

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG VULVA HYGIENE PADA WANITA USIA  
SUBUR DI DUSUN TESEH KELURAHAN METESEH KECAMATAN TEMBALANG  
KOTA SEMARANG**

**HEALTH EDUCATION ON VULVA HYGIENE IN FERTILE WOMEN IN DUSUN  
TESEH, METESEH, TEMBALANG SUB DISTRICT OF SEMARANG**

Siti Istiana<sup>1</sup>, Lia mulyanti<sup>2</sup>, Aniatul Janah<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, FIKKES, Unimus,

email: [sitiistiana@unimus.ac.id](mailto:sitiistiana@unimus.ac.id)

**ABSTRAK**

*Masalah keputihan adalah masalah yang sejak lama menjadi persoalan bagi kaum wanita. Keputihan adalah keluarnya sekret atau cairan dari vagina. Personal hygiene genitalia merupakan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari gangguan alat reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan. Pengetahuan dan ketrampilan vulva hygiene merupakan salah satu upaya untuk mencegah dan mengontrol infeksi, mencegah kerusakan kulit, meninggalkan kenyamanan serta mempertahankan kebersihan diri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberi informasi terkait pendidikan mengenai vulva hygiene pada WUS di dusun Teseh kelurahan meteseh kecamatan tembalang kota semarang yang berjumlah 30 orang pada bulan maret 2020. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan tanya jawab menggunakan media leaflet. Seluruh materi dapat disampaikan dan dapat diterima dengan baik. Setelah dilaksanakan kegiatan, pemahaman WUS mengenai vulva hygiene sudah meningkat, WUS mampu memahami teknik vulva hygiene dengan benar ditunjukkan dengan kemampuan menjawab pertanyaan setelah dilakukan evaluasi. Harapannya setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai praktik vulva hygiene, WUS bisa menerapkan kegiatan praktik vulva hygiene dengan benar, sehingga akan tercapai rasa nyaman dan terhindar dari keputihan.*

*Kata kunci: WUS, keputihan, vulva hygiene*

**ABSTRACT**

*Leucorrhoea has long been a problem for women. Leucorrhoea is the discharge or secretion from the vagina. Personal hygiene genitalia is the maintenance of individual hygiene and health that is carried out in daily life so that avoid reproductive organ disorder and get physical and psychological well-being and improve health status. Vulva hygiene knowledge and skills are an effort to prevent and control infection, prevent skin damage, leave comfort and maintain personal hygiene. This activity aims to provide information related to education about vulva hygiene at fertile women in Teseh village, Meteseh, Tembalang sub district Semarang city totaling 30 people in March 2020. Used lecture, discussions, question and answer methode with leaflet media. All material can be delivered and can be received well. After activity was carried*

*out, fertile women's understanding about vulva hygiene had improved. They was able to understand vulva hygiene technique correctly, shown by the ability to answer question after evaluation. After carrying out community service activities, we hope they can apply practice vulva hygiene in daily life correctly, so that a sense of comfort will be achieved and avoid vaginal disorders.*

*Keywords: fertile women, leucorrhoea, vulva hygiene*

## **PENDAHULUAN**

Masalah keputihan adalah masalah yang sejak lama menjadi persoalan bagi kaum wanita. Keputihan adalah keluarnya sekret atau cairan dari vagina. Sekret tersebut dapat bervariasi dalam konsistensi warna dan bau. Umumnya wanita yang menderita keputihan mengeluarkan lendir tersebut terlalu banyak dan menimbulkan bau tidak enak. Ini disebabkan karena terjadinya peradangan dan infeksi pada liang vagina. (Wijanti, 2009).

Masalah keputihan atau yang biasa disebut dengan *fluor albus* adalah masalah yang sejak lama menjadi persoalan banyak wanita. Sepanjang hidupnya, perempuan diperkirakan pernah mengalami keputihan minimal sekali. Serangan keputihan ini umumnya dialami para wanita usia produktif. (Widyastuti, 2009).

*Personal hygiene* genitalia merupakan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari gangguan alat reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan (Tapparan & Pandelaki, 2013). Sedangkan Hurlock (2001) menyatakan bahwa salah satu yang menjadi faktor utama terciptanya kesehatan yaitu selalu

menjaga kebersihan diri salah satunya kebersihan organ reproduksi. Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sangat sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Selain itu menurut Manuaba (2002) Menjaga kesehatan organ reproduksi pada wanita diawali dengan menjaga kebersihan organ kewanitaan.

*Vulva hygiene* merupakan perawatan diri pada organ genitalia bagian luar yang terdiri atas mons veneris yang terletak di depan simpisis pubis, labia mayora, labia minora, klitoris, perineum dan anus. Vulva hygiene adalah tindakan menjaga kebersihan alat kelamin luar perempuan (Hidayat, 2009) seperti membilas organ genitalia eksternal dengan air matang dan sabun setelah buang air kecil atau buang air besar dan perawatan sehari-hari dalam memelihara organ genitalia. Pengetahuan dan ketrampilan *vulva hygiene* merupakan salah satu upaya untuk mencegah dan mengontrol infeksi, mencegah kerusakan kulit, meninggalkan kenyamanan serta mempertahankan kebersihan diri (Potter dan Perry, 2000). Kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan tubuh secara umum. Kebersihan di area vagina sering diabaikan kaum hawa. Apabila area

vagina lembab dan kotor, hal tersebut akan menjadi sarang kuman dan lebih rentan terinfeksi virus berbahaya.

Menurut studi *World Health Organization (WHO)* masalah kesehatan reproduksi perempuan yang buruk itu telah mencapai 33% dari jumlah total beban penyakit yang diderita para perempuan di dunia salah satunya adalah keputihan. Sekitar 75% wanita didunia pasti akan mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidup dan sebanyak 45% wanita mengalami keputihan dua kali atau lebih, sedangkan pada kaum wanita yang berada di Eropa angka keputihan sebesar 25%, dimana 40-50% akan mengalami kekambuhan.(Purwanto, 2006)

Menurut Ayuningtiyas dalam Kursani (2015), di Indonesia kejadian keputihan semakin meningkat. Berdasarkan hasil penelitian menyebutkan bahwa tahun 2002 sekitar 50% wanita Indonesia mengalami keputihan, kemudian pada tahun 2003 sekitar 60% wanita pernah mengalami keputihan. Pada tahun 2004 wanita yang mengalami keputihan mencapai 70%. Sedangkan berdasarkan data yang didapat dari dr. Boyke sepanjang tahun 2011 hingga 2012, di dapatkan hasil bahwa Indonesia wanita yang mengalami keputihan sekitar 70%.

Data Kelurahan Meteseh tahun 2020 menunjukkan mayoritas wanita usia subur bekerja sebagai ibu rumah tangga, karyawan swasta. Faktor pengetahuan mempengaruhi pola hygiene khususnya pada perilaku praktik vulva hygiene. Ditambah lagi terdapat wanita usia subur yang bekerja berat dan memakai alat

kontrasepsi hormonal. Akibat kebersihan vulva yang tidak terjaga akan mempengaruhi seorang perempuan mengalami perasaan tidak nyaman pada vulva, seperti keputihan, dan infeksi jamur

## **METODE**

Metode kegiatan adalah pendampingan pendidikan kesehatan dengan teknik pemberian informasi atau penyuluhan tentang *vulva hygiene* serta praktik *vulva hygiene*. Materi diberikan dengan menggunakan media lembar balik mengenai pengetahuan serta praktik *vulva hygiene* didemonstrasikan dengan menggunakan media phantom. Waktu Pelaksanaan kegiatan yaitu bulan Maret 2020 dengan alokasi waktu yaitu 100 menit. Pemateri kegiatan ini diisi oleh Pengabdian dan Tim dari Unimus. Khalayak sasaran kegiatan adalah WUS dengan jumlah target sasaran yaitu 30 orang. Pemilihan sasaran dilakukan dengan melihat daftar wanita usia subur di Dusun Teseh Kelurahan Meteseh Kota Semarang dengan kerjasama dengan PKK Dusun Teseh. Lokasi kegiatan adalah Dusun Teseh Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Kota Semarang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam program-program kesehatan, agar diperoleh perubahan perilaku yang sesuai dengan norma-norma kesehatan, sangat diperlukan usaha-usaha konkrit dan positif. Beberapa strategi untuk memperoleh perubahan perilaku tersebut menurut WHO salah satunya yaitu dengan pemberian pendidikan kesehatan. Perubahan perilaku melalui cara Pendidikan atau promosi kesehatan ini diawali dengan pemberian

informasi- informasi kesehatan. Dengan memberikan informasi- informasi tentang cara – cara mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara menghindari penyakit, dan sebagainya akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hal itu. (Notoatmodjo, 2010)

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat di Dusun Teseh ini mencakup beberapa komponen yaitu keberhasilan target jumlah peserta pengabdian, ketercapaian tujuan pengabdian, serta kemampuan peserta dalam memahami materi. Kegiatan pengabdian dihadiri oleh seluruh peserta yaitu 30 WUS, dan program yang telah dilaksanakan mendapat respon yang positif dari WUS karena materi ini merupakan hal yang baru bagi mereka. Pendidikan kesehatan diberikan melalui penyuluhan dengan menggunakan media leaflet. Isi leaflet meliputi pengertian, tujuan, manfaat, frekuensi melakukan vulva hygiene serta praktik vulva hygiene.

Pada saat pendahuluan pemateri melakukan tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan mereka tentang *vulva hygiene*. Hasil dari appersepsi mengenai pengetahuan vulva hygiene, banyak WUS yang belum paham mengenai apa itu vulva hygiene. Sebagian besar WUS hanya mengetahui bahwa penting untuk membersihkan area genitalia tetapi apa saja yang harus dilakukan serta cara pembersihan masih belum benar. Menurut penuturan mereka, jika mandi organ kewanitaan dibersihkan, tetapi untuk perilaku mengganti celana dalam sampai 3 kali sehari dan menggunakan celana

dalam yang bersih serta terbuat dari bahan katun tidak begitu diperhatikan. Jarang mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, tidak mengeringkan organ kewanitaan setelah Buang Air Kecil (BAK) maupun Buang Air Besar (BAB). Langkah ke 2 pemateri memberikan informasi mengenai pengetahuan tentang *vulva hygiene* yang meliputi pengertian, tujuan, manfaat, akibat bila tidak melakukan *vulva hygiene*, berapa kali harus melakukan serta bagaimana cara melakukan praktik vulva hygiene dengan benar.

Salah satu dampak dari tidak dilakukannya vulva hygiene dengan benar yaitu akan muncul keputihan. Sepanjang hidupnya perempuan diperkirakan pernah mengalami keputihan minimal sekali, serangan keputihan ini umumnya dialami para wanita usia produktif.(widyastuti, 2009). Perilaku WUS yang enggan membersihkan daerah kewanitaannya maka kemungkinan terjadi keputihan sangat besar. Apabila mereka malas membersihkan organ kewanitaannya kemungkinan bakteri atau jamur akan masuk ke organ kewanitaan, Dengan adanya pengetahuan tentang vulva hygiene dengan baik, maka dari itu diharapkan WUS mengerti dampak buruk akibat perilaku kurang sehat dalam menjaga kebersihan organ reproduksi.

Perilaku wus dalam menjaga kebersihan alat genitalia sangatlah berpengaruh terhadap upaya pencegahan keputihan pada wus, pada saat ini karena wus sangat membutuhkan pengetahuan cara menjaga alat organ reproduksinya baik dari dalam lingkungan keluarga

maupun lingkungan luar. Perilaku tidak higienis seperti air cebok tidak bersih, celana dalam tidak menyerap keringat, penggunaan pembalut yang kurang baik merupakan salah satu faktor penyebab keputihan (Ayuningsih, Teviningrum dan Krisnawati, 2010).

Seluruh materi dapat disampaikan dengan baik dan dapat diterima dengan baik. Peserta sangat antusias dalam kegiatan ini. Dalam kegiatan pengabdian ini ada beberapa hambatan yang ditemui yaitu keterbatasan waktu karena kegiatan dilakukan pada sore hari mendekati waktu maghrib. Sebenarnya para WUS masih ingin menelusuri lebih dalam lagi tentang beberapa hal lain mengenai masalah organ kewanitaan namun karena keterbatasan waktu maka pertanyaan tentang organ kewanitaan belum bisa terjawab.

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang berlangsung pada bulan Maret 2020 di Dusun Teseh Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik, sepanjang acara WUS menunjukkan antusias yang baik. Setelah dilaksanakan pengabdian masyarakat pada pemahaman WUS mengenai vulva hygiene sudah meningkat, WUS mampu memahami teknik vulva hygiene dengan benar ditunjukkan dengan kemampuan menjawab pertanyaan setelah dilakukan evaluasi. Harapannya setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai praktik vulva hygiene, WUS

bisa menerapkan kegiatan praktik vulva hygiene dengan benar dalam kehidupan sehari-hari. Tim pengabdian berharap program yang telah dilaksanakan ini dapat bermanfaat dan berkesinambungan meskipun kegiatan ini telah berakhir.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ayuningsih, Fajar, et al. 2010. Cara Holistik dan Praktis Atasi Gangguan Khas Pada Kesehatan Wanita. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Hidayat, A. 2009. Konsep Personal Hygiene. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hurlock, E. B. 2001. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga. (Edisi Kelima)
- Kursani, Elmia, dkk. 2015. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Flour Albus (Keputihan) Pada Remaja Putri di SMA PGRI Pekanbaru Tahun 2013. Jurnal Maternity and Neonatal Volume 2 No 1.
- Manuaba. 2002. Ilmu Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan, Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter, PA, Perry, A,G, Buku Ajar Fundamental keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik Edisi 4. Volume 2 Alih Bahasa: Renata.
- Purwanto, H. 2006. Pengantar Perilaku Manusia untuk Perawat. Jakarta: EGC

Tapparan, F., Lampus B.S., Pandelaki A. J. 2013. Gambaran Perilaku Kebersihan Organ Genitalia Eksterna Siswi Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kawangkoan. *Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik*. Vol. 1 No. 1

Widyastuti, Yani. 2009. Kesehatan reproduksi. Yogyakarta: fitramaya,

Wijayanti. 2009. Fakta penting seputar kesehatan reproduksi wanita Yogyakarta book marks

#### **DOKUMENTASI**



Gb. 1 Pemberin informasi mengenai vulva hygiene



Gb. 2 Pemberian informasi mengenai vulva hygiene