

Promosi Kesehatan Tentang Personal Hygiene Sebagai Upaya Pencegahan Flour Albus Pada Remaja Puteri Melalui Zoominar

Bunga Tiara Carolin*, Shinta Novelia

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

* Correspondent Author: bunga.tiara@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Keputihan (flour albus) menjadi masalah yang sering muncul pada remaja. Banyak kaum remaja yang hanya menjaga penampilan luarnya saja tanpa memperdulikan kesehatan organ intim bagian dalam. Salah satu yang sering terjadi karena kurangnya kesadaran kaum remaja untuk menjaga kebersihan alat kelaminnya. Di Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi terjadinya keputihan karena Negara Indonesia adalah daerah yang beriklim tropis, sehingga jamur mudah berkembang yang mengakibatkan banyak kasus keputihan. Keputihan dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu keputihan normal (fisiologis) dan keputihan abnormal (patologis). Pada remaja penyebab keputihan adalah perilaku pencegahan keputihan yang kurang baik, yaitu hygiene yang buruk setelah buang air kecil dan buang air besar. Cuci tangan yang tidak adekuat dapat mengiritasi atau kontaminasi bakteri pada vulva. Pakaian ketat, celana dalam yang tidak menyerap juga dapat menyebabkan iritasi. Salah satu upaya untuk mencegah terjadinya keputihan (flour albus) pada kalangan remaja maka kami ingin melakukan promosi kesehatan kesehatan tentang Personal Hygiene pada remaja puteri melalui aplikasi zoominar dan streaming youtube.

Kata Kunci: Flour Albus, Personal Hygiene, Zoominar

Received: January 3, 2020

Revised: January 20, 2020

Accepted: February 28, 2021



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Wanita adalah subjek dari beberapa penyakit terhadap fungsi tubuh oleh karena pengaruh laki-laki, pola penyakit pun berbeda dengan laki-laki karena adanya perbedaan bentuk genetik, hormonal, ataupun perilaku gaya hidup (Kusmiran, 2012). Kesehatan reproduksi diartikan sebagai suatu kondisi sehat secara menyeluruh baik kesejahteraan fisik, sosial dan mental yang utuh dalam segala hal yang berkaitan dengan fungsi, peran dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Kesehatan reproduksi pada wanita tidak terlepas pada kesehatan organ intim. Tentu kita perlu sadari bahwa menjaga kesehatan reproduksi sangat penting. Salah satu hal yang dapat kita lakukan adalah menjaga kebersihan atau higienitas, terutama pada daerah sekitar vagina (Oriza, dan Yulianty, 2018). Salah satu masalah Kesehatan reproduksi yang sering muncul pada remaja adalah

Keputihan. Keputihan dikalangan medis dikenal dengan istilah fluor albus, yaitu keluarnya cairan dari vagina (Ababa, 2013).

Fluor albus adalah semua pengeluaran cairan dari alat genetalia yang bukan darah tetapi merupakan manifestasi klinik berbagai infeksi, keganasan atau tumor jinak organ reproduksi. Pengertian lebih khusus keputihan merupakan infeksi jamur kandida pada genetalia wanita dan disebabkan oleh organisme seperti ragi yaitu candida albicans (Manuaba, 2013). Banyak kaum remaja yang hanya menjaga penampilan luarnya saja tanpa memperdulikan kesehatan organ intim bagian dalam.

Menurut Tulus, *et al* (2014) Perilaku yang kurang baik ini juga bisa dikarenakan remaja putri lebih mementingkan penampilan. Seperti halnya penggunaan celana ketat / jeans dalam kuesioner dimana rata-rata responden menjawab sering menggunakannya. Celana jeans tidak dianjurkan karena pori-porinya sangat rapat yang menyebabkan sirkulasi udara disekitar organ intim tidak dapat bergerak leluasa. Salah satu yang sering terjadi karena kurangnya kesadaran kaum remaja untuk menjaga kebersihan alat kelaminnya. Bila masalah ini tidak ditangani sejak dini akan berdampak negative dikemudian hari. Pemahaman remaja akan kesehatan reproduksi menjadi bekal remaja dalam berperilaku sehat dan bertanggung jawab, namun tidak semua remaja memperoleh informasi yang cukup dan benar tentang kesehatan reproduksi. Keterbatasan pengetahuan dan pemahaman ini dapat membawa remaja ke arah perilaku beresiko (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012).

Menurut data Departemen Kesehatan RI pada 2010, sebanyak 75% wanita Indonesia pernah mengalami *Flour Albus* minimal satu kali dalam hidupnya, dimana setengah di antaranya mengalami *Flour Albus* sebanyak dua kali atau lebih. Namun, tidak banyak perempuan yang tahu apakah *Flour Albus* yang dialami normal atau tidak. Padahal, penting sekali untuk mengenali *Flour Albus* yang terjadi karena *Flour Albus* merupakan gejala dari hampir semua penyakit kandungan. Berdasarkan jenisnya, flour albus dibedakan menjadi 2, yaitu *flour albus* fisiologis (normal) dan *flour albus* patologis (tidak normal/penyakit) Kusmiran (2012). Dalam kondisi normal, terlihat cairan vaginal yang jernih, putih berkabut atau kekuningan ketika kering pada pakaian. (Monalisa, *et al*, 2012).

Menurut WHO, 75% dari seluruh wanita di dunia pasti akan mengalami keputihan paling sekali dalam seumur hidup dan sebanyak 45% akan mengalaminya 2 kali atau lebih dan keputihan yang paling sering terjadi disebabkan oleh candida albicans. Di Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi terjadinya keputihan karena Negara Indonesia adalah daerah yang beriklim tropis, sehingga jamur mudah berkembang yang mengakibatkan banyak kasus keputihan. Gejala keputihan juga dialami oleh wanita yang belum kawin atau remaja putri yang berumur 15-24 tahun yaitu sekitar 31,8%. Hal ini menunjukkan remaja lebih berisiko terjadinya keputihan. Pada remaja, penyebab keputihan adalah perilaku pencengahan keputihan yang kurang baik, yaitu hygiene yang buruk setelah buang air kecil dan buang air besar. Cuci tangan yang tidak adekuat dapat mengiritasi atau kontaminasi bakteri pada vulva. Pakaian ketat, celana dalam yang tidak menyerap juga dapat menyebabkan iritasi. Menurut Marpaung, Masalah reproduksi pada remaja perlu mendapat penanganan serius, karena masalah tersebut banyak muncul di Indonesia salah satunya disebabkan karena faktor pengetahuan dan perilaku yang kurang baik dalam mencegah maupun menangani keputihan.

Remaja wanita harus mengetahui tentang keputihan dan penyebabnya secara dini. Karena pada masa peralihan anakanak ke masa dewasa terdapat perubahanperubahan fisiologis wanita khususnya daerah organ reproduksi dan dapat menjadi masalah pada remaja jika tidak mengetahui permasalahan seputar organ reproduksinya dan hal tersebut merupakan pengalaman yang baru bagi remaja wanita. Banyaknya remaja putri pada

penelitian ini yang kadang-kadang melakukan perilaku berisiko keputihan menunjukkan bahwa banyak remaja putri masih belum mengerti dengan benar perilaku-perilaku yang berisiko menimbulkan keputihan. Oleh karena itu, diperlukan pemberian pengertian kepada remaja putri mengenai keputihan dan perilaku pencegahan keputihan (Mokodongan, *et al*, 2015). Menurut Oriza, dan Yulianty (2018). Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, pemakaian pantyliner, pemakaian cairan pembersih vagina dengan kejadian keputihan, dengan kejadian keputihan dan faktor yang sangat mempengaruhi dengan kejadian keputihan adalah sikap dan pemakaian pantyliner.

Banyak wanita di Indonesia yang tidak tahu tentang keputihan sehingga mereka menganggap keputihan adalah sebagai hal yang sudah biasa dan tidak perlu dikhawatirkan, di samping itu rasa malu ketika para wanita/remaja mengalami keputihan yang membuat wanita/remaja tersebut tidak berkonsultasi ke dokter. Keputihan tidak bisa dianggap hal yang biasa, karena akibat dari penanganan keputihan yang tidak cepat ditangani tidak hanya bisa mengakibatkan kemandulan atau hamil di luar kandungan, keputihan juga bisa merupakan awal dari kanker leher rahim (kanker serviks) yang bisa berujung pada kematian kalau tidak dikonsultasikan pada petugas kesehatan sejak dini (Ilmiawati dan Kuntoro, 2017).

Salah satu upaya untuk mencegah dan memberikan pengetahuan tentang terjadinya keputihan (*flour albus*) pada kalangan remaja maka kami ingin melakukan promosi kesehatan kesehatan tentang *Personal Hygiene* pada remaja puteri melalui aplikasi *zoominar* dan *streaming youtube*.

METODE

Pengabdian masyarakat dilakukan melalui aplikasi *zoominar* dan *streaming youtube*. Hal ini dilakukan karena tidak memungkinkan untuk melakukan promosi kesehatan secara langsung ditengah wabah COVID-19. Bentuk kegiatan pengabdian ini adalah dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi. Sasaran kegiatan ini adalah semua remaja putri. Kegiatan ini dilakukan pada 30 Agustus 2020. Jadwal kegiatan dimulai dengan persiapan proposal, persiapan pelaksanaan yang meliputi persiapan materi penyuluhan, pemantapan materi penyuluhan, kelengkapan serta pendukung kegiatan. Adapun materi yang diberikan mengenai pengertian personal hygiene, tujuan personal hygiene, macam-macam personal hygiene, pengertian keputihan (*flour albus*), penyebab keputihan, klasifikasi keputihan, proses fisiologis keputihan, proses patologis keputihan dan cara mengatasi keputihan. Alat yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini yaitu laptop dan perangkatnya. Dalam kegiatan ini juga dilakukan sesi tanya jawab dan diadakan pemberian dooprize sebagai cara untuk melakukan evaluasi terhadap kegiatan pengabdian masyarakat ini, beberapa pertanyaan telah disiapkan dengan hadiah berupa pulsa bagi peserta yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar.

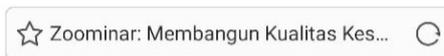
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan berupa pengetahuan kepada remaja putri akan pentingnya menjaga organ kewanitaan. Hal ini dilakukan sebagai upaya untuk menghindari keputihan yang dapat menyebabkan berbagai penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara gratis. Registrasi peserta untuk pendaftaran kegiatan pengabdian ini melalui link <https://bit.ly/Kesproremaja>. Kegiatan ini dihadiri oleh 309 peserta yang berada pada aplikasi *zoominar* maupun *streaming youtube*. Absensi kegiatan diambil menggunakan *google form* dengan link <https://bit.ly/Linkabsensikesproremaja>. Untuk *streaming youtube* melalui link <https://youtu.be/phtU3TWpuJY>. Penyuluhan sudah dilaksanakan pada Agustus ini berjalan

dengan lancar dan baik dengan diikuti oleh para peserta remaja putri. Para peserta merasakan kegiatan ini sangat bermanfaat untuk mereka demi kesehatan diri sendiri. Peserta juga berharap kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilakukan secara rutin. Hal ini terlihat dari beberapa pesan di kolom komentar pada aplikasi zoom saat pelaksanaan kegiatan berlangsung.



Gambar 1. Flyer kegiatan

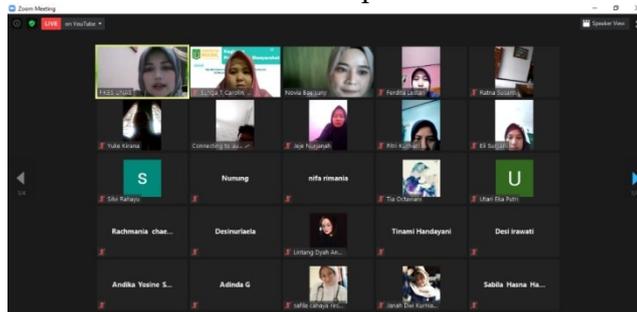


Zoominar: Membangun Kualitas Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di Masa Pandemi

Gambar 2. streaming youtube



Gambar 3. Pemaparan materi



Gambar 4. Peserta kegiatan

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan ini diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun meskipun belum semua peserta menguasai materi yang diberikan, namun kami telah memberikan *soft file* materi yang disajikan sehingga mereka dapat membaca ulang setelah kegiatan berakhir. Antusias peserta untuk mengetahui menjaga personal hygiene terlihat sesi diskusi serta dari pesan di kolom komentar. Adapun yang menjadi saran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah diharapkan pengabdian masyarakat ini dapat berlanjut secara priodik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ababa, M. (2013). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta; Ercon
- Ilmiawati H, Kuntoro K. (2017). Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri Pada Kasus Keputihan. *J Biometrika Dan Kependud*. 2017;5(1):43–51.
- Kumalasari dan Andhyantoro.(2012). Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Kusmiran, E., (2012), *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*, Jakarta: Salemba Medika.
- Manuaba, I.A, et. Al, (2013), *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB Untuk Pendidikan Bidan*, Edisi 2, Jakarta: EGC.
- Marpaung, Ra. Analisa Faktor Perilaku Yang Mempengaruhi Terjadinya Keputihan Pada Siswi Smk Negeri 8 Medan. *Anal Fakt Perilaku Yang Mempengaruhi Terjadinya Keputihan Pada Siswi Smk Negeri*, 8.
- Mokodongan, M. H., Wantania, J., & Wagey, F. (2015). Hubungan tingkat Pengetahuan Tentang Keputihan Dengan Perilaku Pencegahan Keputihan Pada Remaja Putri. *e-CliniC*, 3(1).
- Monalisa, Abdul RB, Muhammad DA. (2012). Clinical aspects fluor albus of female and treatment. *IJDV*;1(1):19-22.
- Oriza, N., & Yulianty, R. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri di SMA Darussalam Medan. *Jurnal Bidan Komunitas*, 1(3), 142-151.
- Tulus, C. W. K., Kundre, R. M., & Bataha, Y. B. (2014). Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Dengan Terjadinya Keputihan Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA Kristen 1 Tomohon. *Jurnal Keperawatan*, 2(2).