

# HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE DENGAN TERJADINYA KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI

**Wina Tresnawati**

Akbid La Tansa Mashiro  
Jl. Soekarno-Hatta, Pasirjati, Rangkasbitung  
tresnawatiwina@gmail.com

**Firman Rachmatullah**

Dinas Kesehatan Kabupaten Lebak  
Jl. Multatuli No. 5, Rangkas Bitung. 42311  
firman.rachmatullah@gmail.com

## Abstrak

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan *personal hygiene* dengan terjadinya keputihan pada remaja putri di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014. Penelitian ini bersifat *Kuantitatif* dengan Desain penelitian *Cross Sectional*, tempat dan waktu penelitian di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014. Populasi penelitian 181 responden diambil sampel penelitian 65 responden, teknik pengambilan sampel menggunakan Stratifikasi random sampling, teknik pengumpulan data secara primer dengan instrument kuesioner, teknik analisis data univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih banyak remaja putri yang mengalami keputihan yaitu (53,8%), masih ada remaja putri yang memiliki *personal hygiene* buruk sebanyak (44,6%). Dan terjadinya keputihan lebih banyak terjadinya pada remaja putri yang *personal hygienenya* buruk (93,1%), dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki *personal hygiene* baik (22,2%).

## Pendahuluan

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dimana terjadi perubahan fisik, mental dan psikososial yang cepat sehingga berdampak pada aspek kehidupannya (Hasmi, 2001). Masa remaja usia 10 – 19 merupakan suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut masa pubertas (Kumalasari, 2013). Pada masa ini terjadi perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan, termasuk di dalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan yang di tunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi

(Kumalasari, 2013).

Jumlah wanita di Dunia yang pernah mengalami keputihan 75%, sedangkan wanita Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25%. Di Indonesia sebanyak 75% wanita pernah mengalami keputihan minimal satu kali dalam hidupnya dan 45% diantaranya bisa mengalami keputihan sebanyak dua kali atau lebih (BKKBN, 2011).

Keputihan adalah semacam Silim yang keluar terlalu banyak, warnanya putih seperti sagu kental dan agak kekuning-kuningan. Jika Silim atau lendir ini tidak terlalu banyak, tidak menjadi persoalan (Handayani, 2008). Sedangkan menurut Indriatmi (2007) keputihan di definisikan sebagai cairan dari kelamin perempuan (vagina) yang berlebihan selain air kencing atau darah. Sifatnya bisa normal atau tidak normal.

Vagina merupakan bagian yang rentan dengan infeksi bakteri karena keadaannya yang lembab, Oleh karena itu sangatlah penting untuk selalu menjaga kebersihan bagian tubuh intim tersebut. Untuk menjaga kesehatan di butuhkan ketekunan dan ketelitian dalam perawatannya. Masalah yang paling muncul adalah keputihan, keputihan sendiri dapat merupakan yang normal terjadi bahkan, produksinya dapat meningkat jika seorang wanita sedang mengalami peningkatan jumlah hormon di saat sekitar masa menstruasi atau saat hamil, mendapatkan rangsangan seksual, mengalami stres atau kelelahan berlebihan, dan sedang menggunakan obat-obatan tertentu atau alat kontrasepsi (Dokter gaul, 2014).

Depkes RI (2008) mengemukakan keputihan sebagai gejala yang sangat sering dialami oleh sebagian besar wanita. Gangguan ini merupakan masalah kedua sesudah gangguan haid. Kebersihan dan suasa pH vagina ikut memengaruhi munculnya gejala keputihan (Prayitno, 2014). Keputihan yang terjadi tersebut cenderung disebabkan oleh masih minimnya kesadaran untuk menjaga kesehatan terutama kesehatan organ genetaliaanya (Dechacare, 2010).

Menurut Sibagariang (2010) Keputihan yang fisiologis dapat disebabkan oleh : 1). Pengaruh sisa estrogen dari plasenta terhadap uterus dan vagina janin sehingga bayi baru lahir sampai umur 10 hari mengeluarkan keputihan. 2).

Pengaruh ekstrogen yang meningkat pada saat menarche. 3). Rangsangan saat koitus sehingga menjelang persetubuhan seksual menghasilkan sekret, yang merupakan akibat adanya pelebaran pembuluh darah di vagina atau vulva, sekresi kelenjar serviks yang bertambah sehingga terjadi pengeluaran transudasi dari dinding vagina. Hal ini diperlukan untuk melancarkan persetubuhan atau koitus. 4). Adanya peningkatan produksi kelenjar-kelenjar pada mulut rahim saat masa ovulasi. 5). Mukus servik yang padat pada masa kehamilan sehingga menutup lumen serviks yang berfungsi mencegah kuman masuk ke rongga uterus.

Flour albus terbagi dua macam, yaitu flour albus fisiologis (normal) dan flour albus patologis (abnormal). 1). Flour Albus fisiologis terdiri atas cairan yang kadang-kadang berupa mukus yang mengandung banyak epitel dengan leukosit yang jarang, sedangkan flour albus patologis banyak mengandung leukosit. Alat kelamin wanita dipengaruhi oleh berbagai hormon yang dihasilkan berbagai organ yakni: hipotalamus, hipofisis, ovarium, dan adrenal. Estrogen dapat mengakibatkan maturasi epitel vagina, serviks, proliferasi troma dan kelenjar sedangkan progesterone akan mengakibatkan fungsi sekresi. Keputihan normal dapat terjadi pada masa menjelang dan sesudah menstruasi, saat terangsang, hamil, kelelahan, stress dan sedang mengkonsumsi obat-obat hormonal seperti pil KB. Keputihan ini tidak berwarna atau jernih, tidak berbau dan tidak menyebabkan rasa gatal. 2). Flour Albus Patologis merupakan cairan eksudat dan cairan ini mengandung banyak leukosit. Eksudat terjadi akibat reaksi tubuh terhadap adanya jejas (luka). Jenis ini dapat diakibatkan oleh infeksi mikroorganisme, benda asing, neoplasma jinak, lesi, prakanker, dan neoplasma ganas. Kuman penyakit yang menginfeksi vagina seperti jamur kandida albican, parasit Tricomonas, E.Coli, Staphylococcus, Treponema pallidum, Kondiloma, aquiminata dan Herpes serta luka di daerah vagina, benda asing yang tidak sengaja atau sengaja yang masuk ke vagina dan kelainan serviks. Akibatnya, timbul gejala-gejala yang sangat mengganggu, seperti berubahnya cairan yang berwarna jernih menjadi kekuningan sampai kehijauan, jumlahnya berlebihan, kental, berbau tak sedap, terasa gatal atau panas dan menimbulkan

luka di daerah mulut vagina (Asri, 2003).

Faktor penyebab keputihan menurut Suparyanto (2010) yakni jenis infeksi yang terjadi pada vagina yakni, bacterial vaginosis, trikomonas, dan kandidiasis. Bakterial vaginosis merupakan gangguan vagina yang sering terjadi ditandai dengan keputihan dan bau tak sedap. Hal ini disebabkan oleh lactobacillus menurun, bakteri patogen (penyebab infeksi) meningkat, dan pH vagina meningkat. Kebersihan daerah vagina yang jelek dapat menyebabkan timbulnya keputihan. Hal ini terjadi karena kelembaban vagina yang meningkat sehingga bakteri patogen penyebab infeksi mudah menyebar. Karena pemakaian obat-obatan khususnya antibiotik yang terlalu lama dapat menimbulkan sistem imunitas dalam tubuh. Sedangkan penggunaan KB mempengaruhi keseimbangan hormonal wanita. Biasanya pada wanita yang mengkonsumsi antibiotik timbul keputihan. Otak mempengaruhi kerja semua organ tubuh, jadi jika reseptor otak mengalami stress maka hormonal di dalam tubuh mengalami perubahan keseimbangan dan dapat menyebabkan timbulnya keputihan.

Hal ini sesuai dengan pendapat Purwastyastuti (2004) yang mengatakan bahwa wanita bisa mengalami gangguan siklus menstruasi atau keputihan yang disebabkan oleh stres. Penyebab lain keputihan adalah alergi akibat benda-benda yang dimasukkan secara sengaja atau tidak sengaja ke dalam vagina, seperti tampon, obat atau alat kontrasepsi, rambut kemaluan, benang yang berasal dari selimut, celana dan lainnya. Bisa juga karena luka seperti tusukan, benturan, tekanan atau iritasi yang berlangsung lama (Suryana, 2009).

Menurut Prayitno (2014) penyebab keputihan secara umum yaitu: 1) Penggunaan tissue yang terlalu sering untuk membersihkan organewanitaan, biasanya, hal ini dilakukan setelah buang air kecil ataupun buang air besar. 2). Mengenakan pakaian berbahan sintesis yang ketat sehingga ruang yang ada tidak memadai. Akibatnya, timbulnya iritasi pada organewanitaan. 3). Sering kali menggunakan WC yang kotor sehingga memungkinkan adanya bakteri yang dapat mengotori organewanitaan. 4). Jangan mengganti panty liner. 5). Sering kali bertukar celana dalam atau handuk dengan orang

lain sehingga kebersihannya tidak terjaga. 6). Kurangnya perhatian terhadap organewanitaan. 7). Membasuh organ kewanitaan ke arah yang salah, yaitu dari ke arah basuhan dari belakang ke depan. 8). Aktifitas fisik yang sangat melelahkan sehingga daya tahan tubuh melemah. 9). Tidak segera mengganti pembalut ketika menstruasi. 10). Pola hidup yang kurang sehat, seperti kurang olahraga, pola makan yang kurang teratur, atau kurang tidur. 11). Kondisi kejiwaan yang sedang mengalami stress berat. 12). Menggunakan sabun pembersih organ kewanitaan secara berlebihan sehingga flora doderleins yang berguna menjaga tingkat keasaman di dalam organ kewanitaan terganggu. 13). Kondisi cuaca, khususnya cuaca yang lembab di daerah tropis. 14). Sering kali mandi dan berendam di air panas atau hangat. Kondisi yang hangat justru memberikan peluang yang lebih besar bagi jamur penyebab keputihan untuk tumbuh dengan subur. 15). Tinggal di lingkungan dengan sanitasi yang kotor. 16). Kadar gula yang tinggi. Kondisi ini menyebabkan jamur penyebab keputihan tumbuh dengan subur. 17). Sering berganti-ganti pasangan ketika berhubungan seksual. 18). Kondisi hormon yang tidak seimbang. Misalnya, terjadinya peningkatan hormone ekstrogen pada masa pertengahan siklus menstruasi, saat hamil, atau mendapatkan rangsangan seksual. 19). Sering menggaruk organ kewanitaan. 20). Infeksi akibat kondom yang tertinggal di dalam organ kewanitaan secara tidak sengaja. 21). Infeksi yang disebabkan oleh benang AKDR (alat kontrasepsi dalam rahim).

Menurut Sibagariang (2010) untuk menghindari komplikasi yang serius dari keputihan, sebaiknya penatalaksanaan dilakukan sedini mungkin sekaligus untuk menyingkirkan kemungkinan adanya penyebab lain seperti kanker leher rahim yang juga memberikan gejala keputihan berupa secret encer, berwarna merah muda, coklat mengandung darah atau hitam serta berbau busuk. Penatalaksanaan keputihan tergantung dari penyebab infeksi seperti jamur, atau parasit. Umumnya diberikan obat-obatan untuk mengatasi keluhan dan menghentikan proses infeksi sesuai dengan penyebabnya. Obat- obatan yang di gunakan dalam mengatasi keputihan biasanya berasal dari golongan metronidazol untuk mengatasi infeksi bakteri dan parasit. Sediaan obat

dapat berupa sediaan oral (tablet, kapsul), topical seperti krem yang dioleskan dan vulva yang dimasukkan langsung kedalam vagina. Untuk keputihan yang ditularkan melalui hubungan seksual, terapi juga diberikan pasangan seksual dan di anjurkan tidak berhubungan seksual selama masih dalam pengobatan. Selain itu, dianjurkan untuk selalu menjaga kebersihan daerah intim sebagai tindakan pencegahan sekaligus mencegah berulangnya keputihan yaitu dengan :

- 1). Pola hidup sehat yaitu diet yang seimbang, olahraga rutin, istirahat cukup, hindari rokok dan alcohol, serta hindari stress berkepanjangan.
- 2). Selalu menjaga kebersihan daerah pribadi dengan menjaganya agar tetap kering dan tidak lembab misalnya dengan menggunakan celana dengan bahan yang menyerap keringat, hindari pemakaian celana terlalu ketat. Biasanya untuk mengganti pembalut, pantyliner pada waktunya untuk mencegah bakteri berkembang biak.
- 3). Biasakan membasuh dengan cara yang benar tiap kali buang air yaitu dari arah depan ke belakang.
- 4). Penggunaan cairan pembersih vagina sebaiknya tidak berlebihan karena dapat mematikan flora normal vagina. Jika perlu, lakukan konsultasi medis dahulu sebelum menggunakan cairan pembersih vagina.
- 5). Hindari pemakaian bedak talcum, tissue atau sabun dengan pewangi pada daerah vagina karena dapat menyebabkan iritasi.
- 6). Hindari pemakaian barang-barang yang memudahkan penularan seperti meminjam perlengkapan mandi dsb. Sedapat mungkin tidak duduk di atas kloset di WC umum atau biasakan mengelap dudukan kloset sebelum menggunakannya.

Menurut Suparyanto (2010) Untuk keputihan normal tidak perlu dilakukan terapi khusus. Yang penting, bagaimana membersihkan organ intim secara benar dan teratur. Umumnya, cukup dengan sabun khusus vagina dan air bersih serta menjaga agar pakaian dalam tetap kering dan bersih.

Menurut Potter. Perry (2005), Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis, kurang perawatan diri adalah kondisi dimana seseorang tidak mampu melakukan perawatan kebersihan untuk dirinya (dalam Tarwoto dan Wartonah 2006 ).

Menurut Pribakti (2010) seharusnya merawat organ intim tanpa kuman

dilakukan sehari-hari mulai bangun tidur dan mandi pagi. Daerah di sekitar vagina harus di bersihkan oleh sabun, sama halnya seperti bagian tubuh yang lainnya. Membersihkan organ intim wanita tidak perlu sampai kebagian dalamnya, cukup pada bagian luar permukaan bagian luar saja. Terpenting, mengeringkan daerah di sekitar vagina sebelum berpakaian. Sebab, bila lupa dikeringkan akan menyebabkan celana dalam yang dipakai menjadi basah dan lembab. Selain tidak nyaman dipakai, celana basah dan lembab berpotensi mengundang bakteri dan jamur. Pada beberapa wanita, ada yang dengan sengaja terbiasa menaburkan bedak di vagina dan daerah sekitarnya. Tujuannya agar organ intimnya menjadi harum dan kering sepanjang hari. Cara itu dianjurkan karena ada kemungkinan bedak tersebut akan mengumpul di sela-sela lipatan vagina yang sulit terjangkau tangan untuk dibersihkan. Bila dibiarkan, tumpukan bedak ini lama kelamaan akan mengundang kuman. Ini disebabkan karena struktur vagina yang memiliki banyak lipatan (rugae), sehingga dianjurkan untuk membilas dan menggosok vagina dengan cermat terutama setelah buang air kecil. Hal ini dimaksudkan untuk mencegah tertinggalnya sisa air kemih ataupun kotoran lainnya. Setelah itu, keringkan vagina dengan menggunakan tissue ataupun handuk kecil. Bila celana dalam terkena cipratan air kemih atau air bilasan, usahakan untuk segeradiganti dengan celana kering. Yang paling baik, sediakan celana ganti didalam tas kemampuan juga untuk berjaga-jaga. Celana dalam ikut menentukan kesehatan organ intim. Bahan yang paling baik dari katun, karena dapat menyerap keringat dengan sempurna. Celana dari bahan satin ataupun dari bahan sentetik lainnya, justru menyebabkan organ intim menjadi panas dan lembab. Bahan pakaian luar pun perlu diperhatikan seorang wanita. Bahan dari jeans memiliki pori-pori yang sangat rapat, sehingga memungkinkan udara untuk mengalir secara leluasa. Rok atau celana berbahan kain lebih dianjurkan, terutama bagi wanita yang sedang mengalami haid dan gemuk. Darah yang keluar saat haid menyebabkan daerah sekitar vagina menjadi lebih lembab dari pada biasanya. Untuk itu harus pula diperhatikan lebih cermat dibandingkan pada hari biasa. Idealnya, pembalut saat haid diganti setiap mandi dan selesai buang air kecil walau hal

ini prakteknya sulit dilakukan. Dianjurkan untuk mengganti pembalut 4-5 kali sehari disaat darah haid sedang banyak-banyaknya. Bila pada hari terakhir, cukup mengganti pembalut 3 kali sehari yaitu pada pagi, sore, dan malam hari. Perlu diketahui darah haid merupakan tempat yang ideal bagi pertumbuhan bakteri dan jamur penyebab keputihan dan infeksi. Kalau seharian terus menerus memakai pembalut yang sama tanpa ganti akan menimbulkan keluhan gatal disekitar vagina. Untuk itu biasakanlah membersihkan organ intim disaat haid dengan lebih cermat. Disarankan agar kaum wanita yang sedang haid memakai sabun pembersih, sehingga terbebas dari rasa gatal sepanjang hari.

Dari hasil data yang diperoleh di SMA Negeri 3 Rangkasbitung Periode 2014-2015 jumlah siswa sebanyak 238 orang terdiri dari jumlah siswi kelas X dari 6 kelas, terdiri dari siswi perempuan 90. Dan siswa sebanyak 248 orang terdiri dari jumlah siswa kelas XI dari 6 kelas siswi perempuan 91. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 03 Mei 2014 di SMA Negeri 3 Rangkasbitung, 20 orang responden, yang mengalami keputihan sebanyak 15 siswi dan 5 siswi yang tidak mengalami keputihan. 15 siswi yang mengalami keputihan menyebutkan timbul perasaan cemas, takut, kwatir dan gelisah karena takut terinfeksi pada vaginanya. Timbul kecemasan karena kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene*, sedangkan dari 5 siswi yang tidak mengalami keputihan mereka menyebutkan pernah mendapatkan informasi tentang kebersihan *personal hygiene*. Untuk itu penulis tertarik melakukan penelitian mengenai "Hubungan *Personal Hygiene* dengan Terjadinya Keputihan Pada Remaja Putri di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014"

## **Metodologi Penelitian**

Jenis penelitian ini yaitu survey analitik dengan menggunakan rancangan *cross sectional*. Pada penelitian *cross sectional* ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada



suatu saat (*point time approach*). Artinya, tiap subjek peneliti hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan. Hal ini tidak berarti bahwa semua subjek penelitian diamati pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2005).

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Secara teoritis, menurut Hatch dan Farhaday (1981) *variable* dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau objek, yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lain atau satu objek yang lain (Sulistyaningsih, 2011). Upaya memperinci suatu konsep penelitian sehingga jelas unsur- unsur yang diteliti, dalam pekerjaan penelitian disebut menetapkan *variable* penelitian (Saepudin, 2011). Terdapat dua *variable* yang akan diteliti dalam penelitian ini, yaitu : Variabel bebas (*independent variables*), yaitu kondisi munculnya *variable* terikat (Notoadmojo, 2012). Dalam penelitian ini, *variable* bebasnya adalah *personal hygiene*. Variabel terikat (*dependent variables*), yaitu *variable* yang akan terpengaruh atau berubah setelah dikenakan perlakuan atau percobaan (Notoadmojo, 2012). Dalam penelitian ini *variable* terikatnya yaitu keputihan.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek-subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi, populasi tidak hanya terbatas pada orang tetapi juga benda – benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/ subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh objek/ subjek tersebut (Sugiyono, 2004). Berdasarkan penjelasan diatas maka populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X dan XI berjumlah 181 orang. Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Hidayat, 2009). Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara *random* atau acak (Notoatmodjo, 2012). Sampel dalam penelitian

ini berdasarkan rumus Notoatmodjo (2005) adalah 65 siswi.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan lembar pertanyaan berbentuk kuesioner pada sampel kelas X dan XI, kemudian menjelaskan tentang cara pengisiannya. Responden diminta mengisi kuesioner dan diambil pada saat itu juga oleh peneliti.

Cara pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber data primer. Cara pengumpulan data primer yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan cara penelitian langsung datang kepada responden. Peneliti menunggu sampai responden selesai mengisi kuesioner, jadi jika ada responden yang kurang mengerti bisa langsung bertanya. Setelah kuesioner diisi oleh responden maka seluruh kuesioner dikumpulkan kembali kepada peneliti untuk diolah.

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2012). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner mengenai Hubungan *personal hygiene* dengan terjadinya keputihan pada remaja putri di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014. Analisis data dengan cara analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat yaitu Analisis univariate untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2012). Merupakan analisa data yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012).

## Hasil Penelitian

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Terjadinya Keputihan pada Remaja Putri**

| No | Terjadinya Keputihan | Frekuensi | Persentase % |
|----|----------------------|-----------|--------------|
| 1  | Keputihan            | 35        | 53,8 %       |
| 2  | Tidak keputihan      | 30        | 46,2 %       |
|    | Total                | 65        | 100 %        |

Berdasarkan tabel 1 menjelaskan dari 65 orang Remaja Putri SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014 yang mengalami keputihan 35 (53,8 %).

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Personal Hygiene pada Remaja putri**

| No | Personal Hygiene | Frekuensi | Persentase % |
|----|------------------|-----------|--------------|
| 1  | Buruk            | 29        | 44,6 %       |
| 2  | Baik             | 36        | 55,4 %       |
|    | Total            | 65        | 100 %        |

Berdasarkan Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 65 orang Remaja Putri SMAN 3 Rangkasbitung Personal Hygiene buruk sebanyak 29 orang (44,6 %).

**Tabel 3**  
**Hubungan *Personal Hygiene* dengan terjadinya keputihan pada remaja putri**

| Personal Hygiene | Terjadinya keputihan |       |       |       | Total |      | P Value | OR (95% CL)            |
|------------------|----------------------|-------|-------|-------|-------|------|---------|------------------------|
|                  | Ya                   |       | Tidak |       | F     | %    |         |                        |
|                  | N                    | %     | N     | %     | N     | %    |         |                        |
| Buruk            | 27                   | 93,1% | 2     | 6,9%  | 29    | 100% | 0,000   | 47,250(9,191, 242,898) |
| Baik             | 8                    | 22,2% | 28    | 77,8% | 36    | 100% |         |                        |
| Total            | 35                   | 53,8% | 30    | 46,2% | 65    | 100% |         |                        |

Berdasarkan tabel 3 menunjukan bahwa hasil Analisis Hubungan Personal Hygiene dengan terjadinya keputihan pada Remaja putri diperoleh hasil bahwa terjadinya keputihan pada remaja putri lebih banyak terjadi (93,1%) pada remaja putri yang memiliki personal hygiene buruk, dibandingkan dengan terjadinya keputihan yang memiliki personal hygiene baik (22,2%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan chi square pada  $\alpha=0,05$  didapatkan nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $p \leq 0,05$ ) yang berarti bahwa secara statistik terdapat Hubungan *Personal Hygiene* dengan Terjadinya keputihan pada Remaja putri di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014. Dan diperoleh CI 9.191-242.898 dan Odd Ratio 47,250 artinya terjadinya keputihan pada remaja putri yang personal hygienenya buruk memiliki 47 kali lebih besar dibandingkan dengan remaja putri yang personal hygienenya baik.

## Pembahasan

Keputihan atau Flour Albus merupakan cairan dari kelamin perempuan (vagina) yang berlebihan selain air kencing atau darah. Sifatnya bisa normal atau tidak normal (Indriatmi, 2007). Flour albus terbagi dua macam, yaitu flour albus fisiologis (normal) dan flour albus patologis (abnormal). Flour Albus fisiologis terdiri atas cairan yang kadang-kadang berupa mukus yang mengandung banyak epitel dengan leukosit yang jarang, sedangkan flour albus patologis banyak mengandung leukosit (Sibagariang, 2010). Faktor yang mempengaruhi keputihan seperti infeksi vagina oleh jamur, *Candida albicans* oleh hygiene yang jelek, pemakaian obat-obatan, dan stres, dan adapun penyebab keputihan karena dari personal hygienenya yang kurang diperhatikan seperti sering kali menggunakan WC yang kotor, aktivitas yang sangat melelahkan, tidak segera mengganti pembalut pada waktunya pola hidup yang kurang sehat seperti jarang olahraga, makan yang tidak dijaga, sering menggaruk organewanitaan, jika hal itu di biarkan di anggap sepele akan berdampak buruk pada kesehatan organ reproduksi dan menurunnya kualitas hidup. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri dalam Personal Hygienenya buruk yang mengalami keputihan (93.1%), dibandingkan dengan Personal hygiene baik yang tidak mengalami keputihan (77,8%) Hasil uji statistik menggunakan Chi Square pada  $\alpha=0,05$  didapatkan nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $p \leq 0,05$ ) yang berarti bahwa secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara *Personal Hygiene* dengan terjadinya keputihan pada remaja putri di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh poli kebidanan RSUD A. Yani Metro pada siswi SMU Muhammadiyah I Metro tahun 2008, yang mengatakan bahwa hasil uji statistik membuktikan terdapat Hubungan personal hygiene dengan terjadinya keputihan nilai  $p=0,033$ . (Politeknik Kesehatan Departemen Kesehatan Tanjungkarang, Diunggah tanggal 5 September 2014).

Menurut teori yang dikemukakan oleh Dr. Pribakti B, SpOG, keputihan disebabkan karena perilaku dalam merawat organ wanita yang kurang benar yaitu, cara cebok yang salah, pemakaian larutan antiseptik, penggunaan celana

ketat dan *panthyliner*. Dan menurut Astuti (2008) mengatakan bahwa salah satu faktor terjadinya keputihan adalah *hygiene* yang jelek karena terjadinya kelembaban vagina yang meningkat sehingga bakteri patogen penyebab infeksi mudah menyebar dalam organ reproduksi.

Menurut peneliti bahwa perilaku *personal hygiene* berpengaruh dengan terjadinya keputihan. Maka diharapkan para remaja putri agar menjaga kebersihan diri dan tidak menganggap bahwa terjadinya keputihan adalah hal yang sepele, karena bisa menyebabkan terganggunya sistem reproduksi sehingga kualitas hidup menurun dan memberikan efek negatif seperti infertilitas yaitu kemandulan, kanker serviks bahkan sampai kematian. Untuk mencegah terjadinya keputihan berulang maka harus selalu menjaga kebersihan diri seperti menggunakan pakaian dalam yang bersih dan tidak ketat, sering mengganti pembalut pada saat datang bulan, tidak menggunakan *panthyliner*, rajin berolahraga, begitupula dengan cara cebok yang benar dari arah depan (vagina) ke arah belakang (anus) dan menggunakan air bersih, itulah cara yang baik untuk hidup yang lebih sehat.

## **Simpulan**

Lebih dari separuh remaja putri mengalami keputihan, hampir separuh remaja putri memiliki perilaku buruk dalam Personal Hygiene. Ada hubungan personal hygiene dengan terjadinya keputihan pada remaja putri di SMAN 3 Rangkasbitung Tahun 2014.

## **Saran**

Bagi peneliti Sebagai suatu perjuangan dalam pengalaman yang baru yang diharapkan untuk menambah wawasan dan pengetahuan bagi penulis baik dalam materi maupun dalam melakukan penelitian. Dan untuk memperoleh karya tulis ilmiah jauh lebih baik.

Untuk institut lembaga sekolah yaitu hasil penelitian untuk pihak sekolah diharapkan dapat merencanakan suatu kegiatan penyuluhan kebersihan terutama pada remaja putri.

Bagi tenaga kesehatan diharapkan sebagai dokumentasi dan bahan acuan serta penambah wawasan dan pengetahuan dalam bentuk bacaan untuk peneliti selanjutnya dalam pembuatan karya tulis ilmiah.

### **Daftar Pustaka**

- Dokter gaul. Com / [http :// www. blog/tips-menjaga-daerah-kewanitaan-agar-tetap-sehat-2/4661.html](http://www.blog/tips-menjaga-daerah-kewanitaan-agar-tetap-sehat-2/4661.html) Diunggah Tanggal 20-06-2014.
- dr.suparyanto <http://.blogspot.com/2010/07/keputihan.html> Diunggah Tanggal 18-05-2014.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Intan Kumalasari, Iwan Andhyantoro,(2013). *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Malik, Saepudin. (2011). *Metodologi penelitian kesehatan masyarakat*. Jakarta : Trans Info Media.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : RinekaCipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : RinekaCipta.
- Pribakti Spog, (2010), *Tips Dan Trik Merawat Organ Intim*, Cv Sagung Seto, Jakarta.
- Sulistyaningsih. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif-Kualitatif*. Edisi I. Yogyakarta. Penerbit Graha Ilmu.
- Sunyoto Prayitno, (2014). *Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*, Saufa, Jogjakarta.
- Sibagariang Ellya Eva Et All, (2010), *Kesehatan Reproduksi Wanita*, Cv Trans Info Media, Jakarta.
- Suparyanto.[blogspot.com/2010/07/keputihan.html](http://.blogspot.com/2010/07/keputihan.html) Diunggah Tanggal 18-05-2014.