

Sosialisasi Personal Hygiene Untuk Pencegahan Keputihan Yang Dapat Menyebabkan Infeksi Pada Kalangan Remaja Tahun 2023

Socialization Of Personal Hygiene For Prevention Leucorrhoea Which Can Cause Infection Among Adolescents In 2023

Ninsah Mandala Putri Sembiring¹, Damayanty S², Emma Dosriamaya³, Ade Rachmat Yudiyanto⁴, Feprika Yanti Munthe⁵

¹⁻⁵ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: ninsahputri@yahoo.co.id, maydamayanti24@gmail.com

Korespondensi penulis: ninsahputri@yahoo.co.id

Article History:

Received: 30 Mei 2023

Revised: 30 Juni 2023

Accepted: 30 Juli 2023

Keywords: Adolescents, Personal Hygiene, Leucorrhoea

Abstract: Adolescence experiences physiological, psychosocial, cognitive, moral and sexual development. Physiological changes in adolescence are the result of hormonal activity under the influence of the central nervous system. Physical differences between the sexes are determined on the basis of primary sex characteristics, namely the internal and external organs that carry out reproductive functions, such as the ovaries, uterus, breasts and penis. puberty and fat accumulation) but do not play a direct role in reproduction (Wong, 2015) Leucorrhoea in medical circles is known as leukore or fluor albus, which is discharge from the vagina. Leucorrhoea is a candida yeast infection in female genitalia and is caused by a yeast-like organism, namely candida albicans. Under normal circumstances, the vagina produces a clear, odorless, colorless fluid, the amount is not excessive and is not accompanied by itching. Leucorrhoea is the most common complaint in women. Leucorrhoea can occur under normal circumstances (physiological), but can also be a symptom of a disorder that must be treated (pathological) (Clayton, 2018). The method of carrying out this activity is: education in carrying out proper personal hygiene in adolescents to prevent abnormal vaginal discharge which is characterized by itching, odor, and green color so that it has an impact on infection. This activity began with the preparation of proposals and administration of activities in February 2023.

Abstrak

Masa remaja mengalami perkembangan fisiologis, psikososial, kognitif, moral dan perkembangan seksual. Perubahan fisiologis pada masa remaja merupakan hasil aktivitas hormonal di bawah pengaruh sistem saraf pusat. Perbedaan fisik antara kedua jenis kelamin ditentukan berdasarkan karakteristik seks primer yaitu organ internal dan eksternal yang melaksanakan fungsi reproduktif misalnya ovarium, uterus, payudara dan penis. Karakteristik seks sekunder merupakan perubahan yang terjadi di seluruh tubuh sebagai hasil dari perubahan hormonal (misalnya perubahan suara, munculnya rambut pubertas dan penumpukan lemak) tetapi tidak berperan langsung dalam reproduksi (Wong, 2015) Keputihan dikalangan medis dikenal dengan istilah leukore atau fluor albus, yaitu keluarnya cairan dari vagina. Keputihan merupakan infeksi jamur kandida pada genetalia perempuan dan disebabkan oleh organisme seperti ragi yaitu candida albicans. Dalam keadaan normal, vagina memproduksi cairan yang berwarna bening, tidak berbau, tidak berwarna, jumlahnya tak berlebihan dan tidak disertai gatal. Keputihan merupakan keluhan yang paling sering ditemukan pada perempuan. Keputihan dapat terjadi pada keadaan yang normal (fisiologis), namun dapat juga merupakan gejala dari suatu kelainan yang harus diobati (patologis) (Clayton, 2018). Metode Pelaksanaan kegiatan ini adalah : edukasi dalam melakukan personal hygiene yang benar pada remaja untuk mencegah terjadinya keputihan yang abnormal yang mana ciri-cirinya gatal, berbau, dan warna hijau sehingga berdampak infeksi. Kegiatan ini diawali dengan penyusunan proposal dan administrasi kegiatan pada bulan Februari 2023.

Kata Kunci: Remaja, Personal Hygiene, Keputihan

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangannya yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Masa remaja terdiri dari tiga sub fase yaitu masa remaja awal (usia 11-14 tahun), masa remaja pertengahan (usia 15- 17 tahun) dan masa remaja akhir (usia 18- 20 tahun) (Wong, 2015)

Masa remaja mengalami perkembangan fisiologis, psikososial, kognitif, moral dan perkembangan seksual. Perubahan fisiologis pada masa remaja merupakan hasil aktivitas hormonal di bawah pengaruh sistem saraf pusat. Perbedaan fisik antara kedua jenis kelamin ditentukan berdasarkan karakteristik seks primer yaitu organ internal dan eksternal yang melaksanakan fungsi reproduktif misalnya ovarium, uterus, payudara dan penis Karakteristik seks sekunder merupakan perubahan yang terjadi di seluruh tubuh sebagai hasil dari perubahan hormonal (misalnya perubahan suara, munculnya rambut pubertas dan penumpukan lemak) tetapi tidak berperan langsung dalam reproduksi (Wong, 2015)

Keputihan dikalangan medis dikenal dengan istilah leukore atau fluor albus, yaitu keluarnya cairan dari vagina. Keputihan merupakan infeksi jamur kandida pada genetalia perempuan dan disebabkan oleh organisme seperti ragi yaitu candida albicans Dalam keadaan normal, vagina memproduksi cairan yang berwarna bening, tidak berbau, tidak berwarna, jumlahnya tak berlebihan dan tidak disertai gatal. Keputihan merupakan keluhan yang paling sering ditemukan pada perempuan. Keputihan dapat terjadi pada keadaan yang normal (fisiologis), namun dapat juga merupakan gejala dari suatu kelainan yang harus diobati (patologis) (Clayton, 2018).

Menurut Rozanah (2016), keputihan fisiologik dapat ditemukan pada bayi yang baru lahir hingga berumur kirakira sepuluh hari, waktu menarche, wanita dewasa apabila ia dirangsang sebelum dan pada waktu koitus (Coitus); Sementara keputihan patologik disebabkan adanya benda asing dalam liang senggama, gangguan hormonal, kelainan bawaan dari alat kelamin wanita, adanya kanker pada alat kelamin terutama di leher rahim.

Pada kalangan remaja berdasarkan dari data puskesmas padang bulan terdapat 4 dari 12 remaja yang mengalami keputihan, dikarenakan beberapa faktor yang menyebabkan remaja mengalami keputihan salah satunya akibat personal hygiene yang salah dan pemakaian clana dalam yang lembab sehingga menyebabkan kalangan remaja tersebut mengalami keputihan bahkan sampai mengakibatkan keputihan yang berbau dan berubah warna.

METODE

Ada dua hal yang menjadi faktor pendorong keputihan yaitu faktor endogen dari dalam tubuh dan faktor eksogen dari luar tubuh, yang keduanya saling memengaruhi. Faktor endogen yaitu kelainan pada lubang kemaluan, faktor eksogen dibedakan menjadi dua yakni karena infeksi dan non infeksi. Faktor infeksi yaitu bakteri, jamur, parasit, virus, sedangkan faktor non infeksi adalah masuknya benda asing ke vagina baik sengaja maupun tidak, cebok tidak bersih, daerah sekitar kemaluan lembab, kondisi tubuh, kelainan endokrin atau hormon, menopause (Indriyani, dkk, 2012)

Penyelenggaraan dan Pemantauan Kegiatan Posyandu Remaja Setelah Posyandu Remaja resmi dibentuk, dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan Posyandu Remaja secara rutin, berpedoman pada Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja yang berlaku. Secara berkala kegiatan Posyandu Remaja dipantau oleh Puskesmas, yang hasilnya dipakai sebagai masukan untuk perencanaan dan pengembangan Posyandu Remaja.

Remaja putri lebih meningkatkan pengetahuan dengan banyak membaca tentang kesehatan khususnya kesehatan reproduksi. Menggunakan kemajuan teknologi seperti memanfaatkan internet untuk mengetahui informasi tentang kesehatan reproduksi pada remaja khususnya remaja putri

Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan mulai bulan februari sampai bulan juni 2023 tepatnya selama 3 bulan. Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa data sebelum (pre) dan sesudah (post)

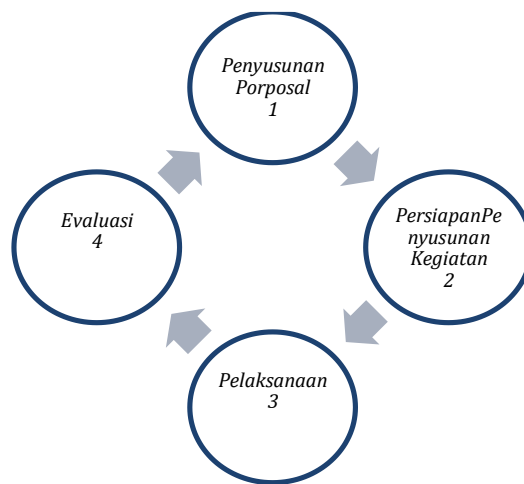
Metode Pelaksanaan kegiatan ini adalah : Edukasi dalam melakukan personal hygiene yang benar pada remaja untuk mencegah terjadinya keputihan yang abnormal yang mana ciri-cirinya gatal, berbau, dan warna hijau sehingga berdampak infeksi. Kegiatan ini diawali dengan penyusunan proposal dan administrasi kegiatan pada bulan Februari 2023. kemudian dilanjutkan dengan penjajakan situasi dan teknis kegiatan dengan pihak program Kampung KB dan Remaja Padang Bulan Kec Medan Baru Kota Medan. Pelaksana berkoordinasi dengan perangkat desa dan petugas Padang Bulan dalam pelaksanaan kegiatan ini.

Pelaksanaan dalam kegiatan ini adalah seluruh remaja putri dalam program kegiatan kampung KB padang Bulan Kec Medan Baru Kota Medan. Tim Pelaksana berangkat jam 8 pagi dari STikes Mitra Husada Medan dan tiba di lokasi pukul 08.30 WIB sesampainya disana tim disambut oleh petugas padang bulan dan perangkat desa. Langkah dalam kegiatan ini pertama melakukan pengisian daftar hadir dan melanjutkan pengisian pre-test, kemudian melakukan pemeriksaan TD.

Setelah pemeriksaan dilakukan maka kegiatan dilanjutkan dengan memberikan edukasi penyuluhan tentang cara melakukan personal hygiene yang benar untuk pencegahan terjadinya keputihan yang abnormal pada remaja yang dapat mengganggu aktivitas dan menyebabkan infeksi yang akan membahayakan jika tidak ditangani dengan baik. setelah penyuluhan berakhir maka acara dilanjutkan dengan memberikan vitamin pada remaja serta menyebarkan kembali soal post test.

Remaja mengikuti penyuluhan dengan antusias dan diakhiri dengan penutupan secara doa. Diharapkan dengan kegiatan ini dapat membantu dalam mengetahui dan melakukan personal hygiene yang baik dan mengetahui ciri dari keputihan yang normal dan abnormal dalam program kegiatan Kampung KB dan Remaja Padang Bulan Kec Medan Baru Kota Medan.

Diagram:



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

HASIL

Peserta yang ikut dalam kegiatan Kampung KB dan Remaja sebanyak 35 orang remaja yang hadir. setelah dilakukan penyuluhan dan pemeriksaan TD dan dilakukan pre test dan post test maka di dapatkan hasil sebagai berikut

Contoh Tabel:

Kualitas hidup remaja	Pre-test remaja		Post-test remaja	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Baik	11	23,1%	30	89.0%
Tidak Baik	24	76,9%	5	11.0%
Jumlah	35	100.0	35	100

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa remaja masih belum mengetahui cara melakukan personal hygiene dengan benar dikarenakan ketidaktahuan dalam melakukan personal hygiene dan merasa keputihan tersebut adalah hal yang biasa terjadi pada remaja. setelah dilakukan sosialisai dan edukasi pada remaja maka dapat dilihat dari post tes remaja putri sudah mengerti akan cara melakukan personal hygiene yang benar untuk mencegah terjadinya keputihan. Namun ada beberapa remaja putri yang mengalami keputihan yang abnormal dimana keputihan berupa bau, gatal dan berwarna, maka disarankan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut.

DISKUSI

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terhadap kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi di tujukan pada remaja yang mengalami keputihan dan pencegahan terjadinya keputihan dengan melakukan personal hygiene yang benar.

Menghindari penggunaan cairan pembersih kewanitaan yang mengandung deodoran dan bahan kimia terlalu berlebihan, karena hal itu dapat mengganggu pH cairan kewanitaan dan dapat merangsang munculnya jamur atau bakteri. Menjaga kuku tetap bersih dan pendek merupakan salah satu cara untuk mencegah keputihan pada remaja. Kuku dapat terinfeksi Candida akibat garukan pada kulit yang terinfeksi. Candida yang tertimbun dibawah kuku tersebut dapat menular ke vagina saat mandi atau cebok.

Menurut *Army* (2017), hal yang dapat dilakukan dalam mencegah keputihan antara lain menjaga kebersihan daerah vagina. Mencuci bagian vulva (bagian luar vagina) setiap hari dan menjaga agar tetap kering harus dilakukan untuk mencegah tumbuhnya bakteri dan jamur. Remaja juga sebaiknya menggunakan sabun non parfum saat mandi untuk mencegah timbulnya iritasi pada vagina

KESIMPULAN

Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa data sebelum (pre) dan sesudah (post). Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa dalam program kampung Kb dan remaja dapat meningkatkan kualitas hidup remaja sebelum dan sesudah melakukan senam remaja mendapatkan hasil yang signifikan di desa padang bulan, hal ini dapat di lihat dari table, remaja yang belum melaksanakan. Edukasi personal hygiene pada remaja bermanfaat atau berpengaruh secara signifikan untuk mengurangi dan mencegah terjadinya keputihan dan penggunaan produk sabun pada waktu personal hygiene pada remaja putri.

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis Kesehatan pada remaja didesa padang bulan kabupaten medan johor, Kegiatan pengabdian dilaksanakan selama 3 bulan

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim mengucapkan terima kasih kepada Stikes Mitra Husada yang sudah mengizinkan tim dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat dan Tim juga mengucapkan terimakasih kepada Program Kegiatan Kampung KB dan Remaja yang telah mengizinkan kami untuk melakukan Pengabdian Masyarakat Padang Bulan Kec Medan Baru Kota Medan, serta semua pihak – pihak yang membantu dan memberikan informasi untuk tujuan Pengabdian Masyarakat ini

DAFTAR REFERENSI

- Clayton, Carolin. (2017). Keputihan dan Infeksi Jamur Kandida lain. Alih bahasa oleh Adji Darma & FX. Budiyo. Jakarta: Arcan.
- Dalimartha, S. (2015). Tumbuhan Obat Untuk Mengatasi Keputihan. Cetakan Pertama. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Dahlan, S. (2019). Besar sampel dan cara pengambilan sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika
- Manuaba, I.B.G. (2003). Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: Arcan
- Maria, M. (2002). Waspada Keputihan. From <http://info-sehat.com/content> diperoleh tanggal 21 Maret 2012.
- Monks, & Knoers. (2006). Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah University Press
- Prasetyowati. (2009). Hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada siswi SMU Muhammadiyah Metro tahun 2009. Medan. Skripsi tidak dipublikasikan.