

HUBUNGAN *PERSONAL HYGIENE* DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI KELAS 2 DI SMKN 3 KOTA PROBOLINGGO

Michell Sabna Maghfiroh¹, Iit Ermawati², Nova Hikmawati³

^{1,2,3}Universitas Hafshawaty

Fakultas Kesehatan Program Studi S1 Kebidanan

*e-mail:mechhell@gmail.com

Abstrak

Salah satu masalah kesehatan reproduksi paling serius pada wanita adalah keputihan akibat *personal hygiene* yang tidak benar. Dikalangan remaja putri seringkali menganggap keputihan merupakan hal yang sepele dan tidak ditangani dengan serius sehingga *personal hygiene* remaja putri masih kurang. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan *personal hygiene* dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMKN 3 kota probolinggo.

Jenis penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan metode pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMKN 3 sebanyak 50 responden, dengan sampel sebanyak 50 responden. Teknik sampling menggunakan Total Sampling. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi, dianalisa menggunakan uji Chi-Square.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 21 responden (42%) *personal hygiene* cukup, 29 responden (58%) *personal hygiene* kurang. Kemudian 25 responden (50%) mengalami keputihan, dan 25 responden (50%) tidak mengalami keputihan. Pada penelitian ini Ha diterima dengan hasil *p-value* 0.001 ($\alpha < 0,05$).

Terdapat hubungan antara *personal hygiene* terhadap kejadian keputihan pada remaja putri di SMKN 3 Kota Probolinggo. Perlu adanya penyuluhan tentang cara melakukan *personal hygiene* yang baik sehingga dapat mencegah terjadinya keputihan yang akan menimbulkan dampak negative.

Kata kunci : Remaja Putri, *Personal Hygiene*, Keputihan

1. PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan reproduksi paling serius pada wanita adalah keputihan akibat *personal hygiene* yang tidak benar, yaitu sebesar 33% (Nurhidayati & ., 2020). Keputihan masih menjadi masalah yang meresahkan sebagian besar wanita. Di Indonesia masih banyak wanita yang belum mengetahui apa itu keputihan dan penyebabnya (Dhaded, 2019). Karena banyaknya jumlah remaja, maka pembangunan negara menjadi perhatian penting. Hal ini mencakup peningkatan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi bagi generasi muda dan, khususnya, peningkatan pengetahuan tentang menjaga kebersihan diri. Memelihara kebersihan diri remaja putri dengan tujuan menjaga kebersihan dan kesehatan diri agar remaja putri dapat meningkatkan derajat kesehatannya dengan mengoptimalkan kesejahteraan fisik dan psikisnya (Fadilasani et al., 2023).

Data WHO menunjukkan bahwa 33% perempuan yang menderita masalah kesehatan reproduksi menderita infeksi saluran reproduksi karena *personal hygiene* yang buruk. Remaja merupakan kelompok dengan kejadian infeksi saluran reproduksi tertinggi di seluruh dunia, berkisar antara 35% hingga 42%. Di Indonesia, 75% wanita mengalami setidaknya satu kali keputihan yang tidak wajar, dan hingga 45% mengalami dua kali atau lebih. Di Indonesia, sebanyak 90% wanita mengalami keputihan dan 60% di antaranya adalah wanita muda 77% kasus keputihan di Jawa Timur disebabkan oleh kandidiasis (infeksi jamur pada vagina) yang terjadi pada wanita muda (Fadilasani et al., 2023). Menurut statistik Badan Pusat Statistik, 43,3 juta remaja Indonesia berusia antara 15 dan 24 tahun melakukan perilaku tidak sehat karena

kurangnya kesadaran akan *personal hygiene* (Anggrani, 2019). (Nurhidayati & ., 2020)

Menurut data statistik Jawa Timur tahun 2018, 37,4 juta jiwa, 75% remaja putri menderita keputihan. Insiden fibrosis kistik pada remaja perempuan masih tinggi karena banyak remaja perempuan saat ini percaya bahwa keputihan adalah hal yang wajar (Teenager & Flour, 2019) (Subagya et al., 2023).

Personal hygiene yang buruk dapat melemahkan keinginan Anda akan kenyamanan. Faktor pemicu lainnya antara lain menurunnya daya tahan tubuh, kegagalan menjaga kebersihan lingkungan, dan perilaku menjaga kebersihan yang tidak tepat. Penyebab jamur, bakteri, dan virus sebesar 44% disebabkan oleh buruknya kebersihan sekret vagina, 30% disebabkan oleh alergi pada produk kewanitaan, dan 26% disebabkan oleh kelainan patologis pada vulva (Fadilasani et al., 2023). Mengemukakan bahwa kasus keputihan lebih banyak terjadi pada remaja putri, karena kurangnya menjaga kebersihan area genital dengan baik dan benar, Kementerian Kesehatan RI (2019). Menyatakan bahwa keputihan merupakan masalah kesehatan reproduksi yang dialami sebagian besar remaja karena kurangnya *personal hygiene* dan informasi tentang keputihan (Putri et al., 2021)

Kesehatan reproduksi secara fisik, psikis, dan sosial sangat penting dan mempunyai dampak besar terhadap fungsi, proses dan sistem reproduksi, sehingga remaja harus bertanggung jawab terhadap pelestarian dan pemeliharaan organ reproduksinya. Menjaga kesehatan reproduksi yang baik diperlukan. Sangat penting untuk diketahui. Proporsi perempuan muda (Fadilasani et al., 2023).

Menurut Bahari, faktor penyebab keputihan bisa disebabkan oleh virus, bakteri, kuman, atau aktivitas yang intens. Faktor hormonal dan kebersihan vulva (Kufa, 2018).

Menjaga kesehatan reproduksi remaja sangatlah penting. Sebab, pembinaan kebiasaan baik menjaga kebersihan terjadi pada masa remaja yang memberikan manfaat jangka panjang dan meminimalisir gangguan kesehatan reproduksi seperti Infeksi Saluran Reproduksi dan inilah saat yang paling tepat untuk menekannya (Fadilasani et al., 2023).

Program Kesehatan reproduksi remaja sangat diperlukan di sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman, sikap, dan perilaku positif siswa tentang Kesehatan dan hak-hak reproduksi, guna meningkatkan derajat kesehatan reproduksinya dan mempersiapkan kehidupan berkeluarga dalam mendukung upaya peningkatan kualitas generasi mendatang. Selama masa ini siswa harus lebih peka lagi dengan keadaan fisiknya, yang semula kurang mendapatkan perhatian khusus dalam perawatan, maka pada saat ini membutuhkan perhatian khusus dalam perawatannya.

Solusi untuk mengatasi keputihan antara lain dengan menjaga kebersihan vulva. Sebaiknya memakai celana dalam yang terbuat dari bahan yang bagus dan dingin serta dapat menyerap keringat. *Personal hygiene* dengan kejadian keputihan antara lain membasuh vagina dari depan hingga belakang anus dan vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Kenakan celana dalam berkualitas baik yang terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat (Laily et al., 2022). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *personal hygiene* dengan

kejadian keputihan pada Remaja putri di SMKN 3 Kota Probolinggo”.

2. METODE

Desain penelitian merupakan penelitian dan teknik pengumpulan data. Kata desain dan kata penelitian mengandung arti: kerangka bentuk atau rancangan; dan motif (corak) (Depdikbud, 1990 : 200). (Herdayati et al, 2019)

Penelitian cross-sectional adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasional, atau pengumpulan data. Penelitian cross-sectional hanya mengobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variable subjek pada saat penelitian.(Notoatmojo 2010) Jadi dapat dipahami bahwa cross sectional merupakan jenis desain penelitian yang terutama digunakan untuk menentukan prevalensi, dimana prevalensi sama dengan jumlah kasus dalam suatu populasi pada titik waktu tertentu.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 5.1: Karakteristik Responden berdasarkan

Usia di SMKN 3 tahun 2024

Umur	Frekuensi (orang)	Persen (%)
16 tahun	30	60
17 tahun	20	40
Total	50	100

Table 5.2: Proporsi personal hygiene di smkn 3 tahun 2024

Personal hygiene	Frekuensi (orang)	Persen (%)
Cukup	21	42
Kurang	29	58
Total	50	100

Table 5.3: Proporsi keputihan di SMKN 3 tahun 2024

Pruritus vulvae	Frekuensi (orang)	Persen (%)
Ya Mengalami keputihan	25	50
Tidak mengalami keputihan	25	50
Total	50	100

Table 5.4: Distribusi frekuensi hubungan *personal hygiene* dan keputihan

Personal hygiene	keputihan				Total	
	Ya Mengalami		Tidak mengalami			
	Keputihan		Keputihan			
	F	%	F	%	F	%
Cukup	11	22%	10	20%	21	42%
Kurang	14	28%	15	30%	29	58%
Total	25	50%	25	50%	50	100%
<i>Pvalue</i> = 0,001						

Hasil analisa hubungan antara *personal hygiene* dengan kejadian keputihan diperoleh sebanyak 11 orang (22%) mengalami keputihan dan sebanyak 10 orang (20%) tidak mengalami pruritus vulvae. Wanita dengan kategori kurang sebanyak 14 orang (28 %) yang mengalami dan sebanyak 15 orang (30%) yang tidak mengalami keputihan. Hasil uji chi square yang dilakukan pada remaja wanita di SMKN 3 kota probolinggo diketahui bahwa besarnya nilai signifikan 0,001 dengan α 0,05. Karena nilai signifikan $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti bahwa ada hubungan *personal hygiene* pada remaja putri dengan kejadian keputihan di SMKN 3

Hubungan *Personal Hygiene* Pada Remaja Putri

Dalam penelitian yang dilakukan diperoleh hasil kategori hubungan *personal hygiene* pada remaja putri di SMKN 3 dengan kategori cukup sebanyak 21 orang (42 %). Hal ini

menunjukkan sebagian besar remaja masih belum mengerti tentang bagaimana cara perawatan *personal hygiene* saat keputihan. Salah satu perilaku yang ditekankan pada wanita saat keputihan adalah pemeliharaan kebersihan alat kelamin seperti menggunakan air bersih saat membasuh vagina, membasuh alat kelamin dari depan (vulva) ke belakang (anus), memakai celana dalam dengan bahan yang dapat menyerap keringat.

Secara teori *Personal Hygiene* adalah Upaya seseorang dalam melakukan pemeliharaan kebersihan diri yang meliputi kebersihan rambut, telinga, gigi dan mulut, kuku, kulit, dan kebersihan dalam 65% berpakaian serta meningkatkan Kesehatan yang optimal. Kesehatan perseorangan sangatlah penting guna membentuk sehat jasmani maupun Rohani baik secara perseorangan maupun Masyarakat pada umumnya.

Personal hygiene yang bisa dilakukan yaitu dengan menjaga *personal hygiene* daerah vagina. *Personal hygiene* adalah tindakan guna menjaga kebersihan dan kesehatan individu demi mencapai kesejahteraan fisik maupun psikis. Organ intim adalah bagian tubuh yang harus dijaga *personal hygienenya* dengan benar melalui menjaga vagian tetap kering dan tidak lembab karena vagina yang lembab memudahkan penularan infeksi dan perkembangbiakan mikroorganisme yang merugikan. *Personal hygiene* yang dapat dilakukan untuk perawatan genitalia yaitu : Membiasakan cuci tangan sebelum dan sesudah menyentuk vagian, Mandi teratur, Mencuci vagina dengan air hangat dan sabun secara lembut, Membilas vagina dari arah depan ke belakang, Hindari penggunaan perlengkapan mandi bersama, Memakai celana dalam dengan bahan

yang menyerap keringat dan bersih, Hindari terlalu sering menggunakan sabun pembersih vagina karena akan merusak Ph vagina, tidak boleh menggunakan deodorant atau spray, tissue, atau pengharum lain, Mencukur sebagian rambut kemaluan (Riza, et al., 2019) (Hastuty et al., 2023)

Dalam penelitian ini peneliti berasumsi bahwa sekolah dan komunitas dapat berperan penting dalam mendukung remaja putri dalam menjaga *Personal Hygiene* yang baik. Edukasi yang tepat mengenai pentingnya kebersihan diri dan langkah-langkah praktis untuk mencapainya harus menjadi bagian integral dari kurikulum dan program kesehatan di sekolah. Selain itu, menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan mendukung serta memastikan ketersediaan fasilitas kebersihan yang memadai juga merupakan faktor penting untuk mendorong remaja putri agar tetap berkomitmen pada praktik *Personal Hygiene* yang baik.

Keputihan Pada Remaja Putri

Berdasarkan dari hasil penelitian, kejadian keputihan pada remaja putri di SMKN 3 dapat diketahui bahwa dari 50 responden yang mengalami keputihan sebanyak 25 orang (50%) dan tidak mengalami keputihan sebanyak 25 orang (50%).

Secara teori, Keputihan (leucorrhoea, vaginal discharge) adalah keluarnya sekret atau cairan selain darah yang berlebihan dari liang vagina. Keputihan dapat terjadi secara normal (fisiologis) maupun abnormal atau penyakit (patologis). Keputihan yang normal tidak berwarna atau bening, tidak berbau, tidak berlebihan dan tidak menimbulkan keluhan. (Pradnyandari et al., 2019)

Pemeriksaan cairan keputihan adalah hal yang penting untuk mendeteksi gejala penyakit tertentu, pertanyaan dapat berupa kapan terjadinya keputihan, berapa jumlahnya, bagaimana jenis keputihan, dan apakah ada gejala penyertanya seperti adanya lecet didaerah alat kelamin, bersamaan dengan darah ataupun bau busuk, demam, rasa nyeri ataupun sensasi panas di daerah intim (Prabawati, 2019).

Keputihan adalah salah satu masalah kesehatan reproduksi remaja khususnya yang sering dikeluhkan oleh wanita. Masalah keputihan yang terjadi pada remaja perlu mendapatkan perhatian khusus. Jika keputihan pada saat remaja dibiarkan maka akan menimbulkan penyakit yang serius. (Hastuty et al., 2023)

Dalam penelitian ini peneliti berasumsi bahwa efek samping dan konsekuensi yang dapat timbul jika keputihan tidak diatasi dengan baik. Pengetahuan tentang gejala dan efek samping ini penting agar remaja putri dapat mengenali tanda-tanda keputihan dan mencari bantuan medis yang tepat jika dibutuhkan. Selanjutnya, kesadaran dan komitmen siswi SMKN 3 dalam menjaga kesehatan diri dan mengambil langkah-langkah preventif menunjukkan lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung.

Hubungan *personal hygiene* pada remaja putri dengan kejadian keputihan di SMKN 3 kota probolinggo

Hasil uji chi square yang dilakukan pada remaja wanita di SMKN 3 kota probolinggo diketahui bahwa besarnya nilai signifikan 0,001 dengan α 0,05. Karena nilai signifikan $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti bahwa ada hubungan *personal hygiene*

pada remaja putri dengan kejadian keputihan di SMKN 3.

Personal Hygiene adalah Upaya seseorang dalam melakukan pemeliharaan kebersihan diri yang meliputi kebersihan rambut, telinga, gigi dan mulut, kuku, kulit, dan kebersihan dalam berpakaian serta meningkatkan Kesehatan yang optimal. Kesehatan perseorangan sangatlah penting guna membentuk sehat jasmani maupun Rohani baik secara perseorangan maupun Masyarakat pada umumnya. *Personal hygiene* sebaiknya sudah di perkenalkan sejak dini untuk menghindari diri dari penyakit. Masa balita atau anak usia sekolah sangat rawan terkena penyakit sehingga sangat perlu diberikan pembekalan perilaku sehat terutama tentang *personal hygiene* sehingga perilaku sehat terbawa dari sejak dini. Anak anak usia sekolah sangat mudah untuk di berikan pembinaan tentang pola hidup sehat sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit infeksi akibat dari *personal hygiene* yang kurang baik.

Personal hygiene Personal hygiene yang bisa dilakukan yaitu dengan menjaga *personal hygiene* daerah vagina. *Personal hygiene* adalah tindakan guna menjaga kebersihan dan kesehatan individu demi mencapai kesejahteraan fisik maupun psikis. Organ intim adalah bagian tubuh yang harus dijaga *personal hygienenya* dengan benar melalui menjaga vagian tetap kering dan tidak lembab karena vagina yang lembab memudahkan penularan infeksi dan memperkembangkan mikroorganisme yang merugikan. *Personal hygiene* yang dapat dilakukan untuk perawatan genitalia yaitu : Membiasakan cuci tangan sebelum dan sesudah menyentuk vagian, Mandi teratur, Mencuci vagina dengan air hangat dan sabun secara lembut, Membilas vagina

dari arah depan ke belakang, Hindari penggunaan perlengkapan mandi bersama, Memakai celana dalam dengan bahan yang menyerap keringat dan bersih, Hindari terlalu sering menggunakan sabun pembersih vagina karena akan merusak Ph vagina, tidak boleh menggunakan deodarant atau spray, tisue, atau pengharum lain, Mencukur sebagian rambut kemaluan (Riza, et al., 2019) (Hastuty et al., 2023).

Dalam penelitian ini saya menyimpulkan bahwa penting bagi masyarakat dan para profesional kesehatan untuk memahami bahwa keputihan adalah kondisi yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Selain praktik *personal hygiene* yang baik, perawatan kesehatan yang tepat dan pencegahan infeksi serta pemahaman tentang faktor-faktor resiko lainnya juga penting dalam mengatasi masalah keputihan pada remaja putri di SMKN 3. Hal ini menegaskan bahwa untuk memahami penyebab dan pencegahan keputihan pada remaja putri, mempertimbangkan faktor-faktor lain selain *personal hygiene* yang mungkin berkontribusi pada kejadian kondisi ini.

4. KESIMPULAN

- 1) Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar hubungan *personal hygiene* pada remaja putri dengan kategori cukup yaitu sebanyak 21 orang (42%).
- 2) Hasil penelitian menunjukkan bahwa keputihan pada remaja putri di SMKN 3 ialah sebagian besar tidak mengalami keputihan yaitu sebanyak 25 orang (50%).
- 3) Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikan sebesar 0,001 maka dapat disimpulkan

bahwa terdapat hubungan Antara personal hygiene pada remaja putri dengan kejadian keputihan di SMKN 3.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- desainpenelian.* (2019).
- Fadilasani, R., Sugito, H., & Purnamasari, D. (2023). Pengetahuan Tentang Menstruasi Membentuk Sikap Positif Personal Hygiene Remaja Putri. *WOMB Midwifery Journal (WOMB Mid.J)*, 2(1), 16–22. <https://jurnal.stikesbanyuwangi.ac.id/index.php/WMJ>
- Garaika, : Dr., & Darmanah, S.E., M. (2019). *Metodologi penelitian.*
- Hastuty, Y. D., Siregar, Y., Putri, E., & Efitra, E. (2023). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPUTIHAN PADA REMAJA.* PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=YincEAAAQBAJ>
- Muftadiyah, A., Zubairi, A., & Tangerang, S. Y. (2022). The Relationship of Adolescent Female Students Knowledge About Perineal Hygiene With Vaginal Prevention Behavior (Flour Albus) At Daarul Mukhtar Islamic Boarding School. *Nusantara Hasana Journal*, 1(8), Page.
- Nurhidayati, N., & . R. (2020). Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Leukore. *Jurnal Kebidanan*, 12(01), 10. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v12i01.361>
- Pradnyandari, I. A. C., Surya, I. G. N. H. W., & Aryana, M. B. D. (2019). Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang vaginal hygiene terhadap kejadian keputihan patologis pada siswi kelas 1 di SMA Negeri 1 Denpasar periode Juli 2018. *Intisari Sains Medis*, 10(1), 88–94. <https://doi.org/10.15562/ism.v10i1.357>
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). KARAKTERISTIK PERKEMBANGAN REMAJA | Jurnal Edukasimu. *Edukasimu.Org*, 1(3), 1–9. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/49>
- putu agung, anak agung, & Yuesti, A. (2019). *Metode Penelitian Bisnis Kuantitatif Dan Kualitatif Edisi Ke-1* (Vol. 1).
- Subagya, N., Sumiatin, T., Triana Nugraheni, W., Kotijah, S., Studi, P. D., & Poltekkes Kemenkes Surabaya, K. (2023). Faktor Dominan yang Mempengaruhi Kejadian Fluor Albus pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Tuban. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 20436–20443.
- Sukmawati, A. S., Isrofah, I., Yudhawati, N. L. P. S., Suryati, S., Putra, I. K. A. D., Juwariyah, S., Kamaryati, N. P., Rosalini, W., Ismail, R., & others. (2023). *BUKU AJAR PEMENUHAN KEBUTUHAN DASAR MANUSIA.* PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=BHveEAAAQBAJ>