

Edukasi Pola Hidup dan Kebersihan Pribadi untuk Mencegah Keputihan pada Wanita Usia Subur di Desa Bak Paoh

*Saudah¹, *Dewina Susanti²

^{1,2}Akademi Kebidanan Saleha Banda Aceh, Indonesia

*Email: dewina.stafsaleha@gmail.com

Abstrak

Tingginya kasus keputihan pada wanita usia subur di Desa Bak Paoh menjadi perhatian utama karena berpotensi menimbulkan dampak serius pada kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene dan pola hidup yang tidak sehat sering menjadi penyebab utama masalah ini. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan meningkatkan pengetahuan wanita usia subur di Desa Bak Paoh mengenai pentingnya pola hidup dan kebersihan pribadi dalam mencegah keputihan. Penyuluhan dilaksanakan pada 22 April 2024 di Meunasah Desa Bak Paoh. Metode yang digunakan adalah penyuluhan interaktif dengan menggunakan media presentasi. Peserta kegiatan adalah wanita usia subur di desa tersebut. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui sesi tanya jawab untuk mengukur pemahaman peserta setelah penyuluhan. Kegiatan penyuluhan berjalan lancar dengan antusiasme tinggi dari para peserta. Melalui sesi interaktif, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan mengenai penyebab, jenis, dan cara pencegahan keputihan. Mereka juga menjadi lebih sadar tentang pentingnya praktik kebersihan pribadi yang benar untuk menjaga kesehatan organ reproduksi. Penyuluhan tentang pola hidup dan kebersihan pribadi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran wanita usia subur di Desa Bak Paoh. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk perubahan perilaku positif yang berkelanjutan dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: keputihan, personal hygiene, pola hidup, wanita usia subur

Pendahuluan

Keputihan merupakan salah satu gangguan klinis yang sering dikeluhkan oleh semua wanita. Keputihan seringkali tidak ditangani dengan serius oleh remaja. Keputihan bisa menjadi indikasi adanya penyakit (Zalni, 2018). Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial. Masa ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju remaja yang ditandai dengan banyak perubahan, diantaranya adalah penambahan masa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormonal (Hardiansyah, 2016). Perubahan fisik yang cepat termasuk didalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Remaja pada masa ini diharapkan untuk mulai memperhatikan kebersihan diri (personal hygiene) terutama kesehatan reproduksi (Eslami, 2015 dalam Novita, 2020).

Kesehatan reproduksi remaja merupakan suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem reproduksi (fungsi, komponen, dan proses) yang dimiliki oleh remaja baik secara fisik, mental, emosional, dan spiritual (Hidayat, 2016 dalam Novita, 2020). Sistem organ reproduksi merupakan organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Pengetahuan dan perawatan yang baik dalam menjaga kebersihan organ reproduksi dapat memelihara kesehatan reproduksi (Pudiasuti, 2016 dalam Novita, 2020). Kesehatan organ reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari kemungkinan adanya penyakit, termasuk keputihan. Kebersihan organ reproduksi pada wanita harus dijaga khususnya remaja, karena merupakan salah satu upaya pencegahan terhadap keputihan (Kusmiran, 2021).

Salah satu gangguan klinis dari infeksi atau keadaan abnormal alat kelamin adalah keputihan. Keputihan (leukorrhea, vaginal discharge) adalah keluarnya sekret/cairan dari vagina. Sekret tersebut dapat bervariasi dalam konsistensi, warna dan bau. Keputihan dapat merupakan suatu keadaan yang normal (fisiologis) atau sebagai tanda dari adanya suatu penyakit (patologis). Keputihan fisiologis biasanya terjadi pada masa subur serta sebelum dan sesudah haid. Keadaan ini normal bila pada masa-masa tersebut banyak cairan yang keluar dari vagina, selama cairan tersebut tidak berbau dan tidak menyebabkan gatal. Keputihan fisiologis dipengaruhi oleh hormon estrogen yang meningkat pada saat akan mengalami menstruasi. Keputihan patologis merupakan keputihan yang disebabkan oleh infeksi vagina, adanya benda asing dalam vagina, atau protozoa. Keputihan patologis biasanya berwarna seperti susu atau hijau kekuning-kuningan, atau bercampur darah jika keputihan sudah menjadi penyakit. Bila sudah menjadi penyakit biasanya keputihan patologis menyebabkan gatal pada daerah vagina, berbau, dan menyebabkan rasa tidak nyaman (Irianto, 2019).

Akibat dari keputihan patologis dapat berakibat fatal apabila tidak ditangani secara baik dan cepat. Tidak hanya mengakibatkan kemandulan dan hamil diluar uterus tetapi juga merupakan awal gejala kanker serviks yang merupakan pembunuh nomor satu bagi perempuan yang berujung pada kematian. Kondisi seperti ini bisa dicegah dengan melakukan kebiasaan perilaku personal hygiene yang baik. Kebiasaan ini sendiri merupakan perilaku yang harus dibiasakan oleh setiap individu dan disertai dengan pengetahuan tentang perilaku personal hygiene (Sari, 2016 dalam Marwati, 2020). Upaya dini yang dapat dilakukan remaja putri adalah dengan berperilaku hidup sehat, dengan personal hygiene yang baik dapat mengontrol terjadinya infeksi bakteri (Ramayanti, 2021).

Personal hygiene merupakan perawatan pada diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Salah satu contoh personal hygiene yang baik ialah dengan membersihkan area genital dari depan ke belakang untuk menghindari perpindahan bakteri dari dubur ke vagina (Pratiwi, Sabilu & Fachlevy, 2017 dalam Marwati, 2017). Perilaku personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang serta untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya. Meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri, mencegah timbulnya penyakit, menciptakan keindahan dan meningkatkan rasa percaya diri merupakan tujuan dari perilaku personal hygiene (Laily dan Andarmoyo, 2016 dalam Amanda, 2020).

Perilaku remaja masih terbelang buruk dalam menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air kotor, memakai pembilas vagina secara berlebihan, menggunakan celana dalam yang tidak menyerap keringat, tidak sering mengganti celana dalam, menggunakan pembalut yang terlalu lama lebih dari 6 jam dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi yang menyebabkan keputihan tersebut. Pada wanita yang

kurang pengetahuan dan informasi tentang kebersihan alat genitalia akan berdampak pada perilakunya dalam menjaga kebersihan alat genitalianya karena pengetahuan dan perilaku perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kebersihan alat genitalia. Perilaku personal hygiene sangat mempengaruhi untuk terjadinya keputihan (Ayuningtyas, 2018 dalam Marwati, 2017).

Data penelitian yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO, 2023) masalah kesehatan reproduksi perempuan yang buruk telah mencapai 33% dari jumlah total beban penyakit yang di derita pada perempuan di Dunia salah satunya keputihan. Sekitar 75% wanita di Dunia pasti mengalami keputihan paling tidak sekali dalam seumur hidup dan 45% diantaranya dapat mengalami keputihan sebanyak 2 kali atau lebih. Di Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi mengalami keputihan karena negara Indonesia merupakan negara tropis yang selalu panas sepanjang waktu, sehingga secara otomatis membuat tubuh sering berkeringat, kondisi inilah yang menambah kadar kelembaban tubuh, terutama di organ reproduksi yang tertutup dan berlipat dan menyebabkan bakteri mudah berkembang biak yang secara umum menyebabkan terjadinya gangguan pada vagina, baik berupa bau tidak sedap maupun infeksi (Azizah & Widiawati, 2022). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia terdapat sebelas provinsi (32,4%) belum mencapai target Renstra tahun 2014 dalam melakukan kegiatan kesehatan remaja yaitu sebesar

(Kemenkes RI, 2022). Jumlah wanita penderita IMS disertai gejala keputihan dengan rata-rata usia diatas 15 tahun yang tercatat di Dinas Kesehatan Provinsi kasus wanita dengan rata-rata usia diatas 15 tahun yang mengalami penyakit IMS disertai gejala keputihan (Citrawati & Lestari 2021 dalam Fardylla, 2022). Penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara perilaku remaja putri tentang personal hygiene genitalia dengan kejadian fluor albus (keputihan) di Desa Bak Paoh, dengan hasil penelitian remaja putri mayoritas memiliki perilaku personal hygiene yang kurang baik dengan kejadian sering keputihan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh kelompok kami pada saat edukasi mengenai pengaruh pola hidup dan kebersihan pribadi terhadap kejadian keputihan pada wanita usia subur di Desa Bak Paoh. Kemudian menyatakan bahwa ada hubungan antara perilaku menjaga kebersihan daerah genitalia dengan kejadian keputihan, dengan hasil penelitian mayoritas responden berperilaku buruk terbanyak mengalami keputihan patologis. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengaku tidak membersihkan daerah genitalia dengan benar.

Hasil studi pendahuan yang dilakukan peneliti pada tanggal 21 Januari 2024 di Desa Bak Paoh, dengan wawancara tertutup yang dilakukan pada 10 orang remaja putri. Didapatkan 9 orang yang pernah mengalami keputihan, sebanyak 8 orang remaja putri yang pernah mengalami keputihan dengan rasa gatal dan berbau di daerah kewanitaannya, sebanyak 8 orang yang tidak tahu tentang cara menjaga daerah kewanitaannya dengan baik, teknik dan arah gerak tangan saat membersihkan alat kelamin, tidak mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, penggunaan pakaian dalam yang ketat dan sebanyak 8 orang menganggap keputihan adalah hal yang tidak berbahaya. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku personal hygiene terhadap kejadian keputihan pada remaja putri masih kurang. Penelitian ini penting dilakukan untuk menambah informasi atau wawasan yang dapat mengedukasi remaja putri dalam melaksanakan personal hygiene yang baik.

Tenaga kesehatan harus meningkatkan upaya penyuluhan tentang keputihan agar remaja putri dapat mengetahui cara melakukan personal hygiene yang baik dan bahaya dari keputihan yang tidak diberikan penanganan dengan baik. Penelitian ini

dapat dijadikan acuan untuk perawat agar dapat mengadakannya program penyuluhan tentang keputihan.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti fenomena tersebut, karena terus meningkatnya kejadian keputihan yang dialami oleh remaja putri dan masih banyak yang berperilaku buruk terhadap personal hygiene. Maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pola Hidup dan Kebersihan Pribadi terhadap Kejadian Keputihan pada Wanita Usia Subur di Desa Bak Paoh”.

Metode

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di Meunasah Desa Bak Paoh kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya. Dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 22 April 2024 pada pukul 09.00 sampai dengan selesai. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah dengan survey dan menggunakan angket. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah masyarakat Desa Bak Paoh kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya.

Hasil dan Pembahasan

Keputihan atau fluor albus atau leukorea atau vaginal discharge merupakan istilah yang menggambarkan keluarnya cairan dari organ genitalia atau vagina yang berlebihan dan bukan darah (Sibagariang, 2018). Menurut Kusmiran (2016), keputihan adalah cairan bukan darah yang keluar di luar biasanya dari liang vagina baik berbau atau tidak, serta disertai adanya rasa gatal setempat. Menurut Monalisa (2018), keputihan terbagi dua macam, yaitu: (1) Keputihan Fisiologis Keputihan fisiologis merupakan cairan yang terkadang berupa lendir atau mukus dan mengandung banyak epitel dengan leukosit yang jarang, sedangkan keputihan patologis banyak mengandung leukosit. Keputihan fisiologis terjadi pada perubahan hormon saat masa menjelang dan sesudah menstruasi, sekitar fase sekresi antara hari ke 10-16 siklus menstruasi, pada saat terangsang, hamil, Remove Watermark Wondershare PDFelement 10 kelelahan, stres, dan sedang mengonsumsi obat-obat hormonal seperti pil KB, serta atrofi vulvovagina (hipoestrogenisme) pada menopause. (2) Keputihan Patologis Merupakan cairan eksudat dan mengandung banyak leukosit. Cairan ini terjadi akibat reaksi tubuh terhadap luka (jejas). luka (jejas) ini dapat diakibatkan oleh infeksi mikroorganisme seperti jamur (*Candida albicans*), parasit (*Trichomonas*), bakteri (*E.coli*, *Staphylococcus*, *Treponema pallidum*). Keputihan patologis juga dapat terjadi akibat benda asing yang tidak sengaja atau sengaja masuk ke dalam vagina, neoplasma jinak, lesi, prakanker, dan neoplasma ganas.

Keputihan atau fluor albus atau leukorea atau vaginal discharge merupakan istilah yang menggambarkan keluarnya cairan dari organ genitalia atau vagina yang berlebihan dan bukan darah (Sibagariang, 2018). Menurut Kusmiran (2016), keputihan adalah cairan bukan darah yang keluar di luar biasanya dari liang vagina baik berbau atau tidak, serta disertai adanya rasa gatal setempat. Menurut Monalisa (2018), keputihan terbagi dua macam, yaitu: (1) Keputihan Fisiologis Keputihan fisiologis merupakan cairan yang terkadang berupa lendir atau mukus dan mengandung banyak epitel dengan leukosit yang jarang, sedangkan keputihan patologis banyak mengandung leukosit. Keputihan fisiologis terjadi pada perubahan hormon saat masa menjelang dan sesudah menstruasi, sekitar fase sekresi antara hari ke 10-16 siklus menstruasi, pada saat terangsang, hamil, Remove Watermark Wondershare PDFelement 10 kelelahan, stres, dan sedang mengonsumsi obat-obat hormonal seperti pil KB, serta atrofi vulvovagina (hipoestrogenisme) pada menopause. (2) Keputihan Patologis Merupakan cairan eksudat dan mengandung banyak leukosit. Cairan ini terjadi akibat

reaksi tubuh terhadap luka (jejas). luka (jejas) ini dapat diakibatkan oleh infeksi mikroorganisme seperti jamur (*Candida albicans*), parasit (*Trichomonas*), bakteri (*E.coli*, *Staphylococcus*, *Treponema pallidum*). Keputihan patologis juga dapat terjadi akibat benda asing yang tidak sengaja atau sengaja masuk ke dalam vagina, neoplasma jinak, lesi, prakanker, dan neoplasma ganas.

1. Penyebab Keputihan

Menurut Monalisa (2018), penyebab keputihan ada 2 yaitu keputihan yang fisiologis dan keputihan patolois. a) Keputihan atau fluor albus yang fisiologis dapat ditemukan pada beberapa kasus berikut ini :

- 1) Bayi baru lahir sampai umur kira-kira sepuluh hari. Hal ini dikarenakan adanya pengaruh sisa estrogen dari plasenta terhadap uterus dan vagina janin.
- 2) Saat menarche karena pengaruh estrogen yang meningkat.
- 3) Rangsangan saat koitus terjadi pengeluaran transudasi dari dinding vagina.
- 4) Saat masa ovulasi adanya peningkatan produksi kelenjar-kelenjar pada mulut rahim.
- 5) Kehamilan menyebabkan peningkatan mukus servik yang padat sehingga menutup lumen serviks yang berfungsi mencegah kuman masuk ke rongga uterus.
- 6) Penggunaan kontrasepsi hormonal atau mengubah metode kontrasepsi

2. Jenis keputihan

Keputihan terbagi menjadi dua jenis yaitu fisiologis dan Patologis. Keputihan fisiologis biasan ya terjadi pada sat masa subur, serta saat sesudah dan sebelum menstruasi. Biasanya saat kondisi-kondisi tersebut sering terdapat lendir yang berlebih, itu adalah hal yang nomal,dan biasanya tidak menye babkan rasa gatal serta tidak berbau. Keputihan fisiologis atau juga banyak disebut keputihan normal memiliki ciri-ciri:

- 1) Cairan keputihannya encer
- 2) Cairan yang keluar berwarna krem atau bening
- 3) Cairan yang keluar tidak berbau
- 4) Tidak menyebabkan gatal
- 5) Jumlah cairan yang keluar terbilang sedikit.

Keputihan jenis patologis disebut juga sebagai keputihan tidak nomaljenis keputihan ini sudah termasuk jenis keputihan penyakit. Keputihan patologis dapat menyebabkan berbagai efek dan hal ini akan sangat mengganggu bagi kesehatan wanita pada umumnya dan khususnya kesehatan daerah kewanitaan. Keputihan patologis memiliki ciri-ceiri sebagai berikut:

- 1) Cairannya bersifat kental.
- 2) Cairan yang keluar memiliki warna putih seperti susu, atau berwarna kuning atau sampai kehijauan.
- 3) Keputihan patologis menyebabkan rasa gatal.
- 4) Cairan yang keluar memiliki bau yang tidak sedap.
- 5) Biasanya menyisakan bercak-bercak yang terlihat pada celana dalam wanita.
- 6) Jumlah cairan yang keluar sangat banyak.

Ada berbagai macam penyebab keputihan, antara lain: (1) Faktor kebersihan yang kurang baik. Kebersihan di daerah vagina haruslah terjaga dengan baik. Jika,

daerah vagina tidak dijaga kebersihannya akan menimbulkan berbagai macam penyakit salah satunya keputihan. Hal ini menyebabkan kelembaban vagina mengalami peningkatan dan hal ini membuat penyebab infeksi berupa bakteri patogen akan sangat mudah untuk menyebarnya. (2) Stress Semua organ tubuh kinerjanya di pengaruhi dan dikontrol oleh otak, maka ketika reseptor otak mengalami kondisi stress hal ini dapat menyebabkan terjadinya perubahan dan keseimbangan hormon -hormon dalam tubuh dan hal ini dapat menimbulkan terjadinya keputihan. (3) Penggunaan obat-obatan penggunaan obat antibitok dalam jangka lama bisa menyebabkan sistem imunitas pada tubuh wanita, dan obat antibiotik biasanya dapat menimbulkan keputihan. Sedangkan gangguan keseimbangan homonal dapat juga disebabkan oleh penggunaan KB.

Keputihan dapat ditimbulkan oleh berbagai macam penyebab, berikut ini merupakan sebagai besar penyebab keputihan yang dialami wanita antara lain:

- 1) Karena menggunakan WC umum yang kotor, sehingga rawan terinfeksi oleh jamur dan sebagainya; ketika buang air hanya membasuh organ intim dengan tisu saja dan tidak membilas dengan air; menggunakan celana dalam ketat; bertukar handuk dengan orang lain; mengalami stress dan kelelahan; tidak sering menggantikan pembalut saat menstruasi; sering menggaruk pada bagian intim; tinggal di lingkungan kotor.
- 2) Keputihan dapat disebabkan oleh bakteri dan jamur; beberapa jenis bakteri penyebab keputihan antara lain; Gonococcus (Bakteri ini menyebabkan penyakit akibat hubungan seksual, yang paling sering ditemukan yaitu gonore. Pada laki-laki penyakit ini menyebabkan kencing nanah, sedangkan pada perempuan menyebabkan keputihan. Chlamydia trachomatis (keputihan yang ditimbulkan oleh bakteri ini tidak begitu banyak dan lebih encer bila dibandingkan dengan penyakit gonore). Gardnerella vaginalis (keputihan yang timbul yang berwarna putih keruh ke abu-abuan , agak lengket dan berbau amis.
- 3) Candida merupakan penghuni normal rongga mulut, usus besar, dan vagina. Bila jamur candida di vagina terdapat dalam jumlah banyak dapat menyebabkan keputihan yang dinamakan kandidosis vaginalis. Gejala yang timbul sangat bervariasi, tergantung dari berat ringannya infeksi. Cairan yang keluar biasanya kental, berwarna putih susu, dan bergumpal seperti kepala susu atau susu pecah, disertai rasa gatal yang hebat, tidak berbau dan berbau asam. Keputihan akibat jamur candida yang terjadi pada saat hamil maka bayi yang lahir dapat tertular. Penularan terjadi karena jamur tersebut akan tertelan dan masuk kedalam usus. Dalam rongga mulut, jamur tersebut dapat menyebabkan sariawan.

Berikut ini adalah berbagai cara untuk mencegah keputihan dapat dijelaskan sebagai berikut ini:

- 1) Bersihkan selalu organ intim. Bersihkan dengan menggunakan pembersih yang tidak menyebabkan gangguan kestabilan pH pada daerah vagina anda. Gunakan produk pembersih terbuat dari bahan susu. Produk yang terbuat dari bahan dasar susu dapat menjaga pH seimbang juga meningkat kan flora dan bakteri yang tidak bersahabat dapat ditekan. Penggunaan sabun antiseptik kurang baik bagi vagina dalam jangka panjang. karena bersifat agat keras.
- 2) Jangan menggunakan bedak atau bubuk yang bertujuan membuat vagina hanum atau kering. Bedak sangat kecil dan halus, hal ini mudah terselip dan tidak dapat terbersihkan, sehingga mengundang datangnya jamur pada vagina
- 3) Keringkanlah selalu vagina anda setelah mandi, cebok atau mencui vagina sebelum anda berpakaian

- 4) Pakailah selalu pakaian dalam yang kering. Usahakan selalu untuk membawa cadangan guna berjaga-jaga jika celana dalam anda perlu diganti
- 5) Gunakan celana luar yang memiliki pori-pori cukup. jangan terlalu sering menggunakan celana luar yang ketat, hal ini dapat menyebabkan sirkulasi di daerahewanitaan terganggu.
- 6) Gunakan celana dalam dari bahan katun, karena bahan katun mampu menyerap keringat.
- 7) Saat periode menstruasi, seringlah anda mengganti pembalut
- 8) Panty liner digunakan saat dirasa perlu saja, jangan digunakan terlalu lama.
- 9) Jika anda stress, ambil waktu libur atau cuti anda, rileks kan pikiran anda sejenak. Karena stress juga dapat memacu keputihan
- 10) Kurangi untuk kegiatan yang membuat anda sangat letih, kepanasan dan banyak mengeluarkan keringat, atau jika sudah melakukan aktivitas tersebut segera mandi dan bersihkan tubuh anda khususnya daerah kemaluan. pemberian imunisasi semua penyakit pada balita dapat dicegah sedini mungkin. dari hasil yang didapat adanya peningkatan kesadaran orang tua sebanyak 75% terhadap pentingnya pemberian imunisasi dasar pada balita. Kondisi demikian dapatdisimpulkan bahwa ada peningkatan kesadaran peserta dankemampuan melakukan identifikasi kebutuhanimunisasi pada anak balita dalam di desa Bak Paoh Kecamatan Jaya kabupaten Aceh Jaya. Berikut dokumentasi kegiatan yang dilaksanakan.



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan di Desa Bak Paoh menunjukkan hasil positif, yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran wanita usia subur mengenai pentingnya pola hidup sehat dan kebersihan pribadi untuk mencegah keputihan. Respon antusias dari para peserta membuktikan bahwa edukasi interaktif merupakan metode yang efektif. Oleh karena itu, disarankan agar program edukasi kesehatan reproduksi, khususnya tentang personal hygiene, dapat dilanjutkan dan menjadi agenda rutin. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, kader desa, dan institusi pendidikan sangat diperlukan untuk memastikan informasi yang akurat terus

tersampaikan, sehingga dapat tercipta perubahan perilaku yang lebih baik dan berkelanjutan di masyarakat.

Daftar Pustaka

- Agus, R. Budiman. 2013 *Kapita Selekta Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika: Jakarta
- Agustini. 2016. Si Putih Yang Mengganggu, Online. Available: <http://astaqauliyah.com>. Diakses 13 januari 2021.
- Andira, D. 2020. *Seluk beluk kesehatan reproduksi wanita*. Yogyakarta: A. PLUS BOOK.
- Astuti A.W.dkk. 2018. *Hubungan Perilaku Vulva Hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri di kelas ix SMP Unggaran Semaran Yogyakarta*. Stikes Aisiyah Yogyakarta.
- Aulia. 2022. *Serangan penyakit-penyakit khas wanita paling sering terjadi*. Yogyakarta, buku biru
- Bak Paoh. 2024. *Wilayah Desa*. [online] Available at: [Accessed 33 Januari 2024].
- Depkes RI. 2021. *Program Kesehatan Reproduksi Dan Pelayanan Integrative Ditingkat Pelayanan Dasar*. Jakarta: Depkes
- Depkes, RI. 2021. *Survey Demografi Kesehatan Indonesia tahun 2023* Depkes RI Survey
- Depkes, RI. 2021. *Kesehatan Reproduksi*. UNFPA. Jakarta
- H. (2018). Effectiveness Leadership and Optimalization of Local Potential in Nutrition Status Improvement Effort. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(3), 423-429.
- Handayani, O. W. K., Rahayu, S. R., Nugroho, E., Hermawati, B., Vu, N. T., & Loc, N.
- Hidayat, A.A. 2016. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak I*, Jakarta: Salemba Medika