



UNIVERSITAS IPWIJA

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Jl. Letda Natsir No.7 Cikeas Ds. Nagrak, Kec. Gunung Putri

Kab. Bogor. 16967 Telp. +62-21-8233737

lp2m@ipwija.ac.id <https://lp2m.ipwija.ac.id>



SURAT TUGAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

No: 066/IPWIJA.LP2M/PkM-00/2026

Berdasarkan Surat Edaran Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Semester Genap 2025/2026 No. 024/IPWIJA.LP2M/PkM-00/2026 tanggal 2 Maret 2026 dan surat permohonan dari Pondok pesantren At-Taufiq No.004/PPAT/01/V/2026 tanggal 15 Mei 2026 perihal permohonan Narasumber, Pendamping dan Pemberi Materi, dengan ini Kepala LP2M Universitas IPWIJA menugaskan:

Nui Pawestri, S.Tr.Keb., M.Tr.Keb (NIDN: 0331039301)

Untuk menjadi Narasumber dalam kegiatan yang akan dilaksanakan pada:

Hari / tanggal	: Jumat, 22 Mei 2026
Waktu	: 13.00 – 15.00 WIB
Tempat	: Pondok pesantren At-Taufiq, Bekasi, Jawa Barat
Tema	: “Penyuluhan Personal Hygiene Remaja Putri.”

Setelah pelaksanaan kegiatan Dosen yang ditugaskan diwajibkan membuat Laporan Pelaksanaan Kegiatan kepada pemberi tugas (LP2M Universitas IPWIJA). Mohon bantuan penanggungjawab kegiatan membantu menyediakan berkas yang diperlukan untuk pembuatan laporan pelaksanaan kegiatan.

Demikian Surat Tugas ini disampaikan untuk dapat dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Bogor, 21 Mei 2026



Drs Jayadi, M.M.
Kepala LP2M

PONDOK PESANTREN AT-TAUFIQ

Nomor : 004/PPAT/O1/V/2026.

Jumat 15 Mei 2026

Perihal : Penyuluhan Kesehatan personal hygiene remaja putri

Lampiran : 1 berkas (terlampir)

Kepada YTH,

Ketua Program Studi D-III Kebidanan Universitas IPWIJA
Di Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya kegiatan yang menambah pengetahuan santri pondok pesantren At Taufik di kampung Galian, desa Sukakerta, Kec. Sukawangi Kab. Bekasi, Jawa Barat, maka Kami meminta Dosen / Mahasiswi D-III Kebidanan Universitas IPWIJA untuk bisa memberikan kegiatan peningkatan pengetahuan santri pondok pesantren At Taufik di kampung Galian, desa Sukakerta, Kec. Sukawangi Kab. Bekasi, Jawa Barat, yang akan di laksanakan pada :

Hari/tanggal : Jumat/22 Mei 2026

Pukul : 13.00-15.00

Lokasi. : Pondok Pesantren At-Taufik

Demikian Kami sampaikan, atas perhatian dan kesempatannya Kami mengucapkan Terima Kasih.

Hormat saya,



UMI SYTI ZUBAIDAH



UCAPAN TERIMA KASIH

KEPADA

Dengan bangga diberikan kepada:

Nui Pawestri, S.Tr.Keb., M.Tr.Keb

Sebagai :

PEMBICARA

Penyuluhan kesehatan terkait personal hygiene remaja putri di Pondok Pesantren At-Taufik, Kp. Galian, Kec. Sukawangi, Kab. Bekasi pada tanggal 22 Mei 2026



UMI SITI ZUBAEDAH
Pimpinan Yayasan Pondok
Pesantren At-Taufik

**Pemeliharaan
Kebersihan
Alat Reproduksi**

PEMELIHARAAN KEBERSIHAN ALAT REPRODUKSI

Pentingnya Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Manfaat Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Tujuan Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Dampak Alat Reproduksi yang Tidak Bersih

Cara Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Kebersihan Pakaian

Kebersihan Tubuh

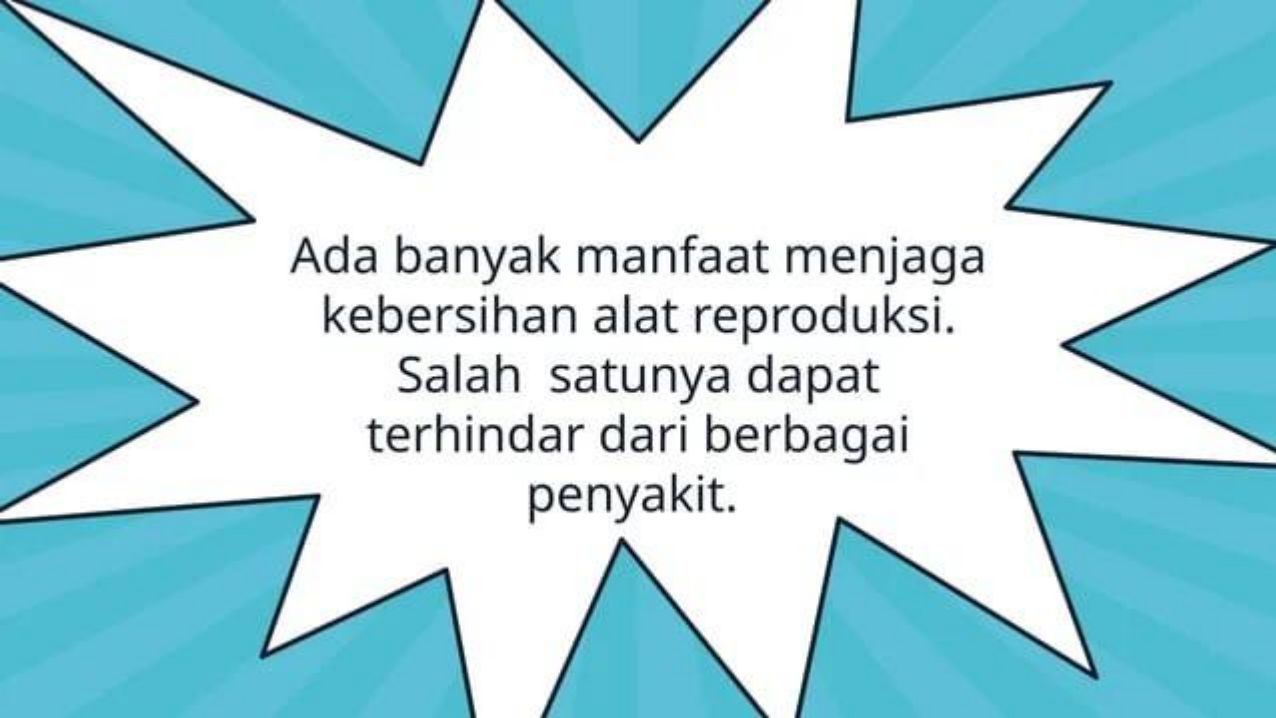
A. Pentingnya Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Mengapa alat reproduksi harus dijaga kebersihannya? Alat reproduksi merupakan bagian tubuh yang rawan terkena bakteri dan virus. Oleh sebab itu, menjaga kebersihan alat reproduksi sangat penting. Agar seluruh tubuh kita pun terjaga kesehatannya.



01

Manfaat
Menjaga
Kebersihan Alat
Reproduksi



Ada banyak manfaat menjaga
kebersihan alat reproduksi.
Salah satunya dapat
terhindar dari berbagai
penyakit.

Beberapa manfaat menjaga kebersihan alat reproduksi bagi tubuh.

Mencegah timbulnya gatal-gatal.

Badan terasa nyaman saat beraktivitas.

Menjaga alat reproduksi tetap bersih dan nyaman.

Meningkatkan rasa percaya diri.



02

Tujuan Menjaga
Kebersihan Alat
Reproduksi

Tujuan Menjaga Kebersihan Alat Reproduksi

Menjaga kesehatan dan kebersihan alat reproduksi.

Membuat tubuh terasa nyaman terutama di sekitar alat reproduksi.

Mencegah terjadinya gatal-gatal di sekitar alat reproduksi.

Membersihkan keringat dan kotoran di sekitar alat reproduksi.





03

Dampak Alat
Reproduksi
yang Tidak
Bersih

Dampak Alat Reproduksi yang Tidak Bersih



WOW!

Alat reproduksi yang tidak dibersihkan dapat menimbulkan ruam dan rasa gatal. Rasa gatal tersebut diakibatkan tumbuhnya jamur di sekitar alat reproduksi. Jika hal ini dibiarkan maka penyakit pun akan mudah menyerang alat reproduksi.

Menyebabkan rasa gatal dan iritasi.

Keringat dan kotoran penyebab penyakit mudah berkembang.

Terasa gatal dan tidak nyaman saat beraktivitas.

Muncul jamur di sekitar alat reproduksi.

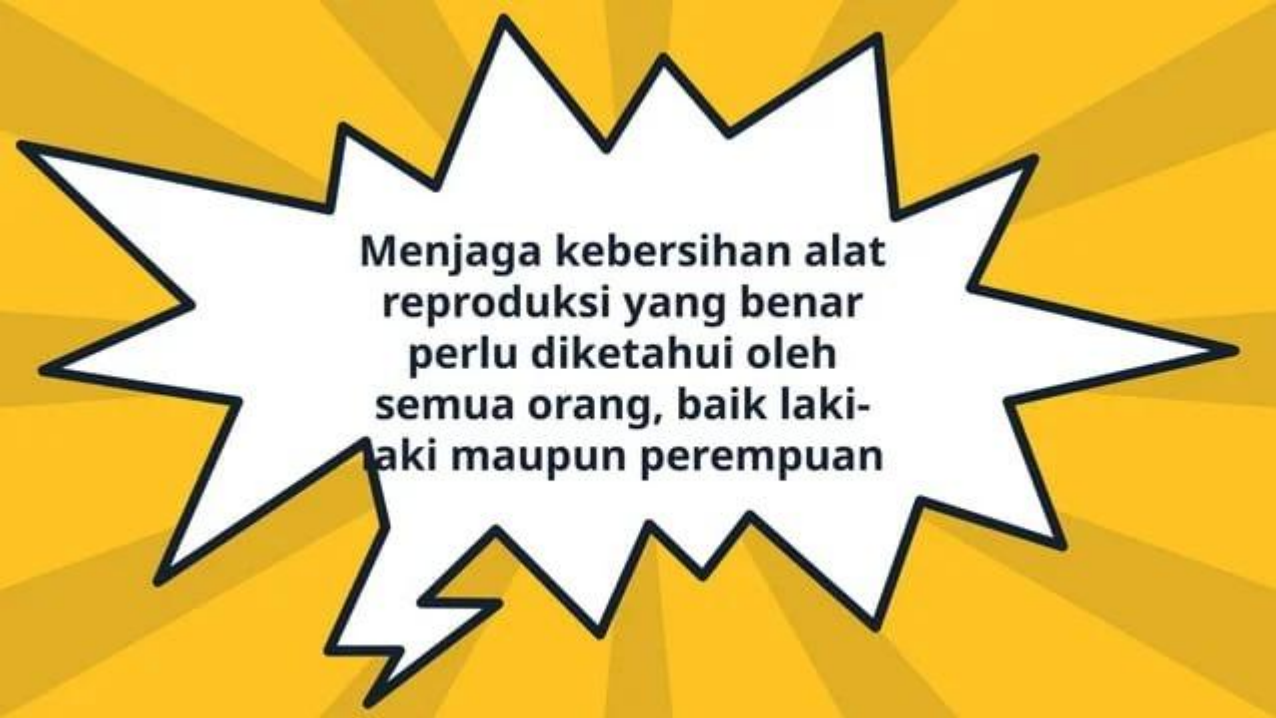
Hilangnya rasa percaya diri.

Membutuhkan biaya pengobatan yang besar jika terserang penyakit.

Dampak apabila alat reproduksi tidak dijaga kebersihannya dengan baik.



**B. Cara Menjaga Kebersihan Alat
Reproduksi**



**Menjaga kebersihan alat
reproduksi yang benar
perlu diketahui oleh
semua orang, baik laki-
laki maupun perempuan**

1 Kebersihan Pakaian

Pakaian yang nyaman dan bersih dapat membuat alat reproduksi lebih sehat. Begitu pula sebaliknya. Pakaian yang kurang bersih dan tidak nyaman membuat alat reproduksi kurang sehat.



Menggunakan Celana yang Nyaman

Celana yang nyaman biasanya terbuat dari bahan katun. Bahan katun membuat sirkulasi udara di alat reproduksi menjadi lebih lancar. Selain itu, celana katun juga lebih banyak menyerap keringat dibandingkan bahan lainnya. Dengan menggunakan celana berbahan katun dapat mengurangi kelembapan di sekitar alat reproduksi. Bakteri dan rasa tidak nyaman pun dapat dihindari.

Rajin Mengganti Celana Dalam

Celana dalam sebaiknya diganti dua kali dalam sehari, yaitu pagi dan sore. Terlebih jika kita hidup di Indonesia yang beriklim tropis. Iklim tropis membuat tubuh mudah berkeringat. Keringat yang berlebihan dapat menyebabkan tumbuh jamur dan menimbulkan rasa gatal. Oleh karena itu, kamu harus rajin mengganti celana dalam agar kesehatan alat reproduksi tetap terjaga.

2.Kebersihan Tubuh

Cara menjaga kebersihan tubuh dapat mempengaruhi kesehatan alat reproduksi.

Tubuh yang bersih juga mencerminkan cara kita merawat alat reproduksi.



Mengeringkan Alat Reproduksi

Mengeringkan alat reproduksi adalah salah satu cara agar alat reproduksi tetap sehat. Setelah buang air besar atau buang air kecil, keringkan alat reproduksi menggunakan *handuk*. Sebaiknya tidak menggunakan *tisu* karena ada yang mengandung *zat pemutih*.

Zat pemutih tersebut dapat menempel pada alat reproduksi. Selain itu, menggunakan handuk lebih ramah lingkungan dibandingkan dengan *tisu*.





Rajin Mencuci Tangan

Tangan merupakan anggota tubuh yang sering digunakan untuk beraktivitas. Oleh karena itu, tangan harus dalam kondisi bersih dan steril. Jika tangan belum dibersihkan maka kuman dan bakteri kemungkinan masih menempel pada tangan. Jika tangan yang kotor menyentuh alat reproduksi, kuman dan bakteri ini akan menempel. Berbagai masalah kesehatan pun akan muncul. Oleh karena itu, kamu harus rajin mencuci tangan.

Membasuh Alat Reproduksi dengan Benar

Membasuh alat reproduksi harus dilakukan dengan benar. Apalagi setelah buang air besar atau kecil. Cara membasuh yang benar adalah dari depan ke belakang. Bukan dari belakang ke depan. Hal ini berguna untuk membuang bakteri dan kuman yang ada di bagian depan menuju ke belakang.



Kamu telah belajar cara menjaga kebersihan alat reproduksi yang baik dan benar. Berbekal pengetahuan ini kamu dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, kesehatan dan kebugaran tubuhmu akan tetap terjaga



TERIMAKASIH

