

Edukasi Terhadap Pengetahuan *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswi Di SMA PGRI 2 Kairatu Desa Rumahkay

Nurhayati Kasim

STIKes Maluku Husada, Ambon
Email: nurhayatijufri20@gmail.com^{1*}

Abstrak

Menstruasi merupakan salah satu perubahan fisik yang dialami remaja putri, ditandai dengan perdarahan pada vagina sebagai tanda kematangan organ reproduksi. Perilaku menjaga kebersihan (hygiene) saat menstruasi sangat penting untuk mendukung kesehatan fisik maupun mental remaja putri. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswi SMA PGRI 2 Kairatu, Desa Rumahkay, mengenai vulva hygiene saat menstruasi. Metode yang digunakan adalah penyuluhan edukasi melalui ceramah, diskusi interaktif, serta pemanfaatan media laptop, LCD, dan video edukasi. Tingkat pengetahuan siswi diukur menggunakan pre-test dan post-test sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi. Peserta juga menunjukkan antusiasme dan keaktifan selama kegiatan berlangsung. Kesimpulan kegiatan penyuluhan edukasi berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan vulva hygiene pada remaja putri.

Keywords: Edukasi kesehatan, Pengetahuan

PENDAHULUAN

Masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa dengan usia berkisar 10-19 tahun, yang ditandai dengan perubahan psikologis dan fisik disebut dengan masa remaja. Salah satu perubahan fisik pada remaja putri ditandai dengan menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan pada vagina yang menjadikan tanda bahwa organ reproduksi wanita telah berfungsi secara matang yang terjadi secara alamiah dan perdarahan tersebut terjadi secara teratur setiap bulannya. Perilaku hygiene saat menstruasi sangat penting dilakukan, yang bertujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri baik fisik maupun mental bagi seorang wanita (Susanti, 2020).

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan yang menyeluruh, yang meliputi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial dalam hal sistem reproduksi, fungsi, dan prosesnya. Hal ini tidak hanya berarti bebas dari penyakit atau kecacatan, tetapi juga mencakup aspek-aspek yang terkait dengan kesehatan reproduksi secara menyeluruh. Pembinaan Kesehatan Reproduksi Remaja dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan kepada remaja mengenai perilaku hidup sehat, serta untuk mengatasi masalah yang mungkin timbul (Dewi, 2023).

Pentingnya memelihara dan menjaga kebersihan organ genitalia dilakukan untuk menghindari munculnya gangguan kesehatan pada organ reproduksi, seperti keputihan,

infeksi alat reproduksi, serta kemungkinan terkena risiko kanker. Apabila vagina sebagai organ reproduksi terluar terinfeksi bakteri atau mikroorganisme patogen lainnya, seiring berjalannya waktu dan tingkat keparahan akan turut membahayakan organ genitalia internal lainnya seperti uterus, serviks, dan lain sebagainya (Hana, 2023).

Di Indonesia data sensus penduduk tahun 2020 didapatkan jumlah remaja sebesar 67 juta jiwa (24%) dari total penduduk Indonesia. Provinsi Jawa Timur dengan jumlah penduduk 71,65% berada padausia produktif, dan jumlah remaja usia 11-20 tahun sejumlah 6juta jiwa atau sebesar 10% dari jumlah remaja Indonesia. Di Kabupaten Banyuwangi sendiri tercatat kelompok usia remaja 15-19 tahun sebanyak 34.192 jiwa. Pembangunan nasional menjadi perhatian yang penting karena tingginya jumlah remaja, salah satunya yaitu akses layanan kesehatan reproduksi bagi remaja dan peningkatan pengetahuan, khususnya dalam menjaga personal hygiene seorang remaja putri saat menstruasi (Rizky, 2023).

Berdasarkan survei wawancara dengan 6 siswa di SMA PGRI 2 Kairatu Desa Rumahkay pada tanggal 13 juni 2023 ditemukan satu orang mengatakan bahwa ia telah mendapat penjelasan terkait kebersihan selama haid dari ibu dan kakaknya. Sedangkan lima siswi lainnya mengatakan belum mendapat penjelasan secara langsung terkait kebersihan selama haid, sehingga seringkali membuat mereka bingung ketika haid berlangsung. Menurut ke lima siswa tersebut, mereka tidak mencuci tangan saat akan mengganti pembalut, dan tidak tahu cara membersihkan daerah genital eksternal dengan benar.. Adapun masalah saat tidak mengganti pembalut saat berada di sekolah yakni siswi merasa gatal-gatal dan muncul bau tidak sedap pada area genitalia. Dari permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada siswi SMA PGRI 2 Kairatu Desa Rumahkay tentang pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi dengan pemberian edukasi dalam bentuk media video karena media video di nilai efektif untuk menjadi media edukasi.

METODE KEGIATAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui penyuluhan edukasi kesehatan yang berfokus pada vulva hygiene saat menstruasi. Sasaran kegiatan adalah siswi kelas XI SMA PGRI 2 Kairatu. Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan menggunakan pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah penyuluhan. Tahapan kegiatan meliputi: (1) pengiriman surat izin kepada pihak sekolah, (2) pemilihan peserta, (3) penentuan jadwal pelaksanaan, (4) pelaksanaan pre-test, (5) penyampaian materi penyuluhan melalui ceramah, diskusi tanya jawab, serta pemutaran video edukasi, dan (6) pelaksanaan post-test untuk menilai

peningkatan pengetahuan peserta. Media dan alat yang digunakan meliputi laptop, LCD, serta video edukasi sebagai pendukung penyampaian materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan karakteristik Umur, Kelas, dan Menstruasi

Karakteristik Responden	n	%
Umur		
15 Tahun	16	47.1
16 Tahun	18	52.9
Kelas		
XI	34	100
Menstruasi		
Sudah Menstruasi	34	100,0
Total	34	100

Dari tabel diatas tabel 1, menunjukkan bahwa karakteristik repsonden yang mendapatkan menstruasi pada usia 18 tahun sebesar 47.1% dan pada saat usia 15 tahun sebesar 52.9% dan semua sudah mengalami mestruasi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pre Test Pengetahuan

<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>	
Pengetahuan	%	Pengetahuan	%
13	38.3	5	14.7
12	35.3	14	41.2
9	26.4	15	44.1
34	100	34	100

Pada tabel 2 diatas menunjukkan awal sebelum diberikannya penyuluhan edukasi mengenai vulva hygiene saat menstruasi menunjukkan masih banyak siswi yang belum paham mengenai cara perawatan area genital saat menstruasi sebesar 38.3%, dan siswi yang sudah paham mengenai cara perawatan area genital saat menstruasi sebesar 26.4%. Setelah didapatkan data pre test di awal lalu di lakukan penyuluhan edukasi vulva hygiene saat menstruasi lalu dilakukan post test ulang untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan edukasi, dan hasilnya menunjukkan adanya perubahan pengetahuan pada remaja putri yaitu sebesar 44.1 remaja sudah tahu tentang vulva hygiene saat menstruasi dan pengetahuan yang buruk menurun sebesar 14.7%.

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat tentang vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan bantuan media power point dan video. Materi yang disampaikan berupa pengertian vulva hygiene, menstruasi, cara membersihkan area genital saat menstruasi.

Intervensi pendidikan kesehatan mengenai personal hygiene saat menstruasi terbukti memberikan dampak positif, terutama dalam meningkatkan pengetahuan serta memengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan diri. Pemilihan media yang tepat dalam penyampaian materi juga menjadi faktor penting, karena dapat membantu menyajikan informasi dengan cara yang lebih menarik, mudah dipahami, diingat, serta menyenangkan bagi remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden terkait personal hygiene saat menstruasi. Dengan demikian, media video dapat dijadikan sebagai alternatif yang efisien bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada remaja.

Menurut Notoatmodjo (2022), seseorang yang lebih sering terpapar informasi cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan yang kurang terpapar informasi. Sejalan dengan hal tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam pengetahuan responden, baik sebelum maupun setelah diberikan edukasi kesehatan serta pendampingan. Pengetahuan responden meningkat dengan baik setelah diberikan intervensi tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media video lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden dibandingkan dengan metode pendidikan kesehatan tanpa menggunakan media. Menurut Rusman (2019), kelebihan video yaitu dapat memberikan pesan yang dapat diterima lebih merata oleh siswa, sangat bagus menerangkan suatu proses, mengatasi keterbatasan ruang dan waktu, dapat diulang atau dihentikan sesuai kebutuhan, dan memberikan kesan yang mendalam, dapat mempengaruhi sikap siswa

Remaja putri membutuhkan informasi atau pendidikan tentang proses dan kesehatan selama menstruasi, terutama sindrom pramenstruasi beserta penanganannya. Remaja putri akan mengalami kesulitan menghadapi menstruasi jika sebelumnya mereka belum pernah mengetahui atau membicarakannya baik dengan teman sebaya atau dengan ibu atau keluarga. Namun tidak selamanya ibu dapat memberikan informasi tentang menstruasi karena terhalang tradisi yang menganggap tabu untuk membicarakan tentang menstruasi, sehingga akan mempengaruhi kualitas kesehatan selama menstruasi pada remaja (Handayani & Ika, 2020).



Gambar 1. Kegiatan Edukasi

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada siswi kelas XI SMA PGRI 2 Kairatu menunjukkan bahwa peserta aktif mengikuti seluruh rangkaian penyuluhan edukasi. Peserta juga mampu menjawab pertanyaan yang diberikan selama kegiatan berlangsung. Hasil evaluasi melalui post-test memperlihatkan bahwa peserta memahami materi yang disampaikan, sehingga terjadi peningkatan pengetahuan mengenai vulva hygiene saat menstruasi

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala sekolah SMA PGRI 2 Kairatu yang telah memberikan izin kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dan beserta anggota pengabdian masyarakat yang telah turut membantu persiapan sampai dengan terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini dan juga untuk peserta pengabdian masyarakat ini yang telah mengikuti dengan antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. R., & Susanti, Y. (2020). Efektivitas kompres air hangat dan air dingin terhadap penurunan intensitas nyeri pada remaja putri dengan dismenore. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 1(1), 7-15.
- Dewi Arwini Bugis, (2023) Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri Pada Kasus Keputihan. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(1), 43-51.
- Hana, C., Zuhdy, N., & Widyasih, H. (2018, February). Stres psikososial dan kejadian fluor albus patologis pada santri. In *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah* (Vol. 8, No. 1, pp. 9-14).
- Handayani, Ika. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Keputihan Patologis Dengan Perilaku Personal Hygiene Genetalia Pada Remaja Putri di SMA N 1 Mlati. Universitas aisyiah Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. (2022). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisike-1). Jakarta: Rineka Cipta.
- Rizky Fadilasani, (2023) Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Sebelum Dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Keputihan Di SMP Kristen Gergaji Semarang. *Jurnal Sisthana*, 7(1), pp. 5-11.