

UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN REPRODUKSI DAN PERSONAL HYGIENE GENITALIA PADA WANITA USIA SUBUR

Pajar Haryatno¹, Dwi Nur Astuti^{2*}, Triyana³
^{1,2,3}Jurusan Fisioterapi, Poltekkes Kemenkes Surakarta

***Corresponding Author**
(Dwi Nur Astuti)

Email: dwinurastuti91@gmail.com

Alamat: Jl.Kapt.Adi Soemarmo,
Tohudan, Colomadu, Karanganyar
Poltekkes Kemenkes Surakarta

History Artikel

Received: 17 Juli 2025

Accepted: 22 Juli 2025

Published: 31 Agustus 2025

Abstrak.

Problem kesehatan reproduksi sering dialami negara berkembang dan beriklim tropis, salah satunya adalah Indonesia. Sasaran yang sering mengalami adalah wanita usia subur (WUS). Wanita usia subur harus menjaga dan merawat organ reproduksi (genitalia) dengan cara membersihkan dan menjaga organ genitalia terutama ketika masa subur supaya tidak mengalami problem organ genitalia. Personal hygiene genitalia menjadi alternative bagi wanita usia subur dalam memelihara kesehatan reproduksinya. Tujuan pelaksanaan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi serta personal hygiene genitalia pada para wanita usia subur di Desa Sumber, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah sosialisasi, diskusi serta evaluasi. Sasaran pengabdian adalah 30 wanita usia subur. Evaluasi dilakukan dengan pengisian kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan edukasi untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu-ibu terkait kesehatan reproduksi dan personal hygiene genitalia, didapatkan hasil tingkat pengetahuan paling banyak dilevel baik sebanyak 17 orang dan paling sedikit di level kurang sebanyak 3 orang. Upaya peningkatan kesehatan reproduksi serta perawatan personal hygiene pada para wanita usia subur di desa Sumber kecamatan Trucuk Kabupaten Trucuk melalui pendidikan kesehatan dengan media leaflet, memberikan dampak peningkatan pengetahuan tentang informasi personal hygiene

Kata Kunci: *Hygiene, genitalia, kesehatan, reproduksi, wus*

Abstract

Reproductive health problems are often experienced by developing countries and tropical climates, one of which is Indonesia. The targets that often experience this are women of childbearing age (WUS). Women of childbearing age must protect and care for their reproductive organs (genitalia) by cleaning and maintaining their genital organs, especially during the fertile period, so that they do not experience problems with their genital organs. Genital personal hygiene is an alternative for women of childbearing age to maintain

their reproductive health. The aim of implementing this service is to increase knowledge about reproductive health and personal genital hygiene among women of childbearing age in Sumber Village, Trucuk District, Klaten Regency. The methods used in this service are socialization, discussion and evaluation. The target of service is 30 women of childbearing age. Evaluation was carried out by filling out questionnaires before and after education to determine the increase in mothers' knowledge regarding reproductive health and personal genital hygiene, the results obtained were that the highest level of knowledge was at the good level, 17 people and the least at the poor level, 3 people. reproductive health and personal hygiene care for women of childbearing age in Sumber village, Trucuk sub-district, Trucuk Regency through health education using leaflets, have had the impact of increasing knowledge about personal hygiene information

Keyword: Hygiene, genitalia, health, reproduction, wus

Pendahuluan

Kesehatan reproduksi pada wanita menjadi salah satu hal penting yang harus diperhatikan, ini dapat dilihat dari prevalensi kanker di dunia. Di Indonesia kanker payudara dan kanker serviks menjadi yang utama penyebab kematian pada perempuan (Kesehatan, 2022). Kesehatan reproduksi pada wanita usia subur penting untuk diperhatikan, dengan rentang usia 15-49 tahun (Wati et al., 2023). Wanita usia subur seringkali mengalami masalah reproduksi terutama di negara berkembang dan beriklim tropis, salah satunya adalah Indonesia. Hal ini dikarenakan iklim yang lembap dan ditambah dengan minimnya pengetahuan terkait kesehatan reproduksi menyebabkan banyak wanita yang tidak menjaga organ reproduksinya (Pemiliana, 2019). Salah satu cara memelihara organ reproduksi adalah dengan melakukan perawatan *personal hygiene genitalia*. Tujuan dari perawatan *personal hygiene genitalia* adalah memelihara kebersihan dan kesehatan personal dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah gangguan alat reproduksi sehingga meningkatkan derajat kesehatan (Tapparan, F., Lampus, B. S. & Pandelaki, 2013). Perawatan organ reproduksi dapat

dilakukan dengan cara mengupayakan vagina senantiasa kering dan tidak lembab, mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, menyeka dari depan ke belakang, tidak menggunakan handuk yang telah dipakai orang lain untuk mengeringkan vagina, menggunakan celana dalam yang bersih dan berbahan katun serta menghindari menggunakan alat pembersih kemaluan karena dapat merubah keasaman pada vagina (Putri & Saputra, 2018).

Pendidikan memberikan pengaruh besar pada perilaku masyarakat. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan dan penyakit, dapat mengakibatkan penyakit-penyakit yang terjadi dalam masyarakat sering sulit terdeteksi (Martina Pakpahan, 2021). Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene kesehatan reproduksi dapat dilakukan dengan kegiatan penyuluhan. Upaya peningkatan kesehatan reproduksi wanita usia subur diharapkan memiliki dampak yang signifikan terhadap kehidupan reproduksi wanita usia subur (Emilia & Y, 2019). Upaya peningkatan kesehatan reproduksi dan perawatan personal hygiene genitalia melibatkan ibu-ibu atau wanita usia subur di Desa Sumber, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten.

Pada survei pendahuluan yang dilakukan ke dusun Plagan melalui perkumpulan ibu-ibu PKK memperlihatkan banyak wanita usia subur yang masih jarang mendapat informasi terkait kesehatan reproduksi dan perawatan personal hygiene genitalia, sehingga belum mengetahui cara merawat organ kesehatan reproduksi. Hasil ini mendasari tim pengabdian untuk melakukan pengabdian sebagai upaya peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi dan perawatan personal hygiene genitalia pada ibu-ibu PKK di wilayah desa Sumber, kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten dengan melibatkan kader kesehatan didalamnya.

Kegiatan PKM ini bertujuan untuk memberikan edukasi (pendidikan kesehatan) pada wanita usia subur di desa Sumber, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi serta personal hygiene genitalia, sehingga bisa diminimalisir faktor penyebab risiko gangguan reproduksi dan segera dapat dilakukan pencegahan serta penanganan apabila ada sasaran yang terdeteksi berisiko mengalami tanda gejala kasus tersebut. Adapun solusi yang ditawarkan oleh tim pengabdian untuk mengatasi permasalahan mitra meliputi: (a) Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan perawatan personal hygiene genitalia, (b) diskusi, (c) evaluasi.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juli 2025 berlokasi di Desa Sumber, Trucuk, Kabupaten Klaten dengan jumlah 30 peserta yang terdiri dari para wanita usia subur. Media yang digunakan adalah leaflet yang berisi informasi terkait personal hygiene. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi : persiapan kegiatan, pelaksanaan kegiatan, evaluasi kegiatan dan keberlanjutan program.

Masing-masing proses kegiatan dijelaskan sebagai berikut:

a) Persiapan Kegiatan, persiapan kegiatan pada pengabdian kepada masyarakat ini meliputi :(1) study lapangan ke mitra

sasaran, (2) pembuatan proposal PKM, (3) Pengajuan surat ijin PKM, (4) koordinasi tim pengabdian tentang teknis pelaksanaan, alat serta bahan yang diperlukan serta persiapan pembuatan leaflet

- b) Pelaksanaan Kegiatan metode yang akan digunakan adalah sosialisasi dan tanya jawab, yang meliputi : (1) Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan personal hygiene genitalia, diharapkan mitra lebih paham tentang cara menjaga kesehatan organ genitalia serta problem kesehatan reproduksi lainnya, dan bisa memberikan feedback berupa antusias atau bertanya serta berdiskusi (2) Diskusi, tim pengabdian dan sasaran melakukan diskusi terkait topik tersebut
- c) Evaluasi kegiatan dan keberlanjutan program, evaluasi kegiatan dilihat dengan melihat antusiasme mitra dalam mengikuti kegiatan dibuktikan dengan dokumentasi hasil pengukuran tingkat pengetahuan pre dan post diberikan Pendidikan kesehatan serta diskusi, selanjutnya bisa dilakukan dari mitra sasaran dijumpai mengalami keluhan terkait keluhan kesehatan reproduksi dianjurkan melakukan pemeriksaan lanjutan ke faskes.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan edukasi (pendidikan kesehatan) pada wanita usia subur di desa Sumber, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi serta personal hygiene genitalia, sehingga bisa diminimalisir faktor penyebab risiko gangguan reproduksi dan segera dapat dilakukan pencegahan serta penanganan apabila ada sasaran yang terdeteksi berisiko mengalami tanda gejala kasus tersebut. Kegiatan ini diikuti oleh 30 wanita usia subur yang berdomisili di Desa Sumber Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten. Masyarakat terlihat antusias selama pemberian edukasi, terlihat dari banyaknya pertanyaan serta diskusi yang dilakukan

oleh peserta dengan tim pengabdian. Rangkaian kegiatan meliputi :

a) Pretest pengetahuan tentang personal hygiene

Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh tim pengabdian serta menjelaskan tentang tujuan kegiatan serta penjelasan pengisian kuesioner pre dan post test. Peserta diberikan kuesioner berisi pertanyaan terkait pengetahuan personal hygiene dan diminta untuk mengisi sesuai kemampuannya. Pre test ini dilakukan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene



Gambar 3. Leaflet luar



Gambar 1. Pre test

b) Pendidikan kesehatan

Selesai pelaksanaan pre test, peserta diberikan leaflet berisi informasi tentang pengertian kesehatan reproduksi dan wanita usia subur, gangguan pada reproduksi, pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, serta cara menjaga personal hygiene



Gambar 2. Leaflet dalam



Gambar 4. Penyampaian materi

c) Post test pengetahuan tentang personal hygiene

Selesai diskusi, dilakukan post test dengan pengisian kuesioner yang sama dengan pre test

d) Evaluasi

Selesai kegiatan dilakukan dokumentasi dengan peserta dan tim pengabdian, terlihat pada gambar 5 berikut :



Gambar 5. Dokumentasi bersama

Hasil dari kegiatan dilakukan perbandingan pre dan post dengan data sebagai berikut :

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Pre test & Posttest

Pengetahuan	Pre test	Post test
Baik	7	17
Sedang	15	10
Kurang	8	3

Dari tabel 1 diatas didapatkan peningkatan tingkat pengetahuan paling banyak dilevel baik sebanyak 17 orang dan paling sedikit di level kurang sebanyak 3 orang. Tiga orang yang memiliki pengetahuan kurang setelah diberikan edukasi disebabkan karena tingkat Pendidikan yang kurang serta perilaku sehat yang masih membutuhkan adaptasi penerapan.

Pengetahuan yang dimiliki seseorang mempengaruhi personal hygiene, dan semakin baik pengetahuan seseorang maka personal hygiene semakin baik dan pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh tingkat Pendidikan, sumber informasi dan pengalaman (Pemiliana, 2019).

Perawatan organ kewanitaan merupakan salah satu usaha menjaga kesehatan secara keseluruhan. Wanita seringkali mengabaikan kebersihan di area kewanitaan. Akibatnya, area kewanitaan menjadi lembab dan kotor sehingga menjadi tempat bakteri berkembang dan rentan terinfeksi virus berbahaya. Area kewanitaan yang tidak terjaga kebersihannya menimbulkan masalah pada vagina seperti keputihan dan infeksi jamur. Perawatan organ kewanitaan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan yang dimiliki seorang wanita (Istiana et al., 2021).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah usia. Usia mempengaruhi seseorang dalam menangkap informasi yang akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seorang wanita. Semakin bertambah usia seseorang maka kemampuan untuk menangkap informasi juga berkurang

Para ibu di desa Sumber kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten memiliki tingkat pengetahuan cenderung sedang, hal ini bisa disebabkan karena kurangnya pemberian informasi tentang kesehatan reproduksi, mulai dari definisi, gangguan reproduksi, pentingnya menjaga kesehatan reproduksi serta cara perawatan organ reproduksi agar

terhindar dari penyakit. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi pelaksanaan promosi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang terhadap sesuatu hal sehingga diharapkan terjadi perubahan pada perilaku individu, keluarga maupun masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan serta berperan secara aktif dalam mewujudkan kesehatan yang optimal baik fisik, mental dan sosial (Ayu et al., 2020).

Media yang digunakan untuk Pendidikan kesehatan adalah leaflet. Leaflet merupakan media yang paling banyak dan sering digunakan oleh petugas kesehatan untuk menyampaikan informasi saat pendidikan kesehatan karena leaflet berbentuk lembaran yang dilipat dan mudah dibawa ke mana saja sehingga jika seseorang lupa apa yang sudah disampaikan maka bisa membacanya di leaflet (Notoatmodjo, 2010).

Kesimpulan

Upaya peningkatan kesehatan reproduksi serta perawatan personal hygiene pada para ibu desa Sumber kecamatan Trucuk Kabupaten Trucuk melalui pendidikan kesehatan dengan media leaflet, ceramah serta diskusi memberikan dampak peningkatan pengetahuan tentang informasi personal hygiene, dari kegiatan ini diharapkan ada perubahan perilaku, sikap serta realisasi ke kehidupan sehari-hari.

Daftar Pustaka

- Ayu, I. M., Situngkir, D., Nitami, M., & Nadiyah. (2020). *2412-8514-1-Pb*. 3(April), 87–95.
- Emilia, O., & Y, P. (2019). *Promosi Kesehatan dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi*. UGM Press.
- Istiana, S., Mulyanti, L., & Janah, A. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Vulva Hygiene Pada Wanita Usia Subur Di Dusun Teseh Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 39. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i2.7860>
- Kesehatan, K. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*.

- Martina Pakpahan, et al. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* (ke 1). Yayasan Kita Menulis.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Putri, S. A., & Saputra, E. P. (2018). Perancangan Aplikasi Sistem Pakar Diagnosa Awal Kanker Reproduksi Wanita Dengan Metode Certainty Factor. *Jurnal Media Informatika Budidarma*, 2(3), 63–68. <https://doi.org/10.30865/mib.v2i3.659>
- Tapparan, F., Lampus, B. S. & Pandelaki, A. J. (2013). Gambaran Perilaku Kebersihan Organ Genitalia Eksterna Siswi Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kawangkoa. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik*, 3, 6.
- Wati, M., Mariati, N., Rahmah, A., & Prabawati, S. A. (2023). Edukasi Kesehatan Reproduksi Sebagai Upaya Peningkatan Kepedulian Terhadap Kesehatan Wanita Usia Subur. *Humanism : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 41–53. <https://doi.org/10.30651/hm.v4i1.16121>