
Edukasi dan Penguatan Pemahaman Personal Hygiene Genital pada Siswi Sekolah Dasar sebagai Upaya Pencegahan Keputihan

Nadia Taqiyya¹, Fredlina Rossa Balindra², Dewi Kartika Sari³

^{1,2,3} Departemen Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Sains, dan Psikologi, Universitas Sunan Gresik, Indonesia

Corespondensi Author

Fredlina Rossa Balindra
Kebidanan, Universitas Sunan Gresik
Email:
fr.balindra@lecturer.usg.ac.id

Artikel history:

Received : 19 Sep ' 2025
Revised : 21 Nov ' 2025
Accepted : 04 Des ' 2025
Published : 12 Des ' 2025

Abstract. Adolescence is a transitional period characterized by biological, psychological, and social changes, during which adolescent girls are particularly vulnerable to improper genital personal hygiene practices that may increase the risk of reproductive health problems such as vaginal discharge caused by Bacterial Vaginosis, vulvovaginal candidiasis, and trichomoniasis. This community service program aimed to enhance knowledge and strengthen genital hygiene practices among sixth-grade female students at SD Negeri Sidorahayu 1, Wagir District, Malang Regency. The activities were conducted through an interactive educational approach involving active participation, including a pretest, visual-based health education, educational games, practical discussions, and a posttest to assess learning outcomes. The results demonstrated improvements in the student's knowledge and understanding, particularly among those aged 11–12 years, including their ability to explain appropriate genital hygiene practices and the rationale behind them. Visual-based interventions and game-based assessments were effective in presenting information in a structured, engaging, and easily applicable manner for daily life. Moreover, the program enhanced early adolescent's preparedness for puberty, especially in preventing vaginal discharge commonly associated with inadequate hygiene practices. Overall, genital personal hygiene education contributed to improving reproductive health literacy and fostering clean and healthy behaviors among adolescents. Sustaining similar programs across different educational levels is considered essential to expand the reach of health education, while integrating genital hygiene content into school health programs may serve as an effective strategy to reinforce hygienic behaviors and support long-term reproductive health.

Keyword: personal hygiene, prevention of vaginal discharge, elementary school girls, adolescent reproductive health

Abstrak. Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai perubahan biologis, psikologis, dan sosial, di mana remaja perempuan rentan terhadap praktik personal hygiene genital yang kurang tepat sehingga meningkatkan risiko gangguan reproduksi seperti keputihan akibat Bacterial Vaginosis, vulvovaginal candidiasis, dan trichomoniasis. Pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan serta memperkuat perilaku kebersihan genital siswi kelas 6 SD Negeri Sidorahayu 1, Kecamatan Wagir,

Kabupaten Malang. Kegiatan dilaksanakan melalui pendekatan edukasi interaktif berbasis partisipasi aktif, meliputi pretest, penyuluhan dengan media visual, permainan edukatif, diskusi praktik, serta posttest untuk mengukur capaian belajar. Hasil menunjukkan peningkatan pada aspek pengetahuan dan pemahaman siswi usia 11–12 tahun, termasuk kemampuan menjelaskan langkah kebersihan genital yang benar beserta rasionalitasnya. Intervensi berbasis visual dan game-based assessment terbukti mampu menyajikan informasi secara lebih terstruktur, menarik, dan mudah diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kegiatan ini memperkuat kesiapan remaja awal dalam menghadapi pubertas, khususnya terkait upaya pencegahan keputihan yang sering terjadi akibat praktik kebersihan yang belum tepat. Secara keseluruhan, edukasi personal hygiene genital berkontribusi nyata dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan membentuk perilaku hidup bersih serta sehat pada remaja. Keberlanjutan program serupa di berbagai jenjang pendidikan dipandang penting sebagai upaya memperluas jangkauan edukasi, sedangkan integrasi materi kebersihan genital dalam program kesehatan sekolah dapat menjadi strategi efektif dalam memperkuat perilaku higienis dan mendukung kesehatan reproduksi jangka panjang.

Kata Kunci : personal hygiene; pencegahan keputihan, siswi sekolah dasar, kesehatan reproduksi remaja

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi penting dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Pada masa ini, remaja mengalami pubertas, yaitu tahap penting perkembangan fisik ketika organ reproduksi mulai matang dan kemampuan biologis untuk bereproduksi terbentuk akibat perubahan hormonal (Breehl, L., & Caban, 2025). Secara umum, remaja didefinisikan sebagai individu berusia 10–19 tahun (World Health Organization, 2024). Pubertas umumnya terjadi lebih awal pada perempuan, yaitu usia 8–13 tahun, sementara pada laki-laki berlangsung pada usia 9–14 tahun (Breehl, L., & Caban, 2025).

Populasi remaja di Indonesia mencapai lebih dari 45 juta jiwa, dengan 48,7% diantaranya adalah perempuan (UNICEF, 2021). Remaja perempuan memiliki kebutuhan kesehatan reproduksi spesifik dan rentan terhadap praktik personal hygiene genital yang kurang optimal. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan sering memiliki pengetahuan terbatas mengenai cara menjaga kebersihan genitali secara tepat (Soemantri *et al.*, 2024). Rendahnya pemahaman mengenai kebersihan genital berhubungan langsung dengan kebiasaan mencuci vulva yang tidak sesuai dan

peningkatan risiko iritasi maupun keputihan, sehingga berdampak pada kesehatan reproduksi (Nur'aini RS *et al.*, 2025; Wahyuni, 2025)

Rendahnya praktik kebersihan ini dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan reproduksi, termasuk infeksi yang memicu keputihan (Susanto, 2024). Berbagai kondisi seperti bacterial vaginosis, kandidiasis vulvovaginal, dan trichomoniasis sering menimbulkan perubahan sekresi vagina serta gejala vaginitis (Agana *et al.*, 2019). Praktik kebersihan yang tidak adekuat berkontribusi signifikan terhadap meningkatnya risiko infeksi saluran reproduksi pada remaja. Selain itu, kurangnya kebersihan area genital turut dikaitkan dengan meningkatnya angka infeksi saluran kemih. Infeksi pada organ genital remaja menjadi isu penting dalam kesehatan masyarakat karena sering terjadi dan dapat menimbulkan dampak kesehatan jangka panjang (Daher *et al.*, 2022).

Studi Putri *et al.*, (2024) menemukan bahwa perilaku kebersihan genital yang buruk, termasuk penggunaan pakaian dalam yang kurang bersih dan teknik mencuci genital yang salah berhubungan dengan tingginya angka keluhan keputihan pada remaja perempuan. Demikian pula, Abic *et al.*, (2024) melaporkan bahwa edukasi yang memadai mengenai personal hygiene dapat secara signifikan meningkatkan pemahaman dan praktik kebersihan genital menjadi lebih baik.

Permasalahan kesehatan reproduksi yang terkait dengan pengetahuan dan praktik personal hygiene dapat diminimalkan melalui edukasi berbasis promosi kesehatan. Edukasi yang diberikan secara tepat terbukti meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan genital pada remaja perempuan (Ryskeldiyeva *et al.*, 2023). Upaya peningkatan wawasan melalui berbagai media, seperti membaca materi kesehatan, mengakses konten edukatif, atau berkonsultasi dengan tenaga kesehatan dapat mendorong perilaku personal hygiene genital yang lebih baik pada remaja perempuan (Soemantri *et al.*, 2024). Pemahaman yang lebih baik berhubungan dengan peningkatan sikap dan praktik personal hygiene genital, yang menegaskan bahwa edukasi sangat diperlukan untuk mendukung perilaku higienis dan meningkatkan derajat kesehatan remaja putri (Wahyuna, R., & Siregar, 2024).

Di lokasi mitra, SDN Sidorahayu 1 Kecamatann Wagir Kabupaten Malang pada hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian siswi telah memasuki masa pubertas, namun belum memperoleh edukasi khusus terkait kebersihan genital. Guru kelas juga menyampaikan bahwa beberapa siswi masih belum memahami cara membersihkan genital dengan benar maupun pentingnya menjaga area tetap kering dan menggunakan

pakaian dalam yang tepat. Temuan ini menunjukkan adanya kebutuhan akan intervensi edukatif yang dapat memperkuat pemahaman dan kebiasaan kebersihan sejak dini.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik personal hygiene genital pada siswi SDN Sidorahayu 1 sebagai upaya edukasi penguatan pemahaman personal hygiene genital. Melalui pendekatan edukatif interaktif, program ini membekali remaja awal dengan pemahaman dan keterampilan praktis, sehingga mendorong kesadaran sejak dini, mendukung kesehatan reproduksi, dan membentuk kebiasaan hidup bersih di masa pubertas.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD Negeri Sidorahayu 1, Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang yang melibatkan siswi sekolah dasar sebagai kelompok sasaran utama. Program ini menggunakan pendekatan edukasi kesehatan berbasis partisipasi aktif, yaitu metode yang memungkinkan peserta terlibat langsung dalam proses pembelajaran hingga evaluasi pemahaman terkait dengan topik yang diberikan. Pendekatan ini dipilih untuk mendukung peningkatan pengetahuan dan penguatan pemahaman terkait *personal hygiene* genital pada siswi, terutama terkait praktik kebersihan area genital yang benar sebagai upaya pencegahan keputihan. Melalui strategi ini, siswi tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memahami cara aplikatif untuk menjaga kesehatan reproduksi dasar.

Rangkaian program terdiri dari beberapa kegiatan utama, yaitu pretest pengetahuan dan pemahaman melalui permainan edukatif (*game-based learning*), edukasi kesehatan melalui media visual edukatif, diskusi pengaplikasian praktik personal hygiene, dan diakhiri dengan posttest. Pada tahap edukasi, siswi diperkenalkan pada konsep kebersihan genital dasar, termasuk cara membasuh genitalia yang benar, pemilihan bahan celana dalam yang aman, serta kebiasaan kebersihan sehari-hari yang dapat mencegah terjadinya keputihan. Media gambar interaktif digunakan untuk meningkatkan daya tarik, fokus, dan pemahaman peserta. Kegiatan permainan edukatif dilakukan dengan meminta siswi memilih gambar perilaku yang benar dan tidak benar, sehingga mereka mampu mengidentifikasi praktik yang sesuai dan praktik yang perlu dihindari dalam keseharian.

Proses pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga tahapan besar. Tahap pertama adalah persiapan, yang meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi edukasi, pembuatan media gambar edukasi, serta penyusunan instrumen evaluasi berupa pretest dan posttest. Tahap kedua merupakan kegiatan inti yang mencakup penyampaian materi, interaksi berbasis permainan, diskusi tanya jawab tentang pengalaman siswi dalam menerapkan kebiasaan kebersihan genital, serta klarifikasi praktik yang kurang tepat. Pada tahap ini, siswi didorong untuk menyampaikan pendapat serta berbagi apakah mereka sudah pernah menerapkan cara-cara yang diajarkan. Tahap ketiga adalah evaluasi, yang dilakukan dengan pemberian posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah diberikan edukasi.

Evaluasi keberhasilan kegiatan menggunakan pendekatan kuantitatif yang mengukur dua komponen, yaitu pengetahuan dan penguatan pemahaman. Pengukuran pengetahuan dilakukan melalui tes benar-salah berbasis gambar yang menampilkan dua ilustrasi tindakan, misalnya cara membasuh yang tepat dan yang tidak tepat, kemudian siswi diminta memilih tindakan yang tepat. Sementara itu, pengukuran penguatan pemahaman dilakukan melalui *game-based behavioral rationale assessment* menggunakan gambar situasional yang mencerminkan praktik kebersihan genital dalam kehidupan sehari-hari. Instrumen ini menilai kemampuan siswi dalam mengenali pilihan perilaku yang benar serta menjelaskan rasionalitas dibaliknya melalui empat kategori penilaian: memahami dengan tepat, memahami sebagian, kurang memahami, dan tidak memahami. Pendekatan ini memungkinkan identifikasi tingkat kedalaman pemahaman konseptual siswi terhadap prinsip dasar pencegahan keputihan. Kedua instrumen diberikan sebelum dan sesudah penyuluhan untuk melihat perubahan yang terjadi. Hasil evaluasi kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi peningkatan skor pengetahuan maupun penguatan perilaku personal hygiene genital. Secara keseluruhan, program ini diharapkan mampu memperkuat perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja perempuan, serta menjadi langkah preventif terhadap kejadian keputihan yang umum muncul pada masa remaja awal. Hasil kemudian dianalisis secara deskriptif untuk melihat peningkatan rata-rata skor.

3. Hasil Dan Pembahasan

Hasil kegiatan tersebut menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dan penguatan pemahaman yang signifikan pada siswi remaja awal usia 11-12 tahun setelah

diberikan edukasi mengenai *personal hygiene* genital. Berdasarkan hasil *pre-post test*, sebagian besar siswi mengalami peningkatan skor baik pada aspek pengetahuan maupun pemahaman rasional terhadap praktik kebersihan genital yang benar. Pada *pre-test*, sebagian siswi masih keliru dalam mengidentifikasi arah membasuh genitalia, pemilihan bahan celana dalam, serta kebiasaan kebersihan dasar. Namun, setelah intervensi edukasi menggunakan media gambar edukatif, mayoritas siswi mampu menjawab dengan benar, baik pada tes pengetahuan maupun instrumen penilaian pemahaman berbasis situasi.



Gambar 1. Pemaparan teori *personal hygiene* genital dan diskusi pengaplikasian praktik *personal hygiene*



Gambar 2. Foto bersama siswi SD Kelas 6.

Tabel 1. Hasil Preposttest Pengetahuan Personal Hygiene pada Siswi SD Kelas 6

No	Pengetahuan Sebelum	
	Sebelum	Setelah
Kurang	5	0
Cukup	1	0
Baik	1	7
Total	7	7

Tabel 2. Hasil Preposttest Penguatan Pemahaman Personal Hygiene pada Siswa SD
Kelas 6

No	Penguatan Pemahaman	
	Sebelum	Setelah
Kurang	3	0
Cukup	3	0
Baik	1	7
Total	7	7

Hasil tersebut mengindikasikan bahwa pendekatan edukasi kesehatan yang digunakan dalam kegiatan ini mampu meningkatkan kemampuan kognitif praremaja dalam memahami konsep kebersihan genital. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pembelajaran interaktif, khususnya melalui media visual dan *game-based assessment* berperan efektif dalam membantu remaja awal menginternalisasi informasi terkait praktik kebersihan genitalia yang benar. Efektivitas metode ini mendukung temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai kebersihan organ reproduksi serta pencegahan keputihan secara signifikan (Suniarti *et al.*, 2023).

Dengan demikian, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu memperkuat pemahaman konseptual siswi terhadap praktik *personal hygiene* genital. Luaran kegiatan tidak hanya berupa peningkatan nilai pengetahuan dan pemahaman, tetapi juga meningkatnya kemampuan siswi dalam menjelaskan alasan di balik tindakan kebersihan genital yang tepat. Setelah mengikuti edukasi, lebih banyak siswi yang mampu mengartikulasikan mengapa pembasuhan harus dilakukan dari depan ke belakang, mengapa bahan katun lebih disarankan untuk pakaian dalam, serta apa risiko dari kebiasaan yang tidak higienis. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pengetahuan yang baik mengenai kebersihan genital berhubungan dengan praktik yang benar dan berkontribusi pada penurunan risiko keputihan patologis pada remaja perempuan (Anastasya, 2024).

pemahaman reproduksi dasar yang tepat di awal masa pubertas. Manfaat kegiatan ini tampak pada terbentuknya kesiapan pengetahuan dan pemahaman remaja awal dalam menghadapi tahap pubertas yang ditandai oleh perubahan hormonal dan meningkatnya kerentanan terhadap keputihan. Pada usia 11–12 tahun, siswi berada pada fase remaja awal, dimana pembentukan perilaku kesehatan reproduksi menjadi sangat penting. Edukasi yang diberikan melalui kegiatan ini membantu siswi memahami risiko kebersihan genital yang buruk dan cara pencegahannya, sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku kebersihan yang tidak tepat berhubungan langsung dengan terjadinya infeksi saluran reproduksi dan gangguan kesehatan lainnya pada usia remaja (Elregal *et al.*, 2023).

Dengan demikian, kegiatan ini memiliki manfaat jangka panjang dalam mendukung pembentukan kebiasaan hidup bersih dan sehat yang penting di masa pubertas. Pembahasan kegiatan ini relevan dengan Suniarti *et al.*, (2023), yang menunjukkan bahwa edukasi hygiene kewanitaan meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan keputihan secara signifikan. Hal tersebut juga didukung oleh Wahyuni (2025), yang menjelaskan hubungan positif antara pengetahuan dan praktik kebersihan genital serta hubungan terbalik antara pengetahuan dan kejadian keputihan pada remaja perempuan.

Pada jurnal Elregal *et al.*, (2023) juga disebutkan bahwa intervensi edukatif mampu memperbaiki praktik kebersihan genital secara efektif bila menggunakan pendekatan interaktif dan visual, serupa dengan model pembelajaran yang diterapkan dalam kegiatan ini. Sementara itu Anastasya (2024) menguatkan bahwa kebersihan genital yang buruk pada remaja berkaitan dengan meningkatnya kejadian keputihan patologis, sehingga edukasi sejak usia remaja awal menjadi strategi preventif yang sangat penting. Dengan demikian, bukti empiris dari penelitian terkait menunjukkan bahwa model edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini merupakan strategi yang tepat dan relevan untuk meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi pada remaja awal.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi *personal hygiene* genital pada siswi remaja awal menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan penguatan pemahaman rasional mengenai praktik kebersihan genital yang benar. Kenaikan skor *pre-post test* menggambarkan bahwa

Nadia Taqiyya et al.,

Edukasi dan Penguatan Pemahaman Personal Hygiene Genital pada Siswi Sekolah Dasar sebagai Upaya Pencegahan Keputihan

pendekatan visual dan *game-based assessment* membantu siswi memahami materi secara lebih terstruktur dan mudah diaplikasikan. Intervensi tersebut juga memberikan bekal awal yang penting bagi remaja awal dalam menghadapi masa pubertas, khususnya terkait pencegahan keputihan. Berdasarkan capaian tersebut, pelaksanaan edukasi serupa perlu dilakukan secara berkesinambungan dan diperluas ke jenjang sekolah lain guna memperkuat literasi kesehatan reproduksi. Selain itu, integrasi materi kebersihan genital dalam kurikulum atau program kesehatan sekolah dapat menjadi langkah strategis untuk keberlanjutan edukasi dan meningkatkan perilaku hidup sehat pada remaja.

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada SDN Sidorahayu 1 Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang atas dukungan dan kesempatan yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abic, Arzu; Yatmaz Gamze; Altinisik, Meltem; Can, A. (2024) 'Effects of planned education on genital hygiene behavior of adolescent females in a secondary school : A quasi-experimental study in northern Cyprus', 28(February), pp. 107–115. Available at: <https://doi.org/10.29063/ajrh2024/v28i2.10>.
- Agana, M.G., Ryali, B. and Patel, D.R. (2019) 'Vulvovaginitis in adolescents', (6). Available at: <https://doi.org/10.21037/pm.2019.09.04>.
- Anastasya, S. (2024) 'Understanding the Relationship Between Knowledge , Vaginal Hygiene Practices , and Vaginal Discharge in Adolescents', 2(2), pp. 53–62.
- Breehl, L., & Caban, O. (2025) 'Physiology, Puberty'. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534827/>.
- Daher, A. et al. (2022) 'Gynecology and Obstetrics Clinical Medicine Intimate hygiene practices and reproductive tract infections : A systematic review', *Gynecology and Obstetrics Clinical Medicine*, 2(3), pp. 129–135. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.gocm.2022.06.001>.
- Elregal, F.A.E. et al. (2023) 'Effect of Health Education Program on Knowledge , Genital Hygiene Behaviors and Marital Quality of Life among Pregnant Adolescents with Bacterial Vaginosis', 14(4), pp. 2008–2027.
- Nur'aini, RS; Kurniawati EM; Utomo, B. (2025) 'The Impact Of Personal Hygiene Behavior On Vaginal Discharge', 06(01). Available at: <https://doi.org/10.20473/jcmphr.v6i1.53824>.
- Putri, F.S. et al. (2024) 'The Relationship Between Personal Hygiene Behavior and Incidence of Vaginal Discharge Among Seventh and Eight-Grade Students', 4(3), pp. 197–201.
- Ryskeldiyeva, K. et al. (2023) 'Knowledge , Attitude and Practice of Adolescent Girls Towards Reproductive Health : A Cross- Sectional Study in Turkistan Region , Kazakhstan Knowledge , attitude and practice

Nadia Taqiyya et al.,

Edukasi dan Penguatan Pemahaman Personal Hygiene Genital pada Siswi Sekolah Dasar sebagai Upaya Pencegahan Keputihan

- of adolescent girls towards reproductive health: a cross-sectional study in Turkistan region , Kazakhstan', 5623. Available at: <https://doi.org/10.2144/fsoa-2022-0054>.
- Soemantri, H.R. *et al.* (2024) 'The relationship of knowledge about external genital hygiene and the incidence of vaginal discharge in adolescent girl: Systematic literature review.', (158), pp. 1218–1228.
- Suniarti, N., Sunarsih, S., & Sari, A.E. (2023) 'The Influence Of Health Education On Feminine Hygiene With Knowledge', pp. 1002–1008.
- Susanto, B.R. (2024) 'The Relationship Between Knowledge And Personal Hygiene In Causing Vaginal Discharge in Adolescents Girls. 23(2), pp. 171–177.
- UNICEF (2021) 'Adolescent Profile 2021 Overview', 917(2016), pp. 1–2.
- Wahyuna, R., & Siregar, F.L.S. (2024) 'Pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kebersihan alat kelamin pada saat menstruasi', 6(10), pp. 4199–4206.
- Wahyuni, T. (2025) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smk Negeri 1 Sirapit Kabupaten Langkat Tahun 2025', *Jurnal Praba*, 3(2), pp. 40–49.
- World Health Organization (2024) 'Transforming adolescent health: WHO's comprehensive report on global progress and gaps'. Available at: <https://www.who.int/id/news/detail/01-11-2024-transforming-adolescent-health--who-s-comprehensive-report-on-global-progress-and-gaps>.