

**PERCEPTIONS AND EFFORTS OF TEENAGER AND ADULT FEMALE TO GENITALS HYGIENE
PERSEPSI DAN UPAYA REMAJA DAN WANITA DEWASA UNTUK KEBERSIHAN KELAMIN**

**Mimin Mardhiah Zural^{1*}, Wuri Komalasari², Nurhadi Nurhadi¹, Siska Nerita¹, Nursyahra Nursyahra¹,
Meilia Maratus Solikhah¹, dan Dea Rahmi Sya'bani¹**

¹Universitas PGRI Sumatera Barat

²STIKes Ranah Minang

E-mail: miminzural.forresearch@gmail.com

ABSTRACT

Teenagers are very fond of beauty. But beauty is not only seen in the face and white skin, but also in terms of skin health. In addition, because they are still in the early stages of menarche, sometimes they do not pay attention to the importance of cleaning the genitals for a certain period of time because they are imprinted with advertisements for sanitary napkins that are able to accommodate menstruation for more than 5 hours without odor, so that skin diseases can attack the genitals, and diseases the genitals themselves. The role of parents is very important accompanying puberty, but sometimes little time and limited knowledge from parents as adult women are also one of the factors that teenage girls do not understand how to maintain healthy skin and genitals. So it is important to increase the knowledge of adolescents and adult women about the importance of protecting the genitals.

PKM was carried out at SMK Negeri 7 Padang and at the Bunda Atirah Women's Farmer Group RW XIX Surau Gadang Siteba Padang. PKM is carried out using descriptive survey methods, presentations and dialogues. Preliminary study data collection used a questionnaire prepared with Gutman Scale statements and essays which were given to class X students of SMK Negeri 7 Padang and members of the female farmer group Bunda Atirah RW XIX Surau Gadang Siteba Padang. The data is processed using the percentage formula and analyzed descriptively. From the data obtained, counseling, questions and answers and dialogue with students and members of farmer groups are given. The final result is an increase in the basic knowledge of students and members of farmer groups regarding genital health.

Keywords: *genital hygiene, reproductive health*

ABSTRAK

Remaja sangat menyukai kecantikan. Namun cantik tidak hanya dilihat pada wajah, dan kulit yang putih, tapi juga dari kesehatan kulit. Selain itu, karena masih pada tahap awal menarche, terkadang tidak memperhatikan pentingnya untuk membersihkan alat kelamin dalam jangka waktu tertentu karena terpatrit dengan iklan pembalut yang mampu untuk menampung haid lebih dari 5 jam tanpa bau, sehingga penyakit kulit bisa dapat menyerang alat kelamin, dan penyakit alat kelamin itu sendiri. Peran orangtua sangat penting mengiringi masa anak pubertas, namun terkadang waktu yang sedikit dan pengetahuan yang terbatas dari orangtua sebagai wanita dewasa juga merupakan salah satu faktor perempuan remaja kurang memahami cara menjaga kesehatan kulit dan alat kelamin. Maka penting untuk meningkatkan pengetahuan remaja dan wanita dewasa mengenai pentingnya menjaga alat kelamin.

PKM dilaksanakan di SMK Negeri 7 Padang dan di Kelompok Tani Wanita Bunda Atirah RW XIX Surau Gadang Siteba Padang. PKM dilaksanakan dengan metode survey deskriptif, presentasi dan dialog. Pengambilan data studi pendahuluan menggunakan angket yang disusun dengan pernyataan Skala Gutman dan essay yang diberikan kepada siswa kelas X SMK Negeri 7 Padang dan anggota kelompok wanita tani Bunda Atirah RW XIX Surau Gadang Siteba Padang. Data diolah dengan rumus persentase dan dianalisis secara deskriptif. Dari data yang diperoleh maka diberikan penyuluhan, tanya jawab dan dialog dengan siswa dan anggota kelompok tani. Hasil akhir adalah bertambahnya pengetahuan dasar siswa dan anggota kelompok tani terhadap kesehatan alat kelamin.

Kata kunci: *kebersihan alat kelamin, kesehatan reproduksi*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Pengertian sehat disini tidak semata-mata bebas penyakit atau bebas dari kecacatan namun juga sehat secara mental serta sosial-kultural. Remaja perlu mengetahui kesehatan reproduksi agar memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. Dengan informasi yang benar, diharapkan



remaja memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi (Depkes RI, 2003).

Usia remaja adalah masa transisi yang ditandai dengan berbagai perubahan emosi, psikis, dan fisik dengan ciri khas yang unik. Usia ini merupakan masa pubertas. Selain perubahan fisik, salah satu ciri- ciri pubertas terlihat pada perubahan psikologisnya. Efek dari pengeluaran hormon seksual tersebut juga mempengaruhi kondisi emosi remaja. Kondisi emosi atau psikologis ini diperlihatkan dengan tanda-tanda sebagai berikut: Pertama, mencari identitas diri Dalam hal ini remaja menginginkan kebebasan dan tidak ingin dirinya diatur oleh aturan yang menurutnya membelenggu atau membatasi. Remaja sudah menganggap dirinya cukup dewasa dan bisa mandiri. Mulai berani menentang pendapat orang yang lebih dewasa, marah, mengungkapkan rasa tidak suka dan adanya keinginan untuk mencoba hal baru lebih besar karena merasa tertantang.

Pada masa pubertas inilah remaja banyak melakukan break out atau berusaha keluar dari zona nyaman dan mencari hal baru. Bimbingan dan pengawasan yang benar akan menjauhkan anak untuk mencoba hal-hal negatif. Pada fase ini anak juga semakin aktif. Jika disalurkan pada kegiatan positif seperti kegiatan hobi, kegiatan sosial, akan sangat bermanfaat. Dan kedua, mulai tertarik kepada lawan jenis Pada masa remaja rasa ketertarikan terhadap lawan jenis mulai muncul. Hal ini wajar. Namun demikian kesiapan mental remaja masih belum siap untuk hal yang serius seperti pernikahan. Perlunya bimbingan tentang pengetahuan terhadap lawan jenis perlu diberikan agar tidak terjadi hal yang terlampau jauh dan negatif. Pada laki- laki tampak mulai menggunakan baju yang rapi, memakai parfum, dan membersihkan pakaiannya. Sedangkan pada perempuan tampak mulai memperhatikan penampilannya, berdandan, menggunakan produk kosmetik, menggunakan parfum, asesoris, dan lainnya. Perlu adanya bimbingan tentang bagaimana menyikapi ketertarikan pada lawan jenis yang benar oleh orang tua. Masa-masa pubertas ini juga bisa dijadikan alternatif motivasi belajar yang lebih tinggi agar anak bisa lebih berprestasi. Pada saat ini dukungan dan pengawasan dari orang tua sangat dibutuhkan (Dewi, 2018).

Dengan adanya perubahan yang signifikan ini, maka penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi dan berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Hal senada juga disampaikan oleh Miswanto (2014) bahwa dalam rangka menumbuhkembangkan perilaku hidup sehat bagi remaja, maka perlu kepedulian dalam bentuk pelayanan dan penyediaan informasi yang benar serta kesepahaman bersama akan pentingnya kesehatan reproduksi remaja sehingga dapat membantu mereka dalam menentukan pilihan masa depannya. Uyun (2013) menyampaikan sangat dimungkinkan pendidikan kesehatan reproduksi diberikan sejak usia dini, secara tidak langsung, dan Galbinur dkk., (2021) juga menambahkan bahwa pengetahuan tentang kesehatan reproduksi diusahakan dilakukan semenjak remaja. Sebab seseorang akan bisa mengenali kelainan pada kesehatan reproduksinya sedini mungkin, terutama perihal menstruasi dan perubahan pada tubuhnya.

Namun tidak semua hal ini diketahui oleh remaja. Selain ada beberapa hal menjadi lumrah jika tidak dilakukan atau dilakukan, seperti mengganti pembalut ketika lebih dari 3 jam, memakai sabun khusus kelamin, memakai pantyliner setiap hari, dll. Ini dikarenakan ada factor pendukung yaitu iklan-iklan yang berhubungan dengan hal tersebut. ada iklan yang menyatakan bahwa wanita dapat beraktifitas seharian dengan menggunakan pembalut "A" tanpa takut bocor dan bau, juga ada yang menyampaikan bahwa sabun pembersih organ vital sangat membantu mengatasi bau, dan lain-lain sehingga pemirsa Televisi memiliki edukasi yang berbeda tentang kesehatan reproduksi ini. Sesuai dengan temuan Ilmiawati & Kuntoro (2016) diperoleh bahwa dari 50 orang remaja yang dijadikan responden mempunyai pengetahuan yang tidak baik tentang *personal hygiene* yaitu sebanyak 23 responden (46%) dan tidak ada yang memiliki pengetahuan yang baik.

Oleh karena itu, peran orang tua dan guru menjadi penting dalam mendampingi remaja mencari dan menemukan informasi kesehatan reproduksi yang tepat, sama seperti yang diungkapkan oleh Uyun (2013), bahwa orangtua merupakan sumber pendidikan pertama dan utama bagi anak. Namun kita dapat dimengerti, bahwa tidak semua orangtua dapat mendampingi anak remajanya karena ada beberapa factor, beberapa diantaranya adalah kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, keengganan untuk membahas kesehatan reproduksi, pekerjaan,

waktu yang sedikit dan sebagainya. Maka remaja akan lebih cenderung untuk mencari informasi yang mudah untuk didapat, salah satunya iklan. Sependapat dengan Nurhidayah (2011), seringkali remaja merasa bahwa orang tuanya menolak membicarakan masalah seks, sehingga mereka kemudian mencari alternatif sumber informasi lain seperti teman atau media massa.

Ketidakikutsertaan orangtua dalam membimbing anak untuk memahami kesehatan reproduksi ini sangat signifikan mempengaruhi perkembangan anak. Ardhiyanti (2013) menegaskan remaja yang orang tuanya tidak berperan berisiko dua kali memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi kurang baik dibanding remaja yang orang tuanya berperan. Karena orang tua adalah sumber pertama dimana seorang anak belajar dan dibimbing mengenal seks sampai mereka menjadi remaja.

SMK Negeri 7 Padang merupakan sekolah yang memiliki salah satu bidang keahlian tata kecantikan kulit dan rambut, dengan luaran sebagai pengelola salon. Di SMK Negeri 7 Padang ini juga banyak memiliki murid perempuan dengan rata-rata usia 16-19 tahun (usia remaja). Dalam proses pembelajaran, pada dasarnya tidak ada permasalahan yang krusial yang ditimbulkan akibat dari penyakit kulit dan kelamin. Namun murid-murid perempuan ini juga mendapatkan edukasi yang salah dari iklan-iklan tersebut, sama halnya dengan wanita dewasa, sehingga memiliki konsep yang salah dari penggunaan pembalut, dan bahan-bahan kimia. Hal ini sesuai dengan ungkapan Putra (2003) bahwa Kelompok masyarakat yang sering menjadi "korban" iklan produk adalah kaum wanita.

Maysaroh & Mairiza (2021) menyampaikan bahwa masalah keputihan adalah masalah yang sejak lama menjadi persoalan bagi kaum wanita. Tidak banyak wanita yang tahu apa itu keputihan dan terkadang menganggap enteng persoalan keputihan ini. Sehingga perlu upaya peningkatan pengetahuan dari remaja putri untuk lebih bisa memahami kesehatan bagi dirinya sendiri khususnya kebersihan diri. Remaja putri dengan segala kesibukannya bermain, belajar dan segala aktivitasnya, biasanya sering menyepelekan hal yang penting. Banyak para remaja hanya menjaga tampilan luar tanpa memperdulikan kesehatan organ dalam. Salah satu pemicu timbulnya keputihan di kalangan remaja adalah penggunaan pakaian dalam yang ketat. Pakaian dalam yang ketat membuat sirkulasi udara tidak lancar sehingga menyebabkan organ dalam kewanitaan menjadi lembab.

Selain itu juga ada pola yang salah dalam menjaga kesehatan kulit karena adanya factor "sekeluarga atau teman dekat" yang dianggap tidak akan menularkan penyakit kulit di dalam rumah/tempat tinggal. Sehingga didapati masalah yaitu; Kurangnya pemahaman siswa mengenai lama dan frekuensi pemakaian pembalut/pantyliner, toilet sekolah merupakan hal yang paling ditakuti karena jarang dijaga kebersihannya dan juga kurang ketersediaan air, adanya info-info bahwa darah haid dapat melembutkan kulit, bertukar pakaian dengan saudara atau teman dekat sudah dianggap biasa, memakai peralatan mandi bersama, dan ketidaktahuan tentang keputihan serta keputihan dianggap hal biasa, bukan penyakit.

Maka penting bagi Tim PKM untuk menindaklanjuti persepsi dan pola yang salah dari remaja dan wanita dewasa dalam menjaga kesehatan alat kelamin.

METODE

Pelaksanaan PKM menggunakan beberapa metode. Untuk mengetahui permasalahan remaja dan orangtua mengenai kesehatan kelamin digunakan metode survey deskriptif dengan instrument angket gambaran pengetahuan wanita terhadap kulit dan kelamin. Untuk mengatasi permasalahan tersebut maka diberikan metode presentasi dan dialog (Tanya-jawab).

Tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah di SMK Negeri 7 Padang dan di rumah penduduk di jalan Punggai Siteba Padang. Objek penelitian adalah siswa kelas III SMK dan KWT Bunda Atirah RW XIX Surau Gadang Siteba Padang. PKM dilaksanakan pada Bulan Januari-April 2023.

Angket gambaran pengetahuan wanita terhadap kesehatan kelamin dibuat dalam Skala Gutman dengan 2 option jawaban dan essay. Hasil pengisian angket direkapitulasi sesuai dengan data yang diisi oleh responden yang diambil secara acak sebanyak 47 responden remaja, dan 12 responden wanita dewasa. Hasil rekapitulasi kemudian diolah dengan rumus persentase yang dikemukakan oleh Riduwan (2013). Untuk essay diolah dengan analisis deskriptif lalu ditarik kesimpulan.

Berangkat dari masalah PKM tersebut maka disusun rencana secara bersama dengan MITRA yaitu STIKes Ranah Minang yang terfokus pada kesehatan masyarakat untuk mencapai pemahaman siswa untuk menjaga kesehatan reproduksi dan mengatasi masalah tersebut. Metode ini akan diterapkan dalam semua tahapan kegiatan untuk mencapai tujuan dari PKM ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Isi Hasil dan Pembahasan

Dari hasil rekapitulasi pengisian angket gambaran pengetahuan wanita terhadap kebersihan kelamin oleh remaja dan perempuan dewasa maka didapatkan hasil yang dideskripsikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Persentase Upaya Remaja dan Perempuan Dewasa Dalam Menjaga Kesehatan Kelamin

Indikator Kesehatan	No.	Pertanyaan	Persentase Jawaban (%)			
			Remaja		Perempuan Dewasa	
			Ya	Tidak	Ya	Tidak
Pemakaian alat mandi bersama	1	Dengan Keluarga/teman menggunakan sabun mandi batangan satu untuk bersama.	34.04	65.96	16.67	83.33
	2	Dengan keluarga/teman menggunakan busa/spoon mandi satu untuk bersama.	27.66	72.34	25	75
	3	Dengan keluarga/teman menggunakan satu handuk untuk bersama.	4.26	95.74	16.67	83.33
	4	Saat mengeringkan badan, handuk juga digunakan untuk mengeringkan alat kelamin.	46.81	53.19	75	25
Kebersihan Tubuh	5	Jika hanya melakukan aktivitas biasa dan tidak berkeringat, mandi cukup 1 kali dalam sehari.	36.17	63.83	41.67	58.33
Kebersihan Kelamin	6	Membasuh alat kelamin menggunakan sabun biasa.	65.96	34.04	50	50
	7	Celana dalam yang tidak kotor dan tidak berbau, digunakan kembali setelah aktivitas mandi.	8.51	91.49	8.33	91.67
	8	Saat haid, pembalut hanya perlu diganti pada saat penuh.	31.91	68.09	58.33	41.67
	9	Saat haid, pembalut yang tidak penuh atau hanya sedikit tidak perlu diganti.	34.04	65.96	66.67	33.33
	10	Saat haid, kegiatan membasuh alat kelamin jarang dilakukan kecuali ketika saatnya mandi.	21.28	78.72	50	50
	11	Saat haid, celana dalam hanya perlu diganti ketika mandi pagi dan sore.	48.94	51.06	33.33	66.67
	12	Pakaian dalam kadang-kadang dipakai oleh saudara yang lain/teman apabila telah dicuci.	14.89	85.11	8.33	91.67
	13	Pakaian dalam yang sudah tritipan (bernoda bintik-bintik hitam akibat jamur) masih digunakan sehari-hari.	8.51	91.49	0	100
	14	Celana dalam dengan noda kuning pada bagian penutup kelamin masih digunakan sehari-hari.	12.77	87.23	0	100
	Penyakit Keputihan	15	Saat buang air kecil, terdapat lendir berwarna bening atau kekuningan yang keluar dari vagina.	59.57	40.43	33.33

Dari hasil rekapitulasi angket, maka dapat dilihat bahwa indikator untuk pemakaian alat mandi bersama masih diterapkan lebih dari 50% remaja dan wanita dewasa dengan keluarganya.

Untuk indikator kebersihan tubuh, kegiatan mandi dua kali sehari masih dibawah 50% (menjadi kegiatan yang tidak penting jika tidak berkeringat).

Upaya kebersihan untuk indikator kebersihan kelamin, membasuh kelamin menggunakan sabun biasa dilakukan oleh $\geq 50\%$ pada remaja, dan wanita dewasa. Dan kegiatan mengganti pembalut dan mencuci organ kelamin saat haid masih menjadi aktivitas yang tidak menjadi perhatian bagi remaja dan wanita dewasa.

Untuk indikator keputihan, lebih dari 50% remaja dan lebih dari 30% wanita dewasa mengalami keputihan. Putri dkk., (2021) menyampaikan bahwa hal ini memang normal terjadi pada remaja disebabkan perubahan hormon yang terjadi di masa remaja sehingga pengeluaran genital semacam lendir yang biasanya keluar saat sebelum dan sesudah haid, saat-saat tertentu seperti stress dan kelelahan fisik sehingga semua wanita mengalami keputihan. Menurut Maysaroh an Mairiza (2021) pada wanita dewasa penyebab keputihan dapat secara normal (fisiologis) yang dipengaruhi oleh hormon tertentu. Keputihan yang abnormal bisa disebabkan oleh infeksi /peradangan yang terjadi karena mencuci vagina dengan air kotor, pemeriksaan dalam yang tidak benar, pemakaian pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan yang tidak higienis, dan adanya benda asing dalam vagina. Selain karena infeksi, keputihan dapat juga disebabkan oleh masalah hormonal, celana yang tidak menyerap keringat, dan penyakit menular seksual. Putri dkk., (2021) mengingatkan agar wanita sering berganti pakaian dalam yang berbahan katun minimal 2 kali pada saat mandi, terutama pada wanita yang aktif dan mudah berkeringat.

Karena kurangnya tingkat pengetahuan remaja dan wanita dewasa dengan kesehatan kelamin ini, maka anggota PKM memberikan penyuluhan yang disertai dengan tanya-jawab serta diskusi bagi peserta penyuluhan. Pertanyaan seputar keluhan keputihan diajukan sebanyak 8%, pertanyaan tentang alat kelamin yang meradang dan gatal diajukan sebanyak 6.38% dan pertanyaan tentang membasuh organ kelamin dengan sabun dan membasuh celana serta noda kekuningan pada celana diajukan sebanyak 4.26%.

Dari hasil penyuluhan, adanya perubahan persepsi peserta PKM terhadap penggunaan pembalut dan sabun. Dua hal ini menjadi topic yang sangat banyak dibahas dan didiskusikan.

SIMPULAN

Kurangnya pemahaman dan pengetahuan remaja dan wanita dewasa terhadap kesehatan tubuh dan kelamin dan bagaimana menjaga kesehatan tubuh dan kelamin dapat menjadi salah satu faktor keputihan pada remaja dan wanita dewasa. Penyuluhan adalah salahsatu cara yang efektif untuk mengubah persepsi remaja dan wanita mengenai kesehatan alat kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardhiyanti, Y. (2013). Pengaruh Peran Orang Tua terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(3): 117–121. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol2.iss3.57>
- Ilmiawati, H., & Kuntoro, K. (2016). Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri pada Kasus Keputihan. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(1): 43–51. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i1.2016.43-51>



- Galbinur, E., Defitra, M.A., & Venny, V. (2021). Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern. *Prosiding SEMNAS BIO 2021*: 221-228.
- Maysaroh, S., & Mairiza, A. (2021). Pengetahuan Tentang Keputihan pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*, 7(1) : 104 – 108.
- Miswanto, M. (2014). Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas pada Remaja. *Jurnal Studi Pemuda*, 3(2): 111-121.
- Nurhidayah, Y. (2011). Pengaruh Komunikasi Orangtua Tentang Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dan Penanaman Nilai-Nilai Religiusitas Terhadap Prilaku Seksual Remaja. *Holistik*, 12(02): 181-212.
- Putra, M.G.B.A. (2003). Perilaku Memilih Produk Pembalut Wanita antara Ibu Dengan Remaja Putriditinjau Dari Status Pernikahan dan Tingkat Pendidikan. *Media Insan Media Psikologi*, 5(3): 1-16.
- Putri, A.A., Amelia, P., & Cholifah, S. (2021). Hubungan Perilaku Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri. *Midwifery Jurnal Kebidanan*, 7 (1): 1-8. doi: 10.21070/midwifery.v%vi%i.954
- Riduwan. (2013). Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian. Bandung. Alfabeta
- Uyun, Z. (2013). Peran Orangtua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi. *Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013*: 356-372.