Pengetahuan yang baik tentang hygiene alat reproduksi, memungkinkan perempuan ataupun remaja tidak akan melakukan perilaku menyimpang yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri. Selain itu, pengetahuan yang baik akan mempengaruhi remaja dalam menerapkan perilaku menjaga kesehatan reproduksi secara baik dan benar.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat “Sosialisasi dan Hygiene Alat Reproduksi Wanita SEHAT (*Genital Personal Hygiene*)” yang dilakukan di SMPN 5 Fatuleu Satu Atap, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait personal hygiene alat reproduksi wanita. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perbedaan nilai rata-rata pre-test dan post-test peserta sosialisasi sebesar 15%. Nilai rata-rata peserta sebelum sosialisasi adalah 73% kemudian meningkat menjadi 88% setelah diberikan sosialisasi. Selain itu, adanya peningkatan skor sebesar 21% yang berarti telah terjadinya peningkatan pengetahuan peserta terkait cara merawat dan membersihkan alat reproduksi secara baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada mitra SMPN 5 Fatuleu Satu Atap yang mendukung penuh program kerja pengabdian ini, kepada Ibu Serlie K. A. Littik selaku Dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada kami, dan fakultas Kesehatan masyarakat Universitas Nusa Cendana yang telah memberikan peluang dengan mengadakan kegiatan ini. Serta kepada semua teman-teman yang telah bekerja sama dalam menyelesaikan program kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariantini, N. S., & Farani, S. (2023). Peningkatan Pengetahuan Siswa melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi di SMP Negeri 2 Singaraja-Bali. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(10), 2434–2439. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i10.532>
- Buzarudina, F. (2013). Efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi remaja terhadap tingkat pengetahuan siswa sman 6 kecamatan pontianak timur tahun 2013. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 3(1).
- Mulyani, S., Kamariyah, & Sulistiawan, A. (2019). Pendidikan Kesehatan tentang Personal Higiene sebagai Upaya Perawatan Genitalia Siswa di SMAN 5 Kota Jambi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA Medical Dedication*, 2(1), 29–32. <https://online-journal.unja.ac.id/medic/article/view/5898>
- Sari, S. P., Amin, M., Agustina, B., & Yanuarti, R. (2021). *Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Dengan Metode Ceramah Di RT 11 Kelurahan*

Cempaka Permai Kota Bengkulu. 16(2), 111–118.

Sinaga, L. R. D. P. ., Sihotang, J., Wungouw, H. P. L., & Ratu, K. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna Dengan Kejadian Keputihan Pada Siswi Sma Negeri 1 Kupang. *Cendana Medical Journal, 10(1), 1–7.*
<https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6799>