

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERSONAL HIGIENE SEBAGAI UPAYA PERAWATAN GENETALIA SISWA DI SMAN 5 KOTA JAMBI

Sri Mulyani, Kamariyah, Andika Sulistiawan

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Email: yani_jogjam@yahoo.co.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Perawatan diri atau kebersihan diri (*personal hygiene*) merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis. Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), Penyakit radang panggul (PRP) dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim, sehingga dibutuhkan informasi yang baik mengenai kesehatan reproduksi agar remaja memiliki pemahaman yang baik dan dapat mencegah ancaman penyakit reproduksi.

Metode: Kegiatan ini diselenggarakan dua hari pada tanggal 12 dan 25 September 2018. Lokasi kegiatan dilakukan di SMAN 5 dan SMPN 17 Kota Jambi. Kegiatan ini dilakukan dengan metoda penyuluhan

Hasil: Kegiatan pengabdian mendapat respon yang baik dari seluruh peserta. Jumlah peserta penyuluhan 80 remaja putri.

Pembahasan: Berdasarkan hasil pendidikan kesehatan peserta memahami tentang personal higiene dan perawatan pada genitalia. Peserta menyatakan akan mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: *Personal Higiene, Perawatan Genitalia*

PENDAHULUAN

Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,6 juta jiwa, 63,4 juta diantaranya adalah remaja yang terdiri dari laki-laki 32,164.436 jiwa (50,70 %) dan perempuan sebanyak 31,279.012 jiwa (49,30%).

WHO (2012) mendefinisikan remaja bila anak telah mencapai umur 10-19 tahun. Batasan usia remaja adalah umur 10-19 tahun dan belum kawin (Depkes,2010). Menurut Dinas Kesehatan

RI, tahap perkembangan pada remaja dibagi atas 3 tahap yakni : remaja awal (10-14 tahun), remaja tengah (15-16 tahun) dan remaja akhir (17-19 tahun) (BKKBN, 2010).

Perawatan diri atau kebersihan diri (*personal hygiene*) merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis (Azis. A, 2009). Perawatan genitalia merupakan cara menjaga kebersihan diri dan menjaga kesehatan agar terhindar dari infeksi. Untuk itu perlu dilakukan perawatan alat

reproduksi secara teratur seperti melakukan pembersihan dengan air dan melakukan cebok yang benar yaitu dari arah depan ke belakang. Dalam perawatan genitalia dianjurkan untuk membilas dan menggosok bagian vagina dengan cermat, terutama setelah buang air kecil. Hal ini dimaksudkan untuk mencegah tertinggalnya sisa air kemih ataupun kotoran lainnya. Setelah itu keringkan vagina dengan menggunakan tisu atau pun handuk kecil (Pribakti, 2010).

Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), Penyakit radang panggul (PRP) dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim, sehingga dibutuhkan informasi yang baik mengenai kesehatan reproduksi agar remaja memiliki pemahaman yang baik dan dapat mencegah ancaman penyakit reproduksi (Mita, 2015).

Pada remaja, terkadang alat reproduksinya kurang mendapat perhatian karena umur relatif muda, masih dalam status pendidikan sehingga seolah-olah bebas dari kemungkinan menghadapi masalah penyulit dan penyakit yang berkaitan dengan reproduksinya. Terbukti bahwa remaja yang sedang mencari identitas diri telah sangat mudah menerima informasi dunia berkaitan dengan masalah fungsi alat reproduksinya sehingga cenderung menjurus ke arah pelaksana hubungan seksual yang semakin bebas. (Manuaba, 2009).

Menurut WHO, 2010 bahwa sekitar 75 % perempuan didunia pasti akan mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidupnya, dan sebanyak 45% akan mengalami dua kali atau lebih, sedangkan wanita eropa yang mengalami keputihan minimal satu kali dalam hidupnya dan 45% di antaranya mengalami keputihan sebanyak dua kali atau lebih (Sari, 2012). Keputihan adalah kondisi vagina saat mengeluarkan cairan atau lendir yang disebabkan oleh bakteri, virus, jamur dan parasit (Prayitno, 2014).

Keputihan bisa berakibat fatal apabila tidak ditangani dengan baik. Dapat mengakibatkan kemandulan dan kehamilan diluar kandungan atau kehamilan ektopik merupakan dua dari berbagai macam akibat yang bisa disebabkan oleh masalah keputihan. Gejala awal kanker rahim biasanya juga diawali dengan adanya masalah keputihan.

Menurut Departemen Kesehatan RI, jumlah penderita ISK di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk pertahunnya atau sekitar 180.000 kasusu baru pertahun. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan pada Tahun 2008 angka kejadian Infeksi Saluran Kemih sekitar 1.265 kasus.

Perilaku *hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan baik maka akan berdampak negatif terhadap kesehatan reproduksi. Berdasarkan data WHO tahun 2010, angka prevelensi candidalis (25-50%), bacterial vaginosis (20-40%) dan trichomoniasis (5-15%).

Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Jambi, menunjukkan bahwa SMAN 5 Kota Jambi tahun 2017 merupakan SMA dengan jumlah siswa terbanyak dibandingkan SMA lainnya. Jumlah siswa-siswi SMA N 5 Kota Jambi yaitu berjumlah 152, laki-laki 692 dan perempuan 837 orang. Kepala sekolah mengharapkan adanya penyuluhan terkait hal-hal yang berkaitan terhadap reproduksi. Sedangkan berdasarkan wawancara dengan guru SMPN 17 Kota Jambi, siswa belum mendapatkan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene dan perawatan genitalia.

Sesuai dengan uraian diatas penulis tertarik untuk mengadakan Pendidikan Kesehatan tentang Personal Hygiene sebagai Upaya Perawatan Genitalia Siswa SMAN 5 Kota Jambi

METODE

Kegiatan ini diselenggarakan dua hari pada tanggal 12 dan 25 September 2018. Lokasi kegiatan dilakukan di SMAN 5 dan SMPN 17 Kota Jambi. Kegiatan ini dilakukan dengan metoda penyuluhan.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat mendapat respon yang baik dari seluruh peserta penyuluhan. Jumlah peserta penyuluhan adalah sebanyak 80 remaja putri. Adapun karakteristik peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut: 1) Berdasarkan usia: usia para peserta berkisar 13-17 tahun, 2) berdasarkan jenis kelamin, 80 peserta berjenis kelamin perempuan.

PEMBAHASAN

Kesehatan reproduksi menjadi bagian yang sangat penting untuk dijaga. Banyak penyakit yang bisa timbul saat perempuan kurang memperhatikan kesehatan reproduksinya. Salah satu dimana cairan yang berlebihan keluar dari vagina yaitu keputihan. Penyebabnya jamur *Candida Albicans* (Shadine, 2012).

Berdasarkan hasil penyuluhan didapatkan hasil bahwa sebanyak 40 siswi SMPN masih merasa tabu untuk membahas tentang perawatan genitalia. Siswa ini belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan terkait personal hygiene sebagai upaya perawatan genitalia yang benar. Diharapkan setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan para peserta dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat meminimalisir masalah terkait kebersihan genitalia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan tentang Personal Hygiene sebagai Upaya Perawatan Genitalia Siswa di SMAN 5 Kota Jambi, dapat disimpulkan bahwa peserta dapat mengetahui tentang personal hygiene sebagai upaya perawatan genitalia dan peserta menyatakan akan menjaga personal hygiene terutama di area genitalia dalam kehidupan sehari-hari

Sehubungan dengan persepsi siswa yang masih menganggap tabu untuk membahas masalah kesehatan yang berkaitan dengan genitalia, maka diharapkan pihak sekolah, terutama di SMPN 17 Kota Jambi mengadakan

kegiatan ini kembali bagi siswa lain yang belum mendapatkan pendidikan kesehatan sejenis dan perlu dilakukan evaluasi apakah siswa yang telah mendapat pengetahuan ini mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari

DAFTAR PUSTAKA

1. Dahlan, Kasriida. 2013. Keterampilan Dasar Prktik Kebidanan. Intimedia: Malang
2. Data Dinas Kesehatan Kota Jambi, 2016.
3. Hidayat, Azis Alimun 2009. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik*. Salemba Medika : Surabaya.
4. Jamuddin. 2011. *Perawatan Alat Genetalia Eksterna*. Dalam <http://perawatan-alat-genetalia-eksterna.html>. (Diakses tanggal 20 mei 2016).
5. Kemenkes, RI. 2013. Infodation Pusat Data dan Imformasi Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
6. Kumalasari dan Andyantor. 2012. *Kesehatan Reproduksi*. Salemba Medika : Jakarta.
7. Mita, Anggun & dkk. 2015. *Hubungan Perawatan Genetalia dengan Kejadian Keputihan pada Santriwati Pondok Pesantren Aliman Sumowono Kabupaaten Semarang*. <http://perpusnwu.web.id> (Diakses 24 Juni 2016, pukul 09: 45wib).
8. Mujahidah, Khansa .2012. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. Pustaka Belajar : Yogyakarta.
9. Notoatmodjo, Soekidjo . 2010. *Promosi Kesehatan* . Rineka Cipta : Jakarta.
10. Ningrum, Dewi Puspita.2014. Cara Perawatan Organ Genetalia Eksterna yang Benar. Dalam [http://puspita.dosen.unimus.ac.id/2012/02/07/cara-perawatan-organ-genetalia-eksterna-yang benar/](http://puspita.dosen.unimus.ac.id/2012/02/07/cara-perawatan-organ-genetalia-eksterna-yang-benar/). (Diakses tanggal 20 mei 2016).
11. Widyastuti, Yana. 2009. *Kesehatan reproduksi*. Fitra maya : Yogyakarta.