

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Menurut WHO (*World Health Organization*), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan menteri kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 (Kemenkes, 2014).

Istilah *adolescence* atau remaja yang berasal dari kata latin (kata bendanya, *adolescentina* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (Hurlock, 2014).

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok, transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini (Hurlock, 2014).

Lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara matang

secara hukum yaitu batasan remaja ialah antara 10 – 21 tahun. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai delapan belas tahun. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan akhir periode yang sangat singkat (BKKBN, 2016).

Menurut Pratama, (2014) Seseorang dikatakan sebagai remaja apabila berusia antara 12-21 tahun yang sudah mengalami peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, dan 18-22 tahun adalah masa remaja akhir (Monks, 1999). Selain itu, perubahan fisik yang terjadi pada masa ini adalah pada laki-laki yang paling menonjol pertambahan tinggi badan yang cepat, pertumbuhan penis, pertumbuhan testis dan pertumbuhan rambut kemaluan. Sedangkan pada wanita, yaitu pertambahan tinggi yang cepat, menarche, pertumbuhan buah dada dan pertumbuhan rambut kemaluan.

Masa remaja adalah masa transisi yang unik. Terjadi berbagai perubahan pada masa ini. Perubahan tersebut meliputi: fisik, psikologik dan sosial. Perubahan fisik terjadi lebih cepat dibandingkan perubahan psikologik dan sosial. Hal tersebut dapat membuat remaja merasa bingung dengan perubahan yang terjadi. Hormon seksual sudah mulai berfungsi pada masa remaja. Hal tersebut mendorong remaja untuk melakukan berbagai jenis perilaku seksual (Mahmudah, 2016).

2.1.2 Ciri Utama Masa Remaja

Sehubungan dengan masalah seksual ini, ada beberapa ciri utama dari pada masa remaja atau pubertas menurut Willis, (2014) yaitu :

- a. *Ciri primer* yaitu matangnya organ seksual yang ditandai dengan adanya menstruasi (menarche) pertama pada anak perempuan dan produksi cairan sperma pertama pada anak laki-laki.
- b. Ciri sekunder meliputi perubahan pada bentuk tubuh pada kedua jenis kelamin itu. Anak wanita mulai tumbuh buah dada, pinggul membesar, paha membesar karena tumpukan zat lemak dan tumbuh bulu-bulu pada alat kelamin dan ketiak. Pada anak laki-laki terjadi perubahan otot, bahu melebar, suara mulai berubah, tumbuh bulu-bulu pada alat kelamin dan ketiak, serta kumis pada bibir. Disamping itu terjadi pula penambahan berat badan pada kedua jenis kelamin tersebut.
- c. Ciri tertier yang dimaksud dengan ciri tersier ialah ciri-ciri yang tampak pada perubahan tingkah laku. Perubahan itu erat juga sangkut pautnya dengan perubahan praktis, yaitu perubahan tingkah laku yang tampak seperti perubahan minat, antara lain minat belajar, berkurang, timbul minat terhadap jenis kelamin lainnya, juga minat terhadap kerja menurun. Anak perempuan mulai sering memperhatikan dirinya. Perubahan lain tampak emosi, pandangan hidup, sikap, dan sebagainya. Karena perubahan tingkah laku inilah maka jiwanya selalu gelisah. Dan sering konflik dengan orang tua karena adanya perbedaan sikap dan pandangan hidup dan kadang juga bertentangan dengan lingkungan

masyarakat dikarenakan adanya perbedaan norma yang dianutkan dengan norma yang berlaku dalam lingkungan. Masa remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Istilah ini menunjuk masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan: biasanya mulai dari usia 14 pada pria dan 12 pada wanita. Transisi ke masa dewasa bervariasi dari satu budaya ke budaya lain, namun secara umum didefinisikan sebagai waktu dimana individu mulai bertindak terlepas dari orang tua mereka (Sebayang, 2018).

2.1.3 Fase Perkembangan Remaja

a. Perkembangan Fisik

Fisik akan berubah drastis dalam bentuk dan ciri-ciri fisik yang berhubungan dengan dimulainya masa pubertas. Hal tersebut terjadi karena dasar biologis terjadinya perilaku seksual disebabkan hormon yang mempengaruhi perkembangan dan fungsi organ reproduksi yang dikendalikan oleh kelenjar dibawah otak (*Pituitary Gland*). Pada seorang wanita hormon seks tersebut dapat merangsang indung telur untuk menghasilkan estrogen dan progesteron, sedangkan pada laki – laki hormon tersebut akan merangsang sel-sel testis untuk menghasilkan dan mengeluarkan hormon seks yang dinamakan androgen dan terpenting lagi hormon testosteron (Hurlock, 2014).

Pencapaian kematangan seksual pada wanita adalah dengan adanya menstruasi dan pada pria ditandai dengan dimulainya memproduksi semen atau mimpi basah (Hurlock, 2014).

b. Perkembangan Intelektual

Intelegensi dapat didefinisikan sebagai suatu keseluruhan kemampuan individu untuk berfikir. Dalam hubungannya dengan perkembangan intelegensi atau kemampuan berpikir remaja, ada yang berpandangan bahwa suatu kekeliruan jika IQ dianggap bisa ditingkatkan, yang walaupun perkembangan IQ dipengaruhi antara lain oleh faktor-faktor lingkungan. Hal-hal yang mempengaruhi perkembangan intelek, antara lain bertambahnya informasi yang disimpan dalam otak seseorang sehingga mampu berpikir refleksif (Putro, 2017).

c. Perkembangan Seksual

Kematangan pada remaja diikuti dengan kematangan organ seksual, memunculkan suatu dorongan seks yang kuat dan membutuhkan objek penyaluran. Kematangan bentuk dan fungsi alat kelamin ini membawa kesadaran remaja akan adanya dorongan seksual dan rasa ingin tahu remaja tentang masalah seks dan seksualitas pada umumnya.

d. Perkembangan Emosional

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar, namun tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru.

Meskipun emosi masa remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampak irasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosional (Hurlock, 2014).

2.2 *Flour Albus*

2.2.1 Definisi *Flour Albus*

Flour albus atau keputihan adalah cairan yang keluar berlebihan dari vagina bukan merupakan darah. Menurut Wiknjosastro, *flour albus* adalah nama gejala yang diberikan kepada cairan yang dikeluarkan dari alat-alat genetalia yang tidak berupa darah. Keputihan atau yang dikenal dengan istilah medisnya *flour albus* adalah cairan yang berlebihan yang keluar dari vagina. Cairan yang normal itu berwarna putih jernih, bila menempel pada pakaian dalam akan berwarna kuning terang, konsistensi seperti lendir, encer atau kental (Mayaningstiyas, 2015).

Flour Albus atau keputihan adalah keluarnya cairan selain darah dari liang vagina di luar kebiasaan, baik berbau ataupun tidak, serta disertai rasa gatal setempat (Kusmiran, 2012). Keputihan bukan penyakit tersendiri, tetapi merupakan manifestasi gejala dari hampir semua penyakit kandungan (Manuaba, 2014).

Leukorrhea atau *flour albus* atau keputihan dibedakan menjadi dua macam, yaitu *leukhorrea normal* dan *leukorrhea abnormal* (Sibagariang, 2015). Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa leukorrhea atau keputihan adalah cairan bukan darah yang keluar melalui vagina, dapat merupakan kejadian yang normal atau tidak normal.

2.2.2 Klasifikasi *Flour Albus*

Ada dua jenis keputihan yaitu keputihan normal (fisiologis) dan keputihan tidak normal (patologis).

a. Keputihan normal (fisiologis)

Keputihan fisiologis terdiri atas cairan yang kadang-kadang berupa mukus yang mengandung banyak epitel dengan leukosit yang jarang. Menurut Wijayanti (2019)

Dalam keadaan normal, vagina memproduksi cairan yang berwarna bening, tidak berbau, tidak berwarna, dan jumlahnya tak berlebihan. Cairan ini berfungsi sebagai sistem perlindungan alami, mengurangi gesekan dinding vagina saat berjalan dan saat melakukan hubungan seksual (Wijayanti, 2019).

Flour albus normal ditandai oleh keluarnya lendir jernih pada saat masa subur atau sebelum menstruasi. Cairan yang mengandung banyak epitel dan sedikit leukosit, dalam keadaan normal berfungsi untuk mempertahankan kelembaban vagina. Cairan berwarna jernih, tidak terlalu kental, tidak disertai dengan rasa nyeri atau gatal, dan jumlah keluar tidak berlebih. Keputihan normal dapat terjadi pada masa menjelang dan sesudah menstruasi, pada sekitar fase sekresi antara hari ke 10 – 16 menstruasi (Wijayanti, 2019).

Keputihan normal ciri-cirinya ialah warnanya kuning, kadang-kadang putih kental, tidak berbau tanpa disertai keluhan (misalnya gatal, nyeri, rasa terbakar, dsb), keluar pada saat menjelang dan sesudah

menstruasi atau pada saat stres dan kelelahan. Keputihan fisiologis ditemukan pada:

- 1) Bayi yang baru lahir sampai umur kira-kira 10 hari, disini sebabnya ialah pengaruh *estrogen* dari plasenta terhadap *uterus* dan *vagina* janin. (Sarwono, 2012).
- 2) Waktu di sekitar *menarche* karena mulai terdapat pengaruh *estrogen* keputihan disini hilang sendiri, akan tetapi dapat menimbulkan keresahan pada orang tuanya.
- 3) Wanita dewasa apabila ia dirangsang sebelum dan pada waktu koitus, disebabkan oleh pengeluaran transudasi dari dinding *vagina*.
- 4) Waktu di sekitar *ovulasi*, dengan sekret dari kelenjar-kelenjar serviks uteri menjadi lebih encer.
- 5) Pengeluaran sekret dari kelenjar-kelenjar serviks uteri juga bertambah pada wanita dengan penyakit menahun, dengan *neurosis*, dan pada wanita dengan *ektropion porsionis uteri* (Sarwono, 2012).

Keputihan tidak selalu mendatangkan kerugian, jika keputihan ini wajar dan tidak menunjukkan bahaya lain. Sebenarnya, cairan yang disebut keputihan ini berfungsi sebagai sistem pelindung alami saat terjadi gesekan di dinding vagina saat anda berjalan dan saat anda melakukan hubungan seksual. Keputihan ini merupakan salah satu mekanisme pertahanan tubuh dari bakteri yang menjaga kadar keasaman pH wanita. Cairan ini selalu berada di dalam alat *genital* tersebut. Keasaman pada *vagina* wanita harus berkisar antara 3,8 sampai 4,2, maka sebagian

besar bakteri yang ada adalah bakteri menguntungkan. Bakteri menguntungkan ini hampir mencapai 95% sedangkan yang lain adalah bakteri merugikan dan menimbulkan penyakit (patogen). Jika keadaan ekosistem seimbang, artinya wanita tidak mengalami keadaan yang membuat keasaman tersebut bertambah dan berkurang, maka bakteri yang menimbulkan penyakit tersebut tidak akan mengganggu (Iswati, 2014).

b. Keputihan tidak normal (patologis)

Penyebab paling penting dari keputihan patologi ialah infeksi. Disini cairan mengandung banyak leukosit dan warnanya agak kekuning-kuningan sampai hijau, seringkali lebih kental dan berbau (Sarwono, 2012). Keputihan yang tidak normal ialah keputihan dengan ciri-ciri jumlahnya banyak, timbul terus menerus, warnanya berubah (misalnya kuning, hijau, abu-abu, menyerupai susu/yoghurt) disertai adanya keluhan (seperti gatal, panas, nyeri) serta berbau (apek, amis, dsb). Keputihan yang disebabkan oleh infeksi biasanya disertai dengan rasa gatal di dalam vagina dan di sekitar bibir vagina bagian luar. Yang sering menimbulkan keputihan ini antara lain bakteri, virus, jamur, atau juga parasit. Infeksi ini dapat menjalar dan menimbulkan peradangan ke saluran kencing, sehingga menimbulkan rasa pedih saat si penderita buang air kencing Wijayanti, 2019).

Flour albus yang abnormal umumnya dipicu kuman penyakit (pathogen) dan menyebabkan infeksi. Akibatnya, timbul gejala-gejala

yang sangat mengganggu, seperti berubahnya warna cairan menjadi kekuningan hingga kehijauan, jumlah berlebihan, bahkan bisa sampai keluar dari celana dalam, kental, lengket, berbau tidak sedap atau busuk, terasa sangat gatal atau panas, dan menimbulkan luka di daerah mulut vagina. Dan yang menyebabkannya yaitu *Bacterial Vaginosis*, *Trichomoniasis*, dan *Candidiasis*. Gejala-gejala yang lainnya yaitu berwarna putih, kental seperti keju, disertai plak atau bercak melekat berwarna putih atau putih-kuning pada cervik atau dinding vaginal. (Varney, 2014). Dan keputihan tidak normal dapat menjadi infeksi dengan gejala gatal, keputihan, terasa panas, dan sakit saat miksi. (Manuaba, 2013).

Hampir semua wanita di Indonesia pernah mengalami keputihan patologis seumur hidupnya minimal satu sampai dua kali. Oleh karena itu di dalam bukunya, Iswati (2015) mengatakan bahwa wanita perlu mengenal lebih jauh tentang keputihan tersebut, yaitu:

- 1) Keputihan yang cair dan berbusa, berwarna kuning kehijauan atau keputih-putihan, berbau busuk dengan rasa gatal. Keputihan semacam ini akan memberi dampak bagi tubuh wanita, diantaranya wanita akan merasa seperti terbakar di daerah kemaluan saat buang air kecil. Jika tidak cepat ditangani, lambat laun kemaluan akan terasa sakit dan membengkak
- 2) Cairan keputihan yang berwarna putih seperti keju lembut dan berbau seperti jamur atau ragi roti. Keadaan ini menunjukkan adanya

infeksi yang disebabkan jamur atau ragi yang di kemaluan seorang wanita. Penderita akan merasakan efek gatal yang hebat. Bibir kemaluan sering terlihat merah terang dan terasa sangat sakit. Selain itu, saat buang air kecil terasa seperti terbakar. Hal yang harus dicegah adalah menggunakan antibiotik untuk mengobati infeksi ini. Antibiotik sebenarnya akan membuat infeksi jamur semakin parah. Penderita pun jangan mamakai pil KB. Jika sedang menggunakan pil KB, hentikan secepatnya (Manuaba, 2015).

- 3) Cairan keputihan yang kental seperti susu dengan bau yang amis/anyir. Keadaan ini dimungkinkan karena infeksi yang disebabkan oleh bakteri *Hemophilus*. Diperlukan pemeriksaan khusus untuk membedakannya dengan infeksi *trichomonas*
- 4) Cairan keputihan yang encer seperti air, berwarna coklat atau keabuan dengan bercak-bercak darah, dan berbau busuk. Janganlah bersantai dan tidak mempedulikan kelainan ini. Hal ini merupakan tanda-tanda infeksi yang lebih parah, dapat kanker atau penyakit menular seksual lainnya
- 5) Keputihan penyakit, apapun penyebabnya, perlu diobati agar tidak menular pada pasangan. Selain itu, komplikasi yang mungkin akan timbul, bisa buruk dampaknya terhadap kesuburan. Bisa jadi infeksi akan menjalar sampai ke bagian organ reproduksi yang lebih atas, yakni ke rahim dan saluran telur (Manuaba, 2015).

2.2.3 Tindakan Pencegahan Keputihan

Umumnya, wanita memang mengalami *flour albus*. Untuk mencegahnya, ada beberapa hal berikut :

1. Selalu jaga kebersihan diri, terutama kebersihan alat kelamin. Bulu vagina (pubis) yang terlampau tebal bisa dijadikan tempat sembunyi kuman. Jadi, jangan lupa menggunting atau membersihkannya agar pemberian obat keputihan berupa salep lebih mudah menyerap (Manuaba, 2015).
2. Biasakan membasuh vagina dengan cara yang benar, yaitu dengan gerakan dari depan ke belakang. Cuci dengan air bersih setiap buang air dan mandi.
3. Sering mengganti pembalut pada saat menstruasi agar bakteri tidak mengumpul (Manuaba, 2015).
4. Jika keputihan masih dalam taraf ringan, coba gunakan sabun atau larutan antiseptik khusus pembilas vagina, tapi jangan gunakan berlebihan karena hanya akan mematikan flora normal vagina. Jika perlu, konsultasikan dulu ke dokter.
5. Hindari terlalu sering memakai bedak talk di sekitar vagina, tisu harum, atau tisu toilet. Ini akan membuat vagina kerap teriritasi.
6. Hindari suasana vagina lembab berkepanjangan karena pemakaian celana dalam yang basah, jarang diganti, tidak menyerap keringat, atau memakai celana jeans terlalu ketat. Dan gunakan pakaian dalam yang terbuat dari katun dan biasakan ganti setiap hari.

7. Perhatikan kebersihan lingkungan. *Flour albus* juga bisa muncul lewat air yang tidak bersih. Jadi, bersihkan bak mandi, ember, water torn, dan bibir kloset dengan antiseptik untuk menghindari menjamurnya kuman.
8. Hindari stress yang berlebihan.
9. Pada penderita diabetes usahakan kadar gula yang stabil.
10. Segera ke dokter bila keputihan berlebihan.
11. Keputihan juga dapat diobati dengan salep dan obat vaginal.

(Manuaba, 2015).

Cara menangani dan mencegah keputihan menurut Anggaraini (2016) yaitu sebagai berikut:

1. Menjaga organ intim agar tidak lembab setelah buang air kecil atau air besar, bilas sampai bersih, kemudian keringkan sebelum memakai celana dalam.
2. Saat membersihkan vagina, membilas dilakukan dari arah depan ke belakang untuk menghindari kuman dari anus ke vagina.
3. Menghindari pakaian dalam yang ketat.
4. Saat menstruasi mengganti pembalut beberapa kali dalam sehari.
5. Jika diperlukan menggunakan cairan pembersih vagina.

2.2.4 Penatalaksanaan *Flour Albus*

Untuk menghindari komplikasi yang serius dari keputihan, sebaiknya penatalaksanaan dilakukan sedini mungkin sekaligus untuk menyingkirkan kemungkinan adanya penyebab lain seperti kanker 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, bakteri atau parasit. Umumnya diberikan obat-obatan untuk mengatasi keluhan dan menghentikan proses infeksi sesuai dengan penyebabnya. Obat-obatan yang digunakan dalam mengatasi keputihan biasanya berasal dari golongan flukonazol untuk mengatasi infeksi candida dan golongan metronidazol untuk mengatasi infeksi bakteri dan parasit. Sediaan obat dapat berupa sediaan oral (tablet, kapsul), topikal seperti krem yang dioleskan dan uvula yang dimasukkan langsung ke dalam liang vagina. Untuk keputihan yang ditularkan melalui hubungan seksual, terapi juga diberikan kepada pasangan seksual dan dianjurkan untuk 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, olah raga rutin, istirahat cukup, hindari rokok dan alkohol serta hindari stress berkepanjangan.
2. Setia kepada pasangan. Hindari promiskuitas atau gunakan kondom untuk mencegah penularan penyakit menular seksual.

3. 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. biasakan untuk mengganti pembalut, pentilener pada waktunya untuk mencegah bakteri berkembang biak.
4. Biasakan membasuh dengan cara yang benar tiap kali buang air kecil yaitu dari arah depan ke belakang.
5. Penggunaan cairan pembersih vagina sebaiknya tidak berlebihan karena dapat mematikan flora normal vagina. jika perlu, lakukan konsultasi medis dahulu sebelum menggunakan cairan pembersih vagina.
6. Hindari penggunaan bedak talkum, tisu atau sabun dengan pewangi pada daerah vagina karena dapat menyebabkan iritasi.
7. Hindari pemakaian barang-barang yang memudahkan penularan seperti meminjam perlengkapan mandi, dsb. sedapat mungkin tidak duduk diatas closet, di WC umum atau biasakan mengalap dudukan closet sebelum menggunakannya (Manuaba, 2015).

2.3 Faktor-Faktor Penyebab Keputihan

Menurut Marhaeni (2016) faktor-faktor penyebab keputihan dibedakan menjadi dua yaitu :

1. Perilaku Kebersihan diri *Personal hygiene* (cara cebok)

Perilaku *Personal hygiene* adalah suatu upaya dalam pemeliharaan dan perawatan kebersihan seluruh anggota tubuh termasuk organ reproduksi. Saat menstruasi pembuluh darah didalam

rahim mudah sekali terluka. maka dari itu, *personal hygiene* merupakan hal yang begitu penting dilaksanakan agar terbebas dari disfungsi organ reproduksi (Marhaeni, 2016)

Kebersihan diri merupakan suatu tindakan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Keputihan yang patologis banyak dipicu oleh cara wanita dalam menjaga kebersihan dirinya, terutama alat kelamin. Kegiatan kebersihan diri yang dapat memicu keputihan adalah penggunaan pakaian dalam yang ketat dan berbahan nilon, cara membersihkan alat kelamin (cebok) yang tidak benar, penggunaan sabun vagina dan pewangi vagina, penggunaan pembalut kecil yang terus menerus diluar siklus menstruasi. Cara cebok yang benar ialah dari arah depan ke belakang sehingga kotoran langsung terbang

Kebersihan diri merupakan suatu tindakan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Keputihan yang abnormal banyak dipicu oleh cara wanita dalam menjaga kebersihan dirinya, terutama alat kelamin. Kegiatan kebersihan diri yang dapat memicu keputihan adalah penggunaan pakaian dalam yang ketat dan berbahan nilon, cara membersihkan alat kelamin (cebok) yang tidak benar, penggunaan sabun vagina dan pewangi vagina, penggunaan pembalut kecil yang terus menerus di luar siklus menstruasi. (Manuaba, 2015).

Cara melakukan cebok atau mencuci vagina yang benar adalah dengan menggunakan air hangat yang suam kuku, dari arah depan ke belakang. Hal ini agar bakteri pada anus tidak berpindah ke vagina. Lalu, keringkan vagina dengan cara mengusapnya menggunakan tisu atau handuk bersih yang lembut, jangan digosok, atau tepuk-tepuk perlahan hingga kering, agar tidak mengiritasi di seputaran vagina. (Marhaeni, 2016)

Penelitian yang dilakukan Cut Mauliana Fitri Tahun 2018 tentang hubungan vulva hygiene pada remaja putri dengan keputihan di SMA Negeri 1 Teunom Kabupaten Aceh Jaya. Hasil penelitian ini didapatkan dari 64 responden terdapat 47 responden yang melakukan vulva hygiene secara baik (73,4%), tidak terjadi keputihan 42 responden (65,7%), terjadi keputihan 5 responden (7,9%) sedangkan yang melakukan vulva hygiene kurang sebanyak 17 responden (26,6%) yang tidak terjadi keputihan sebanyak 2 responden (3,1%) dan yang terjadi keputihan 15 responden (23,4%). Ada hubungan yang signifikan antara vulva hygiene dengan keputihan di SMA Negeri 1 Teunom Kabupaten Aceh Jaya Tahun 2018 dengan nilai probabilitasnya $< 0,05$

2. Pola Makan

Pola makan ialah suatu cara untuk mengatur jenis ataupun jumlah makanan yang sesuai dengan proporsi kebutuhan tubuhnya guna mempertahankan kesehatan, kebutuhannutrisi, dan mencegah terjadinya penyakit. Pola makan diartikan sebagai tindakan atau perilaku individu

dalam memenuhi kebutuhan makanannya yang meliputi sikap, kepercayaan, dan makanan yang dipilih.

Salah satu yang mempengaruhi timbulnya penyakit *flour albus* yaitu mengkonsumsi jenis buah tertentu yang mengandung fruktosa yang merupakan makanan bagi bakteri candida sehingga dengan mengkonsumsi jenis buah ini dapat memudahkan pertumbuhan bakteri didaerah vagina. Jenis buah tersebut yaitu ketimun, bengkong, pisang, nanas, anggur, dan jagung manis. Demikian pula dengan minuman yang mengandung soda. Salah satu kandungan minuman bersoda adalah kadar gula yang tinggi. Jenis minuman ini antara lain sprite, fanta, coca cola. Fruktosa dalam soft drink merupakan gula sintetik yang di ekstrak secara kimiawi dari dari jagung dan berkalori sangat tinggi, sehingga meningkatkan kadar gula darah dengan cepat.

Kurangnya menjaga pola makan yang sehat juga bisa menjadi faktor penyebab keputihan. Mengonsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula, lebih dari 50 gram per hari, dapat mengganggu kerja lactobacilli yang tidak dapat mengubah semua gula menjadi asam laktat. Hal ini dapat menyebabkan lebih banyak bakteri atau jamur patogen tumbuh, yang pada akhirnya dapat menyebabkan keputihan. Perlu diketahui bahwa seseorang dengan pengetahuan yang baik belum tentu memiliki sikap dan perilaku yang baik jika ia tidak menyadari pentingnya sikap dan perilaku tersebut (Azwar, 2015).

Penelitian Aristkha (2013) di Desa Goumelar Kecamatan Balung Kabupaten Jember menemukan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian keputihan. Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang mendukung temuan tersebut. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan frekuensi keputihan.

3. Pemakaian Antiseptik/Cairan Pembersih Vagina

Cairan antiseptik/cairan pembersih vagina untuk membersihkan dan membuat bagian dalam dan luar miss-v lebih keset. Pembersih khusus wanita ini tidak bersifat mutlak diperlukan dalam membersihkan organewanitaan kita prinsipnya hanya boleh digunakan untuk membersihkan kelamin bagian luar, meski sebenarnya pakaisabun mandi saya juga bisa.

Ekosistem vagina adalah lingkaran kehidupan yang ada di vagina, ekosistem ini dipengaruhi oleh faktor utama, yaitu *pathogen* dan *laktobasillus* (bakteri baik) jika keseimbangan ini terganggu maka laktobasillus akan mati dan bakteri *pathogen* akan bertumbuh subur. Bakteri *pathogen* ekosistem vagina adalah penggunaan cairan pembersih vagina yang terlalu sering. (Pratiwi, 2017)

Pembersih kewanitaan biasanya mengandung senyawa kimia seperti kandungan *petroleum*, *syntetic chemical* dan *petrochemical* yang dapat merusak kulit dan lingkungan. Dari hasil penelitian yang di lakukan di Amerika mengungkapkan lebih dari 20 juta perempuan

Amerika menggunakan cairan pembersih vagina secara rutin. Sekitar 37% perempuan Amerika yang berusia 15- 44 tahun menggunakan cairan pembersih kedalam vagina secara rutin, teratur seminggu sekali. Data penelitian tentang kesehatan reproduksi wanita di Indonesia menunjukkan 75% pernah menggunakan pembersih vagina yang telah menjadi bagian dari personal higienis mereka yang dilakukan secara rutin. Bahkan yang bisa digunakan adalah (51%) sabun (18%) pembersih cairan dengan berbagai merek yang di pasarkan.

Pengunaan sabun pembersih kewanitaian tidak sembarangan menggunakan cairan pembersih organ kewanitaian karena dapat merusak keasaman vagina. Keasaman vagina ini berfungsi untuk mencegah pertumbuhan kuman atau bakteri pathogen yang masuk. Kebanyakan wanita Indonesia membersihkan vagina dengan cairan pembersih (antiseptic) agar vagina kesat dan terbebas dari bakteri penyebab keputihan, namun kandungan antiseptic pada sabun justru dapat memudahkan kuman dan bakteri masuk ke dalam liang vagina. (Kumala, 2018).

Pembersih organ kewanitaian pada umumnya mengandung berbagai senyawa kimia meliputi *petroleum*, *syntetic chemical*, dan petrocheminal yang dapat merusak kulit dan lingkungan. Sabun pembersih organ kewanitaian juga mengandung natrium dan kalium yang dapat menyebabkan vagina dalam keadaan basa, akibatnya tingkat keasaman vagina akan rusak dan menyebabkan mudah

berkembangbiaknya bakteri pathogen di vagina. Cara terbaik untuk membersihkan organ kewanitaan adalah membasuhnya menggunakan air bersih dari arah depan (vagina) ke arah belakang (anus). Apabila ingin menggunakan sabun sebaiknya pilih sabun pembersih organ kewanitaan yang mengandung pH tidak lebih dari 3,5-4,5 misalnya sabun bayi atau membersihkan organ intim dengan sabun yang tidak mengubah kestabilan pH di sekitar vagina, salah satunya produk yang berbahan dasar dari susu (Suryandari, 2013).

Penelitian yang dilakukan Rizki Nur Cholifah Tahun 2021 tentang hubungan pemakaian sabun antiseptik dengan kejadian keputihan. Hasil penelitian menunjukkan setengah mahasiswi (50.0%) melakukan penggunaan sabun antiseptik dengan baik dan sebagian besar (66,7%) mengalami keputihan fisiologis. Simpulan ada hubungan pemakaian sabun aniseptik dengan kejadian keputihan.

2.4 . Dampak Keputihan

Keputihan normal dan abnormal mempunyai dampak pada wanita. Keputihan normal menyebabkan rasa tidak nyaman pada wanita sehingga dapat mempengaruhi rasa percaya dirinya. Keputihan patologis yang berlangsung terus menerus akan mengganggu fungsi organ reproduksi wanita khususnya pada bagian saluran indung telur yang dapat menyebabkan infertilitas. Pada ibu hamil dapat menyebabkan keguguran, Kematian Janin dalam Kandungan (KJDK), kelainan kongenital, lahir prematur (Kasdu, 2008). Selain itu infeksi oleh kuman

atau bakteri yang masuk ke vagina sehingga terjadi keputihan yang berlanjut ke tahap yang lebih parah dan berisiko untuk terjadinya kasus Infeksi Menular Seksual (IMS), hal ini begitu buruk bagi remaja putri yang kelak akan menikah dan sebagai penular kepada suaminya sebagai pasangan seksual (BKKBN, 2012).

2.5 . Peran Bidan

Peran adalah perilaku individu yang diharapkan sesuai dengan posisi yang dimiliki. Peran yaitu suatu pola tingkah laku, kepercayaan, nilai dan sikap yang diharapkan dapat menggambarkan perilaku yang seharusnya diperlihatkan oleh individu pemegang peran tersebut dalam situasi yang umumnya terjadi (Sarwono, 2012).

Peran merupakan suatu kegiatan yang bermanfaat untuk mempelajari interaksi antara individu sebagai pelaku (actors) yang menjalankan berbagai macam peranan di dalam hidupnya, seperti dokter, perawat bidan dan petugas kesehatan lainnya yang mempunyai kewajiban untuk menjalankan tugas atau kegiatan yang sesuai dengan peranannya masing-masing (Muzaham, 2017) Peran bidan melakukan pemeriksaan cairan yang keluar dari vagina atau melihat cairan yang menempel di celana dalam klien. Memberikan sosialisasi tentang cara menjaga kebersihan genetalia. Menjelaskan pengertian tentang keputihan yang normal dan abnormal dan mengupayakan terbitnya peraturan perundangan di bidang kesehatan reproduksi. Meningkatkan advokasi, sosialisasi, dan komitmen politis di semua tingkat Mengupayakan

kecukupan anggaran/dana pelaksanaan kesehatan reproduksi. Masing-masing penanggungjawab komponen mengembangkan upaya kesehatan reproduksi sesuai ruang lingkupnya dengan menjalin kemitraan dengan sektor terkait, organisasi profesi dan LSM. Masing-masing komponen membuat rencana aksi mengacu pada kebijakan yang telah ditetapkan untuk memberikan informasi dan pengetahuan remaja tentang keputihan.

Tenaga kesehatan berdasarkan Undang-undang Republik Indonesia Tentang Kesehatan No 36 tahun 2014 merupakan setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan untuk jenis tertentu yang memerlukan kewenangan dalam melakukan upaya kesehatan. Tenaga kesehatan juga memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang maksimal kepada masyarakat agar masyarakat mampu meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat sehingga mampu mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya sebagai investasi bagi pembangaunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi. tenaga kesehatan memiliki beberapa petugas yang dalam kerjanya saling berkaitan yaitu dokter, dokter gigi, perawat, bidan dan tenaga kesehatan medis lainnya (Miles & Huberman, 2016).