

Pentingnya Peningkatan Pengetahuan dan Praktik *Personal Hygiene* terhadap Kesehatan Reproduksi bagi Siswi SDN VII Batusari Mranggen Demak

¹Pasid Herlisa, ²Sampurna, ³Siti Thomas Zulaikhah*

¹Bagian Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin/Dermato-venerologi Esthetica, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

²Bagian Ilmu Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

³Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

*Corresponding Author
sitithomas@unissula.ac.id

Abstrak

Masa remaja adalah masa dengan rentang usia berkisar 10 sampai 24 tahun, suatu fase peralihan dari masa kanak-kanak (*dependent*) menuju masa dewasa (*independent*) dan ini normal terjadi pada kehidupan manusia. Seorang remaja dalam periode tersebut akan banyak sekali mengalami perkembangan dan pertumbuhan guna mencari identitas dan jati dirinya. Berbagai perubahan akan muncul baik dari sisi psikologis, fisik (pubertas), dan sosial lingkungan. Tujuan dilakukannya pengabdian kepada masyarakat terhadap siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) VII Batusari ini adalah untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan dan praktik *personal hygiene* terhadap kesehatan reproduksi. Metode yang dilakukan dengan penyuluhan dan praktik mencuci tangan. Peserta adalah siswi SDN VII Batusari Mranggen Demak yang berjumlah 30. Sebelum dan sesudah kegiatan peserta diberi kuesioner tentang pengetahuan yang berjumlah 20 item pertanyaan, sebagai evaluasi terhadap kegiatan yang dilaksanakan. Skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan dibandingkan dan dianalisis dengan uji *t-paired*. Rerata skor pengetahuan sebelum kegiatan 50,25 dan skor sesudahnya 87,80, sedangkan hasil analisisnya diperoleh nilai $p = 0,0001$. Pendek kata, penyuluhan tentang kesehatan reproduksi dan praktik *personal hygiene* berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi siswi SDN VII Batusari Mranggen Demak.

Kata Kunci: Kesehatan reproduksi; personal hygiene; pengetahuan

Abstract

Adolescence is a period with an age range of 10 to 24 years, a transitional phase from childhood (*dependent*) to adulthood (*independent*) and this is a normal occurrence in human life. A teenager during this period will experience a lot of development and growth in order to find his identity and identity. Various changes will emerge both psychologically, physically (puberty) and the social environment. The aim of carrying out community service for female students at State Elementary School (SDN) VII Batusari is to determine whether there is an increase in knowledge and practice of personal hygiene regarding reproductive health. The method used is education and hand washing practices. The participants were 30 female students from SDN VII Batusari Mranggen Demak. Before and after the activity the participants were given a questionnaire about knowledge totaling 20 question items, as an evaluation of the activities carried out. Knowledge scores before and after the activity were compared and analyzed using the paired *t-test*. The average knowledge score before the activity was 50.25 and the score after 87.80, while the results of the analysis obtained a p value = 0.0001. In short, counseling about reproductive health and personal hygiene practices influence the reproductive health of female students at SDN VII Batusari Mranggen Demak.

Keywords: Reproductive health; personal hygiene; knowledge

PENDAHULUAN

Secara global didapatkan data 40% dari total kasus HIV terjadi pada kaum muda yang berusia 15-24 tahun atau diperkirakan lebih dari 7.000 remaja terinfeksi HIV setiap harinya (Sikka, 2015). Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Berdasarkan data Departemen Kesehatan (DEPKES) Republik Indonesia remaja Indonesia (usia 10-19 tahun) pada tahun 2008, jumlah remaja di Indonesia diperkirakan sudah mencapai 62 juta jiwa (Komnas, 2017). Diperkirakan 20-30% dari total populasi di masing-masing kabupaten maupun kotamadya di Indonesia adalah tergolong kaum remaja yang persentase terdistribusi secara hampir merata (Sumartono, 2008). Jika diestimasi dari jumlah penduduk Indonesia yang saat ini sekitar 250 juta, maka diperkirakan terdapat total 50-75 juta jiwa kaum remaja. Ditemukan fakta ternyata banyak remaja yang sudah aktif secara seksual, meskipun tidak selalu atas kehendak sendiri, dan di beberapa negara berkembang kira-kira separuh dari mereka sudah menikah. Aktivitas seksual dini yang tidak bertanggung jawab menempatkan remaja menghadapi berbagai tantangan risiko kesehatan reproduksi (Rofi'ah, 2017)

Remaja dengan permasalahan pengetahuan kesehatan reproduksi yang terjadi pada saat ini sangat kompleks, hal ini di tunjukan pada hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, Komponen Kesehatan Reproduksi Remaja (KKRR) mengetahui pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi belum memadai yang dapat dilihat dengan hanya 35,3% remaja perempuan dan 31,2 % remaja laki laki usia 15-19 tahun mengetahui bahwa perempuan dapat hamil dengan satu kali berhubungan seksual (SDKI, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Baseline survei Lantera-Sahaja PKBI Yogyakarta memperlihatkan, perilaku seksual remaja mencakup kegiatan mulai dari berpegangan tangan, berpelukan, berciuman, *necking*, *petting*, hubungan seksual, sampai dengan hubungan seksual dengan banyak orang. Seks pranikah pada remaja berisiko terhadap kehamilan remaja dan penularan penyakit menular seksual. Kehamilan yang tidak direncanakan atau kehamilan tidak diinginkan pada remaja perempuan dapat berlanjut pada aborsi dan pernikahan remaja (Rutgers WPF Indonesia, 2012). Masa remaja merupakan peralihan dari kanak-kanak menjadi dewasa. Artinya, proses pengenalan dan pengetahuan kesehatan reproduksi sebenarnya sudah dimulai pada masa ini. Secara sederhana, reproduksi berasal dari kata "re" yang berarti kembali dan "produksi" yang artinya membuat atau menghasilkan (Lubis & Harahap, 2022)

Personal hygiene (kebersihan perorangan) merupakan salah satu bagian penting yang mempengaruhi kesehatan individu. Kebersihan perorangan adalah tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Kebersihan perorangan bertujuan untuk mempertahankan perawatan diri secara mandiri maupun dengan bantuan dan dapat melatih hidup sehat dan bersih baik dengan menjaga kebersihan tubuh secara keseluruhan, juga gigi, kuku maupun alat reproduksi (Littik *et al.*, 2023). *Personal hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan baik maka akan berdampak negative terhadap kesehatan reproduksi (Tantry, 2019). Angka prevalensi candidiasis (25-50%), bacterial vaginosis (20-40%) dan trichomoniasis (515%). Tidak kurang dari 500.000 kasus terjadi pada Perempuan berumur 15-45 tahun mengalami kanker serviks setelah kanker payudara dan kasus yang baru 280.000 tiao tahun di seluruh pelosok negeri ini. Korban meninggal dunia sedikitnya 555 wanita mengalami penyakit kanker leher serviks dan

perharinya 200.000 pertahunnya wanita menurut data yayasan kanker Indonesia (Lubis & Harahap, 2022). Tujuan dilakukannya pengabdian kepada masyarakat terhadap siswi SDN VII Batusari ini untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan dan praktik personal hygiene terhadap kesehatan reproduksi.

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan pra-eksperimen dengan rancangan perlakuan ulang (*one group pre and posttest design*) yaitu memberikan penyuluhan dan praktik mencuci tangan. Peserta adalah siswi SDN VII Batusari Mranggen Demak yang berjumlah 30. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan memberikan pretes kepada peserta pada awal kegiatan dan postes pada akhir kegiatan sebagai evaluasi terhadap kegiatan yang dilaksanakan. Materi pretes dan postes adalah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan kebersihan perorangan (personal hygiene) yang terdiri dari 20 item pertanyaan, dimana jawaban benar mendapat skor 1 dan salah 0. Skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan dibandingkan. Data yang terkumpul diuji normalitas dengan Shapiro wilks dan dianalisis menggunakan *t-paired test* karena distribusi data normal (Dahlan, 2014).

Tahap pelaksanaan kegiatan:

- a. Peserta diminta berkumpul di kelas SDN VII batusari Mranggen Demak
- b. Peserta diberi lembar kuesioner pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan personal hygiene, peserta diminta mengisi, hasil jawaban peserta kita beri skor dan kita catat sebagai hasil pretes.
- c. Peserta mendapatkan penyuluhan tentang pengetahuan Kesehatan reproduksi oleh dr. Sampurna M.Kes dan Dr. dr. Pasid Herlisa, Sp. DVE
- d. Peserta mengikuti praktik cuci tangan yang benar dengan 6 langkah yang dipimpin oleh Prof. Dr. Siti thomas Zulaikhah, MKes
- e. Peserta diberi lembar kuesioner pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, peserta diminta mengisi, hasil jawaban peserta kita beri skor dan kita catat sebagai hasil postes.



Gambar 1. Penyuluhan tentang Kesehatan Reproduksi pada siswi SD

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Deskripsi Item Pertanyaan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi (Pre dan post-test)

No	Item Pertanyaan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja	Jawaban			
		Pre		Post	
		Benar	Salah	Benar	Salah
1	Kesehatan reproduksi adalah Suatu keadaan kesehatan yang sempurna baik secara fisik, mental, dan sosial dan bukan semata-mata terbebas dari penyakit	28 (93,4%)	2 (6,6%)	30 (100%)	0 (0%)
2	Cara menjaga Kesehatan reproduksi pada wanita adalah sering mengganti celana dalam, makan makanan yang bergizi dan olah raga	28 (93,4%)	2 (6,6%)	30 (100%)	0 (0%)
3	Vagina merupakan salah satu organ reproduksi pada wanita	30 (100%)	0 (0%)	30 (100%)	0 (0%)
4	Rahim merupakan salah satu organ reproduksi pada wanita	28 (93,4%)	2 (6,6%)	30 (100%)	0 (0%)
5	Pendidikan tentang kesehatan reproduksi sangat penting sekali	26 (86,6%)	4 (13,4%)	30 (100%)	0 (0%)
6	Usia 10-12 tahun merupakan usia pubertas	28 (93,4%)	2 (6,6%)	30 (100%)	0 (0%)
7	Menstruasi merupakan salah satu tanda pubertas pada wanita	24 (80%)	6 (20%)	30 (100%)	0 (0%)
8	Menstruasi adalah pengeluaran darah yang disebabkan karena sakit	24 (80%)	6 (20%)	30 (100%)	0 (0%)
9	Pergaulan bebas pada remaja akan mengakibatkan kehamilan tidak diinginkan dan juga kematian	20 (66,7%)	10 (33,3%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)
10	Tujuan utama program kesehatan reproduksi adalah meningkatkan ksesadaran kemandirian wanita dalam mengatur fungsi dan proses reproduksinya	18 (60%)	12 (40%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)
11	Penyakit yang Sering Menyerang	20 (66,7%)	10 (33,3%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)

No	Item Pertanyaan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja	Jawaban			
		Pre		Post	
		Benar	Salah	Benar	Salah
12	Sistem Reproduksi Wanita adalah kanker serviks Kehamilan yang terjadi diusia muda tidak berbahaya	18 (60%)	12 (40%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)
13	Cara menjaga organ Kesehatan reproduksi Wanita adalah mengganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari	8 (26,7%)	22 (73,3%)	26 (86,6%)	4 (13,4%)
14	Salah satu masalah kesehatan yang bisa terjadi akibat kebersihan vagina yang buruk adalah Keputihan	4 (13,4%)	26 (86,6%)	30 (100%)	0 (0%)
15	kebersihan organ intim yang tidak terjaga bisa memicu terjadinya infeksi yang mengakibatkan penyakit	18 (60%)	12 (40%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)
16	Alat reproduksi manusia harus menjadi tanggung jawab dari individu itu sendiri agar bisa menjaga dan merawat sehingga aman dari timbulnya penyakit	8 (26,7%)	22(73,3 %)	26 (86,6%)	4 (13,4%)
17	Yang harus menjaga kebersihan alat reproduksi adalah hanya Wanita saja	2 (6,6%)	28 (93,4%)	26 (86,6%)	4 (13,4%)
18	Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus	4(13,4 %)	26 (86,6%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)
19	Seks bebas adalah perilaku menyimpang yang membahayakan kesehatan	4(13,4 %)	26 (86,6%)	28 (93,4%)	2 (6,6%)
20	Mimpi basah merupakan salah satu tanda pubertas pada wanita	8 (26,7%)	22(73,3 %)	26 (86,6%)	4 (13,4%)

Tabel 2. Hasil rerata skor pengetahuan dan analisis data dengan *uji t-paired*

Variabel Pengetahuan	Mean±SD	p-value	Keterangan
• Skor pre-test	50,25±20,0	0,0001	Ada perbedaan yang signifikan skor pengetahuan sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan
• Skor post-test	87,80±9,10		

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data bahwa rerata skor nilai sebelum kegiatan pengabdian masyarakat adalah 50,25 dengan standar deviasi 20,0. Rerata skor nilai sesudah kegiatan adalah 87,80 dengan standart deviasi 9,10. Terjadi peningkatan skor nilai pengetahuan antara sebelum dan sesudah kegiatan sebesar 37,55.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan tentang kesehatan reproduksi dan praktik personal hygiene dengan mencuci tangan 6 langkah menggunakan sabun berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi siswi SDN VII Batussari Mranggen Demak. Kegiatan seperti ini sebaiknya dilakukan secara kontinyu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UNISSULA yang sudah mensupport dan mendanai kegiatan ini. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada kepala sekolah, guru dan siswi SDN VII Batusari Mranggen Demak

DAFTAR PUSTAKA

- Dahlan, M.S. (2014). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Penerbit Salemba.
- Rahayuningsih, F. S. (2009). *Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMAN I Karangtengah Demak*. POLTEKKES KEMENKES SEMARANG
- Kelompok Kerja Dompu dan Sikka. (2015). *Gerak Serempak! Gerakan Masyarakat untuk Kesehatan Remaja dan Pasangan Muda Kita!* Plan International Indonesia dan Rutgers WPF Indonesia.
- Komnas Perempuan. (2017). *Booklet 15 Bentuk Kekerasan Seksual*. Komnas Perempuan.
- Littik, S. K., Manongga, S. P., Ndoen, E. M., Elim, R. V., & Ledo, J. P. (2023). Peningkatan pengetahuan dan praktek kebersihan diri saat menstruasi siswi sekolah menengah pertama: Increasing knowledge and practice of personal hygiene when menstruation among first high school female students. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 8(1), 65-72. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i1.4048>
- Lubis, J., & Harahap, L. J. (2022). Pentingnya Personal Hygiene Remaja Putri dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi di SMA Negeri 1 Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*, 1(2), 19–21. <https://ejournal.stikesdarmaispadangsidimpunan.ac.id/index.php/jpmd/article/view/27>
- Rutgers WPF Indonesia. (2012). *SETARA: Semangat Dunia Remaja*. Rutgers WPF Indonesia
- Rofi'ah, S. (2017). Efektivitas pendidikan kesehatan metode peer group terhadap tingkat pengetahuan dan sikap personal hygiene saat menstruasi. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 31-36. <https://doi.org/10.61720/jib.v2i2.31>

- Sumartono, S. S., & Intasari, I. (2008). *Program AKU & KAMU: Pedoman Kecakapan Hidup Sosial untuk Anak Usia 4-6 Tahun*. PKBI Pusat dan World Population Foundation.
- Tantry, Y. U., Solehati, T., & Yani, D. I. 2019. Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi Pada Siswi SMP. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), 146-154. <http://dx.doi.org/10.26751/jikk.v10i1.531>