

**Peningkatan Pengetahuan Remaja Perempuan Mengenai Vulva Hygiene  
Dalam Upaya Promotif Dan Preventif  
Di SMP 6 Kota Padangsidempuan**

**Nur Arfah Nasution<sup>1</sup>, Arisa Harfa Said Lubis<sup>2</sup>, Miftahul Khoiriyah Siregar<sup>3</sup>,  
Asnil Adli Simamora<sup>4</sup>, Fatma Mutia<sup>5</sup>, Ayus Diningsih<sup>6</sup>, Riski Pulungan<sup>7</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Dosen Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan ,

<sup>7</sup> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan

Email : arfahn526@gmail.com

**Abstrak**

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Pengetahuan dan perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi. Salah satu gejala terjadinya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi adalah Keputihan. Berdasarkan data penelitian tentang kesehatan reproduksi wanita menunjukkan 75% wanita di dunia pasti menderita keputihan, paling tidak sekali dalam hidupnya. Sedangkan wanita Indonesia sendiri 75% pasti mengalami keputihan minimal satu kali dalam hidupnya. Lebih dari 70% wanita Indonesia mengalami keputihan yang disebabkan oleh jamur dan parasit seperti cacing kremi atau protozoa (*Trichomonas vaginalis*). Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah penyuluhan kesehatan tentang vulva hygiene. Penyuluhan Kesehatan dilakukan untuk menjelaskan secara mendalam tentang vulva hygiene, termasuk definisi, penyebab, gejala, pencegahan, penatalaksanaan dan dampaknya pada kehidupan sehari-hari. Penyuluhan ini dilakukan pada siswi di SMP 6 Kota Padangsidempuan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah, Tanya jawab kemudian dilanjutkan dengan diskusi dengan siswi. Dengan diadakannya penyuluhan ini siswi perempuan di SMP 6 Kota Padangsidempuan dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang vulva hygiene terbukti dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan tentang vulva hygiene pada remaja perempuan di sekolah. Tujuan Pengabdian: untuk meningkatkan Pengetahuan Remaja Perempuan Mengenai Vulva Hygiene.

**Kata Kunci : Remaja Perempuan, Vulva Hygiene, Keputihan**

**Abstract**

*The reproductive organs are one of the body's sensitive organs and require special care. Knowledge and good care are determining factors in maintaining reproductive health. One of the symptoms of abnormalities or disease in the reproductive organs is vaginal discharge. Based on research data on women's reproductive health, it shows that 75% of women in the world will suffer from vaginal discharge at least once in their lives. Meanwhile, 75% of Indonesian women will experience vaginal discharge at least once in their lives. More than 70% of Indonesian women experience vaginal discharge caused by fungi and parasites such as pinworms or protozoa (*Trichomonas vaginalis*). The form of community service activity carried out is health education about vulva hygiene. Health education is carried out to explain in depth about vulva hygiene, including definition, causes, symptoms, prevention, management and impact on daily life. This counseling was carried out on class about vulva hygiene in adolescent girls at school. Service Objective: to increase Young Women's Knowledge Regarding Vulva Hygiene.*

**Keywords : Teenage Girl, Vulva Hygiene, Flour Albus**

## Pendahuluan

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014. Berdasarkan data Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) jumlah penduduk remaja putri berusia 10-19 tahun pada tahun 2019 adalah 22 juta jiwa atau sekitar 9% dari total populasi. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju ke dewasa, bukan hanya dalam arti psikologis tetapi juga dalam arti fisik. Salah satu hal terkait kesehatan fisik yang perlu diperhatikan adalah menjaga kebersihan organ reproduksi wanita. Letak organ reproduksi wanita yang tertutup dan memiliki anatomi berlipat menyebabkan organ tersebut lebih mudah berkeringat, kotor dan bau. Remaja putri sangat rentan mengalami masalah kesehatan pada organ reproduksi. Jika kesehatan organ reproduksi tidak diperhatikan dengan baik maka dapat berdampak negatif pada kesehatannya di masa yang akan datang. Oleh karena itu masalah kesehatan reproduksi remaja putri perlu mendapatkan perhatian yang serius (Sari and Susanti, 2020).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2012 angka prevalensi infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi didunia pada remaja putri yaitu kandidiasis sebesar 25%-50%, vaginosis

bacterial sebesar 20%-40%, dan trikomoniasis sebesar 5%-15%.. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) dan Bappenas, 63 juta remaja di Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat dalam kesehatan reproduksi. Menurut Katarina (2015), angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja putri yaitu 35%-42%, yang disebabkan oleh infeksi Bakteri (40-50% dari kasus infeksi vagina), candida albicans (80%-90% kasus), Trichomoniasis (TM) (5-20% dari kasus). Data nasional menunjukkan 46% remaja putri memiliki perilaku hygiene yang rendah seperti hanya mengganti pembalut 2 kali per hari dan hanya 52% dari mereka yang mencuci tangannya sebelum memasang pembalut (Ninta, Rezeki and Siregar, 2023).

Dalam menjaga kesehatan organ reproduksi maka remaja putri dapat melakukan perilaku vulva hygiene yang baik dan benar. Vulva merupakan organ penting yang ada di vagina. Vulva terdiri dari mons pubis, labia mayora, labia minora, klitoris, hymen (selaput dara), vestibulum, orificium urethrae eksternum, kelenjar-kelenjar pada dinding vagina (Laga, Takaeb and Ndun, 2024). Vulva hygiene merupakan tindakan menjaga dan membersihkan organewanitaan bagian luar guna menjaga kebersihan dan kesehatan bagian luar organ reproduksi wanita dengan menggunakan air

bersih agar terhindar dari infeksi (Arifiani and Samaria, 2021) .

Menjaga kebersihan vulva sering diabaikan oleh remaja putri sehingga jamur mudah berkembang biak apabila area organ reproduksinya tidak bersih dan dalam keadaan lembab. Dampak yang terjadi jika remaja putri memiliki perilaku vulva hygiene yang buruk adalah terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks, kemandulan dan kesehatan reproduksi lainnya (Juwitasari, Aini and Virganita, 2020). Vulva hygiene sangat berpengaruh untuk menjaga kebersihan alat reproduksinya karena vulva merupakan organ kelamin bagian luar, secara otomatis kebersihannya akan berpengaruh pada kondisi organ kelamin bagian dalam. Jika vulva hygiene tidak dilakukan dengan baik sejak dini maka infeksi bakteri dari luar dapat masuk ke vagina dan akan menimbulkan masalah kesehatan reproduksi dimasa yang akan datang (Pesik, Mautang and Mamuaja, 2024).

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku vulva hygiene yang buruk seperti kurangnya pengetahuan remaja putri dalam menjaga vulva hygiene. Pengetahuan yang kurang bisa karena kurangnya informasi yang didapat dari media maupun dari dukungan orang-orang sekitarnya. Sehingga kurangnya pengetahuan baru terkait vulva

hygiene yang buruk dapat mempengaruhi sikap dan perilaku vulva hygiene yang buruk juga. Selain itu untuk melakukan perilaku vulva hygiene membutuhkan fasilitas sarana prasarana yang baik dan memadai (Juwitasari, Aini and Virganita, 2020).

Penelitian yang dilakukan Istiqomah (2018) menemukan perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene sebelum dan sesudah di lakukan penyuluhan dapat diketahui dari 42 responden bahwa rerata pengetahuan tentang vulva hygiene sebelum penyuluhan sebesar 8,15 dan rerata pengetahuan sesudah penyuluhan. Selanjutnya penelitian Humairoh dkk (2017) menyatakan bahwa pengetahuan tentang vulva hygiene memiliki pengaruh yang paling besar terhadap perilaku vulva hygiene. Pengetahuan responden tentang vulva hygiene yang baik memiliki pengaruh 3,061 kali lebih besar terhadap perilaku vulva hygiene.

Hasil penelitian Rini dan Candra (2015) menunjukkan bahwa siswi Sekolah Menengah Atas yang memiliki perilaku vulva hygiene kurang sebesar 66,3%, perilaku vulva hygiene cukup sebesar 22,1% dan perilaku vulva hygiene baik sebesar 11,6%. Keadaan ini dipengaruhi karena kurangnya pengetahuan para responden dalam menjaga vulva hygiene dan sikap yang benar tentang menjaga

kebersihan masih kurang. Selain pengetahuannya yang kurang bisa karena kurangnya pemberian informasi menyebabkan kurangnya pengetahuan baru yang didapat sehingga sikap dan perilaku kurang baik.

Remaja yang masih duduk dibangku SMP dikelompokkan kedalam masa remaja menengah yaitu berusia 13-15 tahun. Pada fase ini remaja mengalami masa pubertas yaitu remaja mulai mengalami perubahan-perubahan dalam dirinya, baik perubahan kognitif yang mana pada fase ini, remaja cenderung mulai berfikir, bertindak dan mulai mengeksplorasi lingkungan sekitarnya. Selain itu, terjadi pula perubahan secara fisik atau perubahan yang terjadi pada tubuhnya ditandai dengan mulai berfungsinya organ-organ reproduksi dan juga remaja perempuan mulai mengalami menstruasi. Bahwa dapat disimpulkan siswi SMP remaja perempuan yang baru mengalami fase pubertas, sehingga perilaku vulva hygiene sangat penting diketahui sejak remaja awal agar tidak berdampak buruk pada organ reproduksi dimasa yang akan datang (Hamdanah and Surawan, 2022).

Penyuluhan ini dilaksanakan Di SMP 6 Kota Padangsidimpuan karena berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 20 siswi SMP diantaranya masih memiliki pengetahuan yang kurang dan

perilaku vulva hygiene yang buruk. Banyak faktor yang berhubungan dengan perilaku vulva hygiene. Dalam penyuluhan ini akan dilakukan analisis untuk mengetahui pengetahuan dan perilaku vulva hygiene pada remaja perempuan.

### **Metode**

Pengabdian Masyarakat yang dilakukan tentang vulva hygiene pada remaja perempuan di SMP 6 Kota Padangsidimpuan. Jumlah peserta pengabdian masyarakat yaitu sebanyak 20 siswa perempuan dan 2 orang guru. Adapun alasan pemilihan subyek adalah karena sesuai dengan masih banyaknya perilaku yang buruk yang mana pada kebanyakan remaja perempuan masih belum memahami menjaga kebersihan organ kewanitaan seperti vulva hygiene yang menjadi awal mula penyakit muncul.

Materi yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan ini adalah tentang vulva hygiene, meliputi definisi vulva hygiene, Penyebab, tanda dan gejala, dan cara pencegahan dan tata cara pelaksanaan vulva hygiene, serta hal yang harus dilakukan jika pengetahuan dan perilaku vulva hygiene masih kurang. Adapun materi disajikan dengan bahasa yang mudah dimengerti dan disertai tanya jawab interaktif kepada peserta penyuluhan kesehatan mengenai vulva hygiene, khususnya pengetahuan dan perilaku remaja perempuan yang dialami dan

hal yang biasa dilakukan dalam tindakan kebersihan organewanitaan. Topik utama diskusi mengenai vulva hygiene karena masih banyaknya remaja perempuan yang masih belum memahami bagaimana cara vulva hygiene yang baik dan benar.

Metode yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan tentang vulva hygiene ini adalah penyuluhan dengan ceramah dan memakai bahasa yang mudah dimengerti, diskusi mengenai pengalaman dan apa yang telah diketahui peserta mengenai vulva hygiene, dan tanya jawab dengan peserta. Media yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan ini adalah materi dalam bentuk powerpoint (ppt) yang ditampilkan melalui LCD proyektor serta Demonstrasi dengan menggunakan leaflet.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan penyuluhan ini adalah memberikan pengetahuan kepada siswa di SMP 6 Kota Padangsidimpuan dan melibatkan beberapa Guru SMP 6 Kota Padangsidimpuan .pada saat dilakukan penyuluhan tersebut siswa di SMP 6 Kota Padangsidimpuan terlihat fokus dalam mendengarkan materi yang disampaikan, mereka mengatakan bahwa baru pertama kali mendengarkan materi vulva hygiene. dan terlihat jelas pada siswa sedikit bingung tentang materi yang kami sampaikan.

Sehingga karna penyuluhan yang kami lakukan dan akhirnya mereka mulai memahami tentang bagaimana melakukan vulva hygiene dengan benar setelah penyuluh menyampaikan materi, antusias siswa SMP 6 Kota Padangsidimpuan untuk bertanya.



Dikarenakan peserta merupakan siswa perempuan yang masih belum memahami tentang ilmu kesehatan reproduksi, maka materi yang dibuat harus dibuat sekomunikatif mungkin agar lebih mudah dipahami. Materi powerpoint yang disusun banyak menggunakan ilustrasi gambar yang dapat membuat peserta penyuluhan lebih mudah membayangkan mengenai materi yang dibahas sehingga diharapkan lebih mudah dimengerti. Adapun topik besar materi yang dibahas adalah tentang vulva hygiene. Penyampaian materi dengan metode bertanya. Kemudian dilaksanakan diskusi yang bertujuan menggali pengalaman peserta penyuluhan kesehatan tentang berbagai

keluhan saat melakukan vulva hygiene serta dampak yang terjadi ketika proses vulva hygiene yang tidak benar yang merupakan penyebab utama yang sering dialami oleh penderita keputihan pada remaja perempuan, beserta tindakan yang dilakukan ketika ketidaknyamanan akibat vulva hygiene yang kurang baik.

Kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan baik, semua siswa aktif dan antusias. Berdasarkan hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kelompok sasaran tentang vulva hygiene, sehingga dapat dikatakan bahwa pengabdian kepada masyarakat ini dapat memperbaiki pengetahuan kelompok sasaran terhadap vulva hygiene. Adapun peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat merubah perilaku peserta menjadi lebih memiliki kewaspadaan terhadap penyakit keputihan yang disebabkan akibat perilaku vulva hygiene yang tidak baik dan benar dan bisa melakukan langkah yang tepat untuk mencegah penyakit akibat vulva hygiene, hal ini sesuai dengan definisi WHO bahwa promosi kesehatan sebagai proses untuk membuat seseorang mampu meningkatkan kontrol dan memperbaiki kesehatan mereka. Upaya Peningkatan Kesehatan dan Pencegahan Penyakit,

merumuskan bahwa promosi kesehatan merupakan proses untuk memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, memengaruhi, dan membantu masyarakat berperan aktif untuk mendukung perubahan perilaku.



## Kesimpulan

Berdasarkan hasil evaluasi dari pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang vulva hygiene ini terbukti dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan tentang vulva hygiene.

Sehingga diharapkan mengurangi terjadinya keterlambatan deteksi, pencegahan penyakit keputihan yang diakibatkan vulva hygiene. Pada pengabdian masyarakat ini terdapat beberapa keterbatasan. Diharapkan, pelaksanaan penyuluhan kesehatan vulva hygiene pada masa yang akan datang disarankan untuk menambah anggota pengabdian masyarakat agar dapat memperluas khalayak sasaran, sehingga semakin banyak remaja perempuan yang mendapatkan edukasi tentang vulva hygiene. Dengan demikian, diharapkan semakin sedikit remaja perempuan yang terdampak oleh penyakit yang diakibatkan vulva hygiene yang tidak baik dan benar sehingga semakin banyak remaja perempuan yang dapat mempertahankan kebersihan organ kewanitaannya dengan baik.

#### Daftar Pustaka

- Arifiani, I.R.D. and Samaria, D. (2021) 'Gambaran Pegetahuan, Sikap, Dan Motivasi Terkait Vulva Hygiene Pada Remaja Wanita Di Rw 02 Bojong Menteng, Bekasi', *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1), pp. 30–36.
- Hamdanah, H. and Surawan, S. (2022) 'Remaja dan dinamika: tinjauan psikologi dan pendidikan'. K-Media.
- Juwitasari, A.N., Aini, N. and Virganita, D.A. (2020) 'Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang vulva hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja awal', *J Kesehat Al-Irsyad*, 13(2), pp. 102–113.
- Laga, P.V.N., Takaeb, A.E.L. and Ndun, H.J.N. (2024) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Vulva Hygiene Pada Mahasiswi FKM Undana Kupang', *Jurnal Kesehatan*, 13(1), pp. 127–136.
- Ninta, S., Rezeki, S. and Siregar, A.E. (2023) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Pematangsiantar Tahun 2023', *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 1(4), pp. 52–62.
- Pesik, N., Mautang, T.W.E. and Mamuja, P.P. (2024) 'PENGARUH PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG VULVA HYGIENE DI SMP NEGERI 8 SATAP TONDANO', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), pp. 416–423.
- Sari, I.N. and Susanti, S. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Seks Dengan Prilaku Seksual Pada Remaja

Di Sma N 21 Kota Batam Tahun  
2019', *Journal of Midwifery and  
Reproduction*, 3(2), pp. 27–31.