

## **HUBUNGAN PERSONAL *HYGIENE* DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI SMK YPE CILACAP**

**Beby Yohana<sup>1\*</sup>, Wiji Oktanasari<sup>2</sup>**  
STIKes Bina Cipta Husada Purwokerto  
Email\*: [yohana.beby@yahoo.com](mailto:yohana.beby@yahoo.com)

### **ABSTRAK**

WHO mengatakan 5 % remaja atau satu dari 20 remaja di dunia terjangkit Infeksi Menular Seksual (IMS) setiap tahunnya. Keputihan lebih banyak terjadi pada remaja dan perempuan yang belum menikah. Penelitian di India menunjukkan prevalensi tinggi keputihan 95% di antara siswa remaja perempuan. Di Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi mengalami keputihan karena negara Indonesia adalah daerah yang beriklim tropis, sehingga jamur mudah berkembang yang mengakibatkan banyaknya kasus keputihan. Penyebab utama keputihan ialah infeksi (jamur, kuman dan parasit). Kurangnya personal hygiene merupakan salah satu faktor penyebab kejadian keputihan pada remaja. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK YPE Cilacap. Jenis Penelitian survie dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI yang pernah mengalami keputihan sebanyak 47 responden yang diambil dengan teknik *random sampling*. Tabulasi silang hubungan antara variable bebas dan terikat dengan uji statistik *chi-square*. Analisis *chi-square* hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK YPE Cilacap.diperoleh nilai signifikansi  $p = 0,034 < 0,05$ . Terdapat hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK YPE Cilacap.

**Kata Kunci:** Personal hygiene, Keputihan, remaja

### **ABSTRACT**

WHO says 5% of adolescents or one in 20 adolescents in the world are infected with Sexually Transmitted Infections (STIs) every year. Vaginal discharge is more common in adolescents and unmarried women. Research in India shows a high prevalence of vaginal discharge of 95% among female adolescent students. In Indonesia, about 90% of women have the potential to experience vaginal discharge because Indonesia has a tropical climate, so it is easy for fungi to grow which results in many cases of vaginal discharge. (Abrori, 2017). The main cause of vaginal discharge is infection (fungi, germs and parasites). Lack of personal hygiene is one of the factors that cause vaginal discharge in adolescents. The purpose of this study was to decide the relationship between personal hygiene and the incidence of vaginal discharge in adolescent girls. This type of research was a survey with a cross-sectional time approach. The sample in this study was class XI students who had experienced vaginal discharge, as many as 47 respondents who were taken by random sampling technique. Cross tabulation of the relationship between independent and dependent variables with chi-square statistical test. Chi-square analysis of the relationship between personal hygiene and the incidence of vaginal discharge in adolescent girls at SMK YPE Cilacap. The significance value was  $p = 0.034 < 0.05$ . There is a relationship between personal hygiene and the incidence of vaginal discharge in adolescent girls at SMK YPE Cilacap.

**Keywords:** Personal Hygiene, Vaginal Discharge, Adolescents

## PENDAHULUAN

Penduduk remaja merupakan bagian dari penduduk dunia dan memiliki pengaruh besar bagi perkembangan dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di dunia diperkirakan berjumlah 1,2 milyar atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014). Menurut Badan Pusat Statistik (2020) remaja dapat digolongkan sebagai pemuda. Pemuda adalah berumur 16-30 tahun dan termasuk dalam kelompok usia produktif. Presentasi remaja di Indonesia usia kurang dari 15 tahun yaitu laki-laki 28,52 % dan perempuan 27,45%.

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan system, fungsi dan proses reproduksi. Kondisi Kesehatan reproduksi kesiapannya dimulai sejak

usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki. (Kemenkes, 2015). Usia remaja adalah masa transisi yang ditandai dengan berbagai *perubahan emosi*, psikis, dan fisik dengan ciri khas yang unik. Penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi dan berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Sebesar 20,92 persen remaja pernah mengalami keluhan kesehatan dalam sebulan terakhir dengan nilai angka kesakitan pemuda sebesar 8,58 persen. Angka kesakitan pada remaja mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari karena mengalami keluhan kesehatan (BPS, 2020).

Salah satu masalah kesehatan reproduksi remaja putri yang beresiko adalah keputihan. Istilah lain dari keputihan adalah *white discharge*, atau *leukore* atau *flour albus*. Keputihan yang terjadi pada remaja dapat bersifat normal dan abnormal. Keputihan yang normal adalah tidak berbau, jernih, tidak gatal dan tidak perih. Keputihan abnormal terjadi akibat infeksi dari

berbagai mikro- organisme, antara lain bakteri, jamur, dan parasit. Keputihan merupakan tanda dari adanya infeksi di dalam rongga panggul. Keputihan abnormal yang tidak tertangani dengan baik dan dialami dalam waktu yang lama akan berdampak pada terjadinya infeksi saluran reproduksi. Infeksi saluran reproduksi dapat menyebabkan infertilitas (Manuaba, 2009).

WHO mengatakan 5 % remaja atau satu dari 20 remaja di dunia terjangkit Infeksi Menular Seksual (IMS) setiap tahunnya. Keputihan lebih banyak terjadi pada remaja dan perempuan yang belum menikah. Penelitian di India menunjukkan prevalensi tinggi keputihan 95% di antara siswa remaja perempuan. Di Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi mengalami keputihan karena negara Indonesia adalah daerah yang beriklim tropis, sehingga jamur mudah berkembang yang mengakibatkan banyaknya kasus keputihan (Abrori, 2017)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Abrori (2017) mengatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan vulva hygiene, gerakan membersihkan

vagina, penggunaan pembersihkan vagina penggunaan celana dalam ketat, penggunaan toilet umum dengan kejadian keputihan patologis dengan nilai ( $P=0,036$ ;  $P= 0,025$ ,  $P=0,002$ ;  $P=0,007$ ;  $P= 0,021$ ) dan tidak ada hubungan kegemukan dengan kejadian keputihan patologis ( $P=0,587$ )

Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) adalah program pemerintah sejak tahun 2003 hingga sekarang yang dilaksanakan di Dinas Kesehatan Kabupaten Bersama Dinas Kesehatan provinsi. Manfaat PKPR adalah memberikan edukasi serta informasi kepada remaja tentang kesehatannya, pelayanan klinis medis, konseling, pendidikan ketrampilan hidup sehat dan pelatihan pendidik sebaya. Layanan Kesehatan yang tersedia dalam program PKPR salah satunya adalah konseling semua masalah Kesehatan reproduksi dan seksual. Remaja yang mengalami keputihan dapat melakukan konseling sehingga tidak menyebabkan komplikasi Kesehatan (Erna, 2020). Peran bidan dalam melakukan pencegahan keputihan pada remaja yaitu, dapat memberikan penyuluhan dan

melakukan identifikasi pencegahan keputihan, dan dapat memberikan konseling hidup sehat (*personal hygiene*) serta memberikan konseling resiko terjadinya keputihan yang tidak normal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Pendekatan waktu dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah personal hygiene, variabel terikat pada penelitian ini adalah kejadian keputihan. Populasi dalam penelitian ini adalah 90 siswi remaja putri. Besar sampel ditentukan dengan rumus *Slovin* yaitu 47 sampel. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Kriteria inklusi penelitian adalah remaja remaja putri kelas XI dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi adalah remaja yang tidak hadir saat dilakukan penelitian dan yang memiliki penyakit infeksi kelamin. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Hasil penelitian dianalisis dengan uji *Chi-Square*. Tempat penelitian adalah SMK YPE Cilacap

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1.** Hasil Analisis Univariat Distribusi Personal Hygiene pada Remaja Putri di SMK YPE Cilacap

Personal hygiene	F	%
Baik	15	31,9
Sedang	32	68,1
Rendah	0	0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil personal hygiene remaja putri SMK YPE Cilacap diperoleh hasil kategori baik sebanyak 15 responden (31,9%) dan kategori sedang sebanyak 32 responden (68,1%).

**Tabel 2.** Hasil Analisis Univariat Distribusi Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK YPE Cilacap

Keputihan	F	%
Ya	39	83,0
Tidak	8	27,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil kejadian keputihan pada remaja putri SMK YPE Cilacap sebagian besar mengalami keputihan sebanyak 39 responden (83,0%) dan tidak

mengalami keputihan sebanyak 8 responden (17,0%).

**Tabel 3.** Hasil Uji Chi-Square Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK YPE Cilacap

Personal hygiene	Keputihan				P value	R
	ya	%	tidak	%		
Baik	15	31,9	0	0	0.035	0.296
Sedang	24	51,1	8	17		
Total	39	83	8	17		

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan siswi yang mengalami keputihan dengan personal hygiene baik sebanyak 15 (31,9%) siswi, dan siswi yang mengalami keputihan dengan personal hygiene sedang sebanyak 24 (51,1%) dan yang tidak mengalami keputihan dengan personal hygiene

sedang sebanyak 8 (17,0%) siswi. Dan nilai *Chi-square p value* ( $0,034 < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara personal hygiene dengan kejadian keputihan dengan tingkat keeratan hubungan rendah R (0,296)

## PEMBAHASAN

### *Personal Hygiene*

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan hasil personal hygiene diperoleh hasil kategori baik sebanyak 15 responden (31,9%) dan kategori sedang sebanyak 32 responden (68,1%). Pada penelitian ini faktor yang mempengaruhi personal hygiene adalah kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene

terutama pada daerah kewanitaanya, Masih banyak siswi yang belum mengetahui bagaimana cara membersihkan vagina dengan baik, seperti membersihkan dari arah yang salah, tidak mencuci tangan sebelum menyentuh alat genetaliaanya, dan menggunakan sabun antiseptic dalam membersihkan alat genetaliaanya, Hal ini sejalan dengan penelitian Abrori (2017) mengatakan bahwa faktor penyebab keputihan antara lain

membasuh organ kewanitaan ke arah yang salah, menggunakan sabun pembersih vagina, penggunaan antibiotik dan kondisi stres. Membersihkan vagina dengan cara yang benar yaitu dengan cara dari depan ke belakang dengan air bersih setiap buang air dan selalu menjaga kelembaban vagina dengan cara di keringkan. Tidak menggunakan sabun dan larutan antiseptic secara berlebihan karena akan mematikan flora normal vagina dan keasaman vagina terganggu.

Personal hygiene adalah salah satu faktor yang menyebabkan keputihan, Keputihan patologis merupakan gejala awal terjadinya penyakit pada organ reproduksi. Kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan seseorang. Menjaga kesehatan vagina dimulai dari seluruh organ ekterna yang terdiri dari mons veneris, terletak di simpisis pubis; labia mayora, dua lipatan yang membentuk vulva; labia minora; dua lipatan kecil diantara labiya manora; klitoris, sebuah jaringan erektile yang serupa dengan penis laki-laki;

kemudian juga bagian yang terkait di sekitarnya seperti uretra, vagina, perineum dan anus (Oetari, 2020). Tidak mencuci tangan saat akan membersihkan vagina dapat menyebabkan kontaminasi *Candida Albicans* yang terdapat pada telapak tangan dan kuku jari ke vagina sehingga meningkatkan terjadinya keputihan (Oetari, 2020).

Selain pengetahuan siswi masih sering menggunakan pakaian dalam bersama sehingga dapat menularkan penyakit jika salah satu dari remaja tersebut terkena infeksi pada daerah kewanitaanya, saling memakai handuk bersama, selain itu remaja yang telah berpacaran juga berpotensi memiliki penularan infeksi yang mengakibatkan tidak terjaganya personal hygiene pada remaja tersebut. Menurut Widia (2020) faktor yang mempengaruhi personal hygiene dengan kejadian keputihan adalah tingkat pengetahuan, sikap dan praktik personal hygiene. Praktik personal hygiene genitalia adalah upaya untuk menjaga kebersihan genitalia dilakukan secara mandiri, berlandaskan pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki oleh

individu tersebut, jika terdapat kekeliruan dalam praktik personal hygiene maka dapat menyebabkan iritasi dan infeksi organ genitalia termasuk keputihan.

#### *Kejadian Keputihan*

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan hasil kejadian keputihan sebagian besar mengalami keputihan sebanyak 39 responden (83,0%) dan tidak mengalami keputihan sebanyak 8 responden (17,0%). Keputihan merupakan sesuatu yang normal dikalangan remaja perempuan keputihan dibagi menjadi 2 yaitu keputihan normal dan abnormal. Banyaknya remaja putri mengalami keputihan yang abnormal ditandai dengan tanda keputihan disertai dengan rasa gatal dan berbau pada area kewanitaannya.

Menurut Djuanda *et al* (2011), Faktor-faktor yang menyebabkan *flour albus* patologis antara lain benda asing dalam vagina, infeksi vaginal yang disebabkan oleh kuman, jamur, *virus*, dan parasit serta *tumor*, kanker dan keganasan alat kelamin juga dapat menyebabkan terjadinya *flour albus*.

Dewi (2013), cara untuk membedakan *flour albus* yang fisiologis dan patologis yaitu *flour albus* fisiologis pada perempuan normalnya hanya ditemukan pada daerah porsio vagina sedangkan pada *flour albus* patologis biasanya terdapat pada dinding lateral dan anterior vagina.

Kurangnya kebersihan vagina dan gangguan hormon saat pubertas pada siswi remaja dapat meningkatkan terjadinya keputihan patologis karena ketidakseimbangan ini mengakibatkan tumbuhnya jamur dan kuman-kuman yang lain. Dalam vagina terdapat berbagai macam bakteri, 95 % *Lactobacillus*, 5% patogen. Di dalam kondisi ekosistem vagina seimbang, bakteri patogen tidak mengganggu. Jika keseimbangan terganggu, misalnya jika tingkat keasaman menurun, maka pertahanan alamiah akan turun, dan akan gampang terkena infeksi.

Menurut Shadine (2009), Keputihan jika dibiarkan dan tidak segera ditangan akan menyebabkan beberapa dampak antara lain infeksi alat genital, vaginitis, serviksitis, penyakit radang panggul, infertilitas, dan gangguan psikologis. Upaya pencegahan

keputihan yaitu berupa selalu menjaga kebersihan, membersihkan vagina dengan benar, menjaga kelembaban, sabun dan larutan antiseptik seperlunya dan menjaga kebersihan lingkungan.

Umi (2020) mengatakan bahwa faktor perilaku dapat meningkatkan keputihan. Penggunaan sabun sirih yang dijual bebas untuk membersihkan vagina secara berlebihan dapat menyebabkan microflora normal pada vagina terbunuh dan menimbulkan iritasi pada vagina. Iritasi pada vagina menyebabkan mudah terjadinya infeksi oleh kuman, bakteri, jamur dan virus penyebab keputihan abnormal.

#### *Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan*

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan siswi yang mengalami keputihan dengan personal hygiene baik sebanyak 15 (31,9%) siswi, dan siswi yang mengalami keputihan dengan personal hygiene sedang sebanyak 24 (51,1%). Dan nilai *Chi-square p value* ( $0,034 < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara personal hygiene dengan kejadian

keputihan dengan tingkat keeratan hubungan rendah R (0,296).

Praktik personal hygiene seharusnya dilakukan dengan baik untuk menjaga organewanitaan agar tetap kering dan bersih apabila perawatan vagina tidak dilakukan dengan baik, kebersihan dan kelembaban tidak terjaga akan memungkinkan berkembangnya bakteri dan jamur yang merugikan dan akan menyebabkan infeksi kelamin. Hasil penelitian Anisa (2019) mengatakan bahwa personal hygiene yang baik dapat mengurangi resiko terjadinya keputihan dengan cara membasuh vagina yang benar yaitu dari depan ke belakang

Penelitian Mukarra (2020) menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap remaja putri berpengaruh terhadap personal hygiene. Semakin baik pengetahuan dan sikap maka personal hygiene akan meningkat dan menurunkan resiko terjadinya keputihan patologis. Perilaku personal hygiene saat menstruasi yang kurang baik ditunjukkan dengan tidak mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, penggantian celana dalam, mencukur bagian rambut untuk menghindar



kelembaban vagina yang berlebihan di daerah vagina. Remaja tidak melakukan kebersihan alat reproduksinya dengan baik seperti saat mencuci vagina setelah buang air kecil (biasanya dilakukan dari arah anus ke vagina), tidak mengelap sampai kering setelah mencucinya bahkan banyak remaja yang jarang mengganti pembalut kecuali sudah merasa tidak nyaman. Kurangnya pengetahuan tentang cara mencuci vagina dan waktu penggantian pembalut menyebabkan peningkatan kejadian keputihan ada remaja. Apabila personal hygiene wanita tidak dijaga dengan baik saat menstruasi dapat menyebabkan tumbuhnya jamur atau cepat berkembangnya bakteri dapat menimbulkan beberapa masalah seperti keputihan, timbulnya gatal dan penyakit kulit lainnya. Remaja putri yang mempunyai pengetahuan kurang akan lebih cenderung mempunyai perilaku yang kurang baik dalam personal hygiene saat menstruasi dibandingkan dengan remaja putri yang mempunyai pengetahuan cukup dan pengetahuan baik.

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa ada hubungan antara personal hygiene dengan kejadian keputihan di SMK YPE Cilacap  $p=0.034$  dan  $R=0.296$ .

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abrori dkk. (2017). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Keputihan Patologis Siswi Sman 1 Simpang Hilir Kabupaten Kayong Utara. *Unnes Journal of Public Health*.
- Anisa. (2019). Bungan Perilaku Personal Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Santri Putri Pondok Pesantren An-Nawawi Purworejo Tahun 2019. *Jurnal Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*
- Avenzora dkk. STATISTIK PEMUDA INDONESIA 2020. Badan pusat statistik. 2020
- Dewi, (2013). Hubungan Pengetahuan, Dan Personal Hygiene Remaja Putri Dengan Kejadian Flour Albus (Keputihan) Di Gampong Paloh Naleueng Kecamatan Titeu Kabupaten. STIKES U'Budiyah Banda Aceh
- Erna. (2020). Pedoman Pelayanan Kesehatan Anak Usia Sekolah dan Remaja di Masa Pandemi COVID-19. Direktorat Kesehatan Keluarga Direktorat

Jenderal Kesehatan Masyarakat  
Kementerian Kesehatan RI

*Jurnal Majalah Kedokteran UKI*  
2020 Vol XXXVI No.2

Kementerian kesehatan RI.  
INFODATIN Pusat Data dan  
Informasi Kemeterian Kesehatan  
RI Situasi Kesehatan Remaja.  
2015.

Wiknjosastro H. Ilmu Kandungan.  
Jakarta: Yayasan Bina Pustaka  
Sarwono Prawiro- hardjo; 2007.

Manuaba I.A.C., Manuaba IBG,  
Manuaba IB. Memahami  
Kesehatan Reproduksi Wanita.  
2nd ed. Jakarta: EGC; 2009.

Mukarammah. (2020). Hubungan  
Pengetahuan Dan Sikap Remaja  
Putri Terhadap Perilaku Personal  
Hygienesaatmenstruasi. *Jurnal  
Kesehatan Luwu Raya volume 7*

Oetari (2020) Oetari, Nur  
Endah (2020) *Personal Hygiene  
dan Keberadaan Candida  
Albicans dengan Gejala  
Keputihan Pada Remaja  
Putri*. Skripsi thesis, Universitas  
Islam Negeri Sumatera Utara.

Shadine, M. (2012). *Pencegahan ,  
Deteksi Dini Dan Pengobatan  
Penyakit Wanita*. Yogyakarta :  
Citra Pustaka

Umi dkk. (2020). Faktor perilaku  
meningkatkan resiko keputihan.  
*Jurnal Universitas  
Muhammadiyah Semarang  
Volume 9*

Widia dkk. (2020). Hubungan Antara  
Pengetahuan, Sikap dan Praktik  
Personal Hygiene Organ  
Genitalia Eksterna Terhadap  
Kejadian Keputihan Patologi.