

Upaya Pencegahan Keputihan Dengan Menerapkan Vaginal Hygiene Pada Wanita Usia Subur Di PMB Imelda Tae Sekadau Tahun 2024

Efforts To Prevent Vaginal Discharge By Applying Vaginal Hygiene To Women Of Childbearing Age At PMB Imelda Tae Sekadau In 2024

Hearty Efifania Ose Payon

STIKes Kapuas Raya Sintang

Article History:

Received: 10 Januari 2024

Accepted: 30 Januari 2024

Published: 28 Februari 2024

Keywords: *Vaginal Hygiene, Vaginal Hygiene, Women of Childbearing Age*

Abstract *The reproductive organs are one of the body's sensitive organs and require special care. Reproductive organ health starts with maintaining personal hygiene, including vaginal hygiene, which aims to ensure that the vagina remains clean, healthy, normal and free from disease. One of the reproductive health problems among women is vaginal discharge or known as Flour Albus (Wulan, 2019). Factors that cause vaginal discharge are physiological (normal) and pathological (abnormal) factors. Physiological factors (normal) vaginal discharge which are influenced by ovulation, before menstruation, intimate stimulation and emotions. On the other hand, pathological (abnormal) factors are caused by inflammation, germs, parasites, fungi and the Trichomonas vaginalis virus, vaginal bacteria, syphilis, candida albicans gonorrhoea (Putri et al., 2015).*

Abstrak

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif serta membutuhkan perawatan khusus. Kesehatan organ reproduksi dimulai dari melindungi kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina senantiasa bersih, sehat, normal serta bebas dari penyakit. Salah satu permasalahan kesehatan reproduksi pada kalangan perempuan ialah keputihan atau dikenal dengan istilah Flour Albus (Wulan, 2019). Faktor yang menyebabkan keputihan ialah faktor fisiologis (normal) serta patologis (tidak normal). Faktor fisiologis (normal) keputihan yang dipengaruhi oleh ovulasi, saat sebelum haid, rangsangan intim serta emosi. Sebaliknya faktor patologis (tidak normal) disebabkan oleh peradangan, kuman, parasit, jamur serta virus trikomonas vaginalis, vaginal bacterial, sifillis, kandida albicans gonorrhoea (Putri et al., 2015).

Kata kunci : Keputihan, Vaginal Hygiene, Wanita Usia Subur

PENDAHULUAN

Analisa Situasi

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif serta membutuhkan perawatan khusus. Kesehatan organ reproduksi dimulai dari melindungi kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina senantiasa bersih, sehat, normal serta bebas dari penyakit. Salah satu permasalahan kesehatan reproduksi pada kalangan perempuan ialah keputihan atau dikenal dengan istilah Flour Albus (Wulan, 2019).

Faktor yang menyebabkan keputihan ialah faktor fisiologis (normal) serta patologis (tidak normal). Faktor fisiologis (normal) keputihan yang dipengaruhi oleh ovulasi, saat sebelum haid, rangsangan intim serta emosi. Sebaliknya faktor patologis (tidak normal) disebabkan oleh peradangan, kuman, parasit, jamur serta virus trikomonas vaginalis, vaginal bacterial, sifillis, kandida albicans gonorrhoea (Putri et al., 2015).

*Hearty Efifania Ose Payon

Keputihan adalah keluarnya cairan dari vagina selain darah kewanita. Hal ini adalah keluhan umum pada wanita di dunia. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan masalah kesehatan reproduksi wanita yang buruk telah mencapai 33% dari jumlah total beban penyakit yang menyerang pada wanita diseluruh dunia salah satunya adalah keputihan dan jumlah wanita di dunia yang pernah mengalami keputihan 75%, dimana 40-50% akan mengalami kekambuhan (Ratna., 2022).

Di Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi mengalami keputihan karena negara Indonesia merupakan daerah yang beriklim tropis, sehingga jamur mudah berkembang yang mengakibatkan banyaknya kasus keputihan, sebanyak 75% wanita pernah mengalami keputihan minimal satu kali dalam hidupnya dan 45% diantaranya mengalami keputihan sebanyak dua kali atau lebih (Ratna., 2022).

World Health Organization (WHO) menyatakan hampir seluruh wanita dan remaja putri pernah mengalami keputihan 60% pada remaja putri dan 40% pada wanita usia subur (WUS). Berdasarkan prevalensi kanker serviks di Indonesia sebesar 0,8%, prediksi tertinggi di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu Kabupaten Banjar sebanyak 286 orang, yang dihitung dari jumlah wanita subur usia 15-39 tahun sebanyak 115.297 orang, usia 15-49 tahun sebanyak 154,136. UPT. Martapura 1 didapatkan 123 wanita yang dilakukan deteksi dini kanker leher Rahim. (Panghiyngani, dkk., 2018). Siswa perempuan di SMAN 2 Kabupaten Tangerang memiliki pengetahuan yang baik tentang keputihan. Lebih banyak remaja dengan pengetahuan keputihan yang baik memiliki perilaku pencegahan keputihan yang baik (73,7%), sedangkan remaja dengan pengetahuan keputihan yang buruk lebih banyak yang memiliki perilaku pencegahan keputihan yang buruk (53,6%) (Mariza. 2020).

Sebanyak 90% wanita di Indonesia mengalami keputihan dan sebanyak 60% dialami oleh remaja putri (Lusiana.,2019). Sekitar 90% Wanita di Indonesia berpotensi mengalami keputihan karena Negara Indonesia adalah daerah yang beriklim tropis, sehingga jamur mudah berkembang yang mengakibatkan banyaknya kasus keputihan. Gejala keputihan juga dialami oleh Wanita yang belum kawin atau remaja puteri yang berumur 15-24 tahunnya itu sekitar 31,8%. Hal ini, menunjukkan remaja lebih berisiko terjadi keputihan (Azizah dalam Mularsih, 2019).

Perilaku kesehatan seseorang dalam masyarakat menurut L. Green (1980) dalam Notoatmodjo dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor perilaku (behavior causes) dan faktor 3 diluar perilaku (non-behavior causes). Perilaku kesehatan itu sendiri dipengaruhi oleh 3 faktor penting yaitu, faktor pendorong (predisposing factor) adalah faktor yang mempermudah seseorang berkaitan dengan pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai dan

perilaku. Faktor pemungkin (enabling factor) adalah faktor yang memungkinkan untuk memfasilitasi perilaku atau tindakan yang berkaitan dengan sarana prasarana dan sumber informasi. Serta faktor penguat yaitu faktor yang berfungsi untuk menguatkan perilaku berkaitan dengan dukungan orang tua, peranan teman sebaya dan peran guru (Rohmatin, 2022).

Wanita usia subur merupakan wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama dan sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15 - 49 tahun, dengan status belum menikah, atau sudah menikah, yang masih berpotensi untuk mempunyai keturunan. Wanita usia subur memiliki risiko keputihan lebih tinggi dibanding remaja karena pada wanita usia subur sering terjadi PID atau pelvic inflammatory disease. Salah satu gejala dan tanda-tanda penyakit infeksi organ reproduksi wanita adalah terjadinya keputihan.

Keputihan merupakan salah satu masalah utama penyakit di negara berkembang, termasuk infeksi yang disebabkan oleh kombinasi faktor fisiologis dan patologis. Keputihan yang bersifat fisiologis yaitu keputihan yang berwarna bening, tidak berbau, serta tidak muncul rasa gatal pada area vagina pada wanita, sedangkan keputihan patologis yang di alami wanita yaitu mengeluarkan cairan dimana intensitas cairan yang dikeluarkan dari vagina banyak, berwarna keabuabuan atau putih susu maupun ke hijau-hijauan, bertekstur kental, memiliki bau yang tidak sedap, dan munculnya rasa gatal sekitar area vagina.

Dampak dari keputihan yang terlambat atau tidak diobati dapat berakibat buruk bagi kehidupan seorang wanita, seperti terjadinya radang panggul, dan salpingitis. Pencegahan terhadap keputihan yang paling utama adalah menjaga personal hygiene terutama daerah vagina. Adapun beberapa tindakan untuk mencegah keputihan diantaranya membersihkan organ intim dengan pembersih yang tidak mengganggu kestabilan Ph disekitar vagina, menghindari penggunaan bedak pada organ kewanitaan, dan bisa mengelola stress, karena stress dapat meningkatkan hormon adrenalin yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah.

Continuity of Care merupakan layanan kebidanan melalui model pelayanan berkelanjutan pada perempuan sepanjang masa kehamilan, persalinan, nifas dan keluarga berencana, yang memiliki manfaat yaitu dapat memastikan bahwa ibu menerima semua asuhannya dari satu bidan atau tim praktiknya (Astuti, dkk. 2017). Tujuan dilakukan asuhan kehamilan yang berkesinambungan adalah memantau kemajuan kehamilan untuk memastikan kesehatan ibu dan tumbuh kembang bayi, meningkatkan dan mempertahankan kesehatan fisik, mental, dan sosial ibu dan bayi, mengenal secara dini adanya ketidaknormalan atau komplikasi yang mungkin terjadi selama hamil, mempersiapkan persalinan cukup bulan,

mempersiapkan ibu agar masa nifas berjalan normal dan pemberian ASI eksklusif, mempersiapkan peran ibu dan keluarga dalam menerima kelahiran bayi agar dapat, tumbuh kembang secara optimal serta menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu dan perinatal. Dampak yang akan ditimbulkan jika tidak dilakukan asuhan kebidanan yang berkesinambungan pada ibu hamil yang memiliki keluhan keputihan di kehamilan trimester III, yaitu dapat meningkatkan resiko terjadinya infeksi saluran reproduksi yang menyebabkan ketuban pecah dini sehingga bayi lahir prematur dan kemungkinan akan mengalami asfiksia saat lahir (Saifuddin,2018).

Hasil penelitian tindakan pencegahan keputihan pada wanita usia subur di wilayah UPTD puskesmas sukawati I diperoleh hasil karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak berusia 20-35 tahun sebanyak 77 responden (81.1%), berdasarkan pendidikan 44 responden (46.3%) dengan pendidikan terakhir SMA, berdasarkan pekerjaan terbanyak bekerja sebagai wiraswasta sejumlah 35 responden (36.8%), berdasarkan lama menikah mayoritas menikah ≥ 10 tahun sejumlah 62 responden (65.3%) dan berdasarkan tindakan pencegahan keputihan terbanyak melakukan pembersihan organ intim menggunakan air bersih dengan jumlah responden 94 (98.9%) dan paling terkecil sejumlah 1 responden (1.1%) sering menggunakan bedak pada organ intim.

Wanita usia subur merupakan wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama dan sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15 - 49 tahun, dengan status belum menikah, atau sudah menikah, yang masih berpotensi untuk mempunyai keturunan. Wanita usia subur memiliki risiko keputihan lebih tinggi dibanding remaja karena pada wanita usia subur sering terjadi PID atau pelvic inflammatory disease. Salah satu gejala dan tanda-tanda penyakit infeksi organ reproduksi wanita adalah terjadinya keputihan (Andriani, dkk., 2020).

Keputihan merupakan salah satu masalah utama penyakit di negara berkembang, termasuk infeksi yang disebabkan oleh kombinasi faktor fisiologis dan patologis. Keputihan yang bersifat fisiologis yaitu keputihan yang berwarna bening, tidak berbau, serta tidak muncul rasa gatal pada area vagina pada wanita, sedangkan keputihan patologis yang di alami wanita yaitu mengeluarkan cairan dimana intensitas cairan yang dikeluarkan dari vagina banyak, berwarna keabuabuan atau putih susu maupun ke hijau-hijauan, bertekstur kental, memiliki bau yang tidak sedap, dan munculnya rasa gatal sekitar area vagina

Mengatasi dampak buruk yang dapat ditimbulkan dari keputihan pada wanita usia subur, maka diperlukan peran bidan sebagai pemberi asuhan untuk mengatasi ketidaknyamanan tersebut. Asuhan yang dilakukan yaitu dengan mengajarkan ibu

membedakan keputihan yang fisiologis dan patologis, memberikan KIE tentang perawatan organ reproduksi, yaitu mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, membersihkan bagian luar vagina setelah BAK atau BAB dengan air bersih dari arah depan ke belakang (vagina ke anus), mengganti pakaian dalam setiap kali basah serta memberitahu ibu untuk menghindari makanan-makanan yang memicu keputihan.

Perumusan Masalah

Keputihan bukanlah suatu penyakit tersendiri melainkan gejala dari suatu penyakit lain. Keputihan yang berlangsung terus menerus dan berlangsung cukup lama, serta menimbulkan keluhan perlu dilakukan pemeriksaan yang lebih lanjut untuk mengetahui penyebabnya. Keputihan yang tidak segera di obati atau ditangani akan menyebabkan komplikasi radang panggul yang berlarut-larut atau bahkan menyebabkan kemandulan karena tersumbatnya saluran telur.

Keputihan merupakan salah satu permasalahan utama penyakit di negara berkembang. Keputihan dibagi menjadi dua yaitu keputihan yang bersifat fisiologis dan patologis. Dampak yang ditimbulkan dari keputihan ada berbagai macam seperti infertile, endometris, radang panggul dan salpingitis.

Pencegahan terhadap keputihan yang paling utama adalah menjaga personal hygiene terutama daerah vagina. Adapun beberapa tindakan untuk mencegah keputihan diantaranya membersihkan organ intim dengan pembersih yang tidak mengganggu kestabilan Ph disekitar vagina, menghindari penggunaan bedak pada organ kewanitaan, dan bisa mengelola stress, karena stress dapat meningkatkan hormon adrenalin yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah.

Asuhan yang dilakukan yaitu dengan mengajarkan ibu membedakan keputihan yang fisiologis dan patologis, memberikan KIE tentang perawatan organ reproduksi, yaitu mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, membersihkan bagian luar vagina setelah BAK atau BAB dengan air bersih dari arah depan ke belakang (vagina ke anus), mengganti pakaian dalam setiap kali basah serta memberitahu ibu untuk menghindari makanan-makanan yang memicu keputihan

Tujuan Dan Manfaat

Tujuan

Memberikan informasi dengan melakukan penyuluhan kepada seluruh wanita usia subur di PMB Imelda Tae Sekadau Tahun 2024

Manfaat

Wanita usia subur mengetahui tentang pentingnya Upaya pencegahan Keputihan dengan Vaginal Hygiene pada Wanita usia subur di PMB Imelda Tea Tahun 2024.

PELAKSANA KEGIATAN

Realisasi Pemecahan Masalah

Melakukan Penyuluhan mengenai Upaya pencegahan Keputihan dengan Vaginal Hygiene pada Wanita usia subur di PMB Imelda Tea Tahun 2024.

Khalayak Sasaran

Sasaran diskusi yaitu seluruh wanita usia subur di PMB Imelda Tae Sekadau tahun 2024.

Metode Kegiatan

Penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi

HASIL KEGIATAN

Evaluasi Struktur

Wanita usia subur datang sebelum waktu yang ditetapkan untuk mempersiapkan sarana dan prasarana untuk kegiatan penyuluhan. Semua ibu datang tepat waktu dan berakhir sesuai dengan waktu yang ditentukan

Evaluasi Proses

Wanita usia subur yang hadir berjumlah 10 oran. Pelaksanaan penyuluhan kegiatan berjalan sebagaimana mestinya dan hampir sebagian besar ibu aktif melontarkan pertanyaan.

Evaluasi Hasil

Lebih dari 75% dari Ibu yang hadir mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Ini berarti ibu sudah mengerti tentang upaya pencegahan keputihan dengan vaginal hygiene di PMB Imelda Tea Sekadau Tahun 2024.

SIMPULAN

Simpulan

Dari Hasil evaluasi dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan di PMB Imelda Tae berjalan dengan baik, di lihat dari pelaksanaan dan respon para ibu.

Saran

1. Perlu peningkatan kerjasama
2. Kegiatan penyuluhan atau pemberian informasi bisa di lakukan secara berkala agar pengetahuan ibu terus bertambah

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N., & Widiawati, I. (2015). Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Keputihan Di Smk Muhammadiyah Kudus. Januari.
- Astuti, H., & Widoyo, J. (2018). Hubungan Perilaku Vagital hygiene dengan kejadian keputihan. nursing new
- Carolin BT, Novelia S. 2021. Promosi kesehatan tentang personal hygiene sebagai upaya pencegahan flour albus pada remaja puteri melalui zoominar. J Community Engagem Heal
- Dida S, Lukman S, Sukarno, Herison F, Priyatna CC, Zaidan AR.2019. Pemetaan Prilaku Penggunaan Media Informasi Kesehatan Reproduksi Di Kalangan Pelajar Di Jawa Barat. J Kel Berencana.
- Mutianingsih R, Muliani S, Supiana N, Safinatunnaja B, Munawarah Z.2022. Penyuluhan kesehatan dalam Siklus Hidup Perempuan. Penerbit NEM
- Pertiwi, Siti. 2018. Hubungan Pengetahuan dan Kebiasaan Vulva Hygiene Dengan Kejadian Keputihan di Smk Muhammadiyah 1 Palu. Kesehatan masyarakat
- Rohmatin, E., Suptiani, L. P., & Patmawati, N. M. (2022). Buku saku kesehatan reproduksi praktis mengenal keputihan dan pencegahannya. Jalan banjaran,Desa banjaran RT 20 Rw 10 kecamatan bojongsari kabupaten purbalingga: CV. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Ratna, I. (2012). Hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan. Jurnal
- ratna, D. S., & Ningsih, D. D. (2022). pengaruh penyuluhan pada remaja putri tentang pentingnya personal hygiene pada kejadian keputihan. jurnal kebidanan
- Rohmatin, E., Suptiani, L. P., & Patmawati, N. M. (2022). Buku saku kesehatan reproduksi praktis mengenal keputihan dan pencegahannya. Jalan banjaran,Desa banjaran RT 20 Rw 10 kecamatan bojongsari kabupaten purbalingga: CV. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Sukamto. 2018. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Perawatan Vagina Terhadap Kejadian Keputihan Patologis Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
- Wulan, S .2019. Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Sirih Merah Terhadap Keputihan Patologis Pada Remaja Putri', Jurnal Penelitian Kebidanan & KESPRO, Vol.1, No.2, Hlm.19-22