

## UPAYA PENINGKATAN KESADARAN REMAJA PUTRI MENGENAI VULVA HYGINE DI SMAN 3 MANNA BENGKULU SELATAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN KEPUTIHAN

Liya Lugita Sari<sup>1\*</sup>, Taufianie Rossita<sup>2</sup>, Yesi Putri<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Universitas Dehasen Bengkulu

Email Korespondensi: liyalugitasari@unived.ac.id

Disubmit: 20 Desember 2021

Diterima: 08 Januari 2022

Diterbitkan: 02 Maret 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i3.5661>

### ABSTRAK

Usia remaja merupakan usia peralihan dari usia anak-anak menuju usia dewasa dan sebagai titik awal proses reproduksi, sehingga perlu dipersiapkan sejak dini. Memelihara kesehatan pada masa remaja memberikan dampak positif pada kesehatan reproduksi remaja. Salah satu cara untuk menjaga Kesehatan reproduksi yaitu dengan melakukan vulva hygiene dengan benar, dengan melakukan vulva hygiene maka remaja putri dapat mencegah keputihan yang dapat merugikan Kesehatan reproduksi remaja. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja mengenai vulva hygiene dalam mencegah keputihan. Metode yang dilakukan yaitu penyuluhan serta pembentukan badan Kesehatan reproduksi remaja di sekolah. Sebelum dilakukan pemberian materi, terlebih dahulu diberikan pre-tes dan pada saat pemberian materi siswi SMAN 3 sangat antusias dan memberikan respon yang baik ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait vulva hygiene, setelah pemberian materi siswi dilakukan post-tes dan hasilnya terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri SMAN 3 Manna sebesar 50 % dimana pada saat dilakukan pretes hasil yang didapatkan adalah rata-rata nilai 55 dan setelah diberikan materi siswi mendapatkan nilai 82 dan kemudian dibentuk badan Kesehatan reproduksi remaja di SMAN 3 Manna. Saran pada kegiatan ini adalah kepada remaja untuk dapat menerapkan vulva hygiene di rumah dan dapat meningkatkan partisipasi badan Kesehatan reproduksi remaja SMAN 3 Manna untuk seluruh siswi di SMAN 3 Manna.

**Kata Kunci** : Remaja Putri, Vulva Hygine, Keputihan

### ABSTRACT

*Adolescence is a transition from children to adults and as the starting point of the reproductive process, so it needs to be prepared early. Maintaining health during adolescence has a positive impact on adolescent reproductive health. One way to maintain reproductive health is to perform vulvar hygiene properly, by doing vulvar hygiene young women can prevent vaginal discharge which can harm adolescent reproductive health. The purpose of this activity is to increase adolescent knowledge about vulvar hygiene in preventing vaginal discharge. The method used is counseling and the establishment of adolescent reproductive health bodies in schools. Before giving the material, first a pre-test was given and at the time of giving the material the SMAN 3 students were very*

*enthusiastic and gave a good response marked by the number of questions asked related to vulva hygiene, after giving the material the students did a post-test and the result was an increase in adolescent knowledge women at SMAN 3 Manna by 50% where at the time of the pretest the results obtained were an average value of 55 and after being given the material the students got a score of 82 and then a youth reproductive health agency was formed at SMAN 3 Manna. Suggestions for this activity are for teenagers to be able to apply vulva hygiene at home and can increase the participation of the adolescent reproductive health body at SMAN 3 Manna with all students at SMAN 3 Manna.*

**Keywords:** *Young Women, Vulva Hygiene, Fluor Albus*

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan masalah yang serius sepanjang daur kehidupan manusia. Pemerintah sangat mendukung dan menjamin hak Kesehatan reproduksi setiap remaja guna mempersiapkan remaja untuk menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab. Pelayanan Kesehatan reproduksi remaja dapat dilaksanakan melalui komunikasi, informasi dan edukasi, konseling dan pelayanan klinis (Presiden Republik Indonesia, 2014).

Kesehatan reproduksi yaitu keadaan sehat secara fisik, mental dan social secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi. Dalam International Conference Population dan Development (ICPD) tahun 1994 dikairo ruang lingkup ICPD salah satunya adalah Kesehatan reproduksi remaja dan pencegahan serta penanganan infertilitas (Kemenkes RI, 2015).

Menurut peraturan Menteri kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Kemenkes RI, 2014) dan menurut badan kependudukan dan keluarga berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah antara 10-24 tahun dan belum menikah (BKKBN, 2019). Remaja di Indonesia sebanyak 46 juta jiwa dengan 48% nya adalah perempuan dengan jumlah tertinggi ada di Jawa Barat dan terendah ada di Kalimantan Utara (Unicef, 2021)

Jumlah remaja yang banyak tersebut menjadi Fokus Perhatian penting dalam pembangunan Nasional. Dalam Program Prioritas Nasional BKKBN memiliki kontribusi terhadap Peningkatan Kesehatan Ibu Anak, KB dan Kesehatan Reproduksi (Kespro), dengan fokus strategi salah satunya adalah peningkatan pengetahuan dan akses layanan kesehatan reproduksi bagi remaja (BKKBN, 2021).

Sepanjang siklus kehidupannya yang dimulai dari masa remaja, masa reproduksi maupun masa menopause wanita sering mengalami keputihan (Sri Maryanti, 2019). Pada masa remaja keputihan sering terjadi baik keputihan normal maupun yang abnormal. Keputihan yang normal apabila cairan yang keluar dari vagina berwarna bening atau jernih, tidak berbau, tidak terasa gatal dan tidak dalam jumlah yang berlebihan. Apabila cairan berubah menjadi berwarna kekuningan atau kehijauan, berbau dan disertai gatal maka keputihan tersebut adalah keputihan abnormal. Dan hal ini perlu untuk mendapatkan perhatian khusus (Widyatama, 2020).

Keputihan patologis disebabkan oleh infeksi (Jamur, kuman, parasite dan virus) penyebab lain keputihan patologis yaitu kurangnya perawatan remaja putri terhadap kebersihan alat genitalia seperti

mencuci vagina dengan air yang tergenang, menggunakan pembilas secara berlebihan, jarang mengganti celana dalam apabila lembab atau basah serta tidak sering mengganti pembalut pada saat menstruasi (Aulia, 2012).

Pada masa remaja untuk tumbuh dan berkembang dalam kesehatan yang baik, remaja membutuhkan informasi yang baik pula, termasuk pendidikan seksualitas sesuai usia, pelayanan kesehatan yang dapat diterima, merata, tepat guna dan efektif serta lingkungan yang aman dan mendukung (WHO, 2021). Pengetahuan yang baik mengenai vulva hygiene berpengaruh terhadap kejadian keputihan, dimana menurut penelitian yang dilakukan oleh (Siti Chodijah, 2021) menyatakan bahwa remaja yang mempunyai pengetahuan yang rendah mempunyai resiko 3,854 kali lebih besar untuk mengalami keputihan dibandingkan dengan remaja putri yang mempunyai pengetahuan yang baik. Oleh karena itu pentingnya remaja putri memperoleh pengetahuan yang baik untuk mencegah terjadinya keputihan.

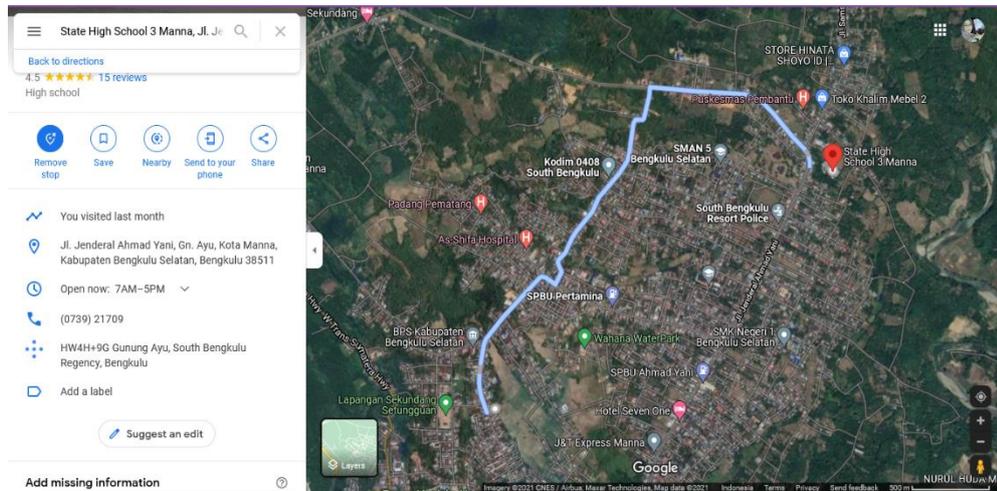
Penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh (Amiruddin et al., 2021) di SMAN 1 Kendari diperoleh hasil Tindakan vulva hygiene berhubungan terhadap kejadian keputihan dimana keeratan hubungan diperoleh nilai 0,768 atau mempunyai hubungan yang kuat. Karena pentingnya pengetahuan remaja mengenai Kesehatan reproduksinya termasuk vulva hygiene dan Kompleksnya permasalahan kesehatan yang dialami remaja menguatkan urgensi upaya kesehatan remaja yang inovatif dan komprehensif sebagai salah satu intervensi prioritas di hulu bagi masalah kesehatan di masyarakat secara umum. Amanat mengenai upaya kesehatan anak usia sekolah dan remaja telah tertuang dalam Permenkes No 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak yang menyatakan pelayanan kesehatan anak usia sekolah dan remaja sedikitnya diselenggarakan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) (Kemenkes RI, 2019).

## 2. MASALAH

SMAN 3 Manna merupakan salah satu SMA negeri yang paling banyak jumlah siswa di Kabupaten Bengkulu Selatan dengan jumlah siswa yaitu 681 siswa dengan jumlah siswa perempuan sebanyak 313 siswa (Kita, 2021). Permasalahan yang dihadapi oleh remaja putri khususnya siswi di SMAN 3 Manna yaitu pertama, kurangnya pengetahuan tentang pentingnya vulva hygiene untuk pencegahan terhadap keputihan, kedua kurangnya penyuluhan-penyuluhan mengenai vulva hygiene dan Kesehatan reproduksi dari puskesmas setempat, dan ketiga belum dibentuknya badan Kesehatan sekolah mengenai Kesehatan reproduksi dan Kesehatan vulva hygiene di sekolah. Hasil survey yang dilakukan sebelum pelaksanaan penyuluhan Sebagian besar siswi belum mengetahui cara merawat organ reproduksi dengan benar, siswi berpendapat bahwa cukup mengganti celana dalam 2 kali sehari dan apabila basah atau lembab tidak perlu diganti dan masih banyaknya siswi yang belum mengetahui bahwa banyak sekali penyebab keputihan bukan hanya karena Melakukan Hubungan Seksual dan apabila mereka mendapatkan keputihan siswi tersebut takut untuk memberitahukan kepada orang tua dan berobat ke tenaga Kesehatan.

Kepala badan kependudukan dan keluarga berencana nasional (BKKBN) mengatakan terjadi stagnan pengetahuan remaja di Indonesia terkait Kesehatan reproduksi termasuk dalam personal hygiene dalam menjaga kebersihan alat kelamin sehingga remaja rawan untuk terkena keputihan

(Hrelaita Darma Santi, 2021), maka diperlukan suatu kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswi terutama SMAN3 Manna Bengkulu Selatan mengenai vulva hygiene untuk mencegah keputihan. Kegiatan ini yaitu penyuluhan menggunakan powerpoint dan video pembelajaran.



Gambar 1 peta lokasi SMAN 3 Manna

### 3. METODE

#### a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan yaitu pembuatan *Pre-Planning*, Persiapan Penyajian Materi Berupa Power Point serta video pembelajaran alat-alat tersebut disiapkan di SMAN 3 Manna Bengkulu Selatan. Pembuatan Materi dilakukan tanggal 28 November 2021 dan pada tanggal 05 Desember 2021 dilakukan penyuluhan mengenai vulva hygiene dan pembentukan badan Kesehatan reproduksi remaja di SMAN 3 Manna Bengkulu Selatan.

#### b. Tahap Pelaksanaan

Acara ini dilaksanakan dengan bantuan kepala sekolah SMAN 3 Manna, untuk mengumpulkan perwakilan siswi SMAN 3 Manna untuk berkumpul di satu ruang kelas, untuk selanjutnya diberikan penyuluhan dan pembentukan Badan Kesehatan Reproduksi Remaja.

Adapun tahapan pelaksanaan Acara Pengabdian Masyarakat Ini adalah

- 1) Sambutan dari Kepala sekolah SMAN 3 Manna dalam hal ini diwakilkan oleh wakil kepala sekolah SMAN 3 Manna.
- 2) Pre tes untuk Menggali Sejauh mana pengetahuan siswi mengenai vulva hygiene,
- 3) Penyampaian Materi mengenai vulva hygiene
- 4) Post tes untuk mengevaluasi pelaksanaan penyuluhan yang dilakukan
- 5) Membuat badan Kesehatan reproduksi remaja yang dikelola oleh siswa

#### c. Evaluasi

##### 1) Struktur

Peserta yang hadir sebanyak 25 siswi yang terdiri dari kelas 1,2 dan 3. Setting tempat sesuai dengan rencana. Sedangkan perlengkapan yang digunakan sudah sesuai dengan apa yang sudah direncanakan. Audiens memahami materi yang disampaikan oleh Pemateri dan

penyampaian materi menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Daerah.

2) Proses

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 05 Desember 2021 pukul 09.00-12.00 WIB, dan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan sebelumnya.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan Kegiatan dilaksanakan di SMAN 3 Manna Bengkulu Selatan dan dilaksanakan pada tanggal 5 Desember 2021 ini diikuti oleh sisi kelas perwakilan kelas 1 dan 2 SMAN 3 Manna Bengkulu Selatan kegiatan pengabdian ini karena SMAN 3 Manna Bengkulu Selatan belum mendapatkan penyuluhan yang memadai mengenai Kesehatan reproduksi terutama vulva hygiene. Adapun media dan alat yang digunakan yaitu power Point untuk penyuluhan serta video pembelajaran mengenai vulva hygiene. Sebelum memulai penyuluhan peserta diberikan pre-test mengenai vulva hygiene dan didapatkan hasil rata-rata pengetahuan peserta yaitu 55. Selanjutnya dilakukan tahap-tahap kegiatan yaitu

a. Penyuluhan

Peserta diberikan edukasi berupa materi tentang vulva hygiene dan diberikan video pembelajaran mengenai vulva hygiene. Pemberian materi dan video ini dimaksudkan untuk menunjang pengetahuan peserta Adapun materi yang diberikan pada saat penyuluhan adalah sebagai berikut

- 1) Pengertian vulva hygiene, adalah suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan organ eksternal genitalia wanita (Siti, 2017).
- 2) Tujuan Vulva Hygiene  
Menurut (Siti, 2017) tujuan dari vulva hygiene adalah
  - a) Menjaga kebersihan vulva
  - b) Mencegah terjadinya infeksi pada vulva
  - c) Mencegah masuknya mikroorganisme pada urogenital tractus
- 3) Cara merawat organ reproduksi yang benar menurut (Kemenkes RI, 2014) yaitu dengan cara
  - a) Pakaian dalam dan celana dalam (CD) diganti minimal 2 kali sehari
  - b) Menggunakan CD berbahan menyerap keringat
  - c) Pakai handuk yang bersih, kering, tidak lembab dan bau.
  - d) Bagi perempuan setelah buang air kecil cara ceboknya dari arah depan ke belakang agar kuman dari anus tidak ikut ke organ reproduksi.

Setelah dilakukan penyuluhan dilakukan post-tes untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan siswa SMAN 3 Manna, hasil post tes didapatkan hasil rata-rata pengetahuan siswa yaitu 82.



Gambar 2. Penyuluhan Pengukuran Status Gizi

- b. Pembentukan Badan Kesehatan Reproduksi Sekolah  
Tahap ini dilakukan setelah diberikan penyuluhan. Kegiatan ini dilakukan untuk memaksimalkan pengetahuan peserta mengenai vulva hygiene dan diharapkan terus dapat meningkatkan pengetahuan siswi mengenai pentingnya vulva hygiene dengan tetap berkomunikasi dengan penyuluh.



Gambar 3. Penyerahan Cendera Mata kepada Ketua Badan Kesehatan Reproduksi SMAN 3 Manna

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan Penyuluhan vulva hygiene telah meningkatkan pengetahuan pada siswi SMAN 3 Manna Bengkulu Selatan dan dapat memberikan kontribusi positif dalam mengurangi dan mencegah kasus keputihan dengan mengikut sertakan siswi dalam bentuk badan kesehatan reproduksi yang beranggotakan siswi SMAN 3 Manna.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, Darlian, L., & Safitri, I. (2021). Studi Tentang Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Vulva Hygiene Remaja dengan Kejadian Keputihan pada Siswi SMA Negeri 1 Kota Kendari. *Bionature*, 22(2), 29-39. <https://doi.org/https://doi.org/10.35580/bionature.v22i2.24279>
- Aulia. (2012). *Serangan Penyakit-Penyakit Khas Wanita Paling sering Terjadi*. Jogjakarta buku biru.
- BKKBN. (2019). *Mengenal Remaja Generasi Z (Dalam Rangka memperingati Hari Remaja Internasional)*. <https://ntb.bkkbn.go.id/?p=1467>
- BKKBN. (2021). *Remaja, Ingat Pahami Kesehatan Reproduksi Agar Masa Depan Cerah dan Cegah Penyakit Menular Seksual*. BKKBN. <https://www.bkkbn.go.id/detailpost/remaja-ingat-pahamilah-kesehatan-reproduksi-agar-masa-depan-cerah-dan-cegah-penyakit-menular-seksual>
- Hrelaita Darma Santi. (2021). *BKKBN: Usia seks makin maju namun edukasi kesehatan reproduksi stagnan*. Antara News. <https://www.antaraneews.com/berita/2461465/bkkbn-usia-seks-makin-maju-namun-edukasi-kesehatan-reproduksi-stagnan>
- Kemendes RI. (2014). *Kesehatan Remaja*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/content/?p=1510>
- Kemendes RI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Kemendes RI. (2019). *Pemuda Rumuskan Keterlibatan Bermakna Dalam Pembangunan Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- <https://www.kemkes.go.id/article/print/19032200001/pemuda-rumuskan-keterlibatan-bermakna-dalam-pembangunan-kesehatan.html>  
Kita, S. (2021). *SMAN 3 Manna. Sekolah Kita*.  
<https://sekolah.data.kemdikbud.go.id/index.php/Chome/profil/D5C01340-5B23-4327-B005-F858E8C6E80B>
- Presiden Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Reproduksi*.
- Siti Chodijah. (2021). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Dikelas Xi Sma 1 Pgri Brebes Tahun 2020. *Kesehatan Indra Husada*, 9(1), 87-93.  
<https://doi.org/10.36973/jkih.v9i1.305>
- Siti, S. (2017). Bahan Ajar Kebidanan Praktik Klinik Kebidanan. In *Badan Pengembangan dan pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan Edisi Tahun 2017*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sri Maryanti, M. W. (2019). Persepsi Dan Perilaku Remaja Putri Dalam Mencegah Keputihan Di Smk 1 Lambuya Kabupaten Konawe. *Smart Kebidanan*, 6(2), 65-69. [https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.34310/sjkb.v6i2.267](https://doi.org/DOI:http://dx.doi.org/10.34310/sjkb.v6i2.267)
- Unicef. (2021). *Gambaran Umum Profil Remaja 2021*.
- WHO. (2021). *Adolescent health*. WHO. [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)
- Widyatama, A. (2020). *Penyebab Sering Keputihan pada Remaja*. Klik Dokter. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3296330/penyebab-sering-keputihan-pada-remaja>