



SEHAT ITU KEREN : EDUKASI KEPUTIHAN PADA REMAJA UNTUK CEGAH INFENSI SEJAK DINI

Sylvianovelista R. Losooyo^{1*}, Wa Ode Nurlina¹, Bazrul Makatita²

¹STIKes RS Prof. DR. J.A Latumeten, Jl. Dr. Apituley, Silale, Nusaniwe, Ambon, Maluku 97112, Indonesia

²STIKes Pasapua Ambon, Jl. Suli Raya, Suli, Salahutu, Maluku Tengah, Maluku 97582, Indonesia

*Sylviaonlineroom94@gmail.com

ABSTRAK

Masa pubertas merupakan fase penting dalam kehidupan remaja yang ditandai dengan perubahan hormonal signifikan. Salah satu kondisi yang sering dialami remaja putri pada masa ini adalah keputihan, baik yang bersifat fisiologis maupun patologis. Rendahnya pengetahuan remaja tentang keputihan dapat berdampak pada kurangnya kesadaran terhadap pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai keputihan, penyebabnya, pencegahannya, serta pentingnya menjaga kebersihan area genital. Penulisan laporan ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan teknik proses keperawatan. Kegiatan dilakukan pada tanggal 10 Januari 2025 di SMA Negeri 7 Huamual Belakang, Kabupaten Seram Bagian Barat, dan melibatkan 42 siswi kelas X dan XI yang berusia 13–17 tahun. Metode edukasi yang digunakan bersifat partisipatif dan interaktif, termasuk kuliah interaktif, diskusi kelompok, sesi tanya jawab, simulasi cuci tangan dan kebersihan area kewanitaan, penyebaran pamflet edukatif, serta penilaian pretest dan posttest. Evaluasi dilakukan melalui perbandingan hasil pretest dan posttest, survei kepuasan peserta, dan observasi selama kegiatan berlangsung. Seluruh peserta (100%) menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai keputihan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti simulasi dan diskusi kelompok. Edukasi kesehatan reproduksi tentang keputihan efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri dalam menjaga kebersihan area genital.

Kata kunci: higiene genital; keputihan; pencegahan infeksi dini; pengetahuan

HEALTHY IS COOL: EDUCATION ON VAGINAL DISCHARGE IN ADOLESCENTS TO PREVENT INFECTION EARLY

ABSTRACT

Puberty is an important phase in adolescent life that is characterized by significant hormonal changes. One of the conditions that adolescent girls often experience during this period is vaginal discharge, both physiological and pathological. Adolescents' low knowledge about vaginal discharge can have an impact on the lack of awareness of the importance of maintaining the cleanliness of the reproductive organs. The purpose of this activity is to increase the knowledge of young women about vaginal discharge, its causes, prevention, and the importance of maintaining the cleanliness of the genital area. The writing of this report uses a case study approach with nursing process techniques. The activity was carried out on January 10, 2025 at SMA Negeri 7 Huamual Akhir, West Seram Regency, and involved 42 students in grades X and XI aged 13–17 years. The educational methods used are participatory and interactive, including interactive lectures, group discussions, question and answer sessions, simulations of handwashing and hygiene of women's areas, distribution of educational pamphlets, and pretest and posttest assessments. Evaluation is carried out through comparison of pretest and posttest results, participant satisfaction surveys, and observations during the activity. All participants (100%) showed an increase in understanding of vaginal discharge after participating in educational activities. Participants also showed high enthusiasm in participating in simulations and group discussions. Reproductive health

Keywords: early infection prevention; genital hygiene; knowledge; vaginal discharge

PENDAHULUAN

Setiap orang mengalami masa-masa penting dalam perkembangan fisik, emosional, dan sosial selama masa remaja. Pergeseran hormon yang berdampak pada reproduksi adalah salah satu dari sekian banyak perubahan yang dialami remaja pada masa ini. Keputihan merupakan gejala yang umum terjadi pada remaja putri. Keputihan merupakan hal yang umum terjadi, tetapi tidak mengetahui perbedaan antara keputihan yang normal dan tidak normal dapat menyebabkan rasa malu, kecemasan, dan komplikasi medis yang berpotensi berbahaya. Keputihan merupakan salah satu gejala klinis yang paling umum dialami oleh wanita, baik dalam kondisi fisiologis maupun patologis. Secara klinis, keputihan dapat menjadi indikator awal dari berbagai kondisi infeksi atau ketidakseimbangan flora normal di area genital. Memahami etiologi keputihan sangat penting dalam proses diagnosis dan penatalaksanaan yang tepat. Beberapa penyebab umum keputihan patologis antara lain adalah vaginosis bakterial, kandidiasis vulvovaginal, dan trikomoniasis. Vaginosis bakterial ditandai dengan keluarnya cairan abu-abu homogen akibat pertumbuhan berlebih bakteri anaerob, dan tercatat sebagai penyebab sebesar 13,75% dari kasus keputihan (Amrin & Lakshmi, 2021).

Berdasarkan data dari WHO tahun 2018, sekitar 75% perempuan di dunia pernah mengalami keputihan setidaknya satu kali dalam hidupnya, dan 45% mengalami kondisi tersebut dua kali atau lebih. Di kawasan Eropa, prevalensi keputihan tercatat sebesar 25% (Juliansyah & Zulfani, 2021). Sementara itu, sebuah penelitian di India menunjukkan bahwa sebanyak 95% remaja putri mengalami keputihan (Meylawati et al., 2024). Komitmen global terhadap kesehatan reproduksi juga tercermin dalam Kerangka Aksi Beijing serta Program Aksi hasil Global Education Meeting on Population and Development, yang menjadi bagian dari tujuan Sustainable Development Goals (SDGs) 2015, khususnya dalam upaya pemberdayaan perempuan dan pemenuhan hak-hak reproduksi. Tujuan ini turut diperkuat melalui Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2015 mengenai pelayanan kesehatan reproduksi (Setiawati, 2023).

Di antara 23 juta remaja perempuan dan perempuan muda di Indonesia, 83% di antaranya telah melakukan aktivitas seksual, yang membuat mereka berisiko terkena infeksi menular seksual (IMS) dan, pada gilirannya, keputihan. Remaja dengan keputihan yang tidak normal menduduki peringkat kedua dalam hal masalah kesehatan reproduksi, setelah masalah menstruasi (Maysaroh & Mariza, 2021). Karena jamur tumbuh subur di lingkungan tropis Indonesia, hampir 90% perempuan di sana mungkin mengalami keputihan pada suatu saat. Perempuan yang belum menikah atau perempuan muda (15-24 tahun) menyumbang sekitar 31,8% dari populasi perempuan yang memiliki gejala keputihan. Menurut Za (2020), hal ini menunjukkan bahwa keputihan lebih sering terjadi pada remaja. Keputihan adalah masalah kesehatan reproduksi yang umum terjadi di kalangan remaja di Indonesia, menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2019), yang menyoroti perlunya mengedukasi remaja tentang topik ini. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hanipah dan Nirmalasari pada tahun 2021.

Pendidikan kesehatan reproduksi sangat kurang di beberapa daerah, termasuk Kecamatan Huamual Belakang di Kabupaten Seram Bagian Barat. Informasi yang benar mengenai penyebab, dampak, dan cara menjaga kebersihan organ reproduksi belum tersampaikan kepada banyak remaja putri. Situasi ini diperparah dengan adanya anggapan bahwa membicarakan kesehatan reproduksi merupakan hal yang tabu, baik di rumah maupun di sekolah. Sebagai hasil dari fakta

ini, kelompok pengabdian masyarakat memutuskan untuk merencanakan acara pendidikan yang akan menarik bagi kaum muda dan mendorong partisipasi. Sebagai bentuk kontribusi akademis yang tulus terhadap promosi dan pencegahan kesehatan, acara ini diadakan di SMA Negeri 7 Huamual Belakang. Acara yang dikenal dengan nama "Sehat itu Keren: Edukasi Keputihan pada Remaja untuk Mencegah Infeksi Dini" bertujuan untuk meningkatkan kesadaran di kalangan remaja putri tentang perlunya merawat organ reproduksi mereka dengan cara yang sehat dan mendorong mereka untuk melakukannya secara berkelanjutan.

METODE

Lokasi kerja bakti ini adalah SMA Negeri 7 di Kecamatan Huamual Belakang, Kabupaten Seram Bagian Barat. Aksi ini dilakukan pada satu hari, 10 Januari 2025, dan berlangsung sekitar tiga atau empat jam. Peserta yang dituju adalah para siswi kelas X dan XI SMA Negeri 7 Huamual Belakang yang berusia 13-17 tahun. Tergantung pada jumlah siswa yang terlibat pada hari pelaksanaan, jumlah peserta diharapkan berkisar antara 30 hingga 50 orang. Pendekatan partisipatif dan interaktif digunakan untuk menyampaikan program pendidikan dengan cara mendorong partisipasi aktif dari para peserta. Di antara teknik yang digunakan adalah:

1. Kuliah Interaktif. Penyaji menggunakan PowerPoint dan alat bantu visual lainnya (poster, brosur, dan sejenisnya) untuk mengedukasi para pendengar mengenai keputihan, penyebabnya, pencegahannya, dan perlunya menjaga kebersihan daerah reproduksi.
2. Debat dan Pertanyaan dari Kelas Dalam latihan ini, para peserta akan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil untuk membahas isu-isu kesehatan reproduksi yang spesifik, seperti keputihan. Hasil dari diskusi kelompok akan dibagikan oleh masing-masing kelompok.
3. Simulasi Mencuci Tangan dan Membersihkan Area Genital dengan LembutTujuan dari simulasi ini adalah untuk mengajarkan pengguna teknik dasar dan aman untuk kebersihan area kewanitaan.
4. Menyebarluaskan Pamflet Informasi Untuk memberikan informasi tambahan kepada para peserta di rumah, kami memberikan selebaran yang merangkum isi tentang keputihan dan menyertakan saran untuk menjaga kebersihan organ intim.
5. Penilaian sebelum dan sesudahSebelum dan sesudah latihan, para peserta diberikan kuesioner singkat untuk mengukur tingkat pemahaman mereka terhadap materi. Hal ini memungkinkan kami untuk menilai keberhasilan pelajaran.

Untuk mengukur dampaknya, kami membandingkan nilai pra dan pasca tes para peserta untuk melihat seberapa besar pemahaman mereka telah meningkat. Untuk mengukur lebih lanjut bagaimana perasaan para peserta terhadap konten dan presentasinya, kami juga memberikan survei kepuasan untuk diisi. Pengamatan selama percakapan kelompok dan sesi tanya jawab digunakan untuk mengumpulkan data kualitatif. Kru dokumentasi akan mengambil gambar dan film untuk mengabadikan peristiwa tersebut dan menyimpannya untuk selamanya. Laporan tentang proyek layanan masyarakat di masa lalu dan masa depan akan didasarkan pada catatan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tanggal 10 Januari 2025, di SMA Negeri 7 Huamual Belakang, kegiatan sukarelawan ini berlangsung. Acara ini dimulai pada pukul 08.30 WIT dan berakhir pada pukul 12.00 WIT, diikuti oleh 42 siswa kelas X dan XI. Seorang pejabat sekolah membuka acara, dan kemudian kelompok pengabdian masyarakat memberikan presentasi. Di antara topik yang dibahas adalah sebagai berikut: apa itu keputihan, bagaimana keputihan diklasifikasikan sebagai normal atau tidak normal, apa penyebabnya, efek yang mungkin ditimbulkan, dan bagaimana cara menjaga kebersihan daerah genital. Para peserta cukup antusias selama sesi debat dan tanya jawab.

Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes awal dan tes akhir untuk memastikan keberhasilan kegiatan tersebut. Temuan menunjukkan bahwa pemahaman para peserta terhadap materi pelajaran meningkat secara signifikan.

Tabel 1.

Pemahaman Para Peserta Terhadap Materi Pelajaran Pre Dan Post

Aspek Penilaian	Nilai Rata-rata Pra-Tes	Nilai Rata-rata Post-Test
Pengetahuan tentang jenis keputihan	52%	88%
Memahami penyebab keputihan	46%	83%
Tindakan pencegahan untuk keputihan yang tidak normal	40%	85%

Peningkatan nilai ini menunjukkan bahwa inisiatif edukasi telah efektif dalam meningkatkan pemahaman perempuan muda tentang kesehatan reproduksi, khususnya masalah keputihan. Tingginya jumlah pertanyaan yang diajukan selama sesi berlangsung menunjukkan keaktifan para peserta. Demikian pula, keterlibatan para peserta dalam simulasi dan praktik pemeliharaan kebersihan organ reproduksi sangat antusias. Mayoritas peserta menganggap informasi yang diberikan cukup informatif dan membantu dalam memuaskan keingintahuan mereka. Beberapa contoh jawaban yang kami dapatkan dari survei tersebut adalah sebagai berikut:

"Saya baru saja mengetahui bahwa perubahan warna atau bau yang menyengat pada keputihan dapat mengindikasikan adanya penyakit."

"Berkat suasana yang santai, semua orang merasa nyaman untuk mengajukan pertanyaan dan langsung pada intinya, dan itu sangat bagus."

Ada gambar dan video yang mendokumentasikan acara tersebut. Dokumentasi ini menangkap sifat acara yang hidup dan partisipatif.



Gambar 1. Sambutan dan Perkenalan Awal Kegiatan



Gambar 2. Presentasi Materi dan Sesi Tanya Jawab



Gambar 3 Dokumentasi dengan Sekolah dan Peserta Penyuluhan

SIMPULAN

Para siswi dari SMA Negeri 7 Huamual Belakang hanya memiliki hal-hal baik untuk dikatakan tentang dalam proyek pelayanan masyarakat "Sehat itu Keren". Temuan dari hasil pre-test dan post-test para peserta menunjukkan bahwa mereka mendapatkan lebih banyak pengetahuan setelah menerima edukasi tentang keputihan dan pentingnya mempraktikkan kebersihan reproduksi yang baik sejak usia muda. Pendidikan kesehatan reproduksi sangat dibutuhkan oleh remaja putri, terutama di daerah-daerah yang minim informasi, seperti yang terlihat dari antusiasme para peserta untuk mengikuti seluruh rangkaian acara. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dari layanan ini, penting untuk membuatnya mudah didekati dan partisipatif sehingga orang-orang merasa aman untuk bertanya dan berbagi pengalaman mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrin, S. S., & Lakshmi, G. J. (2021). Vaginal discharge: The diagnostic enigma. *Indian Journal of Sexually Transmitted Diseases and AIDS*, 42(1), 38–45. https://doi.org/10.4103/IJSTD.IJSTD_92_18
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Panduan pendidikan kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ilankoon, M. P. S., Gunawardana, C. S. E., Fernandopulle, R. C., & Perera, P. P. R. (2018). *Vaginal Discharge Assessment form for Utilization by Primary Health Care Workers in a Community Setting*. 9(3). <https://doi.org/10.19080/JGWH.2018.09.555763>
- Juliansyah, J., & Zulfani, S. . (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Penyuluhan Keputihan (Flour Albus) Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sintang. *Literasi Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Inovasi*, 1(2), 228-240. <https://doi.org/10.58466/literasi.v1i2.1309>
- Maysaroh, S., & Mariza, A. (2021). Pengetahuan Tentang Keputihan Pada Remaja Putri (Vol. 7, Issue 1).
- Meylawati, L. E., Anggraeni, F., Fortuna, I. D., Kesehatan, F. I., Prodi, D., Keperawatan, S., Dirgantara, U., & Suryadarma, M. (2024). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Flour Albus Terhadap Tingkat Pengetahuan. *Jurnal Manajemen Kesehatan dan Keperawatan*, 1(1), 1–6.

Setiawati, I. T. (2023). *Tingkat pengetahuan tentang keputihan pada remaja putri di MA Al Ma'had An Nur* (Karya tulis ilmiah, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta, Program D-III Kebidanan).

Suryani, E. (2020). *Metode dan strategi penyuluhan kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.