

UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN MENGENAI KEPUTIHAN

Emi Nurlaela^{*1)}, Dian Kartikasari¹⁾, Ferida Rahmawati²⁾

¹⁾ Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

²⁾ Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurahman Wahid Pekalongan

E-mail: nurlaela_stikespkj@yahoo.co.id

Abstrac

Perempuan dengan kondisi keputihan patologis masih saja terjadi. Resiko dampak negatif yang terjadi sangat mengganggu kesehatan reproduksi perempuan. Sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya keputihan masih harus dilakukan terus menerus walau sosialisasi melalui internet sudah ada. Sosialisasi mulai dilakukan sejak masa remaja. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Bligo Kabupaten Pekalongan kelas sepuluh sejumlah 120 siswi. Kegiatan dengan metode ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi. Penjelasan pertama dimulai dengan materi anatomi dan fisiologi reproduksi perempuan bagian luar dan bagian dalam. Penjelasan mengenai keputihan diantaranya pengertian, penyebab, tanda gejala, akibat, pencegahan dan penanganan penyakit keputihan. Audiens di perlihatkan phantom genitalia bagian luar dan dalam. Demonstrasi cara cebok yang benar serta melakukan pengeringan areaewanitaan. Media penyuluhan selain LCD, Laptop yaitu waslap, handuk kecil, tissue, pakaian dalam., pencegahan. Kegiatan berjalan kondusif, audiens aktif bertanya tidak hanya mengenai keputihan saja namun masalah menstruasi, kanker payudara, tumor rahim, serta nutrisi. Pengetahuan siswi-siswi meningkat dari pengetahuan kategori cukup (56%-75%) menjadi pengetahuan baik (76%-100%). Saran agar kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan secara rutin dalam meningkatkan kesehatan reproduksi remaja.

Kata kunci: Kesehatan, Reproduksi, Remaja Putri

Abstract

[Efforts To Improve The Reproductive Health Of Adolescent Girls Through Health Education Regarding Vaginal Discharge] Women still experience pathological vaginal discharge. The risk of negative impacts significantly impacts women's reproductive health. Public awareness campaigns regarding reproductive health, particularly vaginal discharge, must continue, despite the availability of online platforms. Socialization begins during adolescence. This community service activity was conducted at the Muhammadiyah Bligo Vocational High School in Pekalongan Regency. This community service activity was carried out at Muhammadiyah Bligo Vocational High School, Pekalongan Regency, with 120 students in class ten. The activity used lectures, question-and-answer sessions, and demonstrations. The first explanation began with the anatomy and physiology of the external and internal female reproductive system. The explanation of vaginal discharge included the definition, causes, signs, symptoms, effects, prevention, and treatment of vaginal discharge. The audience was shown phantom models of the external and internal genitalia. Demonstrations on how to properly wash and dry the vaginal area were also provided. In addition to LCDs and laptops, the information provided included washcloths, small towels, tissues, underwear, and prevention. The event proceeded smoothly, with the audience actively asking questions not only about vaginal discharge but also about menstruation, breast cancer, uterine tumors, and nutrition. The students' knowledge increased from adequate (56%-75%) to good (76%-100%). It is recommended that health education activities be conducted regularly to improve adolescent reproductive health.

Keywords: Health, Reproduction, Adolescent Girls

1. Pendahuluan

Keputihan merupakan suatu kondisi normal pada area kewanitaan. Cairan dari vagina tersebut bermanfaat untuk membersihkan dan melindungi area kewanitaan. Cairan berwarna bening atau putih, tidak berbau dan berubah sesuai siklus menstruasi. Keputihan menjadi tidak normal jika terjadi perubahan warna menjadi kuning, hijau, berbau menyengat, kental, menimbulkan gatal, perih atau nyeri. Kondisi tersebut menunjukkan adanya infeksi jamur, penyakit menular seksual.

Berbagai faktor pemicu timbulnya keputihan yang fisiologis diantaranya adalah perubahan hormon pada saat siklus menstruasi, kehamilan, maupun adanya gairah seksual. Pada kondisi patologis, faktor pencetusnya berupa infeksi bakteri, jamur, parasit, penyakit menular seksual, kebersihan yang buruk seperti cara cebok yang salah, pemakaian sabun yang mengandung parfum, penggunaan celana ketat, penggunaan pil KB, penyakit diabetes melitus, serta kondisi stres. Faktor-faktor pencetus tersebut menyebabkan ketidakseimbangan flora vagina dan iritasi.

Penelitian (Yulfitria et al., 2021) menyatakan sebanyak 100% perempuan mengalami keputihan fisiologis. Keputihan fisiologis merupakan salah satu bentuk respon tubuh dan merupakan hal yang normal. Keputihan lebih banyak keluar ketika perempuan dalam masa ovulasi menjelang menstruasi yang disebabkan oleh hormone estrogen meningkat sehingga lendir vagina meningkat jumlahnya. Iklim tropis Indonesia mengakibatkan banyak perempuan (90%) beresiko mengalami keputihan. Iklim tropis mengakibatkan alat kelamin perempuan menjadi lebih lembab dan basah sehingga memudahkan jamur untuk tumbuh dan berkembang. Keputihan fisiologis disebabkan oleh faktor hormonal, kelelahan fisik dan kejiwaan seperti stress. Hampir seluruh perempuan dari berbagai usia pernah mengalami keputihan (Yulfitria et al., 2021).

Berbagai permasalahan mengenai keputihan sampai sekarang masih menjadi permasalahan kesehatan bagi perempuan. Pengetahuan mengenai keputihan, cara mencegah dan mengatasinya masih menjadi kebutuhan masyarakat khususnya remaja putri. Hasil penelitian (Mokodongan et al., 2015) menunjukkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan perilaku termasuk perilaku dalam mencegah keputihan. Sebuah penelitian menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri mengenai keputihan dengan perilaku pencegahan keputihan ($p=0,023$). Remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang baik mengenai keputihan memiliki kecenderungan 1,5 kali memiliki perilaku pencegahan yang baik ($PR=1,5$; 95% $CI=1,1-2,2$) (Mokodongan et al., 2015).

Pengetahuan yang dimiliki remaja putri memengaruhi pola pikir yang akhirnya akan meningkatkan kesadaran untuk menjaga kesehatan reproduksi sehingga kejadian keputihan dapat dihindari. Pengetahuan personal hygiene sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan derajat kesehatan. Sebagian masyarakat dengan budaya tertentu seperti apabila seorang individu mengalami sakit maka tidak diperbolehkan mandi. Padahal dalam aktivitas mandi, kita membersihkan seluruh bagian tubuh termasuk alat kelamin. Alat kelamin yang tidak dibersihkan akan menimbulkan terkumpulnya kuman-kuman yang dapat menimbulkan keputihan patologis.

Kebiasaan perempuan menggunakan produk tertentu dalam perawatan dirinya termasuk perawatan alat kelamin perempuan, dapat menimbulkan infeksi alat kelamin ditandai adanya keputihan. Kondisi fisik perempuan yang sedang sakit tertentu, menyebabkan aktivitas terganggu termasuk aktivitas merawat dirinya berkurang, aktivitas kebersihan diri (personal hygiene) dan kebersihan alat kelamin (vulva hygiene) berkurang (Ilmiawati & Kuntoro, 2016).

Hasil penelitian (Tresnawati & Rachmatullah, 2015) menunjukkan masih ada remaja putri yang memiliki personal hygiene buruk sebanyak (44,6%), dan terjadinya keputihan lebih banyak terjadinya pada remaja putri yang personal hygienenya buruk (93,1%), dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki personal hygiene baik (22,2%). Remaja putri sebagian mengalami keputihan dengan keluhan pengeluaran keputihan yang banyak, sering, berbau, putih seperti susu bahkan ada yang sampai kehijauan dan remaja putri itu juga mengeluhkan rasa gatal-gatal pada daerah kemaluan (Munisah, 2020). Penelitian (Utami et al., 2024) menunjukkan rata-rata pengetahuan mengenai pencegahan keputihan pada remaja putri sebelum diberikan penyuluhan adalah 11,5 dan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan adalah 16,0. Sedangkan rata-rata tingkat sikap remaja sebelum dilakukan diberikan penyuluhan kesehatan adalah 42,5 dan sikap sesudah diberikan

penyuluhan adalah 50,4. Ada pengaruh penyuluhan mengenai keputihan menggunakan leaflet digital terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di MTs Bustanul Ulum Kabupaten Tulang Bawang Bara dengan nilai (p -value = 0,000).

Penelitian (Ningsih et al., 2022) kejadian keputihan pada siswi kelas XI dan XII MAN 3 Agam sebesar 71,7% dari 60 orang, mayoritas mahasiswi memiliki pengetahuan mengenai keputihan yang tinggi (66,7%), memiliki sikap personal hygiene yang buruk (56,7%) dan memiliki perilaku personal hygiene yang negative (57,7%) (Ningsih et al., 2022). Pengetahuan perempuan mengenai keputihan berhubungan dengan kejadian keputihan, oleh karena itu pengetahuan perempuan yang masih masa remaja perlu ditingkatkan agar kejadian keputihan patologis dapat dicegah. Program yang sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai keputihan dengan melakukan kerjasama antara Sekolah-sekolah, Puskesmas dan Tenaga Kesehatan terdekat secara berkala. Sehingga dengan kerjasama ini membuat pengetahuan remaja putri meningkat (Lusiana, 2019). Pengetahuan kesehatan reproduksi dapat diperoleh dari berbagai tempat salah satunya sekolah, media massa, orang tua bahkan teman (Amalia & Yusnia, 2021)

2. Metode

Penulis telah melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Muhammadiyah Bligo Kabupaten Pekalongan Jalan Sapugarut Gang 7 Buaran Pekalongan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memenuhi undangan SMK Muhammadiyah Bligo. Kegiatan dilakukan dalam rangka Kemah Penerimaan Tamu Penghela (KPTP). Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Audiens kegiatan yaitu seluruh siswi kelas sepuluh berusia 15 -17 tahun (sejumlah 120 siswa), usia tersebut merupakan usia remaja. SMK Muhammadiyah Bligo merupakan SMK dengan nilai akreditasi B. Jarak SMK dengan perguruan tinggi Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan 2,2 kilometer. SMK Muhammadiyah Bligo merupakan salah satu Amal Usaha Muhammadiyah (AUM) yang dikelola di bawah naungan Pimpinan Cabang Muhammadiyah (PCM) Bligo Kabupaten Pekalongan.

Persiapan kegiatan dengan pembuatan slide power point yang berisikan materi pengetahuan mengenai anatomi fisiologi reproduksi dan penyakit keputihan. Media yang dipergunakan selain soundsistem, Laptop, LCD, phantoom anatomi reproduksi perempuan, serta peralatan untuk menjaga kebersihan alat reproduksi berupa handuk kecil, waslap, tissue, contoh celana dalam yang menyerap keringat. Media-media tersebut diperlihatkan agar meningkatkan pemahaman dari penjelasan yang disampaikan. Selain itu upaya memperlihatkan media-media tersebut untuk meningkatkan daya ingat audiens. Pengetahuan yang disampaikan menggunakan media alat peraga akan meningkatkan pemahaman dan daya ingat audiens, sehingga sikap perilaku audiens dalam menjaga organ reproduksi mejadi lebih baik.

3. Hasil dan Pembahasan

Masalah kesehatan reproduksi perempuan sangat banyak, apalagi pada masa remaja. Kesehatan reproduksi dalam kondisi normal maupun patologis masih perlu banyak perhatian mengingat dampak kondisi patologis yang menimbulkan kesakitan dan kematian kaum perempuan. Perempuan mulai dikenalkan alat kelamin bagian luar dan alat kelamin bagian dalam, baik bentuk maupun fungsi alat kelamin tersebut agar dapat menjaganya dengan baik.

Pengetahuan mengenai anatomi fisiologi organ reproduksi sudah seharusnya diberikan penjelasan dari orang tua kepada anak-anaknya. Selain anatomi fisiologi organ reproduksi, menjaga kebersihan organ reproduksi perlu diajarkan agar tidak menimbulkan permasalahan seperti keputihan yang patologis. Ibu sebagai sumber informasi dalam keluarga perlu mendapat pendidikan kesehatan terlebih dahulu, karena anak-anak mereka akan mencontoh sikap dan perilaku ibunya termasuk dalam menjaga kesehatan organ reproduksinya (Mokodongan et al., 2015).

Awal mula berfungsinya organ reproduksi perempuan berupa menstruasi yaitu proses menstruasi, siklus menstruasi, riwayat menstruasi, gangguan menstruasi, penyebab dan cara mengatasi gangguan menstruasi perlu diketahui perempuan. Walaupun sekarang banyak informasi yang dapat diketahui melalui internet, namun masih banyak perempuan yang kurang memanfaatkan media tersebut untuk mencari pengetahuan termasuk pengetahuan mengenai

kesehatan reproduksi perempuan. Oleh karena itu Puskesmas sebagai tempat pelayanan kesehatan dasar dan dekat dengan masyarakat, mempunyai kewajiban untuk mensosialisasikan, menginformasikan dan membuat program-program kesehatan khususnya program kesehatan reproduksi perempuan termasuk masalah keputihan. Puskesmas dapat melibatkan institusi perguruan tinggi kesehatan agar seluruh wilayah kerja puskesmas dapat merata informasi yang akan disampaikan. Institusi pendidikan tinggi kesehatan tentunya tidak keberatan menanggapi mengingat adanya tugas Tridarma yang mewajibkan dosen menjalankan Tridarma Perguruan Tinggi diantaranya adalah pengabdian masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini, materi yang disampaikan diantaranya pengenalan anatomi fisiologi organ reproduksi interna dan ekterna, personal higiene, keputihan, dampak keputihan, cara mencegah keputihan, cara mengatasi keputihan. Kegiatan diawali dengan appersepsi mengenai anatomi fisiologi organ reproduksi wanita, dilanjutkan pemberian materi pendidikan kesehatan, dan pemberian kesempatan bertanya, serta menanggapi pertanyaan-pertanyaan audiens. Kegiatan penutup disampaikan pentingnya menjaga organ-organ reproduksi wanita sejak dini, dengan makan-makanan bergizi, menjaga kebersihan areaewanitaan, management stress, mencegah seks bebas.

Remaja putri diberikan motivasi untuk menghindari pakaian ketat, seperti pakaian dalam yang ketat, pakaian dengan bahan tidak mudah diserap, mengingat kondisi tersebut dapat menyebabkan kondisi lembab, udara terhalang untuk masuk, aliran darah tidak lancar, tidak mudah menyerap keringat. Kondisi tersebut menimbulkan kulit berjamur, pada akhirnya menyebabkan keputihan (Yulfitria et al., 2021).



Gambar 1. Materi Penyuluhan Pencegahan Keputihan



Gambar 2 : Materi Kajian Agama Islam Dalam Menjaga Kebersihan

Penelitian (Triana, 2020) menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan reproduksi khususnya keputihan perlu ditingkatkan, mengingat pengetahuan mempengaruhi persepsi seseorang, pada akhirnya mempengaruhi perilaku dalam pencegahan dan penanganan keputihan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa-siswa SMK Muhammadiyah Bligo dari kategori cukup (56%-75%) menjadi pengetahuan baik (76%-100%)



Gambar 1: Pembahasan Alat Kelamin Wanita Bagian Dalam



Gambar 2: Pembahasan Alat Kelamin Wanita Bagian Luar



Gambar 3: Penjelasan Mengenai Keputihan



Gambar 4: Diskusi Menanggapi Pertanyaan Audiens

4. Simpulan dan Saran

Pembahasan masalah kesehatan reproduksi remaja putri sampai saat ini masih diperlukan walaupun sudah ada media yang dapat dijadikan sumber informasi melalui internet. Pembahasan secara langsung dari pembicara dengan audiens, sangat membantu menyelesaikan permasalahan terkait kesehatan reproduksinya, termasuk permasalahan keputihan. Kerjasama antara sekolah-sekolah dengan perguruan tinggi kesehatan yang menerapkan tridarmanya masih perlu ditingkatkan terutama dalam rangka meningkatkan kesehatan remaja putri sebagai calon ibu agar angka kesakitan dan kematian ibu dapat dicegah sedini mungkin.

5. Ucapan Terima Kasih

Kami menyampaikan ucapan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan dan Kepala Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Bligo Kabupaten Pekalongan yang telah mengundang dan memberikan kesempatan untuk membahas kesehatan reproduksi remaja putri.

6. Daftar Pustaka

- Amalia, N., & Yusnia, N. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DAN PENGGUNAAN PANTYLINER DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN. *JOURNAL OF NURSING PRACTICE AND EDUCATION*, Vol 2 No 1, 61–69. <https://doi.org/DOI:10.34305/JNPE.V2i1.360>
- Ilmiawati, H., & Kuntoro. (2016). Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri pada Kasus Keputihan. *Jurnal Biometrika*, Vol 5 No 1, 43–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/jbk.v5i1.2016.43-51>
- Lusiana, N. (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 11 PEKANBARU. *Menara Ilmu*, Vol 13 No, 77–82. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.33559/mi.v13i8.1535>
- Mokodongan, M. H., Wantania, J., & Wagey, F. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Keputihan Dengan Perilaku Pencegahan Keputihan Pada Remaja Putri. *E-Clinik*, Vol 3 No 1, 272–276. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.35790/eci.v3i1.6829>
- Munisah. (2020). PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KEPUTIHAN DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN DI AKBID DELIMA PERSADA GRESIK. *Jurnal Surya*, Vol 11 no, 1–4. <https://doi.org/https://doi.org/10.38040/js.v11i01.75>
- Ningsih, W., Mardiah, A., & Afriyanti, D. (2022). HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG KEPUTIHAN, SIKAP DAN PERILAKU PERSONAL HYGENS TERHADAP KEJADIAN FLOUR ALBUS(KEPUTIHAN). *Human Care Journal*, Vol 7 No 1, 1–5. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/2567850>

- Tresnawati, W., & Rachmatullah, F. (2015). HUBUNGAN PERSONALHYGIENEDENGANTERJADINYAKEPUTIHANPADAREMAJAPUTRI. *Jurnal Obstetrika Scientia*, Vol 5 No 2, 1–9. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55171/obs.v3i2.173>
- Triana, H. (2020). Hubungan Persepsi tentang Keputihan dengan Perilaku Pencegahan dan Penanganan Keputihan pada Remajaputri di SMAN 1 Banjaran Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, Vol 3 No 1, 28–33. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/1733138>
- Utami, R., Rahayu, S., Utami, I. T., & Agustina, R. (2024). PENGARUH PENYULUHAN TENTANG KEPUTIHAN MENGGUNAKAN LEAFLET DIGITAL TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI MTs BUSTANUL ULUM KABUPATEN TULANG BAWANG BARAT. *Jurnal JAMAN A/ SYAH*, ol 5 No 2, 109–117. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4364738>
- Yulfitria, F., Karningsih, K., Mardeyanti, M., Wahyuni, E. D., & EVK, T. (2021). Pendidikan Kesehatan Mempengaruhi Perilaku Remaja Terhadap Pencegahan Keputihan Patologis. *Muhammadiyah Journal Of Midwivery*, Vol 2 No 2, 47–57. <https://doi.org/https://doi.org/10.24853/myjm.2.2.47-57>