



**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERSONAL HYGIENE  
PADA IBU NIFAS DI RUANG ASTER RSUD KABUPATEN TANGERANG**

*Health Education about Personal Hygiene on Postpartum Mothers in The Aster  
Room of Tangerang Hospital*

**Febi Ratnasari<sup>1</sup>, Maulinda Sadari Lubis<sup>2</sup>, Afelia Febriliyani<sup>3</sup>, Afri Satriawan  
Ali<sup>4</sup>, Agus Firman<sup>5</sup>, Aisah Handika<sup>6</sup>, Allif Fuadi<sup>7</sup>, Anisya Nur Fauziah<sup>8</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup>Stikes Yatsi Tangerang

**Email: alliffuadi411@gmail.com**

**Abstract**

*The postpartum period is the period after childbirth and the birth of the baby, the placenta and the membranes needed to restore the uterine organs as before pregnancy with a time of approximately 6 weeks. The postpartum period (puerperiem), which comes from the Latin puer which means baby and partus which means giving birth or means the period after giving birth. This research to determine the implementation and increase the knowledge of patients and families about vulvar care and personal hygiene in postpartum women at the Tangerang Regency General Hospital. This type of research is descriptive using qualitative research methods. In-depth interviews were carried out on 4 respondents and the lecture method was carried out, observing the implementation in the Aster room. The implementation of Personal Hygiene at the Tangerang District Hospital in terms of structure, process and output is carried out quite well both in spontaneous labor and in post-cesarean delivery.*

**Keywords:** *nifas, personal hygiene*

**Abstrak**

Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih dari 6 minggu. Masa nifas (*puerperiem*), yang berasal dari bahasa latin yaitu *puer* yang artinya bayi dan *partus* yang artinya melahirkan atau berarti masa sesudah melahirkan. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan dan menambah pengetahuan pasien dan keluarga tentang perawatan vulva dan personal hygiene pada ibu nifas di RSUD Kabupaten Tangerang. Jenis penelitian bersifat deskriptif dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Wawancara mendalam dilakukan terhadap 4 responden dan metode ceramah, observasi pelaksanaan di ruang Aster. Pelaksanaan Personal Hygiene di RSUD Kabupaten Tangerang ditinjau dari struktur, proses dan output yang dilaksanakan cukup baik pada persalinan spontan maupun pada persalinan pasca operasi caesar.

**Kata Kunci:** *postpartum, personal hygiene*

**PENDAHULUAN**

Masalah kesehatan terus berkembang mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta masyarakat yang dinamis, semakin memacu tenaga kesehatan untuk terus meningkatkan kuantitatif dan pelayanan dalam upaya mencapai tujuan pembangunan kesehatan. Walaupun pengetahuan

semakin berkembang tapi bisa saja dalam menangani suatu penyakit tidak begitu efisien, terutama dengan pasien post operasi harus memerlukan penanganan yang kompetent.

Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih dari 6 minggu. Masa nifas (*puerperiem*), yang berasal dari bahasa latin yaitu *puer* yang artinya bayi dan *partus* yang artinya melahirkan atau berarti masa sesudah melahirkan (Sarwono, 2010).

Ditinjau dari penyebab kematian ibu, infeksi merupakan penyebab kematian terbanyak nomor dua setelah perdarahan sehingga sangat tepat jika para tenaga kesehatan memberikan perhatian yang tinggi pada masa ini. Adanya permasalahan pada ibu akan berimbas juga kepada kesejahteraan bayi yang dilahirkan karena bayi tersebut tidak akan mendapatkan perawatan maksimal dari ibunya. Dengan demikian, angka morbiditas dan mortalitas bayi pun akan semakin meningkat (Sarwono, 2010).

Jumlah kasus infeksi nifas pada tahun 2013 yaitu sejumlah 375.082 kasus infeksi dari 5.138.107 ibu bersalin atau sekitar 7,3 %. Angka ini merupakan jumlah yang cukup signifikan dan membersumbangsih terhadap AKI di Indonesia (Kemenkes, 2015).

Ibu nifas yang mengalami luka perineum, bersalin secara normal sangat rentan terhadap terjadinya infeksi karena apabila tidak dijaga dengan baik dapat terjadi infeksi dan kebersihan daerah perineum yang tidak terjaga akan sangat berpengaruh terhadap kesembuhan setelah proses persalinan (Puspitaningtyas, 2011). Kebersihan vulva pada masa nifas harus dilakukan, karena pada masa nifas banyak mengeluarkan darah dan kotoran yang keluar dari vagina. Vagina merupakan organ terbuka sehingga memudahkan kuman yang berada pada daerah sekitar menjalar ke rahim. Infeksi dapat terjadi apabila ibu nifas kurang telaten melakukan perawatan pasca persalinan secara mandiri.

Berdasarkan penelitian Seftiyani, (2015) yang berjudul personal hygiene pada masa nifas menerangkan, bahwa ibu hamil yang melakukan personal hygiene pada masa nifas dengan pengetahuannya sebanyak 54,8% dan masih banyak yang belum mengetahui personal hygiene dengan baik. Dan masih banyak ibu hamil yang menanggapi personal hygiene itu tidak penting dan tidak perlu dilakukan karena tidak membuat hasil yang baik atau bernilai positif bagi ibu tersebut.

Maka dari itu pada masa nifas merupakan masa yang rawan bagi ibu, sekitar 60% kematian ibu terjadi setelah melahirkan dan hampir 50% dari kematian pada masa nifas terjadi pada 24 jam pertama setelah melahirkan, dan diantaranya disebabkan oleh adanya komplikasi masa nifas. Selama ini, perdarahan pascapersalinan merupakan penyebab kematian ibu, namun dengan meningkatnya persediaan darah sistem rujukan, maka infeksi menjadi lebih menonjol sebagai penyebab kematian dan morbiditas ibu. Dimulai sejak 1 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu, pelayanan pascapersalinan harus terselenggara pada masa itu untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi, yang meliputi upaya pencegahan, deteksi dini dan pengobatan komplikasi dan penyakit yang mungkin terjadi (Elisabeth, 2015).

Upaya pencegahan infeksi pada masa nifas harus dilakukan langkah dasar

dengan cara menjaga kebersihan diri yaitu tentang menjaga kebersihan personal hygiene atau kebersihan genetalia agar tidak menjadi tempat masuk utama bakteri, dan kebersihan tubuh sangat penting juga untuk mencegah terjadinya infeksi (Sarwono, 2009). Berdasarkan uraian latar belakang diatas diperlukan pendidikan kesehatan pada ibu hamil tidak hanya tentang kehamilan dan persalinan tapi juga tentang persiapan masa nifas, salah satunya berkaitan dengan personal hygiene pada masa nifas.

Prosedur terapi, antara lain: membasuh organ intim menggunakan air mengalir dengan cara dari arah depan ke belakang; hindari menggunakan alat pembersih kimiawi atau sabun tertentu karena akan merusak keasaman vagina yang berfungsi menumbuhkan bakteri atau kuman yang masuk; keringkan dengan handuk kering atau tissue kering setelah buang air kecil dan saat mandi; gunakan celana dalam yang bersih dan terbuat dari bahan katun dan ganti pembalut minimal 3 kali sehari atau jika dirasa pembalut atau celana dalam sudah lembab.

## **METODE**

Metode yang digunakan yaitu dengan sosialisasi dengan memberikan penyuluhan serta membagikan leaflet yang berisi tentang cara melakukan personal hygiene dan vulva hygiene yang benar serta diskusi dan tanya jawab diakhir kegiatan. Dalam kegiatan ini jumlah peserta sebanyak 5 orang dimana kelima orang tersebut adalah pasien di RSUD Kabupaten Tangerang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan di Ruang Aster RSUD Kabupaten Tangerang berjalan dengan baik dan lancar. Pertemuan secara langsung dilakukan dengan metode ceramah, dengan harapan peserta dapat memahami penyuluhan yang sudah diberikan. Kegiatan ini dilaksanakan sehari yaitu pada hari Jumat tanggal 18 Februari 2022 dari pukul 10.00 s/d selesai. Peserta kegiatan berjumlah 4 ibu hamil dan ibu yang sudah melahirkan.

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan oleh 6 orang tim pengabdian dengan pokok pembahasan yang disampaikan mengenai Personal Hygiene. Kegiatan yang dilakukan dengan metode ceramah. Dari kegiatan pendidikan kesehatan tentang Personal Hygiene, para peserta sangat antusias dan aktif dalam kegiatan tersebut. Kegiatan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan yang sudah dilaksanakan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan pasien terkait dengan Personal Hygiene.

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar ibu hamil memahami pentingnya perawatan kebersihan diri pada masa nifas guna mencegah infeksi. Selain itu diharapkan ibu hamil dapat mengidentifikasi tanda gejala infeksi, sehingga apabila mengalaminya dapat segera konsultasi ke petugas kesehatan. Kegiatan hari pertama adalah melakukan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan tentang pengertian infeksi masa nifas dan penyebab infeksi masa nifas.



Gambar 1. Tim melakukan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene dan vulva hygiene masa nifas. Ibu hamil terlihat antusias ditunjukkan dengan menyimak dan bertanya, terutama ibu dengan kehamilan pertama dimana ia belum pernah mengalami masa nifas.



Gambar 2. Memperagakan apa yang sudah dijelaskan oleh para pemateri



Gambar 3. Mengevaluasi Kembali kepada pasien apa yang sudah di jelaskan dan disampaikan oleh pemateri.

Para ibu hamil dan melahirkan sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang personal hygiene. Hasil kegiatan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan ini, secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut : ketercapaian tujuan penyuluhan, ketercapaian target materi yang telah direncanakan, kemampuan peserta dalam memahami materi tentang Personal Hygiene dan cara melakukan Personal Hygiene.

Dalam kegiatan ini penyampaian materi tentang Personal Hygiene dan cara melakukan Personal Hygiene sudah cukup jelas. Keaktifan para peserta



menunjukkan bahwa kegiatan ini dapat tercapai dengan baik. Ketercapaian target materi pada kegiatan penyuluhan ini cukup baik, karena materi telah disampaikan secara keseluruhan. Materi yang telah disampaikan adalah: pengertian Personal Hygiene, pengertian dan manfaat vulva hygiene dan Praktek Vulva Hygiene.

Kemampuan peserta khususnya kepada ibu hamil dan ibu yang akan melahirkan dapat dilihat dari pertanyaan tentang Personal Hygiene dan cara melakukan Personal Hygiene, sehingga dapat disimpulkan bahwa pasien telah memahami materi yang telah disampaikan. Manfaat yang diperoleh dari peserta adalah dapat memahami tentang Personal Hygiene dan cara melakukan Personal Hygiene.

## KESIMPULAN

Pemenuhan kebersihan diri dan lingkungan merupakan bagian dari kebutuhan dasar manusia, termasuk pemenuhan kebutuhan kebersihan personal hygiene pada klien. Hal ini berarti bahwa setiap manusia membutuhkan kenyamanan pada diri dan lingkungan. Kebutuhan pemenuhan personal hygiene sangat penting karena akan berdampak pada proses penyembuhan ibu.

Terpenuhinya kebutuhan kebersihan diri dari mulai ujung rambut sampai kaki (head toe toe) dapat membangkitkan motivasi klien untuk bekerjasama dalam program perawatan. Pelaksanaan pemenuhan kebersihan diri (personal hygiene) pada klien wanita dilakukan pada pasien yang tidak mampu secara mandiri dalam memenuhi kebutuhan personal hygienenya. Saran. Diharapkan bagi pasien yang telah memahami tentang personal hygiene dapat menerapkan penatalaksanaan personal hygiene secara mandiri dirumah maupun di rumah sakit.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo. 2017. *Perawatan Ibu Bersalin*. Yogyakarta: Mizan Publika.
- Dama.Dian. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Bandung: Refika Aditama.
- Enia. 2016. *Keperawatan maternitas*. Jakarta : EGC.
- Handayani. 2017. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Bandung: Revika Aditama.
- Junita. 2017. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC
- Kemenkes. 2015. *Ilmu Kandungan..* Jakarta : Bina Pustaka.
- Kuniasari. 2019. *Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Vulva Hygiene Pada Ibu Nifas Di Rumah Sakit Umum Daerah Rubini R Mampawah*. Jakarta: Arcan.
- Puspitaningtyas, 2011. *Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.

