



PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI DAN PERAWATAN GENITAL HYGIENE PADA WANITA USIA SUBUR

Bariana Widitia Astuti

STIKES Surya Global Yogyakarta, Jln Ringroad Selatan, Baldo, Potorono, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta
55194, Indonesia

rian_astuti@stikessuryaglobal.ac.id

ABSTRAK

Wanita usia subur seringkali mengalami masalah reproduksi terutama di negara berkembang dan beriklim tropis, salah satunya adalah Indonesia. Wanita usia subur harus menjaga dan merawat organ reproduksi dengan cara rajin membersihkan terutama saat masa subur agar terhindar dari gangguan organ reproduksi. Salah satu cara memelihara organ reproduksi adalah dengan melakukan personal hygiene genitalia. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur tentang personal hygiene kesehatan reproduksi khususnya pada ibu-ibu PKK di wilayah desa Ngestiharjo. Kegiatan diikuti oleh 20 peserta. Metode pelaksanaan dalam bentuk penyuluhan. Evaluasi dilakukan dengan pretest dan posttest. Hasil pengabdian memperlihatkan peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi. Kegiatan penyuluhan kesehatan sebaiknya dilaksanakan secara berkelanjutan dengan materi yang bervariasi untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan khususnya kesehatan reproduksi.

Kata kunci: hygiene; genitalia; reproduksi; wus

REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION AND HYGIENE GENITAL IN WOMEN OF REPRODUCTIVE AGE

ABSTRACT

Women of childbearing age often experience reproductive problems, especially in developing countries and with tropical climates, one of which is Indonesia. Women of childbearing age must maintain and care for their reproductive organs by diligently cleaning, especially during their fertile period to avoid reproductive organ disorders. One of the ways to maintain the reproductive organs is to perform personal genital hygiene. This service activity aims to increase the knowledge of women of childbearing age about reproductive health personal hygiene, especially for PKK mothers in the Ngestiharjo village area. Implementation method in the form of counseling. Evaluation is done by pretest and posttest. The results of the service show an increase in reproductive health knowledge. Health education activities should be carried out on an ongoing basis with a variety of materials to increase health knowledge, especially reproductive health.

Keywords: hygiene; genitalia; reproduction; wca

PENDAHULUAN

Wanita usia subur seringkali mengalami masalah reproduksi terutama di negara berkembang dan beriklim tropis, salah satunya adalah Indonesia. Hal ini dikarenakan iklim yang lembap dan ditambah dengan minimnya pengetahuan terkait kesehatan reproduksi

menyebabkan banyak wanita yang tidak menjaga organ reproduksinya (Yusiana and Saputri, 2016). Wanita usia subur harus menjaga dan merawat organ reproduksi dengan cara rajin membersihkan terutama saat masa subur agar terhindar dari gangguan organ reproduksi (Nasution, 2018). Salah satu cara memelihara organ reproduksi adalah dengan melakukan personal hygiene genitalia. Tujuan dari personal hygiene genitalia adalah memelihara kebersihan dan kesehatan personal dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah gangguan alat reproduksi sehingga meningkatkan derajat kesehatan (Tapparan et al., 2013). Perawatan organ reproduksi dapat dilakukan dengan cara mengupayakan vagina senantiasa kering dan tidak lembab, mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, menyeka dari depan ke belakang, tidak menggunakan handuk yang telah dipakai orang lain untuk mengeringkan vagina, menggunakan celana dalam yang bersih dan berbahan katun serta menghindari menggunakan alat pembersih kemaluan karena dapat merubah keasaman pada vagina (Putri and Saputra, 2018).

Beberapa penelitian menemukan terdapat hubungan antara perawatan organ reproduksi dengan keputihan pada wanita usia subur. Hal ini dikarenakan wanita usia subur seringkali malas mengganti celana dalam terutama saat beraktivitas sehingga menyebabkan kelembapan pada area vagina. Selain itu di beberapa daerah ditemukan wanita usia subur yang melakukan aktivitas mandi dan mencuci pakaian secara bersama-sama di sungai (Riza et al., 2019). Penelitian lain menemukan bahwa kebersihan organ reproduksi berhubungan secara signifikan dengan kejadian keputihan pada ibu pemulung (Butarbutar and Tumanggor, 2020).

Wanita usia subur yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi yang cukup merupakan bekal agar selalu sehat dan menjalani siklus reproduksinya tanpa rasa khawatir (Elsas, 2019). Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi pelaksanaan promosi kesehatan (Ayu et al., 2020). Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene kesehatan reproduksi dapat dilakukan dengan kegiatan penyuluhan. Suatu penelitian menerangkan adanya pengaruh antara pengetahuan dengan sikap personal hygiene saat menstruasi (Isniah, 2018). Upaya peningkatan kesehatan reproduksi wanita usia subur diharapkan memiliki dampak yang signifikan terhadap kehidupan reproduksi wanita usia subur (Emilia and Prabandari, 2019). Upaya peningkatan kesehatan reproduksi ibu melibatkan seluruh lapisan masyarakat terutama kader kesehatan setempat khususnya di wilayah Desa Ngestiharjo Kecamatan Kasihan Kabupaten Bantul. Kader kesehatan berperan dalam menggerakkan kelompok ibu-ibu untuk meningkatkan kesehatan reproduksi. Kader kesehatan dipilih dari ibu-ibu setempat yang mau bekerja secara sukarela untuk menyelenggarakan kegiatan di bidang kesehatan.

Survei awal tim pengabdian melalui diskusi dengan kader kesehatan di wilayah Desa Ngestiharjo memperlihatkan bahwa banyak ibu yang jarang memperoleh informasi terkait kesehatan reproduksi sehingga belum mengetahui cara merawat organ kesehatan reproduksi. Informasi ini mendorong tim pengabdian memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur tentang personal hygiene kesehatan reproduksi khususnya pada ibu-ibu PKK di wilayah desa Ngestiharjo.

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Desa Ngestiharjo, Kasihan Bantul yang diikuti oleh 20 peserta terdiri dari 3 kader kesehatan dan 17 ibu-ibu anggota PKK.

1. Tahap persiapan

Perencanaan pelaksanaan kegiatan diawali dengan pertemuan bersama kader PKK untuk membahas rencana pelaksanaan kegiatan. Hasil pertemuan disepakati bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian akan diselenggarakan saat kegiatan arisan bulanan ibu-ibu PKK pada bulan Desember 2022. Selanjutnya, tim pengabdian mempersiapkan materi yang akan disampaikan pada kegiatan tersebut.

2. Tahap Pemberian Materi

a. Pemberian materi kesehatan reproduksi dan ketrampilan perawatan organ reproduksi pada ibu-ibu PKK dan memotivasi agar selalu menjaga kesehatan reproduksinya.

b. Pembuatan produk pengabdian berupa modul kesehatan reproduksi yang berasal dari materi yang diberikan saat penyuluhan dan poster personal hygiene genitalia.

c. Penguatan informasi kesehatan reproduksi melalui diskusi dan tanya jawab.

3. Tahap Konsolidasi

Tahap ini dilakukan dengan memberikan instrument evaluasi kepada peserta dalam bentuk kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan untuk mengukur pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan. Instrumen evaluasi disusun dalam bentuk pilihan ganda dengan kriteria penilaian pengetahuan baik jika skor lebih dari 5 dan pengetahuan kurang jika skor kurang dari 5.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu penyuluhan, diskusi dan evaluasi. Sebelum pelatihan dilakukan ada pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan mereka mengenai materi yang akan diberikan, dan setelah pelaksanaan materi diberi posttest. Tim pengabdian kepada masyarakat menyampaikan materi selama 20 menit dengan menyampaikan materi terkait dengan personal hygiene, kesehatan reproduksi dan wanita usia subur. Setelah penyampaian materi kesehatan reproduksi kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan pemberian kesempatan kepada peserta untuk bertanya. Terdapat 5 orang ibu yang mengatakan pernah mengalami masalah pada organ reproduksinya berupa keputihan, dan rasa gatal yang tidak nyaman pada area kewanitaan. 2 orang peserta yang mengajukan pertanyaan tentang efek jangka panjang penggunaan produk sabun kewanitaan dan bagaimana pencegahan kanker serviks. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti kurang lebih 3 kader kesehatan aktif dan 17 ibu-ibu PKK. Kegiatan pengabdian diawali dengan pembuatan produk pembelajaran kesehatan reproduksi berupa poster dan modul materi pengabdian, melakukan demonstrasi perawatan organ reproduksi yang benar dan tepat, serta melakukan evaluasi berupa diskusi dan tanya jawab terkait kesehatan organ reproduksi.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

Hasil dari evaluasi yang dilakukan oleh tim diperoleh adanya peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi dan perawatan organ reproduksi secara signifikan. Sebelum diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi pengetahuan ibu-ibu PKK sebesar 35% dan meningkat menjadi 85% setelah dilaksanakan penyuluhan. Evaluasi tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK dilakukan dengan pengisian kuesioner tentang pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi dan personal hygiene genitalia sebanyak 10 pertanyaan pilihan ganda.

Tabel 1.
Tingkat Pengetahuan Responden

Kategori Pengetahuan	Pre Test	Post Test
Baik	35%	85%
Kurang	65%	15%

Perawatan organ kewanitaan merupakan salah satu usaha menjaga kesehatan secara keseluruhan. Wanita seringkali mengabaikan kebersihan di area kewanitaan. Akibatnya, arena kewanitaan menjadi lembab dan kotor sehingga menjadi tempat bakteri berkembang dan rentan terinfeksi virus berbahaya. Area kewanitaan yang tidak terjaga kebersihannya menimbulkan masalah pada vagina seperti keputihan dan infeksi jamur. Perawatan organ kewanitaan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan yang dimiliki seorang wanita (Istiana et al., 2021). Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya usia. Usia menggambarkan kematangan fisik, kematangan psikis dan sosial yang dapat mempengaruhi proses belajar remaja. Usia mempengaruhi seseorang dalam menangkap informasi yang akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seorang wanita (Hanifah and Suparti, 2017).

Para ibu di desa Ngestiharjo dan para kader memiliki tingkat pengetahuan cenderung kurang, hal tersebut bisa disebabkan oleh kurangnya pemberian informasi kesehatan reproduksi, dan kurangnya pemberian pemahaman dari lingkungan sekitar tentang hygiene genitalia. Ibu-ibu dan para kader juga belum paham cara merawat organ reproduksi wanita dengan baik dan benar. Penyuluhan kesehatan bertujuan untuk mewujudkan perubahan pada perilaku individu, keluarga maupun masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan serta berperan secara aktif dalam mewujudkan kesehatan yang optimal baik fisik, mental dan social. salah satu metode yang dapat digunakan dalam penyuluhan kesehatan adalah ceramah (Sulistyoningsih and Fitriani, 2020).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dan masyarakat memberikan respon yang positif. Sebanyak 85% peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi setelah diberikan materi penyuluhan. Diperlukan adanya kerjasama antara praktisi kesehatan dengan masyarakat untuk lebih banyak memberikan penyuluhan kesehatan khususnya di bidang kesehatan reproduksi untuk meningkatkan derajat kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, I. M., Nadiyah, N., Situngkir, D. & Nitami, M. 2020. Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk "X" Tangerang Raya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 3, 87-95.
- Butarbutar, A. F. & Tumanggor, J. F. 2020. Hubungan Personal Hygiene Dengan Masalah Keputihan Pada Ibu Pemulung Di Tpa Tadukan Raga Stm Hilir. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (Jkg)*, 2, 119-125.
- Elsas, S. W. 2019. Pernikahan Dini (Studi Antropologi Di Jorong Mawar Ii, Nagari Lubuk Jantan, Kecamatan Lintau Buo Utara, Kabupaten Tanah Datar, Provinsi Sumatera Barat). Universitas Andalas.
- Emilia, O. & Prabandari, Y. S. 2019. Promosi Kesehatan Dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi, Ugm Press.
- Hanifah, L. & Suparti, S. 2017. Hubungan Usia Dengan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8.
- Isniah, P. F. 2018. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi'aisyiah Boarding School Lawang Kabupaten Malang. Universitas Negeri Malang.
- Istiana, S., Mulyanti, L. & Janah, A. 2021. Pendidikan Kesehatan Tentang Vulva Hygiene Pada Wanita Usia Subur Di Dusun Teseh Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3, 39-44.
- Nasution, F. P. 2018. Hubungan Perilaku Wanita Usia Subur (Wus) Tentang Vulva Hygiene Dengan Keputihan Di Lingkungan Vii Kelurahan Pinangsori Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2018. Institut Kesehatan Helvetia.
- Putri, S. A. & Saputra, E. P. 2018. Perancangan Aplikasi Sistem Pakar Diagnosa Awal Kanker Reproduksi Wanita Dengan Metode Certainty Factor. *Jurnal Media Informatika Budidarma*, 2.
- Riza, Y., Qariati, N. I. & Asrinawaty, A. 2019. Hubungan Personal Hygiene Dan Penggunaan Kontrasepsi Dengan Kejadian Keputihan Pada Wanita Usia Subur (Wus). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 2, 69-74.

- Sulistyoningsih, H. & Fitriani, S. 2020. Upaya Peningkatan Personal Higiene Organ Reproduksi Perempuan Santri Pondok Pesantren Ummul Quro Salopa. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*, 2, 1-4.
- Tapparan, F., Lampus, B. S. & Pandelaki, A. J. 2013. Gambaran Perilaku Kebersihan Organ Genitalia Eksterna Siswi Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kawangkoa. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik*, 1.
- Yusiana, M. A. & Saputri, M. S. T. 2016. Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi. *Jurnal Stikes Rs Baptis Kediri*, 9.