

Original Reaserch Paper

Triana Dewi¹ Raihan Risnanda ²

^{1,2}Keperawatan, Universitas Sains Cut Nyak Dhien,
Langsa, Indonesia

*Corresponding Author: Raihan Risnanda

Email: uscndraihan@gmail.com

HUBUNGAN MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI DENGAN KEPUTIHAN (*FLUOR ALBUS*) PADA SANTRIWATI DI DAYAH BUSTANUL ILMU ACEH TIMUR

Article Info:

Received : August 10, 2024

Revised : August 18, 2024

Accepted : August 30, 2024

Published : September 10, 2024

ABSTRAK

Manajemen kebersihan menstruasi yang buruk dapat berdampak pada kesehatan organ reproduksi wanita salah satunya dapat mengakibatkan terjadi keputihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan (*fluor albus*) pada Santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan rancangan *cross sectional* yang melibatkan 70 orang responden Hasil penelitian didapatkan sebanyak 37 responden mengalami keputihan patologis sebagian besar memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang kurang sebanyak 37 responden (72,5%), kemudian 14 responden (27,5%) mengalami keputihan patologis dengan kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang cukup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan p *Value* = 0,000 ($p < 0,05$). Manajemen kebersihan menstruasi yang adekuat dapat mengurangi risiko kejadian keputihan.

Kata Kunci: Manajemen Kebersihan Mesntruasi, Keputihan, Santriwati.

ABSTRACT

Poor menstrual hygiene management can have an impact on the health of female reproductive organs, one of which can lead to vaginal discharge. This study aims to determine the relationship between menstrual hygiene management and vaginal discharge (*fluor albus*) in Santriwati at Dayah Bustanul Ilmi East Aceh. This study is an analytical descriptive study with a cross sectional design involving 70 respondents. The results showed that 37 respondents experienced pathological vaginal discharge, most of them had poor menstrual hygiene management habits as many as 37 respondents (72.5%), then 14 respondents (27.5%) experienced pathological vaginal discharge with adequate menstrual hygiene management habits. The results showed that there was a relationship between menstrual hygiene management and vaginal discharge p *Value* = 0.000 ($p < 0.05$). Adequate menstrual hygiene management can reduce the risk of vaginal discharge.

Keywords: *Menstrual hygiene management, vaginal discharge, female students.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut sebagai masa pubertas yang ditandai oleh berbagai perubahan. Perubahan alamiah dalam diri remaja sering berdampak pada permasalahan yang cukup serius. Pada masa pubertas terjadi pematangan sistem reproduksi yang terdiri dari alat-alat reproduksi serta fungsinya. Remaja putri sering memiliki permasalahan yang begitu kompleks, salah satunya terkait masalah reproduksi. Masalah reproduksi yang sering dialami remaja khususnya wanita dan berkaitan dengan hormon serta fungsi reproduksi adalah keputihan (*fluor albus*) (Hana et al., 2019).

Keputihan (*fluor albus*) merupakan cara alami tubuh untuk menjaga kebersihan dan kelembapan organ reproduksi luar wanita. Keputihan berasal dari cairan vagina yang bercampur dengan bakteri dan sel mati. Pada kondisi tertentu keputihan menjadi patologi yaitu kondisi dimana cairan vagina yang keluar tersebut berwarna kekuningan atau kehijauan atau keabu-abuan, berbau tidak sedap dan amis, berjumlah banyak dan menimbulkan keluhan seperti gatal, kemerahan, edema, rasa terbakar pada daerah genitalia, dan nyeri saat berkemih (Rostianingsih et al., 2022). Gejala keputihan seperti diatas jika tidak ditangani dengan baik, maka akan menimbulkan rasa tidak nyaman seperti adanya rasa gatal, perih dan timbulnya bau disekitar kemaluan akan mengurangi rasa percaya diri pada wanita. Jika keputihan disebabkan oleh infeksi, seperti infeksi jamur atau bakteri, dan tidak diobati, maka infeksi tersebut dapat menyebar ke organ panggul lainnya, seperti rahim, indung telur, atau saluran tuba.

Menurut WHO pada tahun 2018, bahwa sekitar 75% perempuan di dunia pasti akan mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidupnya, dan sebanyak 45% akan mengalami dua kali atau lebih. Sedangkan perempuan Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25%. Angka ini lebih besar dibandingkan dengan masalah reproduksi pada laki-laki yang hanya mencapai 12,3% pada usia yang sama dengan perempuan (Handayani, 2021). Di Indonesia sekitar 90% perempuan berpotensi mengalami keputihan dan sebanyak 60% dialami oleh remaja putri karena negara Indonesia adalah daerah beriklim tropis (Melina & Ringringringulu., 2021). Kondisi tersebut membuat mikroorganisme penyebab keputihan mudah berkembang yang mengakibatkan banyaknya kasus keputihan. Gejala keputihan juga dialami oleh perempuan yang belum menikah atau remaja putri yang berumur 15-24 tahun yaitu sekitar 31,8%. Hal ini menunjukkan remaja lebih berisiko terjadi keputihan (Handayani, 2021). Berdasarkan data statistik BKKBN sebanyak 45% remaja putri berusia 15-24 tahun di Indonesia pernah mengalami keputihan.

Menurut Profil Kesehatan Indonesia 2019 yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia prevalensi keputihan pada wanita usia 15-49 tahun di Indonesia adalah 26,7%. Prevalensi tertinggi terdapat di Provinsi Papua Barat sebesar 41,8% dan prevalensi terendah terdapat di Provinsi Jawa Barat sebesar 19,8%. Sedangkan di Aceh prevalensi keputihan pada wanita usia 15-49 tahun adalah 28,4%. Prevalensi ini lebih tinggi daripada rata-rata nasional yang sebesar 26,7%. Organ reproduksi pada wanita memang jauh lebih rumit dan rentan (sensitif) akan penyakit, karena secara anatomis letak organ reproduksi perempuan berada di dalam tubuh. Selain itu, letaknya yang berdekatan dengan anus dan uretra sehingga kuman mudah masuk dan dapat menyebabkan terjadinya keputihan patologis (Rostianingsih et al., 2022). Menjaga kebersihan organ genitalia eksterna merupakan langkah pertama dalam menjaga kesehatan reproduksi. Salah satu cara yang

bisa dilakukan untuk menjaga kebersihan organ genitalia eksterna yaitu dengan melakukan manajemen kebersihan menstruasi.

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi dengan cara menjaga kebersihan area organ genitalia saat menstruasi, menggunakan pembalut yang bersih, mengganti pembalut sesering mungkin, dan membuang pembalut dengan cara yang benar (Kemenkes, 2017). Manajemen kebersihan saat menstruasi pada remaja menjadi salah satu isu kritis yang menjadi penentu status kesehatan reproduksi remaja yang akan memberikan pengaruh pada kehidupan di masa tua nantinya. Buruknya manajemen kebersihan saat menstruasi sangat berpengaruh terhadap morbiditas dari komplikasi (Ademas et al., 2020). Salah satu akibat dari tidak menjaga kebersihan organ genitalia saat menstruasi adalah terjadinya infeksi saluran reproduksi yang ditandai dengan keputihan (*fluor albus*).

Berdasarkan hasil penelitian Ademas et al (2020) tentang hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan kejadian infeksi saluran reproduksi menunjukkan bahwa manajemen kebersihan menstruasi yang tidak baik dapat menjadi penyebab terjadinya infeksi saluran reproduksi yang ditandai dengan keputihan. Penelitian yang telah dilakukan oleh Nikmah & Widyasih (2018), juga menunjukkan bahwa sebanyak 52% santri memiliki *personal hygiene habits* yang buruk dan 48% memiliki *personal hygiene habits* yang baik. Penelitian ini memaparkan bahwa sebanyak 75,5% santri mengalami keputihan (*fluor albus*) patologis dan 24,5% mengalami (*fluor albus* fisiologis). Salah satu faktor penyebab keputihan patologis adalah banyaknya bakteri-bakteri yang senantiasa berada di dalam vagina yang merupakan flora normal, kemudian berubah sifatnya menjadi bakteri-bakteri patogen disamping adanya mikroorganisme lainnya yang bersifat patogen potensial akibat kurangnya menjaga *personal hygiene habits* terutama pada organ kewanitaannya.

Hasil penelitian yang dilaporkan oleh Cahyaningtyas (2019) menjelaskan tentang hubungan vaginal hygiene dengan keputihan patologis pada santriwati yang tinggal di Pondok Pasantren. Menyatakan bahwa terdapat hubungan antara beberapa perilaku *vaginal hygiene* dengan kejadian keputihan patologis. Perilaku santriwati seperti penggunaan handuk secara bergantian dan frekuensi mengganti celana dalam yang jarang, menjadi penyebab tingginya angka keputihan patologis pada santriwati di Pondok Pasantren. Berdasarkan uraian beberapa penelitian di atas menunjukkan bahwa keputihan paling sering terjadi pada remaja yang tinggal di asrama. Hal ini disebabkan karena santriwati yang tinggal dalam lingkungan Pondok Pasantren memiliki praktik sosial yang dibentuk secara alamiah dan unik karena selama hampir 24 jam berinteraksi dengan lingkungan sosial yang sama. Selain itu, fasilitas seperti kamar mandi dengan rata-rata pengguna hampir 20 santri dan kamar tidur yang kurang memadai, tentunya lingkungan yang demikian akan mempengaruhi kebiasaan santri dalam menjaga kesehatannya terutama dalam menjaga kesehatan organ genitalia (Nikmah & Widyasih, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 17 april 2023 di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur, diperoleh informasi saat wawancara awal dengan 15 santriwati diperoleh 13 santriwati mengatakan mengalami keputihan dengan ciri- ciri berwarna kuning, gatal dan kadang-kadang berbau. Penyebaran penyakit pada santriwati yang tinggal diasrama akan sangat mudah melalui kontak fisik, peralatan pribadi seperti pemakaian handuk dan celana dalam secara bersamaan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa apabila terdapat salah

seorang santriwati yang memiliki penyakit maka penularannya akan lebih cepat menyebar ke santriwati lainnya.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif (analitik), yaitu untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko (manajemen kebersihan saat menstruasi) dengan keputihan (*fluor albus*) pada santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan 70 santriwati yang memenuhi kriteria dengan menggunakan tehnik sampling yaitu *total sampling*. Kriteria sampel yang dipilih adalah responden sudah menstruasi, aktif bersekolah, bersedia menjadi responden. Data disajikan dalam bentuk univariate dan bivariate. Uji bivariate menggunakan uji *Chi-Square* (Pearson *Chi-Square*). Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan tanggal 25 Agustus sampai 17 September 2023 di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur (n= 70)

No	Karakteristik Usia	Frekuensi	%
1	12 – 15	22	31,4
2	16 – 18	37	52,9
3	19 – 20	5	7,1
4	21 – 23	6	8,6
Jumlah		70	100%

Tabel 1 diatas menggambarkan bahwa karakteristik usia santriwati sebagai responden. Dari hasil penelitian 70 responden ditemukan bahwa mayoritas responden berusia 16 – 18 tahun sebanyak 37 responden (52,9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Manajemen Kebersihan Menstruasi Santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur

No	Manajemen	Frekuensi	%
1	Baik	19	27,1
2	Cukup	14	20,0
3	Kurang	37	52,9
Jumlah		70	100%

Pada tabel 2 diatas menunjukkan bahwa dari 70 responden sebagian besar memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang kurang sebanyak 37 responden (52,9%), sedangkan 14 responden (20,0%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang cukup, dan 19 responden (27,1%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang baik.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Manajemen Kebersihan Menstruasi pada Santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur

No	Variabel	Frekuensi
1	Mencuci tangan sebelum membersihkan kemaluan	
	Tidak mencuci tangan	48 (68,6%)
	Mencuci tangan tanpa menggunakan sabun	18 (25,7%)
	Mencuci tangan dengan menggunakan sabun	4 (5,7%)
2	Mencuci tangan sesudah membersihkan kemaluan	
	Tidak mencuci tangan	22 (31,4%)
	Mencuci tangan tanpa menggunakan sabun	33 (47,1%)
	Mencuci tangan dengan menggunakan sabun	15 (21,4%)
3	Arah membersihkan kemaluan	
	Tidak membersihkan aarea kemaluan	5 (7,1%)
	Membersihkan dengan arah anus ke vagina	49 (70,0%)
	Membersihkan dari arah vagina ke anus (depan ke belakang)	16 (22,9%)
4	Mengeringkan kemaluan setelah dibersihkan	
	Tidak mengeringkan area kemaluan	40 (57,1%)
	Mengeringkan dengan handuk	28 (40,0%)
	Mengeringkan dengan tisu	2 (2,9%)
5	Frekuensi mandi/hari saat menstruasi	
	Tidak mandi	0
	Mandi 1 kali sehari	37 (52,9%)
	Mandi >2 kali sehari	33 (47,1%)
6	Bahan pembalut yang digunakan	
	Tidak menggunakan pembalut	8 (11,4%)
	Menggunakan pembalut berbahan pewangi	20 (28,6%)
	Menggunakan pembalut tanpa bahan pewangi	42 (60,0%)
7	Frekuensi mengganti pembalut selama menstruasi	
	Tidak mengganti pembalut	8 (11,4%)
	Kurang dari 3 kali sehari	38 (54,3%)
	3 kali sehari	16 (22,9%)
	Lebih dari 3 kali sehari	8 (11,4%)
8	Mencuci pembalut sebelum dibuang	
	Tidak mencuci pembalut	15 (21,4%)
	Mencuci pembalut dengan air yang terbatas	32 (45,7%)
	Mencuci pembalut dengan air yang banyak	23 (32,9%)
9	Membungkus pembalut sebelum dibuang	
	Tidak membungkus pembalut bekas	50 (71,4%)
	Membungkus pembalut bekas menggunakan kertas	1 (1,4%)
	Membungkus pembalut bekas menggunakan plastic	19 (27,1%)
10	Membuang pembalut setelah digunakan	
	Tidak membuang pembalut sama sekali	9 (12,9%)
	Membuang pembalut bekas tetapi tidak langsung tepat setelah digunakan	40 (57,1%)
	Membuang pembalut bekas tepat setelah digunakan	21 (30,0%)
11	Tempat membuang pembalut setelah digunakan	
	Tidak membuang bekas pembalut	11 (15,7%)
	Membuang pembalut bekas bukan ke tempat sampah	13 (18,6%)
	Membuang pembalut bekas ke tempat sampah	46 (65,7%)

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antara Manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan

Tabel 4. Hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur

No	Manajemen Kebersihan Menstruasi	Jenis Keputihan						P- Value
		Fisiologis		Patologis		Jumlah		
		f	%	f	%	f	%	
1	Baik	19	100,0%	0	0,0%	19	100	0,000
2	Cukup	0	0,0%	14	27,5%	14	100	
3	Kurang	0	0,0%	37	72,5%	37	100	
Jumlah		19	100%	51	100%	70	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden sebagian besar memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang kurang sebanyak 37 responden (72,5%), kemudian 14 responden (27,5%) mengalami keputihan patologis dengan kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang cukup, dan sebanyak 19 responden (100,0%) mengalami keputihan fisiologis memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang baik. Hasil uji statistik *Chi-Square (Pearson Chi-Square)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,000 ($p<0,05$) yang bermakna H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan pada santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur.

PEMBAHASAN

Manajemen Kebersihan Menstruasi

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 70 santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur didapatkan hasil sebanyak 37 santriwati memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang buruk, 14 santriwati memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang cukup, dan 19 santriwati memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih et al (2023) tentang edukasi *menstrual hygiene management* pada siswi sebagai penerapan perilaku kebersihan diri selama menstruasi. Didapatkan hasil sebanyak 23 responden (63,9%) memiliki kebiasaan *menstrual hygiene management* yang buruk, 8 responden (22,2%) memiliki kebiasaan *menstrual hygiene management* yang cukup, dan 5 responden (13,9%) kebiasaan *menstrual hygiene management* yang baik.

Perilaku manajemen kebersihan menstruasi yang paling banyak tidak dilakukan oleh mayoritas responden yaitu tidak membungkus pembalut sebelum dibuang sebanyak 50 responden (71,4%). Membungkus pembalut bekas yang telah digunakan merupakan salah satu perilaku penting yang harus dilakukan, membungkus pembalut bekas dengan menggunakan plastik dapat membantu mencegah penyebaran bau dan bakteri serta dapat membantu menjaga privasi orang lain apabila menggunakan tempat pembuangan yang sama.

Menurut Suminar et al (2022) arah membersihkan kemaluan dengan benar yaitu dimulai dari arah vagina ke arah anus atau dari arah atas kebawah. Hasil penelitian yang didapatkan

sebanyak 49 responden (70,0%) memiliki kebiasaan perilaku membersihkan organ kemaluan dari arah anus ke vagina atau dari arah bawah ke atas. Membersihkan kemaluan dari arah anus ke vagina dapat menyebabkan bakteri yang terdapat pada anus masuk kembali dan berkembang biak di dalam vagina.

Praktik manajemen kebersihan menstruasi selanjutnya yang jarang dipraktikkan oleh responden pada penelitian ini yaitu tidak mencuci tangan sebelum membersihkan kemaluan sebanyak 48 responden (68,6%) dan tidak mencuci tangan setelah membersihkan kemaluan sebanyak 22 responden (31,4%). Mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan organ kemaluan dapat menghindari penyebaran kuman atau bakteri pada sekitar organ genitalia (Ocvianty et al., 2020). Pada Sebagian besar responden mengatakan sudah mengetahui pentingnya mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan organ kemaluan, namun mereka masih menganggap perilaku tersebut menjadi perihai yang sepele dikarenakan kurang mengetahui dampak yang akan terjadi apabila tidak melakukan tindakan mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan organ kemaluan.

Kondisi yang lembap disekitar organ genitalia juga dapat memicu pertumbuhan kuman atau bakteri disekitar kemaluan, sehingga mengeringkan organ kemaluan setelah dibersihkan merupakan salah satu bagian dari perilaku manajemen kebersihan menstruasi. Pada penelitian ini didapatkan sebanyak 40 responden (57,1%) memiliki kebiasaan tidak mengeringkan kemaluan setelah dibersihkan. Hal tersebut disebabkan oleh kurangnya sarana dan prasarana yang tersedia dilingkungan sekitar mereka. Seperti tidak tersedianya tisu dan enggan untuk menyiapkan handuk kecil yang hanya digunakan untuk mengeringkan kemaluan setelah dibersihkan.

Pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4-5 kali atau setiap setelah mandi, buang air kecil dan buang air besar. Apabila permukaan pembalut telah ada gumpalan darah, segera ganti pembalut, karena gumpalan darah tersebut merupakan tempat yang sangat baik untuk perkembangan jamur (Floriana., 2019). Pada penelitian ini didapatkan hasil sebanyak 38 responden (54,3%) memiliki kebiasaan mengganti pembalut kurang dari tiga kali dalam sehari. Menurut Ocvianty et al (2020) pembalut harus diganti secara regular maksimal setiap 4 jam, walaupun darah yang keluar hanya sedikit. Jika pembalut dibiarkan tidak diganti selama lebih dari 6 jam maka akan menyebabkan berkembangbiakan bakteri pada vagina dan dapat mengganggu flora normal vagina sehingga dapat mempengaruhi perubahan pH vagina yang dapat menyebabkan terjadinya infeksi pada saluran reproduksi. Darah yang keluar ketika menstruasi mengandung bakteri yang dapat berduplikasi dalam waktu 30 menit, sehingga dalam waktu 1-2 jam jumlah bakteri akan menjadi sangat banyak.

Menurut Laska (2022) pengetahuan seseorang berhubungan dengan perilaku atau praktiknya disebabkan oleh pengetahuan yang baik akan kebersihan selama menstruasi maka akan merubah sikap responden dan mempengaruhi praktik kebersihan menstruasinya. Pengetahuan baik akan mendorong perilaku yang baik sedangkan pengetahuan yang kurang akan mengakibatkan perilaku atau praktik yang tidak tepat.

Jadwal kegiatan santriwati yang terus beriringan menyebabkan para santriwati sering menunda untuk melakukan perilaku manajemen kebersihan menstruasi seperti frekuensi mengganti pembalut yang kurang dari tiga kali sehari dan frekuensi mandi yang jarang. Keberadaan sarana dan prasarana berupa fasilitas kesehatan dan fasilitas lainnya yang mendukung perilaku manajemen kebersihan menstruasi juga menjadi salah satu faktor yang akan mempengaruhi perilaku responden dalam melakukan perilaku manajemen kebersihan saat menstruasi. Keberadaan sarana dan prasarana yang memadai akan memudahkan

responden untuk mendapatkan hal-hal yang mendukung perilaku manajemen kebersihan menstruasi, seperti tisu, handuk yang menyerap, pembalut wanita, air yang bersih untuk mandi dan membersihkan vagina dan lain sebagainya. Oleh karena itu salah satu faktor kurangnya perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada santriwati yang tinggal di asrama disebabkan oleh kurangnya sarana dan prasarana yang mendukung perilaku manajemen kebersihan menstruasi.

Keputihan

Berdasarkan data primer yang didapatkan dari hasil penelitian menggambarkan bahwa sebanyak 51 responden (72,9%) mengalami keputihan patologis dan sebanyak 19 responden (27,1%) mengalami keputihan fisiologis. Sebagian besar responden mengalami keputihan patologis hal ini dikarenakan sebagian besar dari mereka tidak memperhatikan kesehatan organ reproduksinya, salah satunya yaitu perilaku manajemen kebersihan menstruasi yang kurang baik. Sebagian besar responden pada penelitian ini mengalami gejala keputihan patologis seperti gatal disekitar kemaluan sebanyak 42 responden (60,0%), keputihan berbau sebanyak 30 responden (42,9%), mengalami keputihan setiap hari sebanyak 20 responden (28,6%), dan mengalami nyeri disekitar kemaluan sebanyak 3 responden (4,3%).

Salah satu faktor penyebab terjadinya keputihan patologis adalah banyaknya bakteri-bakteri yang senantiasa berkembangbiak dalam vagina yang merupakan flora normal, namun berubah sifatnya menjadi bakteri-bakteri patogen karena adanya mikroorganisme lain yang bersifat patogen. Kondisi pondok yang kotor merupakan sumber bakteri maupun jamur patogen yang dapat memungkinkan bakteri dan mikroorganisme lainnya yang bersifat patogen potensial masuk ke dalam vagina akibat kontak langsung dengan lingkungan tersebut (Nikmah, 2018). Dalam penelitian ini sebagian besar responden mengalami keputihan patologis. Umi (2018) menyatakan bahwa sekitar 90% remaja putri di Indonesia mengalami keputihan karena Indonesia merupakan daerah yang beriklim tropis sehingga jamur, virus dan bakteri mudah tumbuh dan berkembang biak yang akan mengakibatkan banyaknya kasus keputihan patologis pada remaja putri di Indonesia. Hal tersebut juga berlaku pada penelitian ini.

Kondisi lingkungan santriwati yang tinggal diasrama dalam sebuah ruangan yang diisi oleh beberapa orang dan memiliki aktivitas secara bersamaan selama 24 jam. Kemudian tata letak kamar tidur yang diisi oleh tempat tidur serta lemari pakaian para santriwati yang kurang tertata, seperti banyaknya baju yang tergantung, alat makan dan alat mandi yang kurang tertata dalam sebuah ruangan yang tidak terbilang besar. Hal tersebut akan mempengaruhi kondisi kebersihan lingkungan sekitar santriwati. Lingkungan yang lembap dan kotor akan mudah memicu berkembangbiaknya bakteri atau virus patogen yang akan menjadi salah satu penyebab terjadinya keputihan.

Jadwal kegiatan para santriwati dimulai dari jam 6 pagi setelah subuh, kemudian istirahat pada jam 8 pagi hingga jam 9 pagi. Setelah itu kegiatan dilanjutkan kembali pada jam 9 hingga jam 12 siang. Pada jam 12.30 mereka kembali melanjutkan aktifitas sebelum melakukan shalat zuhur berjamaah, setelah itu kembali melanjutkan kegiatan belajar hingga jam 15.00 WIB. Ketika masuk waktu ashar mereka kembali berkumpul untuk melakukan shalat berjamaah. Dan diberikan kesempatan untuk istirahat setelah ashar. Ketika masuk waktu maghrib mereka kembali melanjutkan aktifitas shalat berjamaah dan diikuti dengan kegiatan belajar malam hingga jam 22.00 WIB. Padatnya kegiatan para santriwati menyebabkan mereka kelelahan.

Sholihah (2020) telah melakukan penelitian tentang hubungan pola aktifitas dan kecemasan dengan kejadian keputihan pada remaja, dan didapatkan hasil bahwa ada hubungan pola aktifitas dengan kejadian keputihan pada remaja, tabulasi silang menyatakan bahwa paling banyak responden dengan aktifitas berat dan mengalami kejadian keputihan sebanyak 20 responden (34%).

Kelelahan fisik dapat menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya keputihan. Kelelahan fisik menyebabkan meningkatnya pengeluaran energi yang akan menekan sekresi hormon esterogen. Menurunnya sekresi hormon esterogen menyebabkan penurunan kadar glikogen. Glikogen digunakan oleh *Lactobacillus doderlein* untuk metabolisme. Sisa dari metabolisme ini adalah asam laktat yang digunakan untuk menjaga keasaman vagina. Jika asam laktat yang dihasilkan sedikit maka bakteri, jamur dan parasit akan mudah berkembang (Setyarini et al., 2023). Oleh karena itu padatnya jadwal kegiatan santriwati yang menyebabkan kelelahan juga menjadi salah satu penyebab mereka mengalami keputihan

Hubungan Manajemen Kebersihan Menstruasi dengan Keputihan pada Santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan pada santriwati di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur dengan nilai $p \text{ Value} = 0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil persentase dapat dilihat bahwa dari 70 responden terdapat 37 responden (72,5%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang kurang mengalami keputihan patologis, kemudian sebanyak 14 responden (27,5%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang cukup mengalami keputihan patologis, dan sebanyak 19 responden (100,0%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang baik mengalami keputihan fisiologis.

Hasil data primer yang didapatkan bahwa sebanyak 42 responden (60,0%) yang mengalami keputihan patologis mengalami gejala gatal disekitar kemaluan dan adanya bau tidak sedap sebanyak 30 responden (42,9%). Hal tersebut dipicu oleh karena adanya perkembangbiakan bakteri patogen pada sekitar organ genetalia akibat dari tidak terjaganya kebersihan disekitar organ genetalia. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umami et al (2022) mengenai hubungan antara perilaku *genital hygiene* dan genital infeksi pada wanita. Pada penelitian ini membahas tiga subdimensi yaitu kebersihan umum, manajemen kebersihan saat menstruasi, dan kesadaran kondisi yang tidak normal pada sekitar organ genetalia wanita. Penelitian ini melaporkan sebanyak (45,1%) mengalami keputihan patologis, (34,6%) mengalami keputihan patologis disertai dengan adanya bau tidak sedap, dan (35%) responden mengalami sensasi panas pada sekitar organ genetalia. Pada pembahasan manajemen kebersihan saat menstruasi didapatkan hasil nilai $p \text{ Value} = 0,009 < 0,05$ yaitu terdapat hubungan antara manajemen kebersihan saat menstruasi dengan keputihan.

Praktik manajemen kebersihan menstruasi yang tidak higienis dapat menyebabkan kondisi sekitar vagina menjadi lembab dan kadar pH tidak normal yang dapat memicu infeksi bakteri seperti *candida*. Darah menstruasi menyebabkan perubahan pH vagina (pH basa), dan hubungan antara mikrobiologi vagina dan menstruasi sangatlah kompleks (Umami et al, 2022).

Sebanyak 38 responden (54,3%) mengganti pembalut kurang dari tiga kali sehari. Padatnya jadwal kegiatan mereka menjadi salah satu penyebab timbulnya kebiasaan untuk menunda

mengganti pembalut, sehingga mereka mengganti pembalut saat dirasa sudah penuh saja atau hanya saat mandi. Hal tersebut menyebabkan darah kotor mengendap disekitar organ genitalia. Dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa darah menstruasi terbukti mengandung jumlah bakteri tertinggi pada konsentrasi terendah (Amabebe & Anumba, 2018). Tingginya jumlah bakteri di organ genitalia dapat mengganggu ekosistem flora normal pada organ genitalia. Hal tersebut memicu terjadinya infeksi pada organ genitalia yang ditandai salah satunya dengan adanya keputihan patologis pada wanita.

Lactobacillus merupakan salah satu flora normal yang tumbuh disekitar organ genitalia. Salah satu peranan penting dari flora normal ini yaitu untuk menjaga derajat keasaman (pH) vagina agar tetap pada tahap normal. Pada tingkat keasaman yang stabil *lactobacillus* akan tumbuh subur dan bakteri patogen akan mati. Pada saat menstruasi tingkat keasaman (pH) normal vagina adalah 3,8 – 4,5. Oleh karena itu apabila kebersihan disekitar organ genitalia tidak terjaga saat menstruasi, maka bakteri patogen akan sangat mudah berkembangbiak dan akan mengganggu kerja flora normal disekitar organ genitalia, kemudian akan mempengaruhi tingkat keasaman (pH) disekitar organ genitalia, sehingga menyebabkan jamur dan bakteri berkembang disekitar organ genitalia dan akan menyebabkan adanya infeksi. Salah satu gejala yang paling sering timbul pada vagina saat mengalami infeksi yaitu keluarnya cairan keputihan yang tidak normal. Kebersihan menstruasi yang baik dapat membantu melindungi kesehatan organ genitalia dari infeksi bakteri, iritasi kulit, dan masalah kesehatan lainnya. Saat menstruasi organ sekitar genitalia sangat rentan mengalami infeksi karena darah dan keringat yang keluar menempel pada vulva sehingga dapat menyebabkan area genitalia menjadi lembap dan akan memicu pertumbuhan jamur dan bakteri patologis yang akan menyebabkan infeksi dan rasa gatal pada area tersebut.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa manajemen kebersihan menstruasi yang kurang baik akan berpotensi menyebabkan keputihan patologis, begitupun sebaliknya semakin baik kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi maka akan mengurangi potensi untuk mengalami keputihan patologis.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan uji statistik serta pembahasan maka disimpulkan bahwa Ada hubungan manajemen kebersihan menstruasi dengan keputihan di Dayah Bustanul Ilmi Aceh Timur dengan $p \text{ Value} = 0,000 < 0,05$. Sebanyak 37 responden (72,5%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang kurang mengalami keputihan patologis, kemudian sebanyak 14 responden (27,5%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang cukup mengalami keputihan patologis, dan sebanyak 19 responden (100,0%) memiliki kebiasaan manajemen kebersihan menstruasi yang baik mengalami keputihan fisiologis

DAFTAR PUSTAKA

- Ademas, A., Adane, M., Sisay, T., Kloos, H., Eneyew, B., Keleb, A., Lingerew, M., Derso, A., & Alemu, K. (2020). Does menstrual hygiene management and water, sanitation, and hygiene predict reproductive tract infections among reproductive women in urban areas in Ethiopia? *PLoS ONE*, 15(8 August 2020). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237696>
- Amabebe, E., & Anumba, D. O. C. (2018). The Vaginal Microenvironment: The Physiologic role of Lactobacilli. *Frontiers in Medicine*, 5(JUN), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fmed.2018.00181>
- Cahyaningtyas, R. (2019). A Correlation Study of Vaginal Hygiene Behaviors and the Presence of Candida sp. in Bathroom Water with Pathological Leucorrhea in Female Students of Islamic Boarding School in Surabaya. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 11(3), 215. <https://doi.org/10.20473/jkl.v11i3.2019.215-224>
- Faraditha, F.A., Nataliswati, T., Kurniasari, F., Sulastyawati. (2023). Vulva Hygiene saat Menstruasi dan Kejadia Fluor Albus pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. 14(2). <http://dx.doi.org/10.33846/sf14217>
- Floriana, Maria., (2020)., *Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi yang Tinggal di Asrama Kartini Samarinda*. Jurnal Keperawatan.
- Handayani, R. (2021). Hubungan Vulva Hygiene Dan Penggunaan KB Dengan Keputihan Pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Keperawatan Priority*, 4(1).
- Hanifah, L., Catur Setyorini, C. S., & Dewi Lieskusumastuti, A. (2021). Perilaku Perawatan Genetalia Eksterna Terhadap Kejadian Fluor Albus. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2). <https://doi.org/10.36419/jki.v12i2.502>.
- Kementrian, K. et al. (2019). 'Profil Kesehatan Reproduksi Perempuan 2019 Laska, Y., Erika F., Siti N. (2022) Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Praktik Menstrual Hygiene Management. *Jurnal Penelitian Kebidanan*. 3(1). 2022.
- Melina, F., & Ringringringulu, N. M. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Keputihan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta*.
- Nikmah, U. S., & Widyasih, H. (2018). Personal Hygiene Habits dan Kejadian Flour Albus Patologis pada Santriwati PP AL-Munawwir, Yogyakarta. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(1), 36. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3714>
- Ocviyanty., Firdiansjah., Rofiqoh., Umniyati., Husna., Thahir., Widayati., Mujib., Sajaroh., Wulanthari., Nihayah., Pencegahan, D., & Anak, P. (2020). *Manajemen Kebersihan Menstruasi*. Pimpinan Muslimat Pusat NU. UNICEF Indonesia

- Rostianingsih, D., Siregar, R., Siantar, R. L., & Septriahandini, U. (2022). Hubungan Kebersihan Organ Genitalia Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri di SMP IT Al-Hidayah Kabupaten Bekasi Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2), 195–215. <https://doi.org/10.37012/jik.v14i2.912>
- Setyarini., Eliyana., Widayati., Sugiartini., Dewianti., Lontaan A., Witari., Febriyanti., Hidayati., Siallagan D., Wulandari. (2023). *Ginekologi Untuk Kebidanan*. PT. Global Ekskutif Teknologi. 978-623-198-151-6
- Sholihah, Andri Nur., (2020). Hubungan Pola Aktivitas dan Kecemasan dengan Kejadian *Leukorea* Pada Remaja. *Jurnal Kebidanan*. 9(1). <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.23-30>
- Suminar., Sari M., Magasida D., Nurfitra. Agustiani. (2022). *Keputihan Pada Remaja*. K-Media. 978-623-174-082-3
- Umami, A., Paulik, E., Molnár, R., & Murti, B. (2022). The Relationship between Genital Hygiene Behaviors and Genital Infections among Women: A systematic review. *Journal Ners*, 17(1), 89-101. <http://dx.doi.org/10.20473/jn.v16i1.34402>
- Wilda , A., Yenita, A. (2021). Stess Berhubungan Dengan Kejadian Keputihan Pada Mahasiswi Keperawatan Semester 2. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 15(1). <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2933>
- Yaliwal, R. G., Biradar, A. M., Kori, S. S., Mudanur, S. R., Pujeri, S. U., & Shannawaz., M. (2020). Menstrual Morbidities, Menstrual Hygiene, Cultural Practices during Menstruation, and WASH Practices at Schoold in Adolescent Girl of NorthKarnata, India: A Cross Sectional Prospective Study. *Obstetrics and Gynecology International*. <https://doi.org/10.1155/2020/6238193>