

Pemanfaatan *Personal Hygiene* Untuk Menurunkan Tingkat Kejadian Keputihan

Utilization of Personal Hygiene to Reduce Leucorrhoea

Verawaty Fitrinelda Silaban¹, Kristina L Silalahi¹, Elv. Feedia Mona Saragih¹

¹Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia

Abstrak

Keputihan bukan suatu penyakit, tetapi merupakan manifestasi dari hampir semua penyakit kandungan. Penyebab paling sering keputihan adalah infeksi. Sekitar 85% perempuan di dunia pasti mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidup dan sebanyak 45% akan mengalami dua kali atau lebih. Keputihan sangat fatal bila tidak cepat ditangani dapat mengakibatkan kemandulan serta sebagai salah satu tanda dan gejala kanker leher rahim. Personal hygiene merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting untuk menghindari infeksi yang dapat menyebabkan keputihan. Tujuan penelitian untuk mengetahui pemanfaatan *Personal Hygiene* dalam menurunkan tingkat kejadian keputihan. Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif korelasi* dengan desain *cross sectional* dimana variabel independen dengan variabel dependen diteliti secara bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMAS Etislandia sebanyak 63 remaja putri. Teknik pengambilan sampel penelitian *sampling jenuh*, jumlah sampel sebanyak 63 remaja putri. Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dengan melakukan wawancara terpimpin yang kemudian dilakukan uji analisa data dengan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Personal Hygiene* yang dilakukan bermanfaat dalam menurunkan tingkat kejadian keputihan dengan nilai $X^2_{hitung} 6,014 > X^2_{tabel} 5,99$ dan nilai $p \text{ value} = 0,049$. Penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan pada peneliti selanjutnya untuk membahas beberapa faktor yang dapat mencegah kejadian keputihan pada remaja putri.

Kata Kunci : *Personal Hygiene*, Keputihan

Abstract

Fluor albus is not a disease but most indication of gynecological problems. Around 85% of women in the world must experience vaginal discharge at least once in their life and as many as 45% will experience two or more times. Leucorrhoea is very fatal if not treated quickly can result in infertility as well as one of the signs and symptoms of cervical cancer. Personal hygien is an important factor to avoid an infection which causes fluor albus. The research objective was to determine the use of *Personal Hygiene* in reducing the incidence of vaginal discharge. This research used a descriptive correlation method with a cross sectional design in which the independent variables and the dependent variable were examined simultaneously. The population in this esearch were all teenage girls in the Senior High School Etislandia as many as 63 teenage girls. The sampling technique was saturated sampling, the number of samples was 63 teenage girls. This research uses primary data which is obtained directly by conducting guided interviews which are then carried out by data analysis tests with *Chi Square*. The results showed that the *Personal Hygiene* that was carried out was useful in reducing the incidence rate of leucorrhoea with a value of $X^2_{count} 6,014 > X^2_{table} 5.99$ and $p \text{ value} = 0.049$. This research is expected to be a reference for future researchers to discuss several factors that can prevent the incidence of vaginal discharge in teenage girl.

Keywords: *Personal Hygiene*, Leucorrhoea

Korespondensi :

* Verawaty Fitrinelda Silaban, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan,
Universitas Prima Indonesia, Medan. email: verawatysilaban92@gmail.com

Latar Belakang

Keputihan menjadi persoalan yang sangat mengganggu kenyamanan bagi wanita. Rasa tidak nyaman akibat keputihan mengakibatkan berkurangnya rasa tidak percaya diri karena disertai dengan bau yang tidak sedap, rasa basah pada pakaian dalam dan kadang sampai ada rasa gatal yang sangat mengganggu. Keputihan tidak bisa dianggap remeh karena akibatnya bisa fatal bila tidak segera ditangani dengan cepat. Keputihan dapat mengakibatkan kemandulan dan merupakan salah satu gejala yang ditimbulkan oleh kanker leher rahim. (Sarasvati dkk, 2017).

Remaja yang mengalami masalah keputihan melakukan beberapa cara untuk mengatasinya, antara lain dengan menggunakan pembersih kewanitaan, menggunakan pembalut karena sudah terlalu basah dan ada yang sampai menggunakan obat-obatan karena sudah sangat mengganggu kenyamanan. Penggunaan pembersih kewanitaan akibat keputihan dapat mengakibatkan dampak negatif bagi alat kewanitaan serta dapat mengakibatkan komplikasi jika digunakan dalam jangka waktu yang lama.

World Health Organization (WHO, 2017) mengatakan bahwa sekitar 85% perempuan di dunia pasti mengalami

keputihan paling tidak sekali seumur hidup dan sebanyak 45% akan mengalami dua kali atau lebih, sedangkan wanita Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25%. Wanita yang mengalami penyakit keputihan disebabkan karena suhu Indonesia yang lembab sehingga mudah terinfeksi jamur (*candida albicans*), parasit (cacing kremi) atau bakteri (*trikomonas vaginalis*) (Permatasari, 2017).

Menurut Sholikhah (2017) dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Triyani (2004), disebuah SMU Negeri 2 di Kebumen dari 420 siswi terdapat 259 siswi (62,9%) yang mengeluh keputihan. Keluhan mereka bervariasi diantaranya 78 siswi (30,1%) mengeluh terlalu basah dan merasa gatal pada alat kelaminnya sehingga mereka merasa khawatir, malu dan minder bila berdekatan dengan orang lain, 25 siswi (7,7%) lain mengeluh keluar cairan berwarna kuning kehijauan seperti dahak. Namun ada pula yang mengeluh keluar cairan berwarna bening dan encer pada waktu tertentu saja.

Metodologi Penelitian

Jenis penelitian *deskriptif korelasi* dengan desain *cross sectional* yaitu penelitian kelompok tunggal yang merupakan salah satu insiden atau prevalensi dari kondisi yang ditentukan.

Lokasi penelitian ini adalah di SMAS Etislandia Kec. Medan Helvetia. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang berada di kelas XII di SMAS Etislandia Kec. Medan Helvetia sebanyak 63 remaja. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *sampling jenuh* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 63 remaja.

Data yang diperlukan dalam menyusun penelitian adalah data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari pasien ketika mengisi lembar observasi pada saat penelitian dilakukan. Data sekunder adalah data yang didapat dari petugas tentang jumlah kasus keputihan yang terjadi di SMAS Etislandia Kec. Medan Helvetia.

Penilaian terhadap terjadinya gejala keputihan dilakukan dengan menggunakan kuesioner berupa angket yang telah di uji coba kevalidannya. Jumlah skor dapat diketahui dari responden yang mengalami gejala keputihan dan tidak mengalami gejala keputihan. Beberapa gejala, antara lain: keputihan berwarna putih susu, bergumpal seperti susu basi, rasa gatal dan kemerahan pada kelamin dan area disekitarnya, warna cairan keputihan yaitu

keabu-abuan, kehijauan atau kekuningan, kekentalan cairan tersebut juga berbeda-beda, mulai dari encer, berbuih, kental, hingga menggumpal seperti susu.

Teknik analisa data dalam penelitian meliputi: analisis *Univariat* dan *bivariat*. Analisa *bivariat* adalah untuk mengetahui manfaat variabel independen terhadap variabel dependen yang menggunakan uji *chi square* (χ^2) dengan $\alpha \geq 0,05$ atau *confidence level* 95% dengan kriteria $\chi^2_{hit} > \chi^2_{tab}$ berarti H_0 ditolak dan H_a diterima dan jika $\chi^2_{hit} < \chi^2_{tab}$ berarti H_0 diterima dan H_a ditolak.

Hasil Penelitian

Tabel 1 dibawah ini dapat dilihat bahwa dari 63 remaja putri terdapat 7 remaja putri memiliki *Personal Hygiene* yang baik, dengan presentase (11,1%), remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* cukup sebanyak 6 remaja putri dengan presentase (9,5%), dan remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* kurang sebanyak 50 remaja putri dengan presentase (79,4%). Jadi, Mayoritas remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* yang kurang sebanyak 50 orang (79,4%), minoritas remaja putri memiliki pengetahuan baik sebanyak 7 orang (11,1%). Remaja putri yang mengalami keputihan sebanyak 43 orang (68,3%) dan

remaja putri yang tidak mengalami keputihan sebanyak 20 orang (31,7%).

Hasil uji *chi square* antara *Personal Hygiene* dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMAS Etislandia Kec. Medan Helvetia Tahun 2019 dengan derajat kemaknaan (α) = 0,05 dan $df = 2$ diperoleh hasil perhitungan yaitu $X^2_{hitung} 6,041 > X^2_{tabel} 5,99$ dan nilai p value = 0,049, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulannya ada manfaat yang sangat signifikan (kuat) antara *Personal Hygiene* dengan kejadian keputihan. Hasil tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Manfaat *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan

Variable	Kejadian Keputihan				Total	df	X^2_{hitung}	X^2_{tabel}	p value
	Menurun	Tidak Turun							
	n	%	n	%	n	%			
Baik	5	71,4	2	28,6	7	100	16,7	16,7	0,049
Cukup	1	16,7	5	83,3	6	100	83,3	83,3	0,049
Kurang	14	28,0	36	72,0	50	100	72,0	72,0	0,049

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat ada 7 remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* yang baik, dari 7 remaja putri tersebut terdapat 5 atau (71,4%) remaja putri yang tidak terkena keputihan dan 2 remaja putri yang terkena keputihan. Seharusnya pasien yang memiliki *Personal Hygien* baik tidak terkena keputihan, namun hal ini dapat diakibat oleh luka misalnya tusukan, benturan, tekanan atau

iritasi yang berlangsung lama, dapat juga disebabkan oleh faktor stress sehingga daya tahan tubuh melemah sehingga memicu hormon meningkat, kemudian disebabkan oleh alergi pada benda-benda yang dimasukkan sengaja atau tidak sengaja ke dalam vagina misalnya, rambut kemaluan, benang dari selimut, celana dan lainnya. dan remaja putri yang tinggal dilingkungan atau sanitasi lingkungan yang tidak bersih.

Hasil penelitian terhadap responden dengan *Personal Hygiene* yang cukup menjelaskan bahwa remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* cukup sebanyak 6 remaja putri, dari 6 remaja putri tersebut terdapat 5 atau (83,3%) remaja putri yang terkena keputihan dan 1 atau (16,7%) yang tidak terkena keputihan. Remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* kurang sebanyak 50 remaja putri, dari 50 remaja putri tersebut terdapat remaja putri yang terkena keputihan sebanyak 36 atau (72,0%) dan 14 atau (28,0%) remaja putri yang tidak terkena keputihan, hal ini menunjukkan bahwa kurangnya perhatian remaja putri terhadap kebersihan diri sendiri, terutama pada daerah *genetalia* sehingga akan hal tersebut akan sangat merugikan bagi remaja putri dan akan sangat berdampak

bagi kesehatan terutama pada daerah *genitalia* remaja putri.

Pembahasan

Pada remaja putri yang telah mengalami keputihan jangan terlalu sering melakukan *douche* (membilas) vagina dengan larutan antiseptik dapat merugikan, karena akan menghilangkan cairan vagina yang normal dan dapat mematikan bakteri alamiah didalam vagina. Demikian juga dalam melakukan bilas vagina, pada dasarnya vagina memiliki mekanisme alamiah untuk membersihkan sendiri melalui cairan yang diproduksinya dalam jumlah kecil setiap hari. Dalam keadaan normal vagina mempunyai bau yang khas, tetapi bila kita kurang menjaga kebersihan vagina dan bila ada infeksi dapat menimbulkan bau yang mengganggu. Untuk itu dianjurkan hanya mencuci alat kelamin bagian luar cukup dengan air bersih dan sabun mandi lunak yang biasa. (Pribakti, 2017)

Menurut Prayitno, (2017), kebersihan, dan suasana pH vagina ikut mempengaruhi munculnya gejala keputihan. Keputihan sebenarnya tidak perlu diobati. Namun jika dirasai mulai mengganggu, seperti munculnya rasa gatal dan nyeri, sebaiknya keputihan harus benar-benar diwaspadai dan tidak

boleh dianggap remeh. Sebab, gangguan ini dapat menimbulkan kemandulan dan kanker. Kalau keputihan sudah diobati namun tak kunjung sembuh, maka perlu dipikirkan ada kemungkinan lain mungkin ada penyakit atau gangguan seperti infeksi pada vagina, bibir vagina, atau saluran telur.

Menurut Wijayanti (2018), peran remaja putri dalam pencegahan keputihan tidak boleh diabaikan. Jika remaja putri mengetahui prosedur dalam menjaga kebersihan vagina, maka bila ingin terhindar dari keputihan yang abnormal sebaiknya menjaga kebersihan daerah *sensitive* tersebut. Kebersihan organewanitaan hendaknya sejak bangun tidur dan mandi pagi.

Semakin baik *Personal Hygiene* pada remaja putri maka kejadian keputihan akan semakin rendah. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian mayoritas remaja putri memiliki *Personal Hygiene* yang cukup sebanyak 7 (14%) remaja putri dengan kejadian keputihan sebanyak 43 remaja putri (86%) Sedangkan remaja putri yang memiliki *Personal Hygiene* yang baik 7 remaja putri terdapat 5 atau (71,4%) yang tidak terkena keputihan dan 2 (28,6%) remaja putri yang terkena keputihan. Remaja

putri yang mempunyai *Personal Hygiene* yang kurang sebanyak 5 (83,3%) remaja putri terkena keputihan, dan yang tidak mengalami keputihan tidak normal sebanyak 20 remaja putri (31,7%). Remaja putri dengan *Personal Hygiene* cukup menunjukkan kejadian keputihan yang rendah, apalagi dengan *Personal Hygiene* yang tinggi. Jika remaja putri mengetahui tentang bagaimana seharusnya menjaga *Personal Hygiene*, serta menjaga agar organewanitaan selalu dalam keadaan bersih dan tidak lembab dengan cara membersihkan atau mengeringkan organewanitaan setelah melakukan buang air kecil atau BAB, kemudian tidak terlalu sering membilas atau mencuci vagina dengan menggunakan antiseptik, sehingga menyebabkan bakteri *lactobacillus* (bakteri baik) pada vagina tidak mampu untuk mencegah masuknya bakteri jahat kedalam vagina, maka resiko terjadinya keputihan akan menurun.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan didapatkan bahwa ada manfaat antara *Personal Hygiene* remaja putri dengan kejadian keputihan dengan derajat kemaknaan (α) = 0,05 dan df = 2 diperoleh hasil perhitungan yaitu X^2_{hitung}

6,041 > X^2_{tabel} 5,99 dan nilai p value = 0,049, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan pada peneliti selanjutnya untuk membahas beberapa faktor yang dapat mencegah kejadian keputihan pada remaja putri.

Referensi

- Arikunto, S. (2017). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineaka Cipta
- Bahari,H. (2017). *Cara Mudah Atasi Keputihan*. Jogjakarta : Buku Biru.
- Isro'in, L. & Andarmoyo, S. (2017). *Personal Hygiene: Konsep Proses dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Permatasari, M. W. Mulyono, B. & Istiana, S. (2017). Jurnal unimus: *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Higiene dengan Tindakan Pencegahan Keputihan di SMA Negri 9 Semarang Tahun 2018*. Diakses dari: http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/article/view/823, Diakses tanggal 24 april 2018

Prayitno, S. (2018). *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Jogjakarta: Saufa.

Pribakti, B. (2017). *Tips dan Trik Merawat Organ Intim : Panduan Praktis Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Sagung Seto.

Sarasvati, T. (2017). *Cara Holistik & Praktis Atasi Gangguan Khas pada Kesehatan Wanita*. Jakarta: PT. Batu Bara Ilmu Populer

Sari, R. P. (2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat: Hubungan Pengetahuan dan Prilaku remaja Putri dengan Kejadian Keputihan di Kelas XII SMA Negeri 1 Seunuddon Kabupaten Aceh Utara Tahun*

2017. Diakses dari: http://www.ejournal.uui.ac.id/jurnal/RITA_PURNAMA_SARI-ygo-jurnal..pdf ,_Diakses tanggal 24 april 2018.

Solikhah, R. , Marsito, & Nurlaila. ,(2017). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 6, No 2: Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Keputihan dengan Perilaku Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri di Desa Bandung Kecamatan Kebumen Kabupaten Kebumen*. Diakses dari: <http://ejournal.stikesmuhgombong.ac.id/index.php/JIKK/article/view/37>, diakses tanggal 24 april 2018.