

**PROMOSI KESEHATAN TENTANG PERSONAL HYGIENE ORGAN
REPRODUKSI REMAJA DI SMP KOTA PADANG*****Health Promotion About Personal Hygiene of Adolescent Reproductive Organs
in Junior High Schools in Padang City*****Erdanela Setiawati^{*1}, Rika Amran², Fidiariani Sjaaf³, Nopeliantesa
Lovprima⁴****^{*1,2,3,4}Universitas Baiturrahmah, Padang****^{*1}Email: erdanelasetiawati@fk.unbrah.ac.id****²Email: rikaamran@fk.unbrah.ac.id****³Email: fidiarianisjaaf@fk.unbrah.ac.id****Abstract**

Personal hygiene of reproductive organs is an important component in maintaining the cleanliness and health of adolescent reproductive organs. Poor personal hygiene impacts the ease of infection of adolescent reproductive organs. The prevalence of Reproductive Tract Infections (RTIs) is quite high among adolescents in Indonesia and globally. Low knowledge, inappropriate habits, and limited access to health information are contributing factors to this problem. It is important for adolescents to obtain accurate information about the cleanliness and health of reproductive organs and various factors that influence reproductive health. This activity aims to increase adolescent knowledge and awareness regarding the importance of maintaining cleanliness and health of reproductive organs. The activities carried out included educational, interactive and participatory counseling, accompanied by discussions, quizzes, and evaluation using pre-tests and post-tests. The activity was held on Thursday, December 4, 2025 at the SMPN 28 Padang Mosque and attended by 43 junior high school students. Analysis of the pre-test and post-test results showed an increase in the average knowledge score from 15.0 (50%) in the pre-test to 24.9 (83%) in the post-test, with a difference of 9.9 points (33%). participant participation during the activity was quite good and showed high enthusiasm. This health promotion activity proved effective in increasing adolescents' knowledge and understanding of personal hygiene of reproductive organs with an increase in score from 15.0 points to 24.9 points. It is hoped that the knowledge gained will contribute to the formation of clean and healthy living behaviors in a sustainable manner.

Keywords: health promotion, adolescents, personal hygiene, reproductive organs

Abstrak

Personal-hygiene organ reproduksi merupakan komponen penting dalam memelihara kebersihan dan kesehatan organ reproduksi remaja. Personal-hygiene yang buruk berdampak pada mudahnya organ reproduksi remaja terinfeksi. Prevalensi Infeksi-Saluran-Reproduksi (ISR) cukup tinggi pada remaja di Indonesia dan dunia. Rendahnya pengetahuan, kebiasaan yang kurang tepat, serta keterbatasan akses informasi kesehatan menjadi faktor yang berkontribusi terhadap masalah tersebut. Penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kebersihan dan kesehatan organ reproduksi dan berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi. Kegiatan dilakuakn meliputi penyuluhan yang bersifat edukatif, interaktif dan partisipatif, disertai diskusi, kuis, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis 4

Desember 2025 di Masjid SMPN 28 Padang yang diikuti oleh remaja siswa siswi SMP sebanyak 43 orang. Terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 15,0 (50%) pada pre-test menjadi 24,9 (83%) pada post-test, dengan selisih peningkatan sebesar 9,9 poin (33%). Partisipasi peserta selama kegiatan tergolong baik dan menunjukkan antusiasme yang tinggi. Kegiatan promosi kesehatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang personal-hygiene organ reproduksi dengan peningkatan skor dari 15,0 poin menjadi 24,9 poin. Diharapkan pengetahuan yang didapat berkontribusi dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan.

Kata Kunci: promosi kesehatan, remaja, personal hygiene, organ reproduksi

PENDAHULUAN

Personal hygiene organ reproduksi merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, terutama pada masa remaja. Menurut WHO, ada berbagai cara untuk menjangkau dan melibatkan remaja serta memberi mereka informasi dan nasihat yang akurat dan individual tentang kesehatan seksual dan reproduksi, sekaligus mengembangkan keterampilan mereka untuk menangani masalah secara memuaskan dan bertanggung jawab. Salah satu caranya adalah dengan memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan tentang personal hygiene organ reproduksi kepada remaja (Rosyida D.A.C., 2019) (WHO, 2025)

Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang dengan tujuan untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya. Organ reproduksi adalah bagian dari tubuh manusia yang berfungsi untuk menghasilkan keturunan. *Personal hygiene* organ reproduksi yang buruk berdampak pada mudahnya organ reproduksi terinfeksi. Prevalensi Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) cukup tinggi di Indonesia dan dunia, terutama pada remaja dan dewasa muda, dengan WHO mencatat angka tertinggi pada usia remaja (35-42%) untuk ISR umum, sementara di Indonesia, keputihan (salah satu bentuk ISR) mencapai 75% pada wanita (2021), dan data Kemenkes (2014) menyebut kasus ISR akibat kurangnya kebersihan 90-100 per 100.000 penduduk per tahun. Penyebabnya seringkali karena kebersihan kurang, perilaku seksual berisiko, dan kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi (Srinata, R. P., 2024) (Abrori A. dkk, 2017).

Permasalahan remaja terkait organ reproduksi saat ini adalah kurangnya pengetahuan remaja tentang personal hygiene dalam menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi. Penelitian Sibua NF dkk (2023) yang dilakukan pada remaja putri di SMP Negeri 30 Makassar menemukan mayoritas (85,4%) pengetahuan remaja putri tentang tindakan personal hygiene organ reproduksi eksterna adalah cukup dan kurang baik. Begitu juga dengan penelitian Ismail FD dkk (2022) juga menemukan mayoritas (53,2%) pengetahuan remaja wanita mahasiswi FK UISU angkatan 2020 tentang personal hygiene adalah cukup dan kurang baik. Penelitian Nurchandra, D dkk (2020) juga menemukan mayoritas (66,7%) pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene Di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin cukup dan kurang baik. Penelitian Husaeni & Muzdalia (2020). Menemukan pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 4 Majene Tahun 2019 tentang personal hygiene, mayoritas (100%) cukup dan kurang baik (Sibua N.F. & Mutthalib N.U., 2023) (Ismail F.D. & Handayani D.Y., 2022) (Nurchandra D. dkk., 2020) (Husaeni H. & Muzdalia I., 2020)

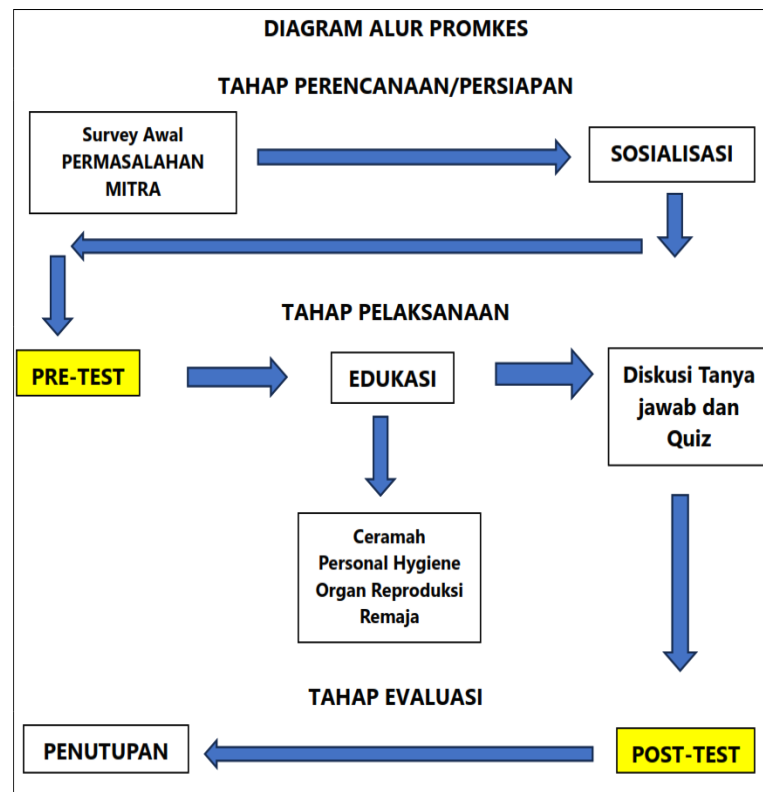
Penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kebersihan dan kesehatan organ reproduksi dan berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Upaya kesehatan yang dilakukan pada remaja memiliki tujuan untuk mempersiapkan remaja menjadi orang dewasa yang sehat, cerdas, berkualitas, dan produktif dan berperan serta dalam menjaga, mempertahankan dan meningkatkan kesehatan dirinya. Untuk tumbuh dan berkembang dengan sehat, remaja membutuhkan informasi yang komprehensif tentang kesehatan termasuk tentang kesehatan organ reproduksi (WHO, 2025).

SMP Negeri 28 Padang adalah sekolah negeri yang berlokasi di Tampat Durian, Korong Gadang, Kecamatan Kuranji, Kota Padang, dengan status sekolah negeri dengan akreditasi A. SMP Negeri 28 memiliki siswa laki-laki sebanyak 515 orang dan siswa perempuan 450 orang. Dari survey awal yang dilakukan diperoleh informasi dari guru bahwa siswa-siswi belum pernah mendapat edukasi tentang personal hygiene organ reproduksi.

Solusi dari permasalahan mitra adalah perlu dilakukan promosi kesehatan berupa edukasi atau penyuluhan kepada remaja siswa-siswi SMP 28 Padang tentang personal hygiene organ reproduksi dengan materi yang tepat, mudah dipahami, dan sesuai dengan usia remaja. Promosi kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja serta membentuk perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya dalam menjaga kebersihan organ reproduksi.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan menggunakan pendekatan edukatif, interaktif, dan partisipatif. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka di masjid sekolah dengan melibatkan remaja siswa-siswi SMP 28 Padang sebagai peserta edukasi, mahasiswa dan dosen Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah sebagai pelaksana kegiatan serta guru sekolah mewakili mitra. Metode pelaksanaan dibagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap-tahap pelaksanaan Promkes dapat dilihat pada Diagram Alur Promkes pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Diagram Alur Promkes

Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan diawali dengan koordinasi antara tim pelaksana promosi kesehatan dengan pihak SMPN 28 Padang. Koordinasi dilakukan untuk menyepakati waktu pelaksanaan kegiatan, penentuan jumlah peserta, serta lokasi pelaksanaan kegiatan yang kondusif bagi remaja. Pada tahap ini juga dilakukan orientasi singkat dengan perwakilan guru mengenai karakteristik siswa sebagai sasaran kegiatan promosi kesehatan.

Selanjutnya dilakukan identifikasi kebutuhan mitra melalui komunikasi dan pengumpulan informasi awal terkait tingkat pengetahuan siswa mengenai *personal hygiene* organ reproduksi. Informasi ini menjadi dasar dalam penyusunan materi edukasi agar sesuai dengan kebutuhan dan tingkat pemahaman remaja. Tim kemudian menyusun materi promosi kesehatan yang berfokus pada: 1) Pengenalan organ reproduksi laki-laki dan perempuan, 2) Pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, 3) Cara menjaga *personal hygiene* organ reproduksi yang benar, 4) Faktor penyebab gangguan kebersihan organ reproduksi dan kebiasaan yang harus dihindari, 5) Bahaya jika tidak menjaga kebersihan, 6) Tanda kapan harus memeriksakan diri ke tenaga kesehatan.

Materi disiapkan dalam bentuk presentasi yang menarik, sederhana, dan mudah dipahami oleh remaja. Selain itu, disusun pula soal pre-test dan post-test untuk menilai tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, serta persiapan kuis interaktif sebagai media penguatan materi.

Pada tahap ini juga dipersiapkan sarana dan prasarana kegiatan seperti LCD proyektor, laptop, lembar soal, alat tulis, dokumentasi, serta hadiah sederhana untuk meningkatkan motivasi siswa selama kegiatan berlangsung. Alur kegiatan disusun secara sistematis agar kegiatan berjalan efektif, efisien, dan sesuai dengan

waktu yang telah ditentukan.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan promosi kesehatan dilakukan pada tanggal 4 Desember 2025 di SMPN 28 Padang, berupa edukasi kesehatan atau penyuluhan, Peserta yang terdiri dari remaja siswa-siswi SMP berjumlah 43 orang. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh perwakilan pihak sekolah, dilanjutkan dengan pengenalan tim pelaksana promosi kesehatan serta penjelasan singkat mengenai tujuan kegiatan.

Sebelum diberikan edukasi, dilakukan pre-test. Tujuan pre-test adalah untuk mengetahui pengetahuan awal siswa terkait personal hygiene organ reproduksi. Pre-test dilakukan dengan pembagian lembar soal yang telah disiapkan dan dijawab secara mandiri oleh siswa.

Setelah pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan sesi edukasi berupa penyuluhan kesehatan. Materi disampaikan secara komunikatif dan interaktif menggunakan bahasa yang sederhana dan sesuai dengan karakteristik remaja. Setelah pemaparan materi, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab. Pada sesi ini siswa diberi kesempatan untuk bertanya, menyampaikan pengalaman, serta berdiskusi mengenai hal-hal yang belum dipahami. Tim pelaksana memberikan jawaban secara jelas, edukatif, dan tetap memperhatikan aspek etika dalam penyampaian materi kesehatan reproduksi pada remaja.

Untuk meningkatkan keaktifan dan pemahaman siswa, kegiatan dilanjutkan dengan kuis interaktif yang berisi pertanyaan terkait materi edukasi. Siswa yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar diberikan hadiah sebagai bentuk apresiasi dan motivasi. Setelah seluruh sesi edukasi selesai, dilakukan post-test sebagai evaluasi akhir untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan penyuluhan. Kegiatan kemudian ditutup dengan pemberian ucapan terima kasih, penyerahan kenang-kenangan, serta dokumentasi bersama guru dan siswa.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan promosi kesehatan dari segi proses maupun hasil. Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati kehadiran, keaktifan, dan partisipasi siswa selama kegiatan berlangsung. Antusiasme siswa terlihat dari keterlibatan dalam diskusi dan keikutsertaan dalam menjawab kuis.

Evaluasi hasil dilakukan melalui perbandingan nilai pre-test dan post-test untuk mengetahui tingkat peningkatan pengetahuan siswa mengenai personal hygiene organ reproduksi. Perbandingan ini memberikan gambaran efektivitas edukasi yang telah diberikan. Selain itu, kegiatan evaluasi juga digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk pengembangan program promosi kesehatan selanjutnya agar dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dan memberikan dampak yang lebih luas terhadap peningkatan kesehatan reproduksi remaja. Proses pelaksanaan Promkes dapat dilihat pada Gambar 2 dan 3.



Gambar 2. Memberikan Materi



Gambar 3. Foto Bersama Selesai Acara Promkes

HASIL DAN PEMBAHASAN

Promkes yang diberi judul ‘Promosi Kesehatan Tentang Personal Hygiene Organ Reproduksi Remaja Di SMP Kota Padang’, diikuti oleh 43 remaja siswa-siswi SMP 28 Padang. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Kamis, 4 Desember 2025 di masjid dalam lingkungan SMPN 28 Padang menggunakan metode edukasi kesehatan atau penyuluhan.

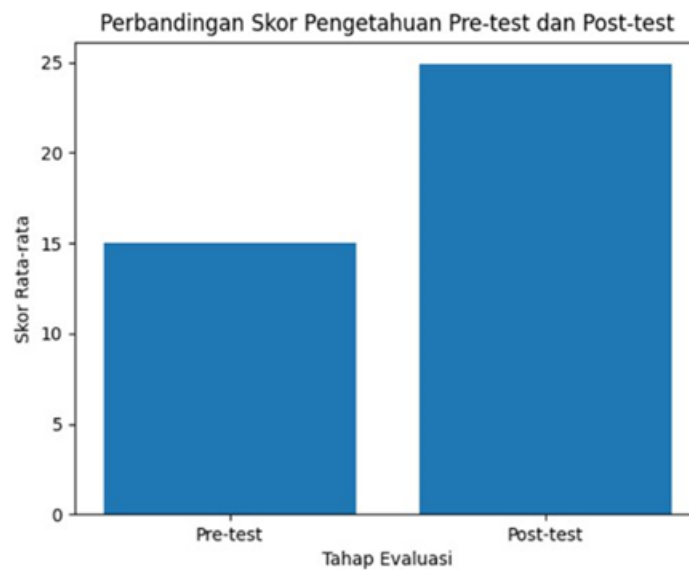
Hasil Pre-Test dan Post-test remaja siswa-siswi SMP 28 Padang tentang *Personal Hygiene* Organ Reproduksi Remaja dapat dilihat pada tabel 1, sebagai berikut.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Remaja Hasil Pre-Test dan Post-test

No	Pertanyaan	Pre-Test		Post-test	
		N	%	n	%
1.	Apa saja organ reproduksi luar pada laki-laki dan Perempuan?	18	60.0%	27	90.0%
2.	Mengapa area organ reproduksi harus dijaga kebersihannya?	17	56.0%	26	86.7%
3.	Pakaian dalam yang ketat atau berbahan sintetis dapat menyebabkan?	15	50.0%	25	83.3%
4.	Kenapa pakaian dalam berbahan katun lebih dianjurkan?	16	53.3%	26	86.7%
5.	Bagaimana arah membasuh organ reproduksi Wanita yang benar?	14	46.7%	24	80.0%
6.	Berapa kali idealnya mengganti celana dalam sehari?	13	43.3%	23	76.7%
7.	Apa risiko organ reproduksi tidak dijaga kebersihannya?	15	50.0%	25	83.3%
8.	Mengapa pembalut perlu diganti setiap 4-6 jam?	12	40.0%	24	80.0%
9.	Kapan seseorang harus pergi ke dokter terkait kesehatan reproduksi?	14	46.7%	23	76.7%
10.	Bagaimana cara membasuh organ reproduksi pada pria?	16	53.3%	26	86.7%
Total		150	50%	249	83%
Mean		15.0		24.9	
SD		1.85		1.37	
Min		12		23	
Maks		18		27	

Berdasarkan tabel 1. didapatkan hasil rata-rata skor pengetahuan responden ketika pre-test adalah 15,0 dengan skor terendah 12 dan skor tertinggi 18. Rata-rata skor pengetahuan responden ketika post-test adalah 24,9 dengan skor terendah 23 dan skor tertinggi 27. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan remaja siswa-siswi SMP 28 Padang dari pre-test ke post-test sebesar 9,9 poin.

Peningkatan pengetahuan remaja setelah diberi edukasi juga dapat dilihat pada Gambar 4 berikut.



Gambar 4. Peningkatan Pengetahuan Dilihat Dari Hasil Pre-test dan Post-test

Kegiatan Promkes dengan metode edukasi kesehatan ini, telah terbukti berdampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* organ reproduksi remaja. Keberhasilan metode edukasi atau pendidikan kesehatan ini dalam meningkatkan pengetahuan remaja, sejalan dengan intervensi yang dilakukan Umsapyat, F., dkk tahun 2025, dengan hasil pendidikan kesehatan secara signifikan meningkatkan praktik kebersihan menstruasi di antara para remaja putri di SMAN 1 Jombang. Edukasi atau pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja dari 55% menjadi 100%. Sedangkan Nurchandra, D., dkk. tahun 2020 menyatakan bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang *personal hygiene* pada remaja putri di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin setelah diberi edukasi. Hasil kegiatan yang dilakukan oleh Wismaningsih dkk (2017) menunjukkan bahwa persentase siswi yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang higiene menstruasi setelah pelaksanaan promosi kesehatan, meningkat dari 6,5% menjadi 80,6%. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh Hanum, D. F dkk, tahun 2021, di SMK Dharma Wanita Gresik berhasil meningkatkan pengetahuan remaja putri, tentang *personal hygiene* kesehatan reproduksi saat menstruasi dan publik speaking. Terjadi peningkatan jumlah remaja yang berpengetahuan baik dari 30% menjadi 50% (Nurchandra D. dkk., 2020) (Umsapyat, F. dkk., 2025) (Hanum, D. F. dkk., 2021) (Wismaningsih, E.R. dkk, 2017).

KESIMPULAN

Tim Promosi Kesehatan FK UNBRAH dengan metode edukasi kesehatan telah berhasil meningkatkan pengetahuan remaja dan kesadaran remaja dalam menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, dengan peningkatan pengetahuan dari 50% menjadi 80%. Kegiatan ini pelaksanaannya berjalan baik dan mendapat respons positif dari peserta. Intervensi yang kami lakukan ini merupakan bentuk layanan kesehatan organ reproduksi berbasis sekolah fokus pada *personal hygiene* yang telah memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan kesehatan organ reproduksi remaja yang juga dapat berfungsi

sebagai langkah-langkah preventif untuk mengurangi masalah kesehatan organ reproduksi pada remaja. Semoga pengetahuan yang didapatkan remaja dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

SARAN

Tips menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, menurut Kemenkes RI sebagai berikut: 1) pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab, 2) pakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat, 3) pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari, 4) bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi, 5) bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Universitas Baiturrahmah Padang dan kepada mitra: Kepala Sekolah dan guru-guru SMP 28 Padang.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Rosyida, D. A. C. (2019). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- [2] WHO (World Health Organization). (2025). *Adolescent And Reproductive Health*.
- [3] Srinata, R. P. (2024). Hubungan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva pada remaja putri di SMKN 3 Palangka Raya. Disertasi. Palangka Raya: Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
- [4] Abrori, A., Hernawan, A. D., & Ermulyadi, E. (2017). Faktor yang berhubungan dengan kejadian keputihan patologis siswi SMAN 1 Simpang Hilir Kabupaten Kayong Utara. *Unnes Journal of Public Health*, 6 (1), 24-34.
- [5] Sibua, N. F., & Mutthalib, N. U. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Tindakan Personal Hygiene Organ Reproduksi Eksterna Remaja Putri di SMP Negeri 30 Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4 (1), 36-47.
- [6] Ismail, F. D., & Handayani, D. Y. (2022). Hubungan pengetahuan personal hygiene dengan terjadinya gejala infeksi saluran kemih pada remaja wanita FK UISU Angkatan 2020. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 21 (1), 26-31.
- [7] Nurchandra, D., Mirawati, M., & Aulia, F. (2020). Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene pada remaja putri di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2 (1), 31-35.
- [8] Husaeni, H., & Muzdalia, I. (2020). Faktor yang berhubungan dengan personal hygiene pada remaja putri SMP Negeri 4 Majene. *Journal of Health Education and Literacy*, 2 (2), 87-92.
- [9] Hanum, D. F., Rochmah, N., & Nabila, M. A. (2021). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi: Kesehatan Reproduksi, Remaja Putri, Personal Hygiene, Menstruasi.



Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH), 1 (02), 15-20.

- [10] Umsapyat, F., Puspita, E., & Sholikhah, D. U. (2025). The Influence of Health Education Regarding Personal Hygiene During Menstruation on Behavior of Adolescent Girls. *Literasi Kesehatan Husada: Jurnal Informasi Ilmu Kesehatan*, 9 (1), 23-29.
- [11] Wismaningsih, E. R., Khalim, R. F. N., & Jayanti, K. D. (2017). Sehat dan Bersih Meski Sedang Haid di SDN 1 Kedak Desa Kedak Kabupaten Kediri. *Prosiding (SENIAS) Seminar Pengabdian Masyarakat*.
- [12] Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pentingnya Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi*.