

**SOSIALISASI PERSONAL HYGIENE PADA SANTRIWATI DI PASANTREN
INSHAFUDDIN BANDA ACEH**
*PRIVATE HYGIENE SOCIALIZATION IN SANTRIWATI IN INSHAFUDDIN BANDA
ACEH*

Asmaul Husna¹⁾, Fatimah Dhea Ananda Moesra²⁾, Ipah Sri Wahyuni³⁾, Marniati⁴⁾

1 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: asmaulhusna@uui.ac.id

2 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: Dhea@gmail.com

3 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: sri_wahyuni@gmail.com

4 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: marniati@uui.ac.id

Abstrak

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani yaitu personal yang artinya perorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu usaha memelihara kebersihan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Perilaku personal hygiene menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerahewanitaan saat menstruasi, perilaku tersebut mencakup; menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari (Pribakti, 2008). Hygiene adalah ilmu yang berkenaan dengan masalah kesehatan berbagai usaha untuk mempertahankan atau memperbaiki kesehatan.

Kata kunci : Lingkungan, perilaku hidup bersih dan sehat

Abstract

Personal hygiene comes from Greek, which means individual and hygiene means healthy. Personal hygiene is an effort to maintain one's cleanliness for physical and psychological well-being. Personal menstrual hygiene behavior is behavior related to actions to maintain health and efforts to maintain cleanliness in the female area during menstruation, these behaviors include; keep genitalia clean, such as washing it with clean water, using pants that absorb sweat, changing panties, changing pads frequently, bathing twice a day (Pribakti, 2008). Hygiene is a science that deals with various health problems in an effort to maintain or improve health.

Keyword : *Environment, clean and healthy life behavior*

1. PENDAHULUAN

Manusia perlu menjaga kesehatan agar tidak menimbulkan masalah kesehatan bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain disekitarnya. Kesehatan reproduksi merupakan komponen kesehatan secara umum. Kesehatan reproduksi perlu mendapat perhatian khusus apalagi di kalangan remaja terlebih seorang perempuan (Mumpuni dan Andang, 2013).

Masa remaja merupakan periode peralihan dan masa anak ke masa dewasa. Pada masa ini dimulai suatu periode pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan terjadinya menstruasi (Widyastuti, 2009). Hygiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar

dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi (Indriastuti, 2009).

Berdasarkan data WHO (2007), disebutkan bahwa sebanyak 75% wanita dari seluruh dunia pernah mengalami keputihan dalam hidupnya. Indonesia adalah urutan pertama dengan kasus penderita kanker leher rahim. Fenomena yang terjadi pada remaja putri di SMAK St. Augustinus Kediri saat pra penelitian yang dilakukan dengan wawancara didapatkan hasil 50 remaja putri yang sudah menstruasi dan didapatkan 3 remaja putri mempunyai perilaku yang benar tentang personal hygiene pada saat menstruasi disebabkan mereka mendapatkan informasi dari orang tua, 2 remaja puteri berperilaku cukup, sedangkan 5 remaja putri perilakunya masih salah dalam melakukan personal

hygiene pada saat menstruasi disebabkan belum ada informasi yang didapatkan baik dari orang tua maupun program penyuluhan di institusi pendidikan.

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan secara khusus. Perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi. Jamur dan bakteri banyak tumbuh dalam kondisi tidak bersih dan lembab. Organ reproduksi merupakan daerah tertutup dan berlipat, sehingga lebih mudah untuk berkeringat, lembab dan kotor. Perawatan saat menstruasi perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah sekali terkena infeksi. Kebersihan harus sangat dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari 6 jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi (Aryani, 2010).

2. METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan wujud kontribusi Universitas Ubudiyah dalam implementasi tridarma perguruan tinggi. Pengabdian yang telah

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dilakukan dengan topik “penyuluhan tentang personal hygiene pada saat menstruasi pada remaja putri” untuk remaja putri. Koordinator yaitu Asmaul Husna, SST., M. Kes dengan menjelaskan topik penyuluhan kemudian dilanjutkan oleh mahasiswa dengan memberikan pengalaman mereka dan perlombaan berbentuk *game*.

Penyuluhan dilaksanakan dengan melibatkan peran serta mahasiswa Universitas Ubudiyah Indonesia. Penyuluhan dipaparkan dengan media berupa laptop, infocus dan pembagian materi kepada siswi agar materi penyuluhan dapat diserap dengan baik oleh para siswi yang menjadi sasaran. Penyuluhan terbagi dalam beberapa bagian, yaitu sesi pemberian materi, sesi tanya jawab dan sesi evaluasi. Selain itu juga diadakan perlombaan untuk ibu hamil agar

menarik minat dan membangkitkan motivasi siswi.

Pembukaan acara penyuluhan dimulai pada jam 09.00 WIB, acara berlangsung sekitar 60 menit setelah proses pembukaan, koordinator langsung mengkoordinir mahasiswa untuk melakukan serangkaian kegiatan, mulai dari pemberian modul penyuluhan, dan dilanjutkan dengan Penyuluhan oleh koordinator dan terakhir dilanjutkan dengan perlombaan.

Pada awal penyuluhan materi disampaikan terlebih dahulu oleh koordinator yang berlangsung dalam waktu \pm 30 menit. Remaja putri yang mendengarkan penyuluhan sangat berantusias dalam mengajukan pertanyaan pada saat sesi tanya jawab berlangsung sehingga dapat lebih menghidupkan suasana dalam penyuluhan ini. Setelah sesi pemaparan materi dan proses tanya jawab berakhir maka diakhiri dengan sesi evaluasi yang pada intinya remaja putri dapat menerima dan mengerti tentang materi penyuluhan yang telah disampaikan. Setelah penyuluhan selesai, sesi

selanjutnya diserahkan kepada mahasiswi yang tetap dikoordinir oleh koordinator untuk melaksanakan kegiatan perlombaan yang berlangsung \pm 30 menit. Remaja putri yang hadir dalam kegiatan penyuluhan ini sangat senang dengan adanya kegiatan penyuluhan seperti.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan data WHO (2007), disebutkan bahwa sebanyak 75% wanita dari seluruh dunia pernah mengalami keputihan dalam hidupnya. Indonesia adalah urutan pertama dengan kasus penderita kanker leher rahim. Fenomena yang terjadi pada remaja putri di SMAK St. Augustinus Kediri saat pra penelitian yang dilakukan dengan wawancara didapatkan hasil 50 remaja putri yang sudah menstruasi dan didapatkan 3 remaja putri mempunyai perilaku yang benar tentang personal hygiene pada saat menstruasi disebabkan mereka mendapatkan informasi dari orang tua, 2 remaja puteri berperilaku cukup, sedangkan 5 remaja putri perilakunya masih salah dalam melakukan personal

hygiene pada saat menstruasi disebabkan belum ada informasi yang didapatkan baik dari orang tua maupun program penyuluhan di institusi pendidikan.

Demikian laporan pengabdian kepada masyarakat di wilayah SMA Insyafuddin Banda Aceh ini. Mohon dukungan, doa serta mohon maaf atas segala kekurangan kami, semoga kita bisa terus melakukan pengabdian semacam ini, bahkan dengan acara yang lebih baik lagi di lain waktu

5. REFERENSI

- [1] Ardhiyarini. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi personal hygiene anak usia sekolah di SD Negeri Pleret Kecamatan Panjatan Kabupaten Kulon Progo* (Thesis) Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- [2] Isro'in, Laily dan Andarmoyo, S. 2012. *Personal hygiene*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- [3] Iqbal, M dkk 2013, *Perilaku Personal Hygiene di Kelurahan karena Kecamatan Menuju Sulawesi Barat*. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hassanuddin
- [4] Kholid, Ahmad. 2012. *Promosi kesehatan: dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya untuk mahasiswa dan praktis kesehatan*. Jakarta: Rajawali Press

