

Pemberdayaan Remaja Awal Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Melalui Peningkatan Perilaku Higiene Genetalia Di SDN Airlangga I/198 Surabaya

Ervi Husni, S.Kep., Ns., M.Kes; Sukesni, A.Per.Pen., S.Kep.Ns., M.Kes;
Queen Khoirun Nisa' Mairo, SST., M.Keb

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Surabaya

Jl. Karang Menjangan No 12-14 Karang Menjangan Surabaya

Ervie.dh@gmail.com, sukesni.maritim64@gmail.com, queenmairo13@gmail.com

Abstract - Youth is the backbone of future generations and as an asset of human resources. Adolescence is a period of transition both physically, psychically and socially from childhood to adulthood. Youth development is characterized by physical, psychic and social changes. Changes that occur can cause problems, one of which is whiteness. Based on Riskesdas Indonesia in 2010 menarche age 6-12 years as much as 35.6% while the age of 13-15 years 35.2%. A total of 75% of women experienced the condition during their hdup phase and as many as 45% experienced recurrent conditions. This indicates that adolescent understanding of hygiene during menstruation is still low. it's good for young women to get the right information about menstruation. This community service aims to build awareness and improve the behavior of young women in improving and maintaining personal hygiene for young women, especially during menstruation. **Method:** This type of community service is training and counseling. The activity was held at SDN Airlangga I/198 Surabaya. With 40 teenagers. **Result:** the results of data collection obtained an increase in knowledge, attitudes and practices. **Conclusion:** Community Service activities are able to increase the knowledge, attitudes and actions / practices of adolescents about hygiene genetalia behavior, especially during menstruation. it is necessary to monitor teenagers in maintaining their genetalia hygiene especially during menstruation

Keywords: young women, hygiene genetalia, menstruasi

Abstrak - Remaja merupakan tulang punggung penerus generasi dimasa mendatang dan sebagai aset sumber daya manusia. Masa remaja merupakan masa peralihan baik secara fisik, psikis maupun sosial dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Tumbuh kembang remaja ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis maupun sosial. Perubahan yang terjadi ini dapat menimbulkan masalah salah satunya adalah keputihan, Berdasarkan Riskesdas Indonesia tahun 2010 usia menarche 6 – 12 tahun sebanyak 35,6% sedangkan usia 13 – 15 tahun 35,2%. Sebanyak 75% wanita mengalami keputihan selama fase hidupnya dan sebanyak 45% mengalami kondisi berulang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa pemahaman remaja tentang hygiene saat menstruasi masih rendah. sudah selayaknya remaja putri memperoleh informasi yang benar tentang menstruasi. Pengabdian masyarakat ini bertujuan membangun kepedulian dan meningkatkan perilaku remaja putri dalam meningkatkan dan menjaga personal hygiene remaja putri terutama saat menstruasi. **Metode:** jenis pengabdian masyarakat ini adalah Pelatihan dan penyuluhan. Kegiatan dilakukan di SDN Airlangga I/198 Kota Surabaya. Dengan jumlah 40 remaja. **Hasil:** hasil pengumpulan data didapatkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap dan praktek. **Simpulan:** Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan Tindakan/ praktek remaja tentang perilaku hygiene genetalia terutama saat menstruasi. Perlu pemantauan pada remaja dalam menjaga kebersihan genetaliannya terutama saat menstruasi

Kata Kunci: remaja putri, hygiene genetalia, menstruasi

I. PENDAHULUAN

Remaja merupakan tulang punggung penerus generasi dimasa mendatang dan sebagai asset sumber daya manusia. Besarnya jumlah penduduk usia remaja merupakan suatu peluang

dan seharusnya bukan menjadi masalah bagi pemerintah. Masa remaja merupakan masa peralihan baik secara fisik, psikis maupun sosial dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Tumbuh kembang remaja ditandai dengan adanya

perubahan fisik, psikis maupun sosial. Perubahan yang terjadi ini dapat menimbulkan masalah salah satunya adalah keputihan. Keputihan (Leukore/ fluor albus) merupakan cairan yang keluar dari vagina. Dalam keadaan biasa, cairan ini tidak sampai keluar namun belum tentu bersifat patologis (berbahaya). Cairan putih kental yang keluar dari liang senggama (vagina) secara berlebihan merupakan Leukorea (keputihan) (Imron, 2011). Sebagian besar remaja menganggap keputihan merupakan hal yang biasa dan wajar. Selain itu perasaan malu ketika mengalami keputihan yang berlebih membuat remaja enggan untuk melakukan pemeriksaan dan menganggap tidak perlu diobati (Yuliasari, 2015). Sekitar 75% wanita didunia pasti akan mengalami kejadian keputihan paling tidak sekali seumur hidup dan sebanyak 45% wanita mengalami kejadian keputihan dua kali atau lebih. Sekitar 70% remaja putri di Indonesia mengalami masalah keputihan dan sebanyak 45% remaja putri di Yogyakarta pernah mengalami keputihan (Ramayanti, 2017). Keputihan ini merupakan keluhan yang umum terjadi pada wanita di dunia, terutama di wilayah Asia. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa 5% remaja didunia terjangkit PMS dengan gejala keputihan setiap tahunnya, dan sebesar 75% wanita di seluruh dunia setidaknya mengalami candidiasis atau keputihan sebanyak satu kali dalam seumur hidupnya. Pengabdian masyarakat ini merupakan implementasi dari hasil penelitian dengan judul Health Education Based Transtheoretik Model in Hygiene Genitalia Behavior Early Adoleccent Grade VI at Airlangga Public Elementary School I/198 Surabaya, sehingga lebih tepat dilaksanakan di sekolah yang merupakan tempat penelitian ini sehingga dapat langsung mengaplikasikan hasil penelitian tersebut. Pengabdian masyarakat ini bertujuan membangun kepedulian dan meningkatkan perilaku remaja putri dalam meningkatkan dan menjaga personal hygiene remaja putri terutama saat menstruasi.

Munculnya masalah keputihan terkait langsung dengan perilaku remaja terutama saat menstruasi dan dalam menjaga kebersihan personal terutama bagaimana cara menjaga/merawat organ reproduksi dalam kehidupan sehari hari.

Dalam hal ini remaja terutama remaja awal masih menstruasi merupakan hal yang sangat baru bagi mereka, dimana saat ini usia

menstruasi remaja sudah bergeser ke usia yang lebih muda lagi. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan saat peninjauan lahan sudah banyak siswa kelas 5 SD yang sudah mengalami menstruasi, dimana usia mereka berada di rentang 11-13 tahun.

II. METODE

Subjek pada pengabdian masyarakat ini adalah remaja putri di SDN I Airlangga I/198 Surabaya. Remaja putri diikutkan dalam pengabdian masyarakat bila memenuhi kriteria serta bersedia menjadi responden setelah diberi penjelasan dan mengisi lembar persetujuan (*informed consent*). Kegiatan pengabdian masyarakat kali ini dalam bentuk pelatihan dan penyuluhan.

III. HASIL

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan Remaja Tentang hygiene genitalia

	Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
Baik	6	15%	34	85 %
Cukup	15	37,5 %	4	10 %
Kurang	19	47,5 %	2	5 %
Total	40	100 %	40	100 %

Tabel.1 menunjukkan sebelum penyuluhan hampir setengahnya (47,5%) berpengetahuan kurang, setelah penyuluhan hampir seluruhnya (85%) remaja mengalami peningkatan pengetahuan menjadi baik. Begitu juga remaja yang berpengetahuan kurang hanya 5 %.

Tabel 2. Hasil Evaluasi Sikap Remaja peningkatan hygiene genitalia

	Sebelum Pelatihan		Setelah Pelatihan	
	Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
Baik	4	10 %	32	80 %
Cukup	12	30 %	6	15 %
Kurang	24	60 %	2	5 %
Total	40	100 %	40	100 %

Tabel.2 menunjukkan sebelum penyuluhan lebih dari setengahnya (60%) remaja awal menunjukkan sikap yang kurang, tetapi setelah penyuluhan hampir seluruhnya (80%) remaja mengalami peningkatan sikap menjadi baik.

Tabel 3. Hasil Evaluasi Praktik Remaja peningkatan hygiene genitalia

	Sebelum Pelatihan		Setelah Pelatihan	
	Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
Baik	2	5 %	30	75 %
Cukup	14	35 %	8	20 %
Kurang	24	60 %	2	5 %
Total	40	100 %	40	100 %

Tabel.3 menunjukkan sebelum penyuluhan lebih dari setengahnya (60%) praktiknya dalam katogori kurang, seelah penyuluhan hamper seluruhnya (75%) remaja mengalami peningkatan praktek menjadi baik.

IV. PEMBAHASAN

Penyuluhan/ pelatihan tentang peningkatan perilaku higiene personal saat mentruasi dilaksanakan secara luring dan daring. Kegiatan dilaksanakan selama tiga kali pertemuan. Hari pertama adalah pembukaan dengan melibatkan kepala sekolah dan guru pendamping beserta tim pengabmas. Kegiatan pengabmas di buka secara resmi oleh kepala sekolah dan sekaligus memberikan sambutan, kemudian dilanjutkan penjelasan tujuan dan pelaksanaan kegiatan dan hasil yang diharapkan oleh ketua pengabmas. Setelah acara pembukaan selesai dilanjutkan dengan pelaksanaan Pretest yang bertujuan untuk mengetahui karakteristik peserta dan sejauh mana pengetahuan peserta tentang higiene personal terutama saat menstruasi.

Dari hasil pengumpulan data awal remaja awal berusia 11 – 13 tahun dimana sebahagian besar sudah mengalami menstruasi/ menarche. Dari hasil pre test hampir setengahnya (47,5%) mempunyai pengetahuan yang kurang tentang higiene genitalia saat menstuasi. Untuk sikap remaja awal tentang higiene personal sat menstruasi lebih dari setengahnya (60%) remaja awal mempunyai sikap yang kurang, sedangkan untuk praktiknya remaja awal tentang higiene persoanal saat mentruasi sebahagian besar (60%) kurang.

Setelah didapatkan hasil pre test kemudian dilakukan penyuluhan /pelatihan selama tiga hari. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan berjalan secara lancar, siswa antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan dan merasa senang mendapatkan pengetahuan yang sangat berguna bagi mereka. Materi diberikan sebaga bertahap agar siswa tidak merasa tidak merasa bosan. Saat sesi diskusi dan tannya jawab di buka mereka antusias bertanya. Selain diberikan materi secara langsung siswa juga diberikan Modul agar mereka juga bisa membaca materi

yang ada di modul setiap saat. Materi diberikan hari pertama dan hari kedua, sedangkan hari ketiga dilanjutkan dengan posttest.

Dari hasil postest yang dilakukan di akhir kegiatan yang merupakan salah satu evaluasi dari kegiatan pengabmas didapatkan hampir seluruhnya (85%) berpengetahuan baik tentang higiene genitalia saat menstuasi. Untuk sikap remaja awal tentang higiene personal saat menstruasi hampir seluruhnya (80%) remaja awal mempunyai sikap yang baik, sedangkan untuk praktiknya remaja awal tentang higiene persoanal saat mentruasi juga hampir seluruhnya (75%) dalam kategori baik.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Notoatmodjo (2007), penyuluhan/ pelatihan kesehatan merupakan promosi kesehatan yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Beensley dan Fisher (2008) mengungkapkan bahwa pendidikan kesehatan memang menyampaikan informasi dengan harapan bahwa peserta didik akan mempelajarinya dan mempengaruhi pengetahuannya. Riskesdas (2010) juga mengatakan dengan adanya penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan.

Upaya menjaga kebersihan merupakan salah satu tindakan personal hygiene untuk memelihara kesehatan, kesejahteraan fisik dan psikis. Sedangkan personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaian pada saat menstruasi dan yang memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi secara ekstra terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi (Indriastuti, 2009).

Perilaku buruk dalam menjaga kebersihan genitalia, seperti mencuci dengan air kotor, memakai pembilas secara berlebihan, menggunakan celana yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, tak sering mengganti pembalut dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi. Perilaku hygiene pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait

dengan keadaan menstruasi (Indriastuti, 2009). Masalah reproduksi pada remaja perlu mendapat penanganan serius karena masalah tersebut paling banyak muncul di negara berkembang dan iklim tropis seperti Indonesia karena kurangnya informasi, sikap, niat dan lain-lain serta tingkat kelembapan iklimnya. Hal itu terbukti karena beberapa penelitian menyatakan bahwa banyak faktor yang berpengaruh dalam perilaku Hygiene pada saat menstruasi (Maria, 2016). Salah satu perilaku yang sangat ditekankan bagi perempuan yang tengah mengalami menstruasi adalah pemeliharaan kebersihan diri. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apabila jika sedang banyak-banyaknya. Setelah mandi atau buang air, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya dari bahan yang mudah menyerap keringat, sehingga ketika digunakan saat menstruasi lebih nyaman (Indriastuti, 2009).

V. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan remaja tentang perilaku hygiene genetalia terutama saat menstruasi.

Diharapkan Bagi masyarakat khususnya remaja dapat memantau menjaga kebersihan genetalia, terutama saat menstruasi. Bagi sekolah dapat memantau remaja, siswadalam Kesehatan reproduksi, Bagi dosen, sebagai bentuk pengabdian masyarakat yang harus dilaksanakan setiap semester dan dapat

menjalin kerjasama/kemitraan dengan dinas setempat di kota Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anderson, B.A. dan S.E. Stone [Ed.]. 2013. *Best Practises in Midwifery*. New York: Springer.
- [2] Dinas Kesehatan Pemerintah Kota Surabaya. 2015. *Profil Kesehatan Kota Surabaya 2014*. Surabaya: Dinas Kesehatan Kota Surabaya.
- [3] Jose RL Battubara. Adolescent Development (Perkembangan remaja). Departemen Ilmu Kesehatan Anak, RS Dr Cipto Mangunkusumo, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta 2010;12(1):21- 9)
- [4] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- [5] Ramayanti, Anita. (2017). Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*
- [6] Unit PPM poltekkes Kemenkes Surabaya, 2019, Pedoman Penulisan Proposal Pengabdian Kepada Masyarakat.
- [7] Perwakilan BKKBN Jawa Barat, *Penyiapan Kehidupan Berkeluarga bagi Remaja Bandung*, 2011. BKKBN, Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta 2013.
- [8] BKKBN, *Panduan Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK-KRR)*, Jakarta 2008.
- [9] BKKBN, *Mengenal Sekilas GENRE, PIK R/M, BKR*, Bandung 2013
- [10] Soetjningsih, *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, cetakan I, CV Sagung Seto, Jakarta 2014.
- [11] Moersidowati B, *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja* buku ajar I dan II, CV Sagung Seto, Jakarta 2014.
- [12] -----, *Program Kesehatan Reproduksi Remaja*, BKKBN, Jakarta tanpa tahun.
- [13] Saifuddin, A Bari. Dkk, *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*, Jakarta 2015.