

Penyuluhan Kesehatan *Vulva hygiene* pada Ibu PKK sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Perempuan

¹Yuyun Triani

¹Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Surakarta – Jawa Tengah

Email: yyntrn.aiska@gmail.com

Abstrak

Kesehatan reproduksi perempuan merupakan aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan keluarga. Salah satu upaya preventif yang dapat dilakukan adalah penerapan *vulva hygiene* yang benar. Kurangnya pengetahuan mengenai kebersihan organ genital bagian luar dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi dan gangguan kesehatan lainnya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu PKK mengenai praktik *vulva hygiene* yang tepat dan aman. Kegiatan dilaksanakan di RT 03 RW 09 Kelurahan Joyosuran, Kecamatan Pasar Kliwon, Kota Surakarta dengan jumlah peserta sebanyak 34 orang. Metode pelaksanaan meliputi identifikasi karakteristik peserta, penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta evaluasi pemahaman. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai teknik *vulva hygiene* yang benar, termasuk cara membasuh dari depan ke belakang, menjaga kelembapan area genital, serta pemilihan pakaian dalam yang sesuai. Partisipasi aktif peserta selama kegiatan menunjukkan tingginya kebutuhan edukasi kesehatan reproduksi di tingkat komunitas. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada Ibu PKK dan berpotensi menciptakan efek berkelanjutan dalam keluarga melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata Kunci : Vulva hygiene, Penyuluhan Kesehatan, Kesehatan Reproduksi, Ibu PKK.

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi perempuan merupakan bagian penting dari pembangunan kesehatan masyarakat karena berkaitan langsung dengan kualitas hidup perempuan dan kesejahteraan keluarga. Salah satu aspek dasar dalam menjaga kesehatan reproduksi adalah kebersihan organ genital bagian luar (*vulva hygiene*). Praktik kebersihan yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi saluran reproduksi, iritasi, maupun gangguan keseimbangan flora normal pada area genital. *World Health Organization* (2022) menegaskan bahwa masalah kesehatan reproduksi perempuan masih menjadi tantangan global, terutama di negara berkembang yang memiliki keterbatasan edukasi kesehatan preventif.

Vulva hygiene merupakan tindakan perawatan dan pembersihan organ genital bagian luar dengan cara yang benar dan aman, seperti membasuh dari arah depan ke belakang, menjaga area tetap kering, serta menggunakan pakaian dalam berbahan yang menyerap keringat. Kesalahan dalam praktik kebersihan genital, termasuk penggunaan sabun antiseptik berlebihan atau produk pewangi, dapat mengganggu keseimbangan pH alami dan mikrobiota vagina (Sari & Putri, 2021). Kondisi tersebut berpotensi memicu keputihan patologis maupun iritasi.

Kurangnya pengetahuan mengenai *vulva hygiene* tidak hanya terjadi pada remaja, tetapi juga pada perempuan dewasa. Penelitian oleh Lestari, Wulandari, dan Handayani (2022) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan praktik kebersihan genital pada perempuan usia reproduksi. Perempuan dengan tingkat pengetahuan rendah cenderung memiliki praktik *vulva hygiene* yang kurang tepat, sehingga berisiko mengalami gangguan kesehatan reproduksi.

Kelompok Ibu PKK memiliki peran strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan keluarga. Sebagai penggerak kegiatan sosial dan kesehatan di tingkat komunitas, ibu-ibu PKK berpotensi menjadi agen edukasi yang efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan reproduksi. Tim Penggerak PKK (2021) menekankan pentingnya pemberdayaan perempuan dalam mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarga. Oleh karena itu, peningkatan kapasitas pengetahuan ibu menjadi langkah penting dalam intervensi promotif.

Intervensi edukatif berupa penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat. Rahmawati dan Dewi (2023) dalam penelitiannya melaporkan adanya peningkatan signifikan skor pengetahuan perempuan dewasa setelah diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan edukasi langsung masih relevan dan efektif untuk meningkatkan kesadaran kesehatan.

Selain peningkatan pengetahuan, praktik vulva hygiene yang baik juga terbukti berhubungan dengan penurunan kejadian infeksi genital. Studi oleh Pratiwi, Nurhayati, dan Suryani (2021) menemukan bahwa perempuan dengan praktik personal hygiene yang baik memiliki risiko lebih rendah mengalami gejala infeksi dibandingkan dengan mereka yang memiliki kebiasaan kurang tepat. Temuan ini memperkuat pentingnya edukasi sebagai strategi preventif.

Perkembangan teknologi informasi memang memudahkan akses terhadap berbagai sumber kesehatan, namun tidak semua informasi yang tersedia berbasis bukti ilmiah. WHO (2022) menekankan pentingnya literasi kesehatan dalam menghadapi arus informasi digital agar masyarakat mampu memilah informasi yang benar dan aman. Oleh karena itu, penyuluhan langsung oleh tenaga kesehatan atau akademisi tetap diperlukan untuk memastikan validitas informasi yang diterima masyarakat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penyuluhan kesehatan mengenai vulva hygiene pada Ibu PKK merupakan langkah strategis dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Dengan meningkatnya pemahaman ibu, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang berkelanjutan dan berdampak pada peningkatan kesehatan reproduksi perempuan di tingkat keluarga dan masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RT 03 RW 09 Kelurahan Joyosuran, Kecamatan Pasar Kliwon, Kota Surakarta. Sasaran kegiatan adalah Ibu PKK dengan jumlah peserta sebanyak 34 orang. Kegiatan dilaksanakan dalam satu kali pertemuan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Identifikasi dan Perencanaan

Tahap awal dilakukan koordinasi dengan pengurus PKK setempat untuk menentukan waktu, tempat, serta jumlah peserta yang akan mengikuti kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan identifikasi awal terkait tingkat pengetahuan peserta mengenai vulva hygiene melalui diskusi singkat dan observasi. Selain itu, tim menyusun materi penyuluhan yang disesuaikan dengan karakteristik peserta.

2. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, tim menyiapkan bahan dan media edukasi berupa slide presentasi, leaflet, serta media gambar anatomi sederhana sebagai alat bantu penjelasan. Materi yang disiapkan meliputi pengertian vulva hygiene, pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, teknik membersihkan yang benar, pemilihan pakaian dalam, serta pencegahan infeksi saluran reproduksi.

3. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah interaktif dan diskusi tanya jawab. Materi disampaikan secara sistematis dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berbagi pengalaman terkait masalah kesehatan reproduksi yang pernah dialami. Pendekatan partisipatif digunakan agar peserta lebih aktif dan memahami materi secara komprehensif.

4. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara langsung melalui sesi tanya jawab dan umpan balik lisan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta setelah penyuluhan. Peserta diminta menjelaskan kembali poin-poin penting terkait praktik vulva hygiene yang benar. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai efektivitas penyampaian materi serta memastikan adanya peningkatan pemahaman.

5. Tahap Pelaporan

Tahap akhir adalah penyusunan laporan kegiatan sebagai bentuk pertanggungjawaban pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Dokumentasi kegiatan berupa daftar hadir dan foto kegiatan juga dikumpulkan sebagai bukti pelaksanaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan tahap identifikasi. Pada tahap ini dimulai mendata peserta kegiatan. Kegiatan dilakukan di lingkungan RT 03 RW 09 Kelurahan Joyosuran Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta (Solo) kegiatan ditunjukkan pada tabel 1.

No	Keterangan		Jumlah	Total
1	Usia	< 25 tahun	4	34 Peserta
		25-35 tahun	12	
		35-45 tahun	10	
		> 45 tahun	8	
2	Pekerjaan	Karyawan Swasta	5	
		Ibu Rumah Tangga	29	
3	Pendidikan	SMA	28	
		Diploma	3	
		Strata 1	3	

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di RT 03 RW 09 Kelurahan Joyosuran, Kecamatan Pasar Kliwon, Kota Surakarta dengan jumlah peserta sebanyak 34 orang. Identifikasi karakteristik peserta dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat memengaruhi efektivitas penyuluhan kesehatan. Menurut *United Nations Population Fund* (2023), pendekatan berbasis komunitas dalam edukasi kesehatan reproduksi perlu mempertimbangkan karakteristik demografis agar intervensi lebih tepat sasaran dan berkelanjutan.

Berdasarkan distribusi usia, sebagian besar peserta berada pada rentang 25–35 tahun dan 35–45 tahun, yang termasuk kategori usia reproduksi aktif. Kelompok usia ini memiliki kebutuhan informasi yang tinggi terkait kesehatan reproduksi karena rentan terhadap gangguan seperti infeksi saluran reproduksi dan ketidakseimbangan *flora genital*. Penelitian oleh Ningsih dan Kartika (2022) menunjukkan bahwa perempuan usia reproduksi aktif lebih berisiko mengalami gangguan genital apabila praktik personal hygiene kurang tepat.

Dari aspek pekerjaan, mayoritas peserta adalah ibu rumah tangga. Peran ibu rumah tangga sangat penting dalam membentuk perilaku kesehatan keluarga. Studi yang dilakukan oleh Hidayati dan Pramono (2021) menyatakan bahwa ibu yang memiliki literasi kesehatan yang baik

cenderung menerapkan praktik kebersihan yang lebih konsisten dalam keluarga serta menjadi sumber informasi kesehatan utama bagi anak-anaknya.

Tingkat pendidikan peserta didominasi oleh lulusan SMA. Pendidikan berhubungan erat dengan kemampuan memahami informasi kesehatan dan mengambil keputusan yang tepat. Menurut penelitian oleh Arini, Wahyuni, dan Setiawan (2024), tingkat pendidikan memengaruhi kemampuan seseorang dalam menyaring informasi kesehatan yang beredar di masyarakat, sehingga berdampak pada praktik kesehatan sehari-hari.

Selama penyuluhan berlangsung, peserta menunjukkan partisipasi aktif melalui sesi diskusi dan tanya jawab. Antusiasme tersebut menunjukkan adanya kebutuhan informasi yang belum sepenuhnya terpenuhi sebelumnya. Penelitian oleh Putra dan Laili (2022) menemukan bahwa metode penyuluhan interaktif lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dibandingkan metode ceramah satu arah karena memberikan ruang klarifikasi dan diskusi.

Evaluasi setelah penyuluhan menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai teknik *vulva hygiene* yang benar, seperti membasuh dari depan ke belakang, menjaga area genital tetap kering, serta mengganti pakaian dalam secara teratur. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Dewanti dan Suryono (2021) yang menyatakan bahwa edukasi berbasis komunitas mampu meningkatkan praktik personal hygiene secara signifikan pada perempuan usia reproduksi.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga memperkuat kesadaran peserta mengenai pentingnya pencegahan infeksi melalui perilaku sederhana sehari-hari. International Federation of Gynecology and Obstetrics (2022) menegaskan bahwa pendekatan preventif melalui edukasi komunitas merupakan strategi efektif dalam menurunkan risiko gangguan kesehatan reproduksi perempuan.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan kesehatan *vulva hygiene* memberikan dampak positif terhadap peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada Ibu PKK. Dengan karakteristik peserta yang berada pada usia produktif dan berperan sebagai pengelola kesehatan keluarga, intervensi ini memiliki potensi efek multiplier dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan rumah tangga. Hal ini sejalan dengan rekomendasi Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2023) yang menekankan pentingnya pemberdayaan perempuan dalam mendukung kesehatan keluarga secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan *vulva hygiene* yang dilaksanakan pada Ibu PKK di RT 03 RW 09 Kelurahan Joyosuran, Kecamatan Pasar Kliwon, Kota Surakarta, berjalan dengan baik dan mendapatkan respons positif dari peserta. Berdasarkan hasil identifikasi karakteristik, mayoritas peserta berada pada usia reproduksi aktif dan berperan sebagai ibu rumah tangga, sehingga kegiatan ini tepat sasaran dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi perempuan di tingkat keluarga.

Pelaksanaan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai praktik *vulva hygiene* yang benar, meliputi teknik membasuh yang tepat, menjaga kelembapan area genital, serta pemilihan pakaian dalam yang sesuai. Partisipasi aktif peserta selama sesi diskusi menunjukkan meningkatnya kesadaran akan pentingnya perilaku preventif dalam menjaga kesehatan organ reproduksi.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada Ibu PKK. Dengan peran strategis ibu sebagai pengelola kesehatan keluarga, peningkatan pengetahuan ini berpotensi menciptakan efek berkelanjutan dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan rumah tangga dan masyarakat. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan *vulva hygiene* dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan reproduksi perempuan di komunitas.

SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan kesehatan *vulva hygiene* pada Ibu PKK, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Ibu PKK dan Peserta Kegiatan

Peserta diharapkan dapat menerapkan praktik *vulva hygiene* yang benar dalam kehidupan sehari-hari serta membagikan informasi yang telah diperoleh kepada anggota keluarga, khususnya remaja putri, agar tercipta perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan.

2. Bagi Pengurus PKK

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi sebaiknya dilakukan secara rutin dan terprogram, tidak hanya terbatas pada materi *vulva hygiene*, tetapi juga mencakup deteksi dini kanker serviks, kesehatan menstruasi, serta pencegahan infeksi saluran reproduksi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan dan Institusi Pendidikan

Diperlukan kerja sama berkelanjutan antara tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan PKK dalam memberikan edukasi berbasis bukti ilmiah sehingga informasi yang disampaikan tetap akurat dan sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian atau kegiatan pengabdian selanjutnya dapat menambahkan evaluasi kuantitatif seperti pengukuran pre-test dan post-test secara statistik untuk mengetahui efektivitas penyuluhan secara lebih mendalam serta memperluas sasaran pada kelompok masyarakat yang lebih beragam.

Dengan adanya tindak lanjut yang berkesinambungan, diharapkan upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan reproduksi perempuan dapat berjalan secara optimal di tingkat keluarga maupun masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, D., Wahyuni, S., & Setiawan, R. (2024). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap literasi kesehatan reproduksi perempuan usia subur. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(1), 45–53.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). *Strategi peningkatan kesehatan reproduksi keluarga*. BKKBN.
- Dewanti, R., & Suryono, A. (2021). Efektivitas edukasi kesehatan terhadap praktik personal hygiene perempuan usia reproduksi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 9(2), 101–108.
- Hidayati, N., & Pramono, A. (2021). Peran ibu dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat di keluarga. *Jurnal Kesehatan Keluarga*, 7(1), 23–30.
- International Federation of Gynecology and Obstetrics. (2022). *Global guidance on reproductive health education*. FIGO.
- Lestari, D., Wulandari, R., & Handayani, S. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dengan praktik *vulva hygiene* pada perempuan usia reproduksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 85–92.
- Ningsih, P., & Kartika, I. (2022). Faktor risiko gangguan kesehatan reproduksi pada perempuan usia reproduksi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(3), 150–158.
- Pratiwi, A., Nurhayati, E., & Suryani, L. (2021). Personal hygiene dan kejadian infeksi genital pada perempuan usia reproduksi. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 45–53.

- Putra, M., & Laili, R. (2022). Efektivitas metode penyuluhan interaktif terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 5(2), 67–74.
- Rahmawati, I., & Dewi, P. (2023). Efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan perempuan dewasa. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(1), 12–19.
- Sari, M., & Putri, A. (2021). Praktik *vulva hygiene* dan kejadian keputihan patologis pada perempuan usia reproduksi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 10(3), 150–158.
- Tim Penggerak PKK. (2021). *Pedoman umum gerakan PKK*. TP PKK Pusat.
- United Nations Population Fund. (2023). *State of world population 2023: Reproductive health in changing world*. UNFPA.
- World Health Organization. (2022). *Sexual and reproductive health and rights: Global progress report*. WHO.