

PENDIDIKAN KESEHATAN DAN DEMONSTRASI PERSONAL HYGIENE GENETALIA

Indah Mawarti¹, Sri Mulyani², Nurlinawati³, Yusnilawati⁴

Jurusan Keperawatan Universitas Jambi

1. i.mawarti@yahoo.co.id 2. sri_mulyani@unja.ac.id

3. Nurlinawati_1983@gmail.com, 4. deviyusmahendra@gmail.com,

Abstrak

Permasalahan terkait personal hygiene genitalia adalah pemeliharaan kebersihan. Tujuan pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan peserta dalam memelihara kebersihan genitalia dalam kehidupan sehari-hari. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di RS Jiwa Provinsi Jambi. Jumlah peserta 40 orang. Kegiatan diawali dengan membina hubungan saling percaya dan melakukan kontrak waktu. Kegiatan diawali pembukaan, *pretest*, penyampaian materi dengan media gambar dan video, demonstrasi membersihkan genitalia wanita terutama saat menstruasi dengan menggunakan pantom, evaluasi respon peserta, dilanjutkan *posttest*. Hasil evaluasi terdapat peningkatan pengetahuan pasien tentang personal hygiene genitalia. Hasil jawaban benar peserta pada kriteria pengetahuan tentang efek dan resiko tidak menjaga personal hygiene genitalia dan pengetahuan tentang pengertian menstruasi pada *posttest* adalah 100%, *pretest* sejumlah 33 peserta (82,5%), Jawaban benar pada kriteria pengetahuan cara personal hygiene saat menstruasi pada *pretest* 27 peserta (67,5%) dan 38 peserta (95%) pada *posttest*. Pada kriteria pengetahuan tentang alternatif pembalut didapatkan hasil 21 peserta (52,5%) pada *pretest* menjadi 36 peserta (90%) pada *posttest*. Pada kriteria pengetahuan tentang cara menjaga personal hygiene ketika menstruasi didapatkan hasil 20 peserta (50%) pada *pretest* menjadi 36 peserta (90%) pada *posttest*.

Kata Kunci : Genetalia Personal Hygiene, Menstruasi, Wanita

Abstract

The problem related to personal genital hygiene is maintaining cleanliness. The aim of the service is to increase participants' knowledge in maintaining genitalia cleanliness in everyday life. Community service is carried out at the Jambi Province Mental Hospital. The number of participants was 40 people. The activity began with building a relationship of mutual trust and entering into a time contract. The activity began with an opening, a pre-test, delivery of material using pictures and videos, a demonstration of cleaning women's genitalia, especially during menstruation using pantoms, evaluation of participants' responses, followed by a post-test. The results of the evaluation showed an increase in patient knowledge about personal genital hygiene. The results of participants' correct answers on the criteria of knowledge about the effects and risks of not maintaining personal hygiene and knowledge of the meaning of menstruation in the posttest were 100%, the pretest was 33 participants (82.5%), the correct answer was on the criteria of knowledge of personal hygiene methods during menstruation. in the pretest 27 participants (67.5%) and 38 participants (95%) in the posttest. Regarding the criteria for knowledge about alternative sanitary napkins, the results were 21 participants (52.5%) in the pre-test to 36 participants (90%) in the post-test. On the criteria of knowledge about how to maintain personal hygiene during menstruation, results were obtained from 20 participants (50%) in the pre-test to 36 participants (90%) in the post-test.

Keywords: Genetalia, Personal Hygiene, Menstruation, Women

A. PENDAHULUAN

Permasalahan terkait personal hygiene genitalia adalah kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari gangguan alat reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan (Darma, 2017).

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sangat sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Organ kelamin wanita mudah terkena bakteri yang dapat menyebabkan bau tak sedap dan infeksi pada kelamin (Wijayanti dan Daru, 2009). Oleh karena itu perlu menjaga kebersihan organ kelamin antara lain mencuci vagina setiap hari dengan cara membasuh dari arah depan ke belakang atau dari vagina ke anus secara hati-hati menggunakan air bersih. Selain itu, untuk menjaga kebersihan organ kelamin wanita sebaiknya mengeringkan organ kewanitaan dengan lap bersih setelah membasuh organ kelamin. Hal ini berguna untuk menghindari timbulnya jamur karena kelembaban yang berlebihan. Upaya lain untuk mencegah kanker serviks juga dapat dilakukan dengan mengganti celana dalam minimal dua kali sehari, menghindari penggunaan antiseptik dan bertukar pakaian dalam serta handuk dengan orang lain. Wanita dianjurkan untuk mengganti pembalut secara teratur 4-5 kali sehari serta sebaiknya memilih pembalut berbahan lembut dan dapat menyerap dengan baik (Andira dan Dita, 2013).

Hygiene Genitalia merupakan suatu tindakan atau cara perawatan individu untuk memelihara kebersihan dan menjaga kesehatan organ reproduksinya. Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari dalam Rahim yang terjadi karena luruhnya dinding Rahim bagian dalam yang mengandung banyak pembuluh darah dan sel telur yang tidak dibuahi. Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan memelihara kebersihan khususnya daerah kewanitaan pada saat menstruasi. Tujuan personal hygiene menstruasi adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri saat menstruasi (Phonna, 2017).

Personal hygiene pada saat menstruasi diantaranya adalah: 1) Mengganti pembalut 4-5 kali sehari, 2) Membersihkan alat genitalia sebelum mengganti pembalut, 3) Menjaga kebersihan rambut genitalia karena rambut kemaluan yang terlalu panjang bisa menyebabkan darah haid menggumpal sehingga menjadi sarang jamur dan bakteri. Perawatan rambut genitalia disarankan untuk dirapikan saja dengan memendekkan dengan gunting maksimal 40 hari, 4) Mencuci Tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, 5) Menggunakan celana dalam yang tidak ketat agar menyerap keringat membuat sirkulasi udara tidak lancar, membuat kulit iritasi dan beresiko bertumbuhnya kuman jahat di daerah genitalia, 6) Mandi karena saat menstruasi tubuh memproduksi lebih banyak hormon estrogen. Hormon

tersebut banyak memproduksi keringat dan minyak di tubuh (Unicef, 2017).

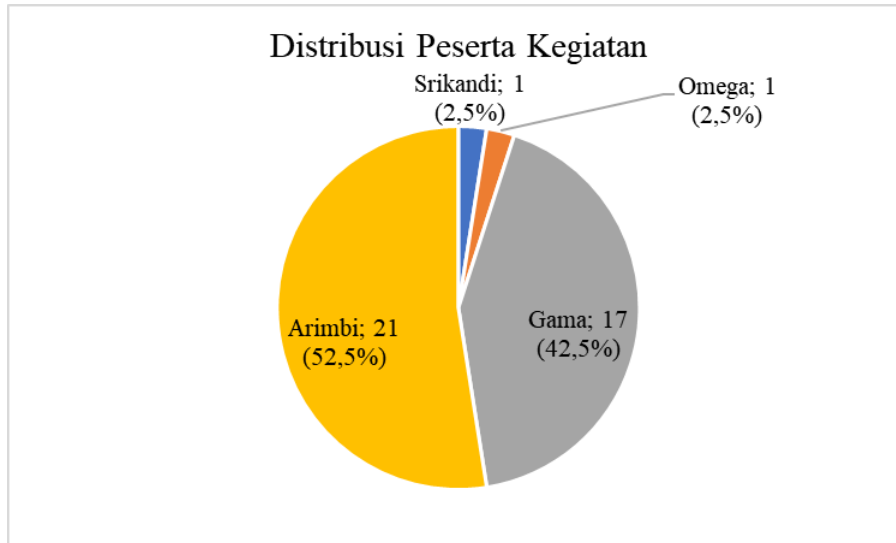
Perempuan yang sedang menstruasi jika tidak menggunakan pembalut saat menstruasi maka berakibat darah yang keluar tidak akan terserap sehingga menembus ke pakaian atau celanayang digunakan dan juga akan berceceran hingga ke lantai. Selain itu perempuan haid juga akan merasakan tidak nyaman karena area genetalia lembap dimana akan beresiko tumbuhnya kuman jahat (Sinaga, 2017).

B. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan melakukan pendekatan hubungan saling percaya kepada klien rumah sakit jiwa dan melakukan kontrak waktu untuk membahas masalah mengenai menstruasi. Selanjutnya melakukan kegiatan dengan mengumpulkan 40 pasien yang terdiri dari masing-masing ruangan dan melakukan pendidikan kesehatan dan demonstrasi. Rangkaian proses kegiatan ini diawali dengan pembukaan, pre-test, penyampaian materi dengan media gambar dan video, demonstrasi membersihkan genetalia dengan menggunakan pantom, evaluasi dengan adanya respon dari klien untuk mendemonstrasikan kembali terkait yang sudah diajarkan, lalu melakukan post- test. Pretest dan post dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner. Pada saat menjawab pertanyaan, peserta didampingi oleh penyuluh.

C. HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh Dosen Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Kegiatan ini dilakukan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi pada Senin 2 Oktober 2023. Kegiatan ini diikuti oleh pasien diruang rawat inap, dimana pasien terbanyak yang menjadi peserta kegiatan ini berasal dari ruang rawat inap Arambi sebanyak 21 pasien. Adapun distribusi peserta kegiatan dapat dilihat padadiagram sebagai berikut.



Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan dilakukannya pre-test pada peserta dengan didampingi oleh para perawat. Selanjutnya, penyampaian materi dilakukan bersamaan dengan demonstrasi mengenai personal hygiene genitalia dan dievaluasi dengan memberikan pertanyaan dan memberikan kesempatan pada peserta untuk melakukan demonstrasi yang sudah dijelaskan. Pada akhir kegiatan dilakukan post-test dan pemberian reward pada pasien yang menjawab pertanyaan dan melakukan demonstrasi.

Hasil Penilaian *Pretest* dan *Posttest*

Hasil penilaian pretest dan posttest yang diberikan pada peserta yang menjawab benar dapat dilihat sebagai berikut :

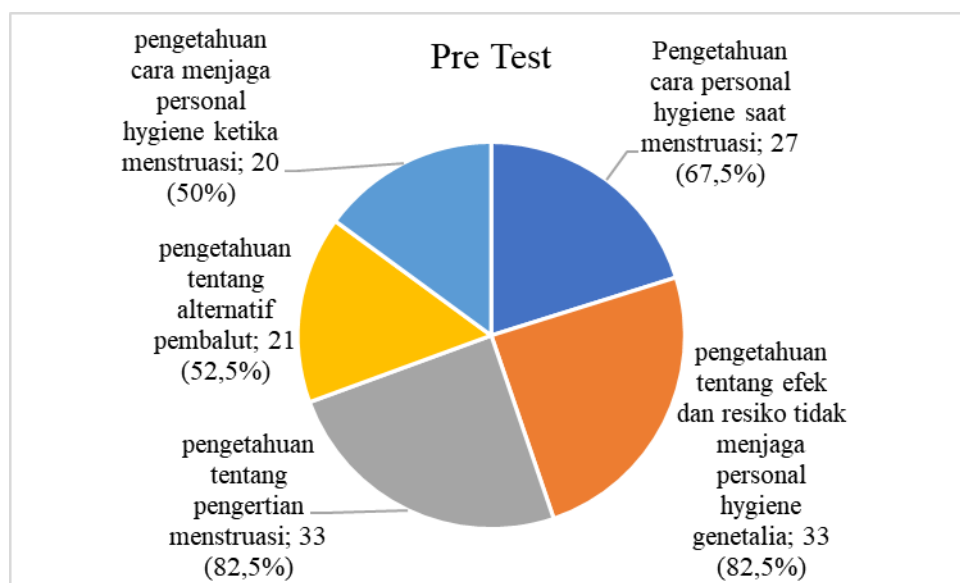


Diagram 5.2 Distribusi Hasil *Pretest*

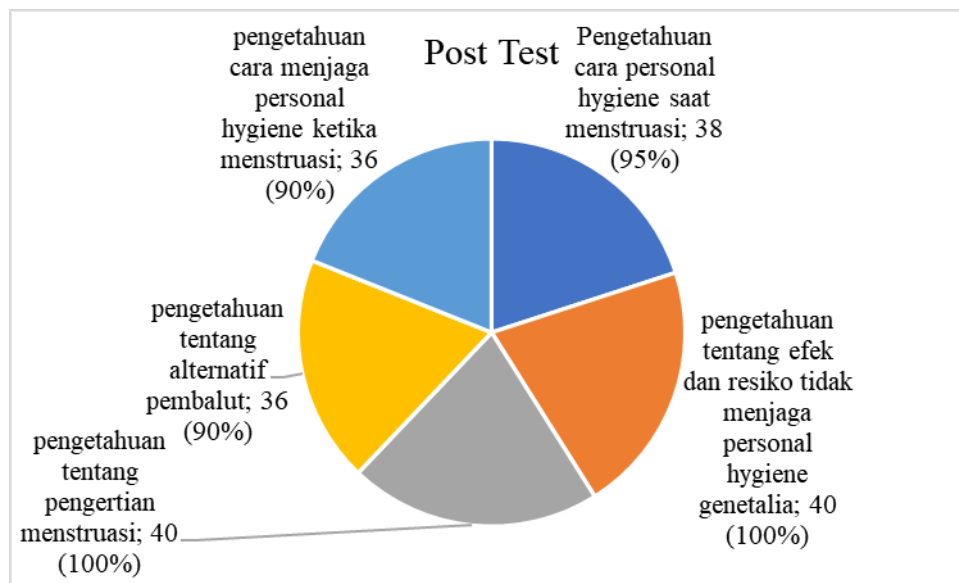


Diagram 5.3 Distribusi Hasil Posttest

Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat bahwa ada peningkatan hasil yang menjawab benar untuk masing-masing kriteria mengenai personal hygiene saat menstruasi. Hasil yang menjawab benar semua (100%) didapat pada kriteria pengetahuan tentang efek dan resiko tidak menjaga personal hygiene genetalia dan pengetahuan tentang pengertian menstruasi dimana sebelumnya (82,5%) dengan 33 peserta. Pada kriteria pengetahuan cara personal hygiene saat menstruasi didapatkan hasil 27 peserta (67,5%) pada pretest menjadi 38 peserta (95%) pada posttest. Pada kriteria pengetahuan tentang alternatif pembalut didapatkan hasil 21 peserta (52,5%) pada pretest menjadi 36 peserta (90%) pada posttest. Pada kriteria pengetahuan tentang cara menjaga personal hygiene ketika menstruasi didapatkan hasil 20 peserta (50%) pada *pretest* menjadi 36 peserta (90%) pada *posttest*.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Laras dkk tahun 2020 pada Remaja Putri dimana didapatkan peningkatan pengetahuan setelah diberikannya pendidikan kesehatan.⁷ Peningkatan pengetahuan setelah diberikannya pendidikan dapat terjadi karena faktor metode, faktor materi atau pesannya, pendidik yang melakukan dan alat bantu/peraga pendidikan yang dipakai. Pada kegiatan ini faktor peningkatan pengetahuan yaitu alat/peraga dengan dilakukannya demonstrasi dan menampilkan video mengenai personal hygiene genetalia (Dayaningsih, dan Septediningrum, 2022).

Metode demonstrasi merupakan metode mengajar dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun melalui penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan atau

materi yang sedang disajikan. Metode ini digunakan agar peserta menjadi lebih paham terhadap materi yang dijelaskan karena dengan menggunakan alat peraga dan menggunakan media visualisasi dapat membantu peserta dalam memahami materi yang telah disampaikan (Aeni dan Yuhandini, 2018). Pada kegiatan ini juga peserta mencoba untuk melakukan sendiri pengetahuan yang sudah didemonstrasikan, mencoba demonstrasi pada peserta dapat memperkuat daya ingat peserta untuk mengimplementasikannya pada masing-masing individu (Rosyid, dan Hudiawati, Kristinawati, 2019).

Berdasarkan hasil yang sudah dipaparkan sebelumnya, hasil dari posttest belum sepenuhnya pada nilai sempurna (100%). Hal ini dapat disebabkan karena kesulitan dalam memahami materi penyuluhan dimana setiap orang memiliki tingkat pemahaman yang berbeda-beda terhadap materi, kemudian kurangnya motivasi dikarenakan klien mungkin tidak merasaterganggu dengan kondisi personal hygiene yang kurang baik, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar (Handayani, dan Abdullah, 2023). Dalam mengatasi faktor-faktor tersebut perlunya pendekatan dan dukungan dari orang terdekat, dalam hal ini yaitu perawat yang bertugas pada ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi.

Keberhasilan ini diharapkan dapat meningkatkan personal hygiene sendiri terlebih saat menstruasi pada pasien ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi. Keberhasilan ini juga tidak lepas dari kontribusi perawat pada ruang rawat inap yang membantu berjalannya kegiatan ini.

Dokumentasi Kegiatan





D. KESIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest tentang pengetahuan personal hygiene pada saat menstruasi, terbukti dengan hasil posttest mengenai mencapai 100% pada kriteria pengetahuan tentang efek dan resiko tidak menjaga personal hygiene genitalia dan pengetahuan tentang pengertian menstruasi. Pada kriteria pengetahuan cara personal hygiene saat menstruasi didapatkan hasil 27 peserta (67,5%) pada pretest menjadi 38 peserta (95%) pada posttest. Pada kriteria pengetahuan tentang alternatif pembalut didapatkan hasil 21 peserta (52,5%) pada pretest menjadi 36 peserta (90%) pada posttest. Pada kriteria pengetahuan tentang cara menjaga personal hygiene ketika menstruasi didapatkan hasil 20 peserta (50%) pada pretest menjadi 36 peserta (90%) pada posttest.

Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini yang sarannya pasien wanita yang ada di Rumah Sakit jiwa Daerah Provinsi Jambi diharapkan pasien mengerti terkait dengan cara melakukan personal hygiene pada saat menstruasi dan perlu bantuan bagi kepada perawat untuk memotivasi dan mengajarkan kepada pasien terkait kebersihan genitalia pada saat menstruasi jika pasien sedang kambuh penyakitnya.

E. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada seluruh peserta pengabdian, Kepala RS Jiwa Provinsi Jambi beserta jajarannya dan mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, N., & Yuhandini, D. S. 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media video dan metode demonstrasi terhadap pengetahuan sadari. *Jurnal Care*, 6(2).
- Andira, Dita. 2012. *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita Cetakan Kedua*. Yogyakarta : A Plus Books.
- Dayaningsih, D., & Septediningrum, W. I. 2022. Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Sebelum Dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Keputihan DiSmp Kristen Gergaji Semarang. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 7(1), 5-11
- Darma, M., Yusran, S., & Fachievy, A, F. 2017. Hubungan Pengetahuan, Vulva Hygiene, Stress, Dan Pola Makan dengan Kejadian Infeksi Flour Albus (Keputihan) Pada Remaja Siswi SMA Negeri 6 Kendari 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*

- Handayani, D., & Abdullah, S. A. 2023. Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Pada klien Rehabilitasi di Plato Foundation. *Jurnal Adijaya Multidisplin*, 1(03), 465-471.
- Laras, I. D. A. A. M., Damayanti, M. R., & Pramitaresthi, I. G. A. 2020) Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi SMP dan SMA di Yayasan Pasraman Gurukula Bangli. *Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 192.
- Phonna, R., dkk. 2017. Upaya Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Idea Nursing Journal*.
- Rosyid, F. N., Hudiawati, D., & Kristinawati, B. 2019. Peningkatan pengetahuan dan upaya pencegahan diabetes melitus melalui pendidikan kesehatan. *J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 7(2), 91-94.
- Sinaga et al. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta : Universitas Nasional
- UNICEF Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang Tua*
- Wijayanti, Daru. 2009. *Fakta Penting Sekitar Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Diglosia