

## Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Penyuluhan Keputihan (*Flour Albus*) Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sintang

<sup>1</sup>Juliansyah, <sup>2</sup>Salma Zulfani

<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kapuas Raya Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo Sintang Kalimantan Barat  
E-mail: elvi\_juliansyah@yahoo.co.id

### Kilas Artikel

Volume 1 Nomor 2  
Agustus 2021  
DOI:xxx/ejpm.v%i%.xxxx

### Article History

Submission: 27-05-2021  
Revised: 15-08-2021  
Accepted: 19-08-2021  
Published: 20-08-2021

### Kata Kunci:

Upaya peningkatan, Pengetahuan, dan Keputihan

### Keywords:

Improvement efforts, Knowledge, and vaginal discharge .

### Korespondensi:

Juliansyah  
elvi\_juliansyah@yahoo.co.id

### Abstrak

Kesehatan reproduksi pada masa awal perubahan sistem reproduksi masa remaja awal perkembangan sistem reproduksi pada manusia, baik laki-laki maupun perempuan untuk kelangsungan hidup manusia. Kekurangan informasi dan pengetahuan tentang perubahan sistem reproduksi pada usia remaja menimbulkan kecemasan dan rasa malu karena berbeda dengan teman sebayanya. Metode yang digunakan menentukan masalah, pemecahan masalah, alternatif pemecahan masalah, metode kegiatan dalam rangka memecahkan masalah. Hasil dan pembahasan prevalensi keputihan semakin meningkat tahun 2002, 50% wanita di Indonesia pernah mengalami keputihan. Kemudian pada tahun 2003, 60% wanita pernah mengalami keputihan, hal ini disebabkan rendahnya pengetahuan wanita keputihan, bagi kesehatan reproduksi. Pelaksanaan penyuluhan keputihan dilakukan disebabkan pengetahuan remaja putri yang masih rendah berkaitan dengan kesehatan reproduksi, serta dampak yang akan terjadi bilamana kesehatan reproduksi tidak diperhatikan bagi kesehatan remaja putri pada masa yang akan datang. Kesimpulan terjadi perubahan pengetahuan, sikap dan pandangan siswi MAN Sintang tentang keputihan (*flour albus*) untuk mencegah terjadinya penyakit keputihan patologis dengan mengubah perilaku berisiko untuk memelihara kesehatan genitalia

### Abstract

Reproductive health in the early years of changes in the reproductive system during early adolescence, the development of the reproductive system in humans, both men and women for human survival. Lack of information and knowledge about changes in the reproductive system in adolescence creates anxiety and shame because they are different from their peers. The method used to determine the problem, problem solving, alternative problem solving, method of activities in order to solve the problem. Results and discussion of the prevalence of vaginal discharge increased in 2002, 50% of women in Indonesia had experienced vaginal discharge. Then in 2003, 60% of women had



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

---

experienced vaginal discharge, this is due to the low knowledge of women having vaginal discharge, for reproductive health. The implementation of vaginal discharge counseling is carried out due to the low knowledge of young women regarding reproductive health, as well as the impact that will occur if reproductive health is not considered for the health of young women in the future. The conclusion there is a change in knowledge, attitudes and views of Sintang State Madrasah Aliyah (MAN) students about flour albus to prevent pathological leucorrhoea by changing risky behavior to maintain genital health.

---

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang utuh dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan, dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsi serta proses-prosesnya. Kesehatan reproduksi sangat perlu mendapatkan perhatian khusus terutama pada masa awal perubahan sistem reproduksi yaitu dimulai pada masa remaja (WHO, 2013). Masa remaja merupakan masa awal perkembangan sistem reproduksi pada manusia, baik laki-laki maupun perempuan untuk kelangsungan hidup manusia.

Kesehatan reproduksi merupakan masalah yang serius sepanjang hidup manusia. Pemerintah sangat mendukung pemberian informasi, konseling dan sebagai bagian dari hak bereproduksi mereka untuk mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi yang seluasluasnya. Sasaran tujuan dari program kesehatan reproduksi di Indonesia adalah seluruh remaja (Depkes RI, 2001). Keadaan ini menggambarkan bawah remaja adalah usia yang paling produktif pada manusia, karena itu menurut WHO, sebagian besar komposisi penduduk dunia adalah remaja berusia 10 - 19 tahun atau satu milyar dari enam milyar penduduk dunia (Elistiawaty, 2006).

Usia remaja merupakan usia peralihan dari usia anak-anak menuju usia dewasa dan sebagai titik awal proses reproduksi, sehingga perlu dipersiapkan sejak dini. Perubahan fisik terjadi dengan sangat cepat saat usia remaja, termasuk adanya pertumbuhan dan perubahan pada organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan, sehingga fungsi reproduksi dapat berlangsung (Purnasari, 2018). Memelihara dan menjaga kesehatan pada masa remaja akan memberikan dampak pada kesehatan reproduksi remaja yang dimulai dari sejak dini.

Berdasarkan data penelitian dari Medika Holistik (2011, dalam Trisnawati, 2018) tentang kesehatan reproduksi menunjukkan bahwa sekitar 75% perempuan di dunia pasti akan mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidupnya, dan sebanyak 45% akan mengalami 2 kali atau lebih. Sedangkan untuk wanita Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25%. Berdasarkan data WHO (2012), angka prevalensi tahun 2009, 25% - 50% candidiasis, 20% - 40% bacterial vaginosis dan 5% - 15% trichomoniasis. Semua wanita dengan segala umur dapat mengalami keputihan (Kompas, 25 November 2015).

Keputihan yang dialami oleh wanita menurut WHO masalah kesehatan mengenai reproduksi wanita yang buruk telah mencapai 33% dari jumlah total beban penyakit yang



menyerang pada wanita di seluruh dunia dan jumlah wanita di dunia yang pernah mengalami keputihan 75%, sedangkan wanita Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25%. Angka ini lebih besar dibandingkan dengan masalah reproduksi pada kaum laki-laki yang hanya mencapai 12,3% pada usia yang sama dengan kaum wanita. Data tersebut menunjukkan bahwa keputihan pada wanita di dunia, di Eropa, dan di Indonesia cukup tinggi. Kesehatan reproduksi dikalangan wanita harus memperoleh perhatian yang serius, salah satunya adalah keputihan yaitu masalah yang berhubungan dengan organ seksual wanita. Keputihan biasanya disebabkan oleh jamur atau virus bakteri yang tentu saja masalah ini amat mengganggu penderita. Karena biasanya wanita akan mengeluarkan aroma yang tidak sedap dari organ intimnya (Prawiroharjo, 2007).

The United Nation High Commissioner for Refugee (2010) usia dewasa dan remaja (15 – 24 tahun) mempunyai bobot sebesar 25% dari besarnya populasi yang aktif secara seksual dan memberikan kontribusi hampir sebesar 50% dari semua kasus ISR baru yang ada di Indonesia. ISR termasuk ke dalam masalah kesehatan masyarakat yang cukup serius di Negara Indonesia. Kebutuhan akan program penanggulangan ISR yang efektif semakin dirasakan sejak dibuktikan bahwa ISR dan Infeksi Menular Seksual (IMS) merupakan salah satu faktor independen untuk penuduhan HIV.

Berdasarkan data statistik Indonesia tahun 2013 dari 45,3 juta jiwa remaja berusia 15-24 tahun berperilaku tidak sehat. Dan dari 30 juta jiwa remaja berusia 15-24 tahun, 83,3% pernah berhubungan seksual, yang merupakan salah satu penyebab terjadinya keputihan (Indira, 2013). Berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Kumalasari (2005) di Indonesia kejadian keputihan semakin meningkat. Berdasarkan hasil penelitian menyebutkan bahwa pada tahun 2002, 50% wanita di Indonesia pernah mengalami keputihan. Kemudian pada tahun 2003, 60% wanita pernah mengalami keputihan. Tahun 2004, 70% wanita Indonesia pernah mengalami keputihan setidaknya sekali seumur hidup (Dechacare, 2010).

Kekurangan informasi dan pengetahuan tentang perubahan sistem reproduksi pada usia remaja menimbulkan kecemasan dan rasa malu karena berbeda dengan teman sebayanya. Hal ini, mengakibatkan timbul bermacam masalah yang berhubungan dengan alat reproduksi mereka. Salah satunya adalah munculnya keputihan pada remaja puteri (Dhuangga, dkk, 2012).

Keputihan sangat berisiko terjadi pada remaja sehingga perlu mendapat perhatian khusus. Masa ini, remaja puteri mengalami pubertas yang ditandai dengan menstruasi. Pada sebagian orang saat mengalami menstruasi dapat mengalami keputihan (Werdiyani, dkk, 2012 dan Manuaba, 2009). Menurut Fatimah (2013) Kalimantan Barat (Kalbar) adalah salah satu provinsi yang memiliki kasus infeksi menular seksual (IMS) yang cukup tinggi Dan mengalami peningkatan setiap tahunnya. Jumlah kasus IMS di Kalbar tahun 2007 sebanyak 2.365 kasus dengan jumlah pasien yang diobati sebanyak 99%, pada tahun 2009 sebanyak 2.361 kasus dengan kasus yang diobati sebanyak 98%, dan pada tahun 2010 mendapatkan sebanyak 2.567 kasus (Fatimah, 2013).

## 2. METODE

Keputihan yang dialami setiap wanita berbeda-beda, mulai dari jumlah cairan yang keluar hingga warna dan tekstur cairan. Keputihan normal terjadi setidaknya 6 bulan sebelum seorang wanita mengalami menstruasi untuk pertama kalinya. Kondisi ini dipengaruhi oleh



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

perubahan hormon di dalam tubuh. Selain karena perubahan hormon, keputihan juga akan normal keluar saat wanita mendapatkan rangsangan seksual, sedang menyusui, atau stres.

Perilaku pencegahan sangat penting untuk menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit lain yang ditimbulkan oleh keputihan patologis seperti kemandulan, Infeksi Saluran Kencing (ISK), dan kanker serviks pada remaja putri yang bersiko pada usia dewasa. Pemecahan masalah penyuluhan keputihan dilakukan berdasarkan pada kerangka masalah dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Permasalahan

- Setiap wanita berpotensi menderita keputihan fisiologis
- Remaja putri dan ibu-ibu yang mengalami keputihan patologis
- Remaja putri belum mengetahui tanda dan gejala keputihan
- Remaja putri belum dapat membedakan keputihan fisiologis dan patologis

b. Pemecahan Masalah

- Meningkatkan pemahaman remaja putri tentang keputihan
- Meningkatkan pengetahuan remaja putri risiko keputihan bagi kesehatan reproduksi
- Meningkatkan pemahaman remaja putri untuk membedakan keputihan fisiologis dan patologis.

c. Alternatif Pemecahan Masalah

- Meningkatkan pengetahuan, pemahaman tentang keputihan bagi kesehatan reproduksi remaja putri.

d. Metode Kegiatan

- Menyampaikan materi keputihan kepada remaja putri siswi MAN Sintang menggunakan metode ceramah dan menunjukkan gambar pada laptop
- Tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada remaja putri bertanya tentang keputihan.

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan bersama antara dosen dan mahasiswa di MAN Sintang berdasarkan Surat Nomor 03/STIKARA/V/V/2019 tentang Permohonan Izin Penyuluhan tanggal 25 Mei 2019 yang ditujukan kepada Kepala MAN Sintang, kemudian ditindaklanjuti dengan Surat Tugas untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tentang Keputihan yang akan dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 27 Mei 2019 di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sintang.

Penyuluhan dilaksanakan berdasarkan surat tugas dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kapuas Raya Nomor 03/STIKARA/ST/V/V/2019 tanggal 25 Mei 2019 pelaksanaan kegiatan penyuluhan dimulai pada siang hari sekitar jam 10.00 sampai selesai yang dilaksanakan di Aula MAN Sintang. Sebelum pelaksanaan penyuluhan siswi MAN Sintang sudah berada di dalam Aula MAN Sintang dan bersedia untuk mengikuti program penyuluhan yang dilakukan.

Acara pembukaan dilakukan oleh mahasiswa sebagai pembawa acara dengan membagi susunan acara yang terdiri dari pembukaan, dan dilanjutkan dengan acara pokok yaitu penyuluhan tentang keputihan. Penyuluhan kesehatan dilakukan di MAN Sintang untuk meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki sikap tentang keputihan. Selama ini pandangan masyarakat masih berorientasi pada empat sehat lima sempurna, yang sebenarnya tidak untuk semua orang, tetapi untuk orang-orang tertentu dengan komposisi asupan gizi yang berbeda-beda.



### 3. HASIL & PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen STIKES Kapuas Raya dalam rangka melaksanakan tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi, yang meliputi pendidikan dan pengajaran, penelitian, dan pengabdian masyarakat. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dalam rangka melakukan pencegahan (*prevention*) dan peningkatan (*promotion*) kesehatan masyarakat, khususnya remaja putri terhindar dari penyakit keputihan (*flour albus*). Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 27 Mei 2019 di Aula Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sintang saya menemui Wakil Kepala Drs. Salam bersamaan dengan kegiatan penelitian mahasiswa. Sebelumnya mahasiswa sudah menetapkan daerah tersebut sebagai daerah sasaran pelaksanaan penelitian, saya melakukan penyuluhan yang berkaitan dengan keputihan dalam kesehatan reproduksi remaja putri, dan masalah itu yang dihadapi oleh remaja putri yang kurang mendapatkan informasi yang berkaitan dengan keputihan. Pelaksanaan penyuluhan keputihan dilakukan berdasarkan pada pengetahuan remaja putri yang masih rendah berkaitan dengan kesehatan reproduksi, serta dampak yang akan terjadi bilamana kesehatan reproduksi tidak diperhatikan bagi kesehatan remaja putri pada masa yang akan datang.

Keputihan pada remaja ditemukan disebabkan oleh adanya bakteri, baik yang disebut dengan *Basil Doderlain*, dalam keadaan normal jumlah basil ini cukup dominan dan membuat area vagina bersifat asam sehingga vagina mempunyai daya proteksi yang cukup kuat. Disamping itu, vagina juga mengeluarkan sejumlah cairan yang berguna untuk melindungi diri dari infeksi, keputihan normal terjadi pada wanita adalah pada masa menjelang dan sesudah menstruasi, pada fase sekitar sekresi antara hari ke 10 - 16 menstruasi dalam keadaan terangsang atau birahi, dan dalam keadaan stres atau emosional (Manuaba, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat kesamaan bahwa sumber informasi mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian keputihan. Sumber informasi adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim pesan kepada penerima pesan, apabila dipahami secara garis besar sumber informasi adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa/i mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Desky, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Desky (2015) menyatakan, bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian keputihan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kelam Permai Kabupaten Sintang 2014, analisis lanjut menunjukkan bahwa untuk mengalami keputihan pada remaja putri yang berpengetahuan kurang mempunyai peluang sebesar berisiko 24.818 kali mengalami keputihan dibandingkan dengan remaja putri yang berpengetahuan baik. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kelam Permai Kabupaten Sintang 2014, dapat disimpulkan semakin remaja putri tidak mempunyai pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi dan *personal hygiene* menjaga kebersihan genitalia eksterna pada remaja putri, maka remaja putri akan mempunyai peluang besar untuk mengalami keputihan.

Penelitian yang dilakukan oleh Somia Gul (dalam Desky, 2015) menyatakan salah satu penyebab dari keputihan adalah kebersihan diri yang buruk (Gul *et al*, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Congol juga melaporkan frekuensi infeksi genitalia lebih besar (38.1%) pada



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

mereka yang membersihkan area genitalia dengan salah dan sekitar (35,1%) pada mereka yang membersihkan area genitalia dengan benar. Remaja putri lebih memperhatikan kebersihan diri terutama pada kebersihan genitalia dan kebersihan vulva yang semuanya itu berkaitan dengan *personal hygiene*.

Keputihan abnormal disebabkan oleh infeksi atau peradangan, ini terjadi karena perilaku yang tidak sehat seperti mencuci vagina dengan air yang kotor atau air yang tidak mengalir, menggunakan cair pembersih vagina yang berlebihan, cara cebok yang salah, stress yang berkepanjangan, merokok dan menggunakan alkohol, menggunakan bedak talcum/tisu dan sabun pewangi pada daerah vagina, serta sering memakai atau meminjam barang-barang seperti perlengkapan mandi yang memudahkan penularan keputihan (Kusmiran, 2012).

Ketika berada di toilet umum, sebaiknya jangan menggunakan air di ember atau penampungan untuk membersihkan vagina. Sebaiknya gunakan saja air yang berasal dari keran yang mengalir, hal ini akan lebih aman. Karena menurut penelitian air yang tergenang di toilet umum mengandung 70% jamur *candida albicans* penyebab keputihan. Sedangkan air yang mengalir di dalam keran mengandung kurang lebih hanya 10% sampai 20% (Rimawati, dkk, 2012). Air yang tergenang di dalam ember atau tempat penampungan menjadi wadah berkembang-biaknya *candida albicans* yang disebabkan oleh tidak dapat mengalir pada tempat lain.

Penggunaan toilet jongkok lebih aman dan dapat terhindar dari penularan jamur, kuman, parasit, bakteri dan virus disebabkan oleh jaraknya yang lebih aman (jauh) dibandingkan dengan toilet duduk, yang mana kulit menempel pada toilet. Menurut Utami, dkk (2014) mengatakan, apabila terpaksa menggunakan kloset umum dikeramaian misalnya mall atau bandara, jika tersedia kloset jongkok. Hampir saat ini hampir sebagian besar toilet menggunakan kloset duduk dengan air dan pembersih yang ada di situ, kemudian keringkan dengan tissue toilet. Setelah itu barulah menggunakan kloset tersebut. Sebisa Mungkin gunakan tissue pribadi untuk mengeringkan vagina.

Data WHO (2007) menyebutkan, angka prevalensi tahun 2006, 25% - 50% *candidiasis*, 20%-40% *bacterial vaginosis* dan 5%-15% *trichomoniasis*. Penyebab utama keputihan patologis ialah infeksi (jamur, kuman, parasit dan virus). Keputihan patologis dapat juga disebabkan karena kurangnya perawatan remaja putri terhadap alat genitalia seperti mencuci vagina dengan air yang tergenang di ember, menggunakan pembilas secara berlebihan, memakai celana dengan bahan yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, dan tak sering mengganti pembalut saat menstruasi (Aulia, 2012).

Berdasarkan beberapa pertanyaan tentang praktik yang ada di kuesioner pertanyaan sebagian besar responden tidak bisa menjawab yaitu lebih banyak responden menggunakan celana yang ketat dikarenakan lebih nyaman dan menggunakannya serta mengikuti gaya dan model anak-anak sekarang, masih malu untuk melakukan pemeriksaan ke dokter apabila terjadi keputihan serta masih menggunakan handuk bergantian yang dapat menyebabkan tertular terjadinya keputihan (Rozi, 2013). Celana ketat secara fisik sangat mengganggu kenyamanan seseorang untuk bergerak secara leluasa, karena tuntutan model sehingga seseorang mau mengorbankan kesehatannya. Dampak yang ditimbulkan dari pakaian ketat adalah risiko terjadinya keputihan lebih banyak dibandingkan dengan yang menggunakan celana yang tidak ketat dan melakukan pemeriksaan ke dokter agar tidak terjadinya



keputihan yang berkepanjangan, serta menggunakan handuk yang tidak bergantian dengan orang lain (Desky, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan, bahwa angka kejadian keputihan fisiologi 36 orang (40,4%), dan angka kejadian keputihan patologi 53 orang (59,6%). Banyaknya angka kejadian keputihan patologis merupakan masalah yang dihadapi oleh wanita, karena perilaku kesehatan yang berisiko. Akibat perilaku yang tidak sehat menimbulkan keputihan yang dialami oleh responden yaitu keputihan terus menerus tidak ada jeda, lamanya kurang lebih 2-3 tahun, dan sebagian mengalami keputihan yang terasa panas, gatal, berbau dan nyeri di organ kewanitaan (Setiani, dkk, 2015).

Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Somia Gul menyatakan salah satu penyebab dari keputihan adalah kebersihan diri yang buruk (Gul *et al*, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Congol juga melaporkan frekuensi infeksi genitalia lebih besar (38,1%) pada mereka yang membersihkan area genitalia dengan salah dan sekitar (35,1%) pada mereka yang membersihkan area genitalia dengan benar. Lingkungan vagina yang tidak sehat dapat menjadi penyebab ketidakseimbangan ekosistem bakteri di vagina. Kurangnya kesadaran dalam menjaga kebersihan diri seperti tidak tepat dalam mencuci tangan, kurang benar dalam membersihkan daerah genitalia setelah buang air kecil atau besar, mengenakan celana yang ketat yang tidak menyerap keringat, bertukar celana dengan orang lain, menggunakan toilet umum yang kotor, kurang menjaga kebersihan vagina, bergantian handuk dengan orang lain, dan jarang mengganti pembalut dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi keputihan tersebut (sevil *et al*, 2013).

Masa remaja adalah masa yang penting karena pada saat itu terjadi proses awal kematangan pada alat reproduksi yang dikenal dengan masa pubertas. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa itu banyak terjadi perubahan baik yang fisik maupun psikis, yang akan mengganggu psikis remaja. Hal ini mengakibatkan remaja menghadapi masa rawan dalam menghadapi proses pertumbuhan dan perkembangannya, apalagi diiringi juga dengan arus globalisasi dengan informasi yang semakin mudah dan cepat diakses.

Faktor penyebab keputihan dipicu karena adanya virus, bakteri, kuman, aktivitas yang terlalu lelah, hormonal dan pada vulva *hygiene* (Bahari,2012). Perilaku individu untuk menghindari penyebab virus, bakteri, kuman, dan aktivitas yang dapat menyebabkan keputihan dapat dilakukan, misalnya menggunakan air mengalir ketika berada di toilet dan tidak menggunakan sabun pembersih yang berlebihan. Penyebab keputihan dari kelelahan ditandai muncul hanya pada waktu kondisi tubuh sangat letih dan biasa lagi ketika tubuh sudah normal kembali (Susanto, 2013). Prilaku tidak *hygiene* seperti air cebok tidak bersih, celana dalam tidak menyerap keringat, penggunaan pembalut yang kurang baik merupakan salah satu faktor penyebab keputihan (Ayuningsih, 2010).

Kebersihan perorangan (*personal hygiene*) sangat dibutuhkan dalam meningkatkan ketahanan dan pencegahan dari penyakit keputihan yang disebabkan oleh patogen, baik itu berupa bakteri, kuman, maupun virus. Bagi remaja putri yang sedang mengalami proses menstruasi, menjaga kebersihan perorangan menjadi sangat utama khususnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja putri. Kebersihan daerah kewanitaan juga bisa dijaga dengan sering mengganti pakaian dalam, paling tidak sehari dua kali setelah mandi. terutama bagi wanita aktif dan mudah berkeringat harus pelu di perhatikan, agar



tidak terjadi kelembaban pada organ kewanitaan maka harus sering mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari (Shadini, 2012).

Kebersihan perorangan (*personal hygiene*) yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja putri yang baik akan menghindarkan dirinya dari infeksi dan berbagai persoalan yang berkaitan dengan kesehatan perseorangan. Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) disadari sudah menjadi masalah kesehatan dunia yang cukup serius yang dapat memberikan dampak buruk kepada laki-laki dan perempuan. Menurut WHO (2013) ISR yang terjadi pada perempuan jumlahnya jauh lebih tinggi dibanding yang terjadi pada laki-laki. Infeksi saluran reproduksi dapat terjadi pada siapa saja, tidak lagi seperti asumsi kebanyakan masyarakat yang beranggapan bahwa hanya pekerja seks komersial yang dapat terkena infeksi saluran reproduksi, namun infeksi saluran reproduksi juga sudah banyak ditemukan pada wanita remaja (Budi, dkk, 2018). Kesehatan Saluran Reproduksi remaja putri akan berkaitan dengan masalah kesehatan lainnya, seperti kemandulan, Infeksi Saluran Kencing (ISK), dan kanker serviks.

Hasil yang signifikan ini disebabkan karena banyaknya responden yang mengalami keputihan patologi sebesar 53 orang (59,6%). Bila perilaku responden baik maka angka kejadian keputihan patologi menurun sebanyak 14 orang (15,7%), bila perilaku responden cukup maka angka kejadian keputihan patologi meningkat sebanyak 18 orang (20,2%), dan bila perilaku responden tersebut kurang maka angka kejadian keputihan meningkat sebanyak 21 orang (23,6%). Sesuai teori yang ada bila perilakunya baik maka angka kejadian keputihan bisa di sebabkan karena faktor-faktor yang lain menurut Shadini kejadian keputihan di sebabkan berbagai macam seperti, pengaruh hormon, *personal hygiene*, kecapkan, adanya penyakit di mulut rahim dan kelainan anatomis pada organ kewanitaan (Shadini, 2012). Perbaikan perilaku, yakni berkaitan dengan pengetahuan, sikap, dan praktik dalam merawat dan memelihara genitalia eksterna.

Keputihan terjadi jika vagina mengeluarkan semacam lendir atau cairan seperti nanah atau kondisi tidak normal, seperti bau dan warna yang menyengat. Setiap wanita secara normal akan mengeluarkan sedikit cairan di vagina, yang jernih menyerupai warna susu atau sedikit kekuningan. Apabila pengeluaran cairan ini tidak menimbulkan rasa gatal atau berbau busuk maka keputihan tersebut bukan merupakan masalah (Pratiwi, 2005).

Keputihan dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu keputihan yang bersifat fisiologis dan bersifat patologis. Keputihan karena faktor fisiologis biasanya berbentuk lendir encer, bening, dan tidak busuk. Hal ini sangat berbeda dengan keputihan yang di sebabkan oleh faktor patologis. Karena di sebabkan oleh serangan bakteri atau jamur, lendir yang keluar warna kekuningan bahkan kecoklatan dan bahkan terkadang bercampur darah. Selain jamur dan bakteri, keputihan patologis juga bisa dipicu oleh pemakaian obat anti elergi atau obat antikanker pada alat kelamin (Tetty, 2003).

Pengertian keputihan itu sendiri, baik dalam pengertian fisiologis maupun patologis diartikan sebagai keputihan adalah cairan yang keluar dari kemaluan selain darah dan bukan sebuah penyakit, akan tetapi merupakan gejala dari penyakit. Keputihan di bagi menjadi dua keputihan yaitu fisiologi dan patologi. Keputihan fisiologi adalah cairan keputihan yang keluar dari vagina, tidak berbau busuk, tidak terasa nyeri, gatal dan panas. Adapun keputihan patologi adalah cairan keputihan yang berubah warna, terasa gatal, nyeri dan terasa panas (Setiani, dkk, 2015).



Berdasarkan hasil penelitian Suryandari (2013). responden yang memakai sabun pembersih kewanitaannya mengalami keputihan patologis 33 responden (21,5%) dan hampir seluruh responden yang tidak memakai sabun pembersih kewanitaannya mengalami keputihan fisiologis 92 responden (60%). P-value = 0,001 berarti ada hubungan yang bermakna antara pemakaian sabun kewanitaannya dengan keputihan pada wanita usia subur (Fitri, dkk, 2013). Sesuai teori yang ada bila perilakunya baik maka angka kejadian keputihan bisa disebabkan karena faktor-faktor yang lain menurut Shadini kejadian keputihan disebabkan berbagai macam seperti, pengaruh hormon, *personal hygiene*, kecapkan, adanya penyakit di mulut rahim dan kelainan anatomis pada organ kewanitaannya (Shadini, 2012).

Perilaku *vulva hygiene* yang baik menyebabkan responden mampu menjaga kebersihan vagina dan sekitarnya, serta menjaga agar vagina tetap kering dan tidak lembab. Vagina yang kering akan memperkecil risiko tumbuhnya parasit yang dapat menyebabkan keputihan. Selain itu perilaku *vulva hygiene* yang baik juga menjaga vagina tetap bersih tetapi flora normal vagina dan keasaman vagina tidak terganggu, sehingga akan mengurangi risiko kejadian keputihan (Fathul, 2013). Kekurangan informasi dan pengetahuan tentang perubahan sistem reproduksi pada usia remaja menimbulkan kecemasan dan rasa malu karena berbeda dengan teman sebayanya. Hal ini, mengakibatkan timbul bermacam masalah yang berhubungan dengan alat reproduksi mereka. Salah satunya adalah munculnya keputihan pada remaja putri (Dhuangga, dkk, 2012). Akses informasi penyakit keputihan yang rendah dapat disebabkan oleh sulitnya untuk mendapatkan informasi tentang keputihan, baik yang disediakan oleh Puskesmas, Dinas Kesehatan, ataupun lembaga lainnya yang memberikan pendidikan kesehatan bagi remaja putri. Pengetahuan yang rendah menyebabkan remaja putri tidak mengetahui cara melakukan perawatan vulva eksterna secara baik untuk menghindari terjadinya keputihan.

Banyak wanita di Indonesia yang tidak tahu tentang keputihan sehingga mereka menganggap keputihan sebagai hal yang sudah biasa dan sepele, di samping itu rasa malu ketika para wanita/remaja mengalami keputihan kerap membuat wanita/remaja tersebut enggan berkonsultasi ke dokter. Padahal keputihan tidak bisa dianggap sepele, karena akibat dari keputihan ini sangat fatal bila lambat ditangani tidak hanya bisa mengakibatkan kemandulan dan hamil di luar kandungan. Keputihan juga bisa merupakan gejala awal dari kanker leher rahim (kanker serviks) yang bisa berujung pada kematian kalau tidak dikonsultasikan pada petugas kesehatan sejak dini (Sutarno, 2003).

Pendidikan kesehatan adalah suatu penerapan konsep pendidikan dalam bidang kesehatan, dimana pendidikan kesehatan adalah suatu pedagogik praktis atau praktik pendidikan. Pendidikan kesehatan adalah konsep pendidikan yang diaplikasikan pada bidang kesehatan. Pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti dalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan kearah yang lebih dewasa, lebih baik, dan lebih matang pada diri individu (Notoatmodjo, 2012). Pendidikan kesehatan dilakukan untuk melihat perkembangan, perubahan, dan kemajuan pengetahuan dan perbaikan sikap serta berkaitan dengan materi sudah disampaikan, sehingga peserta didik memiliki pengetahuan baru yang kemudian mengubah sikapnya untuk berubah lebih baik, yang kemudian dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pengetahuan adalah hasil "tahu", dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yaitu: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan atau kognitif



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2012). Metode pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menggunakan film sebagai media audio - visual, disamping itu ditindaklanjuti dengan metode ceramah yang bersifat audio. Metode ceramah dan diskusi merupakan metode klasik yang dapat dilakukan secara interaktif antara penyaji materi pendidikan kesehatan dengan peserta didik. Pada saat bersamaan peserta didik dapat memahami dan memberikan respons secara spontanitas, baik berupa tindakan maupun sikap terhadap materi yang sudah disampaikan.

Tingkat pendidikan dapat menentukan mudahnya tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Melino (2007), bahwa pendidikan adalah suatu proses pendewasaan manusia melalui pengajaran dan pelatihan. Pada penelitian ini yang menjadi responden adalah siswi SMA. Berdasarkan Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional tahun 2003 Bab 4 pasal 14 menyatakan bahwa SMA merupakan jenjang pendidikan formal yaitu tingkat pendidikan menengah. Menurut Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi tidak sama pemahamannya dengan orang yang berpendidikan rendah. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah pula untuk menerima informasi dan pada akhirnya semakin banyak pengetahuan yang mereka miliki.(Oktova, 2016).

Media atau alat peraga sebagai alat bantu yang mampu menjelaskan seperti kondisi nyata yang seharusnya terjadi, sehingga menurut Notoatmodjo (2012) Secara terperinci, faedah alat peraga antara lain:

- (1) Menimbulkan minat sasaran pendidikan
- (2) Mencapai sasaran yang lebih banyak
- (3) Membantu mengatasi hambatan bahasa
- (4) Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan
- (5) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan tepat
- (6) Merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain
- (7) Mempermudah penyampaian bahan pendidikan/informasi oleh para pendidik/pelaku pendidikan
- (8) Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan
- (9) Mendorong keinginan orang untuk mengetahui, kemudian lebih mendalami, dan akhirnya memberikan pengertian yang lebih baik.
- (10) Membantu menegakkan pengertian yang diperoleh.

Pendidikan kesehatan melalui pemutaran film dan ceramah diharapkan dapat memperbaiki pengetahuan dan mengubah sikap remaja tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencegah dan meningkatkan kesehatannya melalui berbagai tindakan, seperti mencuci tangan sebelum makan, mencuci buah sebelum dimakan, tidak membuang sampah sembarangan, mencuci tangan sesudah keluar dari kamar mandi, menggosok gigi sebelum tidur, tidak merokok, mandi minimal dua kali sehari menggunakan sabun, dan melakukan aktivitas fisik secara teratur.

Pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok, atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2012). Pesan



yang disampaikan berupa lambang-lambang atau simbol-simbol yang menggambarkan tindakan yang harus dilakukan seseorang dalam menerapkan *personal hygiene* untuk diterima, dipahami, dan dapat dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan kesehatan yang dilakukan akan memberikan efek kepada seseorang atau kelompok orang untuk dapat memperbaiki perilaku kesehatannya, agar bertindak sesuai dengan pedoman hidup bersih dan sehat. Dalam perkembangan selanjutnya oleh para ahli pendidikan, dan untuk kepentingan pengukuran hasil pendidikan, menurut Notoatmodjo (2012) ketiga domain ini diukur dari:

- a. Pengetahuan peserta didik terhadap materi pendidikan yang diberikan (*knowledge*)
- b. Sikap atau tanggapan peserta didik terhadap materi pendidikan yang diberikan (*attitude*)
- c. Praktik (*praksis*), atau tindakan yang dilakukan oleh peserta didik sehubungan dengan materi pendidikan yang diberikan (*practice*).

Substansi utama dalam pendidikan kesehatan adalah perubahan perilaku sesuai dengan harapan yang disampaikan oleh tenaga kesehatan, sehingga individu, kelompok, dan masyarakat mampu memberdayakan dirinya sendiri untuk berperilaku sehat dalam mewujudkan upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit.

Menurut Sarwono (2011), bahwa sikap dapat berubah-ubah sesuai dengan keadaan lingkungan di sekitar individu yang bersangkutan pada saat dan tempat yang berbeda. Sikap dinyatakan dalam tiga domain yaitu ABC (*Affect, Behaviour* dan *Cognition*). *Affect* adalah perasaan yang timbul (senang, tidak senang), *Behaviour* adalah perilaku yang mengikuti perasaan yaitu menghindar atau mendekat, *Cognition* adalah penilaian terhadap objek sikap (bagus atau tidak bagus). Pada penelitian ini remaja yang berpengetahuan kategori tahu tentang rebusan daun sirih dalam mengatasi keputihan, maka remaja akan merasa senang dan bersikap positif atau mendukungnya.

Perubahan pengetahuan dan sikap akan menentukan pada perubahan praktik kesehatan yang dilakukan oleh individu, menurut Notoatmodjo (2012) sikap terdiri dari berbagai tingkatan, yakni:

1. Menerima (*receiving*)  
Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek). Misalnya sikap orang terhadap gizi dapat dilihat dalam kesediannya dan perhatian itu terhadap ceramah-ceramah tentang gizi.
2. Merespons (*responding*)  
Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, lepas pekerjaan itu benar atau salah, berarti orang itu menerima ide tersebut.
3. Menghargai (*valuing*)  
Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga. Misalnya, seorang ibu yang mengajak ibu lain (tetangganya, saudaranya dan sebagainya) untuk pergi menimbang anaknya ke Posyandu atau mendiskusikan tentang gizi, adalah suatu bukti bahwa ibu tersebut telah mempunyai sikap positif terhadap gizi anak.
4. Bertanggung jawab (*responsible*)  
Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi. Misalnya seorang ibu mau menjadi akseptor KB, meskipun mendapat tantangan dari mertua atau orang tuanya sendiri.



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

Materi pendidikan kesehatan akan memberikan dampak pada peserta didik bilamana pengetahuannya meningkat dari sebelumnya tidak tahu, kemudian berubah menjadi tahu agar dirinya tidak mendapatkan risiko penyakit. Ada keinginan untuk mengubah sikapnya berdasarkan pengetahuan yang dimiliki dan risiko kesehatan yang ditimbulkan, karena itu menurut Allport (Notoatmodjo, 2012) menjelaskan bahwa sikap itu mempunyai tiga komponen pokok, yakni:

- a) Kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu objek
- b) Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek
- c) Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*)

Pengetahuan yang diterima dianggapnya bukan suatu kebenaran, maka peserta didik berupaya untuk menolak informasi atau pengetahuan baru yang diterimanya, karena itu pendidikan kesehatan berupaya semaksimal mungkin menggunakan media yang dapat menggugah emosional individu agar memiliki kecenderungan untuk meningkatkan kesehatannya dengan berperilaku sebagaimana yang dipraktikkan dalam *personal hygiene* dan *vulva hygiene*.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan penyuluhan keputihan (*flour albus*) pada siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sintang dapat disimpulkan, terjadi perubahan pengetahuan dan sikap siswi MAN Sintang tentang keputihan (*flour albus*) untuk mencegah terjadinya penyakit keputihan patologis dengan mengubah perilaku berisiko, pengetahuan siswi MAN Sintang sebagai remaja putri meningkat berkaitan dengan perilaku yang dapat menimbulkan penyakit keputihan yang bersifat patologis, terjadi perubahan pandangan siswi MAN Sintang sebagai remaja putri tentang perilaku yang dapat menyebabkan keputihan patologis untuk memelihara kesehatan genitalia.

Kegiatan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap kader kesehatan dan ibu-ibu rumah tangga pendidikan disarankan untuk diadakan penyuluhan keputihan (*flour albus*) berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan perorangan (*personal hygiene*) melalui perawatan genitalia dapat dilakukan secara terus-menerus untuk semua remaja putri, remaja putri harus memperhatikan dalam mencuci genitalia menggunakan air yang mengalir, tidak menggunakan pembilas (pembersih) secara berlebihan, memakai celana yang longgar, selalu mengganti pakaian dalam, dan sering mengganti pembalut saat menstruasi. Dan mengubah persepsi dan pandangan remaja putri tentang keputihan fisiologis dan patologis secara menyeluruh untuk memberikan pemahaman tentang perilaku yang benar untuk kesehatan

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Ketua STIKES Kapuas Raya, Ketua LPPM STIKES Kapuas Raya yang sudah memberikan dukungan untuk melaksanakan pendidikan kesehatan. Kepala MAN Sintang yang sudah memberikan kesempatan kami untuk melaksanakan pendidikan kesehatan dan siswi MAN Sintang yang sudah bersedia untuk mengikuti pendidikan kesehatan tentang keputihan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abror, Andri Dwi Hernawan, dan Ermulyadi. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian keputihan patologis Siswi SMA Negeri 1 Simpang Hilir Kabupaten Kayong Utara. *Unes Journal of Public Health* 6 (1).
- Desky. (2015). Hubungan Perilaku Personal Hygiene menjaga kebersihan genitalia eksterna dengan kejadian keputihan pada remaja Putiri, *Wawasan Kesehatan*, Vol. 1 No. 2 Januari
- Dhuangga, W.P., dan Misrawati. 2012. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Higiene Kewanitaan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menangani Keputihan. *Jurnal Ners Indonesia*, 2 (2): 116-123.P
- Elistiawaty. 2006. Internet. *Wanita RI Alami Keputihan*. <http://www.detiknews.com> diakses tanggal 18 Januari 2016 jam 13.00 [http://portal.cbn.net.id/cbprtl/Cybermed/detail.aspx?x=Health+Woman&y=Cybermed%7C0%](http://portal.cbn.net.id/cbprtl/Cybermed/detail.aspx?x=Health+Woman&y=Cybermed%7C0%7C)
- Indira Awaliyah, 2012. Hubungan personal hygiene dalam pencegahan terjadinya keputihan. <http://kti-skripsinet.blogspot.com/2013/10/hubunganantara-status-gizidengan.html>  
Kompas, 25 November 2015
- Prawiroharjo S. Ilmu Kandungan. Jakarta:Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo; 2007.
- Purnasari, Eliza Budi. (2018). Hubungan antara Perilaku Hygiene Genetalia dengan Kejadian Keputihan Patologis *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* Vol. 7 No. 1, Juli.
- Purnasari, Eliza Budi. (2018). Hubungan antara Perilaku Hygiene Genetalia dengan Kejadian Keputihan Patologis *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* Vol. 7 No. 1, Juli.
- Trisnawati Irna. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Keputihan Patologis pada Wanita Usia Subur yang bekerja di PT Unilever Cikarang Bekasi, *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, Vol. 9 No. 1 Januari.
- Werdiyani, N. L. Y. 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Kejadian Keputihan Di Smp N 2 Bangli Bali. Yogyakarta:Universitas Respati.
- World Health Organization tahun 2012
- World Health Organization tahun 2013
- Zubier F. Keputihan kapan perlu dicemaskan [internet]. 2002 [cited 2014]. Available from:

