

Puber Cerdas: Edukasi *Personal Hygiene* Dan Kesehatan Organ Intim Untuk Remaja Di Yayasan Putri Kerahiman Papua Kabupaten Jayapura

Dwi Astuti*¹, Elisabet Bre Boli², Crystin Evangeline Watunglawar³, Eldad Onesiforus Sopater Pulo⁴

^{1,2,4} Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Indonesia

³ Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Jayapura, Indonesia

*e-mail: dwiastuti03@gmail.com

Abstrak

Personal hygiene pada organ intim wanita merupakan salah satu upaya penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri. Berdasarkan hasil identifikasi awal di Yayasan Panti Asuhan Putri Kerahiman Papua, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri belum memiliki pengetahuan yang tepat mengenai personal hygiene dan kesehatan organ intim. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh kurangnya edukasi kesehatan reproduksi serta keterbatasan latar belakang kesehatan pada pengelola panti. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan remaja putri dalam menjaga kebersihan organ intim sebagai upaya pencegahan masalah kesehatan reproduksi. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, demonstrasi, dan role play. Sasaran kegiatan adalah 42 remaja putri di Yayasan Panti Asuhan Putri Kerahiman Papua. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan kurang, sedangkan hasil post-test menunjukkan sebanyak 39 responden (93%) memiliki pengetahuan baik dan 3 responden (7%) memiliki pengetahuan kurang. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara terstruktur dan interaktif efektif meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai personal hygiene dan kesehatan organ intim. Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, diharapkan remaja putri mampu menerapkan perilaku personal hygiene yang baik dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mencegah berbagai masalah kesehatan reproduksi sejak dini.

Kata kunci: Kesehatan Organ Intim, Panti Asuhan, Personal hygiene, Remaja Putri

Abstract

Personal hygiene of the female intimate organs is one of the important efforts in maintaining the reproductive health of adolescent girls. Based on the initial identification conducted at the Putri Kerahiman Papua Orphanage Foundation, it was found that most adolescent girls did not yet have adequate knowledge regarding personal hygiene and intimate organ health. This condition was influenced by the lack of reproductive health education and the limited health background of the orphanage caregivers. This community service activity aimed to improve the knowledge and abilities of adolescent girls in maintaining intimate organ hygiene as an effort to prevent reproductive health problems. The methods used included interactive lectures, demonstrations, and role play. The participants of this activity were 42 adolescent girls at the Putri Kerahiman Papua Orphanage Foundation. The evaluation results showed an increase in participants' knowledge after the educational intervention. Before the activity, most participants were categorized as having poor knowledge, while the post-test results showed that 39 respondents (93%) had good knowledge and 3 respondents (7%) still had poor knowledge. Structured and interactive health education was effective in improving adolescent girls' understanding of personal hygiene and intimate organ health. With the increase in knowledge, it is expected that adolescent girls will be able to apply good personal hygiene practices in their daily lives to prevent various reproductive health problems from an early age.

Keywords: Adolescent Girls, Intimate Organ Health, orphanage, Personal hygiene

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia antara 10 tahun hingga sebelum 18 tahun yang berada pada tahap perkembangan menuju dewasa. Upaya kesehatan remaja bertujuan untuk mempersiapkan mereka menjadi individu yang sehat, cerdas, berkualitas, produktif, serta mampu

menjaga dan meningkatkan kesehatan dirinya sendiri (Kementerian Kesehatan RI, 2026). Data Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS) tahun 2025, populasi remaja tahun 2024 sebanyak 22.081.528 jiwa dan di Kota Jayapura sebanyak 12.803 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023). Kesehatan remaja perlu mendapat perhatian khusus karena pada masa ini terjadi berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cukup signifikan. Menurut Kementerian Kesehatan RI, kondisi kesehatan remaja dipengaruhi oleh kebersihan diri, pola makan sehat dan aktivitas fisik yang teratur. Remaja yang sehat umumnya memiliki berat badan, tinggi badan, dan indeks massa tubuh yang sesuai dengan usia mereka (Kementerian Kesehatan RI, 2026).

Personal hygiene (kebersihan diri atau perawatan diri) merupakan bentuk perawatan diri yang ditujukan untuk menjaga kesehatan fisik dan mental (Amsana & Zulfana, 2023), *personal hygiene* terdiri dari berbagai aspek yaitu kebersihan tangan, pakaian yang bersih, kesehatan pribadi dan perilaku (Normila & Mashar, 2021). Pemenuhan perawatan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu nilai sosial pada individu atau keluarga, budaya, pengetahuan tentang perawatan diri, serta persepsi terhadap perawatan diri Khalida & Afmi Ropita Sari (2023). *Personal hygiene* pada organ intim wanita menjadi perhatian khusus, hal ini berkaitan dengan keadaan wanita yang lebih rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi (Amsana & Zulfana, 2023). Pendidikan kesehatan pada organ intim merupakan salah satu upaya dengan memberikan informasi kepada remaja agar mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi kewanitaan agar terhindar dari penyakit organ reproduksi (Heribertus Handi & Emilia Vialar Nafi, 2022). Penelitian Sinaga Usia Remaja kurang menerapkan kebersihan diri dan setelah dilakukannya edukasi *personal hygiene* terdapat peningkatan pengetahuan tentang *personal hygiene* pada remaja (Warnelis Sinaga et al., 2024).

Remaja putri merupakan kelompok yang paling memerlukan perhatian dalam upaya pemberian edukasi kesehatan reproduksi. Masa remaja merupakan fase peralihan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang signifikan. Perubahan-perubahan ini membawa tanggung jawab baru dalam hal merawat kebersihan tubuh, termasuk organ intim. Tanpa pengetahuan yang memadai, remaja putri cenderung mengadopsi kebiasaan yang keliru atau menutup diri dari informasi kesehatan yang mereka butuhkan. Kondisi ini diperparah oleh adanya anggapan tabu dalam masyarakat tertentu untuk membicarakan kesehatan reproduksi secara terbuka, sehingga informasi yang akurat tidak tersampaikan secara efektif kepada kelompok yang paling membutuhkannya.

Organ reproduksi wanita yang berada di area lembap dan tertutup memerlukan perhatian ekstra dalam hal kebersihan agar tidak menjadi media pertumbuhan kuman, jamur, maupun bakteri patogen yang dapat memicu infeksi. Infeksi pada organ reproduksi tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat memengaruhi kualitas hidup, kepercayaan diri, dan kesejahteraan psikologis perempuan secara keseluruhan. Oleh karena itu, edukasi tentang *vulva hygiene*, cara mengganti pembalut yang higienis, serta pemilihan produk kebersihan yang tepat menjadi materi yang sangat penting untuk diberikan kepada remaja putri sejak dini (Junias et al., 2023).

Lingkungan panti asuhan memiliki karakteristik tersendiri yang membedakannya dari lingkungan keluarga biasa. Remaja yang tinggal di panti asuhan umumnya memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan karena tidak adanya orang tua atau wali yang memiliki latar belakang kesehatan yang cukup untuk memberikan bimbingan yang tepat. Panti asuhan Putri Kerahiman memiliki 42 remaja putri yang masih bersekolah, saat melakukan riset diketahui bahwa para remaja belum mengetahui cara yang tepat tentang *personal hygiene*. Pihak panti mengatakan sudah memberitahu kebersihan diri mencuci tangan sebelum makan, sikat gigi dan mandi tetapi tidak mengajarkan yang tepat karena pegawai dan staf panti tidak mempunyai latar belakang kesehatan, pihak panti menyampaikan bahwa belum pernah mendapat penyuluhan dari puskesmas maupun pihak kesehatan yang lain. Oleh karena itu, pengabdian akan melakukan Edukasi *Personal hygiene* dan Kesehatan Organ Intim Untuk Remaja di Yayasan Putri Kerahiman Papua.

Berdasarkan latar belakang tersebut, menjadi jelas bahwa intervensi edukasi yang terencana dan sistematis sangat diperlukan untuk menjawab kesenjangan pengetahuan yang ada di kalangan remaja putri di lingkungan panti asuhan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini

dirancang sebagai respons konkret terhadap kebutuhan tersebut, dengan mengintegrasikan pendekatan berbasis bukti yang telah terbukti efektif dalam konteks pendidikan kesehatan remaja. Melalui serangkaian metode pembelajaran yang bersifat partisipatif dan interaktif, kegiatan ini bertujuan tidak sekadar meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap dan perilaku yang positif terhadap kesehatan reproduksi secara menyeluruh.

Pentingnya kegiatan ini semakin diperkuat oleh fakta bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan sejak dini terbukti mampu menurunkan risiko terjadinya infeksi saluran reproduksi, keputihan patologis, dan berbagai masalah kesehatan lainnya yang kerap dialami oleh remaja putri. Lebih jauh dari itu, pemahaman yang baik mengenai *personal hygiene* juga berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri remaja putri dalam menjalani aktivitas sehari-hari, termasuk dalam lingkungan sekolah dan sosial mereka. Dengan demikian, investasi dalam edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja putri di panti asuhan bukan hanya berdampak pada kesehatan fisik semata, melainkan juga pada kualitas hidup dan perkembangan psikososial mereka secara keseluruhan. Atas dasar pertimbangan inilah, kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan harapan dapat menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di panti asuhan lain di wilayah Papua maupun di daerah-daerah terpencil lainnya yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode edukasi kesehatan partisipatif yang dilaksanakan di Yayasan Putri Kerahiman Papua pada bulan Agustus 2025, dengan sasaran 42 remaja putri. Kegiatan berlangsung dari pukul 11.00–17.00 WIT yang terdiri atas sesi *pre-test*, materi, dan evaluasi (*post-test*). Penerapan kegiatan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, dan *role play* untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta terkait *personal hygiene* dan kesehatan organ intim. Hasil kegiatan diukur menggunakan evaluasi kuantitatif dan kualitatif, kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang dianalisis secara deskriptif dalam bentuk persentase untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan. Kategori tingkat pengetahuan ditentukan berdasarkan persentase skor jawaban benar, yaitu kategori baik apabila responden memperoleh skor $\geq 76\%$ dan kategori kurang apabila skor $< 76\%$. Evaluasi formatif dan proses dilakukan melalui observasi partisipasi aktif, sikap, serta kemampuan peserta dalam mempraktikkan *personal hygiene* yang benar. Tingkat ketercapaian keberhasilan ditunjukkan oleh peningkatan pengetahuan peserta, dimana 93% remaja putri berada pada kategori pengetahuan baik setelah edukasi, serta adanya perubahan sikap positif dan keterbukaan dalam membahas kesehatan organ intim sebagai indikator dampak sosial budaya.

Tahap awal dengan melakukan koordinasi awal kepada pimpinan Yayasan Panti Asuhan Putri Kerahiman untuk mendapatkan izin dan dukungan pelaksanaan kegiatan. Pada tahap persiapan, tim pengabdian menyusun materi penyuluhan berbasis bukti yang disesuaikan dengan karakteristik dan tingkat pemahaman remaja putri, mempersiapkan media presentasi yang komunikatif, menyiapkan instrumen kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang telah diuji validitasnya, serta melakukan koordinasi logistik terkait tempat, peralatan demonstrasi, dan bahan-bahan pendukung lainnya. Seluruh persiapan ini dilakukan secara matang untuk memastikan kelancaran pelaksanaan kegiatan pada hari yang telah ditentukan.

Pemilihan metode ceramah, demonstrasi dan *role play* didasarkan pada sejumlah pertimbangan ilmiah yang kuat. Metode ceramah interaktif dipilih karena mampu memberikan dasar pengetahuan yang sistematis dan terarah kepada peserta dalam waktu yang relatif singkat. Melalui metode ini, penyuluh dapat menyampaikan informasi penting terkait *personal hygiene* dan kesehatan reproduksi secara jelas, terstruktur, serta mudah dipahami oleh remaja putri. Selain itu, adanya interaksi melalui sesi tanya jawab membantu meningkatkan perhatian, pemahaman, dan partisipasi aktif peserta selama proses penyuluhan berlangsung sehingga materi yang diberikan dapat diterima secara lebih optimal (Maryam, 2024). Metode demonstrasi memungkinkan peserta untuk melihat secara langsung praktik terbaik dalam menjaga kebersihan organ intim menggunakan *phantom* (alat peraga), sehingga informasi yang bersifat abstrak dapat diwujudkan menjadi tindakan nyata yang mudah ditiru (Istiana et al., 2021). Sementara itu, *role*

play menciptakan situasi pembelajaran yang autentik di mana peserta dapat melatih keterampilan baru dalam konteks yang menyerupai kehidupan sehari-hari mereka. Kombinasi kedua metode ini dengan ceramah interaktif terbukti efektif dalam mengaktifkan tiga ranah pembelajaran sekaligus, yaitu kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotorik (keterampilan), sehingga perubahan perilaku yang dihasilkan lebih komprehensif dan berkelanjutan (Khalilah et al., 2025).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Pengukuran tingkat pengetahuan awal pre test

Pada tahap pertama, seluruh peserta diminta untuk mengisi angket *pre-test* yang berisi pertanyaan seputar *personal hygiene* dan kesehatan organ intim. Tujuannya adalah untuk memperoleh gambaran awal mengenai sejauh mana pengetahuan yang sudah dimiliki remaja putri sebelum diberikan penyuluhan. Data dari *pre-test* ini menjadi dasar perbandingan untuk menilai efektivitas kegiatan penyuluhan. Proses selanjutnya tim mengolah data yang sudah di dapat. Data *pre-test* diuji menggunakan rumus persentase. Adapun hasil pengujian dapat di lihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Hasil *Pre Test*

Pengetahuan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Kurang	29	69 %
Baik	13	31 %
Total	42	100 %

Berdasarkan hasil *pre-test* terhadap 42 remaja putri di Yayasan Putri Kerahiman Papua, diketahui bahwa sebagian besar peserta masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai *personal hygiene* dan kesehatan organ intim. Hal ini terlihat dari 29 responden (69%) yang berada pada kategori pengetahuan kurang. Sementara itu, hanya 13 responden (31%) yang masuk dalam kategori pengetahuan baik. Sejalan dengan penelitian sebelumnya pengetahuan remaja putri tentang kebersihan pribadi yang berada pada kategori kurang sebanyak 65%, sehingga menyarankan untuk lebih meningkatkan pengetahuan atau promosi kesehatan terhadap upaya *personal hygiene* di kalangan remaja putri agar dapat mempertahankan dan meningkatkan sikap atau perilaku *personal hygiene* (Sael & Oroh, 2022). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri masih membutuhkan peningkatan pemahaman terkait materi kesehatan yang akan diberikan, sehingga kegiatan penyuluhan diharapkan mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan mereka.

3.2. Penyuluhan kesehatan



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan *personal hygiene* dan *vulva hygiene*

Setelah pengisian *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan oleh tim pengabdian. Penyuluhan merupakan salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan

remaja tentang kebersihan organ reproduksi (Sitarani et al., 2020). Materi disampaikan melalui metode ceramah, diskusi interaktif, serta penggunaan media presentasi untuk memperjelas informasi. Peserta juga diberikan kesempatan untuk bertanya sehingga terjadi komunikasi dua arah yang membuat suasana lebih hidup dan meningkatkan pemahaman. Adapun materi yang disampaikan mencakup aspek *personal hygiene*, *vulva hygiene*, serta berbagai permasalahan kesehatan yang berkaitan dengan kebersihan diri dan organ reproduksi remaja putri. Pendidikan kesehatan melalui ceramah, berpotensi untuk meningkatkan wawasan, memperbaiki sikap, dan mendorong perubahan perilaku individu. Pendidikan kesehatan diharapkan dapat memfasilitasi individu untuk memperoleh pemahaman baru, mengubah ketidaktahuan menjadi pengetahuan, meningkatkan pemahaman yang sebelumnya kurang jelas, serta memengaruhi perubahan positif dalam pengetahuan dan perilaku (Kristin et al., 2024).

Selain ceramah, kegiatan ini secara khusus mengintegrasikan metode *role play* dan demonstrasi yang terbukti lebih disukai peserta dibandingkan metode ceramah semata. Melalui *role play*, peserta dapat mempraktikkan secara langsung cara menjaga *personal hygiene* dalam situasi yang menyerupai kehidupan nyata, sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Pendekatan partisipatif ini juga mendorong keterbukaan peserta dalam membahas topik yang bersifat sensitif seperti kesehatan organ intim, karena suasana pembelajaran menjadi lebih interaktif, tidak menghakimi, dan menyenangkan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran aktif seperti demonstrasi dan *role play* secara signifikan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku remaja dibandingkan dengan metode ceramah konvensional, karena melibatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik secara bersamaan (Warnelis Sinaga et al., 2024).

Pada sesi ceramah interaktif, pemateri menyampaikan materi secara terstruktur yang meliputi dua topik utama, yaitu tata cara *personal hygiene* dan *vulva hygiene*. Dalam sesi ini, peserta mendapatkan penjelasan menyeluruh mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri secara rutin, mulai dari kebersihan rambut dan kulit kepala, perawatan gigi dan mulut, hingga cara membersihkan area kewanitaan (*vulva*) yang benar dan bersih. Selain itu, pemateri juga menyampaikan berbagai masalah kesehatan yang dapat timbul akibat kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri, seperti infeksi jamur pada area genital, keputihan patologis, karies gigi, pedikulosis kapitis (kutu rambut), serta risiko infeksi saluran reproduksi yang lebih serius apabila kebersihan organ intim diabaikan dalam jangka panjang. Penjelasan mengenai dampak-dampak tersebut disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan disertai gambar contoh kasus yang relevan dengan kehidupan sehari-hari peserta, sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima secara lebih kontekstual dan bermakna.

Setelah sesi ceramah selesai, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi menggunakan alat peraga (*phantom*) yang mencakup empat aspek utama kebersihan diri. Pertama, demonstrasi perawatan gigi dan mulut, di mana peserta diperlihatkan teknik menyikat gigi yang benar menggunakan model rahang, termasuk cara membersihkan lidah dan area gusi secara menyeluruh. Kedua, demonstrasi *vulva hygiene* menggunakan *phantom* organ kewanitaan, memperlihatkan arah pembersihan yang benar dari depan ke belakang untuk mencegah kontaminasi bakteri dari area anal ke area genital. Ketiga, demonstrasi perawatan rambut dan kulit kepala, mencakup teknik keramas yang tepat serta cara menghindari penyebaran kutu rambut di lingkungan yang padat seperti panti asuhan. Keempat, demonstrasi penggunaan pembalut saat menstruasi, mulai dari cara membuka kemasan secara higienis, cara merekatkan pembalut dengan benar pada pakaian dalam, hingga frekuensi penggantian yang dianjurkan (minimal setiap empat jam sekali atau lebih sering saat aliran darah deras) untuk mencegah iritasi dan infeksi.

Sebagai tahap penutup sesi penyuluhan, peserta diajak berpartisipasi dalam kegiatan *role play* yang mensimulasikan situasi nyata terkait praktik *personal hygiene* dalam kehidupan sehari-hari. Dalam kegiatan ini, beberapa peserta memainkan peran sebagai remaja putri yang sedang melakukan rutinitas kebersihan diri, sementara peserta lainnya berperan sebagai teman sebaya yang memberikan panduan atau koreksi. Skenario yang dimainkan mencakup situasi seperti cara merespons saat pertama kali mengalami menstruasi di sekolah, cara berkomunikasi dengan teman untuk meminta atau berbagi pembalut, serta cara mempraktikkan langkah-langkah *vulva*

hygiene yang telah dipelajari. Kegiatan *role play* ini berlangsung dalam suasana yang menyenangkan dan penuh semangat, mendorong peserta untuk terlibat secara aktif tanpa merasa malu atau canggung dalam membahas topik kesehatan reproduksi yang selama ini dianggap sensitif. Melalui pendekatan ini, pemahaman yang telah diperoleh dari sesi ceramah dan demonstrasi semakin diperkuat melalui pengalaman langsung yang autentik dan kontekstual.

3.3. Evaluasi



Gambar 2. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk menilai sejauh mana penyuluhan berjalan efektif. Pada tahap ini, evaluasi yang diterapkan pada pengabdian ini yaitu evaluasi formatif dan evaluasi proses. Hasil evaluasi proses menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berlangsung dengan baik dan peserta terlibat secara aktif selama kegiatan berlangsung. Remaja putri terlihat antusias mengikuti materi yang disampaikan, memperhatikan penjelasan pemateri, serta berpartisipasi dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Pada evaluasi formatif, pemateri memberikan lima pertanyaan secara langsung kepada peserta terkait materi personal hygiene dan kesehatan organ intim. Hasilnya, peserta mampu menjawab pertanyaan serta mempraktikkan langkah-langkah personal hygiene dengan tepat. Selain itu, terdapat tiga peserta yang aktif mengajukan pertanyaan mengenai materi yang dipaparkan, menunjukkan adanya ketertarikan dan rasa ingin tahu terhadap kesehatan reproduksi. Keaktifan peserta selama kegiatan menjadi indikator bahwa metode penyuluhan yang digunakan mampu menciptakan suasana belajar yang interaktif dan komunikatif. Evaluasi proses ini juga menunjukkan bahwa peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi turut memahami dan mengaplikasikan materi yang diberikan selama kegiatan penyuluhan berlangsung.

Pengukuran akhir *post-test*

Setelah penyuluhan selesai, peserta kembali diminta untuk mengisi angket *post-test* dengan soal yang sama seperti pada *pre-test*. Hasil pengisian *post-test* ini digunakan untuk mengetahui adanya perubahan atau peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah mendapatkan materi penyuluhan. Dengan demikian, dapat diukur keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pemahaman remaja putri. Proses selanjutnya tim mengolah data yang sudah di dapat. Data *post-test* diuji menggunakan rumus persentase. Adapun hasil pengujian dapat di lihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil *Post Test*

Pengetahuan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Kurang	3	7 %
Baik	39	93 %
Total	42	100 %

Berdasarkan hasil *post-test* yang diberikan kepada 42 remaja putri di Yayasan Putri Kerahiman Papua, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar peserta telah mengalami peningkatan pengetahuan mengenai *personal hygiene* dan kesehatan organ intim. Data menunjukkan sebanyak 39 responden (93%) berada pada kategori pengetahuan baik, sementara hanya 3 responden (7%) yang masih berada pada kategori pengetahuan kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan oleh tim pengabdian mampu memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman peserta. Tingginya persentase kategori pengetahuan baik pada *post-test* juga memperlihatkan bahwa metode edukasi yang digunakan berjalan efektif dalam menyampaikan informasi yang relevan dan mudah dipahami oleh remaja putri. Hasil ini sejalan dengan penelitian Sitarani (2020) Terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, ($p < 0.05$) untuk semua variabel tentang *personal hygiene* pada remaja puteri di SMA. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh peningkatan nilai *pre-test* setelah diuji kembali di *post-test* yang dilakukan setelah penyuluhan (Sitarani et al., 2020).

Selain itu, keberhasilan penyuluhan juga dipengaruhi oleh antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung. Remaja putri terlihat aktif mengikuti sesi edukasi, memperhatikan materi yang disampaikan, serta berpartisipasi dalam diskusi dan tanya jawab. Penggunaan media penyuluhan yang sederhana dan komunikatif membantu peserta lebih mudah memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan kesehatan organ intim. Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, diharapkan remaja putri mampu menerapkan perilaku *personal hygiene* yang baik dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mencegah berbagai masalah kesehatan reproduksi sejak dini.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Panti Asuhan Putri Kerahiman Hawaii Sentani terbukti *efektif* sebagai langkah preventif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* dan kesehatan organ intim. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan yang signifikan dari hasil *pre-test* ke *post-test*, yakni dari 31% peserta berpengetahuan baik sebelum kegiatan menjadi 93% setelah kegiatan. Keberhasilan ini tidak lepas dari penerapan metode edukasi yang bersifat partisipatif, mencakup demonstrasi dan *role play*, yang melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran sehingga materi lebih mudah dipahami dan diinternalisasi. Pendekatan ini terbukti lebih efektif dibandingkan ceramah konvensional karena mengaktifkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta secara bersamaan. Melalui penyuluhan yang interaktif, pengetahuan dan kesadaran peserta meningkat, sehingga mereka lebih mampu memahami pentingnya *personal hygiene* dan kesehatan organ intim.

Selain peningkatan pengetahuan yang terukur melalui instrumen kuesioner, dampak kegiatan ini juga terlihat dari perubahan sikap dan keterbukaan peserta dalam mendiskusikan isu-isu kesehatan reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu. Hal ini merupakan capaian yang tidak kalah pentingnya, karena perubahan sikap merupakan fondasi bagi terbentuknya perilaku kesehatan yang berkelanjutan. Remaja putri yang mampu mendiskusikan kesehatan reproduksinya secara terbuka cenderung lebih mudah mencari bantuan dan informasi yang tepat ketika menghadapi masalah kesehatan di masa mendatang. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan sikap dan karakter kesehatan yang positif untuk jangka panjang.

Berdasarkan hasil dan pengalaman pelaksanaan kegiatan ini, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diajukan. Pertama, perlunya penyuluhan kesehatan reproduksi yang

terjadwal secara rutin di seluruh lingkungan panti asuhan di wilayah Papua, tidak hanya sebagai kegiatan satu kali tetapi sebagai program berkelanjutan. Kedua, pelibatan aktif petugas kesehatan dari puskesmas setempat dalam program edukasi remaja di panti asuhan perlu diformalkan melalui perjanjian kerja sama antara panti asuhan dan fasilitas kesehatan terdekat. Ketiga, perlu dikembangkan modul atau media edukasi yang sederhana dan dapat digunakan secara mandiri oleh pengelola panti sebagai panduan dalam mendidik remaja tentang kesehatan reproduksi. Keempat, pembentukan kader kesehatan remaja di lingkungan panti asuhan dapat menjadi strategi jangka panjang yang efektif untuk memastikan keberlanjutan program edukasi kesehatan melalui pendekatan sebaya (peer education).

DAFTAR PUSTAKA

- Amsana, A., & Zulfana, S. (2023). Edukasi Pentingnya Kesehatan Organ Reproduksi Dan *Personal Hygiene* Pada Wanita Usia Subur (WUS) Di Kecamatan Pancatengah. *Daarul Ilmi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 85–91. <https://doi.org/10.52221/Daipkm.V1i2.502>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Proyeksi Penduduk Kota Jayapura Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin (jiwa)*, 2035.
- Heribertus Handi, & Emilia Vialar Nafi. (2022). Penyuluhan *Personal Hygiene* Dan Kebersihan Alat Reproduksi Kepada Remaja Putri Di SMA Negeri 01 Lelak Rejeng Manggarai. *Jurnal PADMA: Pengabdian Dharma Masyarakat*, 2(4).
- Istiana, S., Mulyanti, L., Janah, A., Kebidanan, S., Pendidikan, D., & Bidan, P. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang *Vulva Hygiene* Pada Wanita Usia Subur Di Dusun Teseh Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Kota Semarang. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan* (Vol. 3, Number 2). <http://repository.unimus.ac.id/6373/1/PENDIDIKAN%20KESEHATAN%20TENTANG%20OVULVA%20HYGIENE%20PADA%20WANITA%20USIA.Pdf>
- Junias, M. S., Magdalena Toy, S., Mariance Ndoen, E., Manurung, I. F., Doke, S. (2023). Promotion Of Adolescent Reproductive Health And Management Of Menstrual Hygiene In Adolescent Women In Junior High School. *Abdimas Galuh*, 5(1), 69–78. <https://jurnal.unigal.ac.id/abdimasgaluh/article/view/8879/5975>
- Kementerian Kesehatan RI. (2026, May 26). *Remaja 10 - 18 Tahun*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja?utm_source=chatgpt.com
- Khalida, R., & Afmi Ropita Sari, Y. (2023). Pemberian Edukasi Pentingnya *Personal Hygiene* Pada Remaja Masjid Mutathahirin Lubuk Lintah. *Jurnal Abdimas*, 5(1). <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Khalilah, N., Nur, M., Suraying, S., Hidayat, M., & Purmahardini, N. (2025). Penggunaan Metode Role Play Dalam Meningkatkan Promosi Kesehatan Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Anak Usia Sekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 14(2), 346–351. <https://doi.org/10.36565/jab.v14i2.949>
- Kristin, J., Kahtan, M. I., & Irsan, A. (2024). Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah Dengan Powerpoint Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan *Personal Hygiene*. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(7). <https://doi.org/10.33024/jikk.v11i7.15038>
- Maryam, S. (2024). Efektivitas Media Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kesehatan Remaja : Literature Review. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/36206/24535/126055>, 5(4).
- Normila, & Mashar. (2021). Edukasi *Personal Hygiene* Pada Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Infeksi Pada Siswa SMA Di Kota Palangka Raya. *Pengabdianmu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(5). <https://journal.umpr.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/view/2085>

- Sael, G., & Oroh, W. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Mentruasi Di Kelurahan Lapangan Kecamatan Mapanget Kota Manado., *10*(2). <https://Ejournal.Unsrat.Ac.Id/V3/Index.Php/Jkp/Article/View/43036>
- Sitarani, C., Rumiati, F., & Sumbayak, E. M. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas 2 SMAN 23 Jakarta Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan. *Jurnal Kedokteran Meditek*, *26*(2). <https://Doi.Org/10.36452/Jkdoktmeditek.V26i2.1839>
- Warnelis Sinaga, E., Simamora, D. L., Hutabarat, E. N., Sebayang, W., & Mutiara, D. (2024). Pemberian Edukasi *Personal Hygiene* Selama “Menstruasi.” *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA)*, *3*(2), 64–68. <https://Doi.Org/10.52943/Ji-Somba.V3i2.1678>

Halaman ini dikosongkan