

PRAKTIK KEBERSIHAN SAAT MENSTRUASI (*MENSTRUAL HYGIENE*) DAN UPAYA PENCEGAHAN VULVOVAGINITIS

Dewi Anggraini*, Naila Mufida

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, Indonesia

*dewi.anggraini@umj.ac.id

ABSTRAK

Masalah kesehatan reproduksi perempuan perlu mendapatkan perhatian yang serius. Salah satu permasalahan yang sering timbul terutama pada perempuan usia reproduksi adalah vulvovaginitis. Vulvovaginitis ditandai dengan rasa gatal, panas, nyeri, luka, dan keluarnya cairan dari organ reproduksi karena infeksi kuman, bakteri, atau jamur. Hal ini berkaitan dengan cuaca yang lembab di Indonesia sehingga mempermudah berkembangnya jamur pada organ reproduksi perempuan. Keparahan dapat terjadi apabila perempuan tidak mengetahui cara membersihkan area kewanitaannya yang sesuai. Tujuan: Untuk mengetahui hubungan *menstrual hygiene* dengan upaya pencegahan vulvovaginitis pada perempuan usia reproduksi di DKI Jakarta. Desain penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional survey*. Jumlah sampel 150 perempuan usia reproduksi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disebar secara *online* menggunakan *Google Form*. Analisa data dilakukan menggunakan uji statistik *Spearman Rho*. Pada studi ini didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara beberapa variabel dengan upaya pencegahan vulvovaginitis, seperti *menstrual hygiene* ($p < 0,05$), pendidikan terakhir ($p < 0,05$), dan suku ($p < 0,05$). Hal ini dapat menjadi gambaran untuk strategi pemberian asuhan keperawatan untuk dapat meningkatkan perannya dalam memberi promkes yang berkesinambungan guna meningkatkan pencegahan terhadap vulvovaginitis. Kata kunci: *Menstrual hygiene*, perempuan, vulvovaginitis

ABSTRACT

Problems among women related to reproductive health, need serious attention. One of them which common among women in reproductive age is vulvovaginitis. It is characterized by itching, heat, pain, sores, and discharge from the reproductive organs due to bacterial, bacterial, or fungal infections. This is related to the humid weather in Indonesia, thus facilitating the development of fungi in the female reproductive organs. Severity can occur if a woman does not know how to clean her feminine area properly. To determine the relationship between menstrual hygiene and prevention of vulvovaginitis in reproductive age in DKI Jakarta. The design of this research is correlational descriptive with a cross sectional survey approach. The number of samples is 150 women of reproductive age. Data collection uses a questionnaire distributed online using Google Form. Data analysis was performed using Spearman Rho statistical test. In this study, it was found that there was a significant relationship between several variables with efforts to prevent vulvovaginitis, such as menstrual hygiene ($p < 0.05$), recent education ($p < 0.05$), and ethnicity ($p < 0.05$). This can be an illustration of a strategy for providing care, to be able to increase efforts to improve prevention of vulvovaginitis. Keywords: Menstrual hygiene, woman, vulvovaginitis

PENDAHULUAN

Vulvovaginitis adalah suatu inflamasi pada vagina yang mengubah lingkungan pada vagina. Organ reproduksi eksternal cukup rentan untuk terkena penyakit karena berada di areayang tertutup dan banyak terdapat lipatan-lipatan sehingga area tersebut akan mudah berkeringat dan lembab. Hal tersebut yang akan memicu bakteri untuk berkembang biak dengan mudah sehingga menimbulkan gatal,

bau yang tidak sedap dan dapat menimbulkan penyakit infeksi (Revina, 2014).

Diperkirakan sekitar 75% wanita mengalami setidaknya satu episode vulvovaginitis dalam hidup mereka (Habibipour, 2014). Di Indonesia sendiri 75% wanita pernah mengalami vulvovaginitis minimal satu kali dalam hidupnya dan setengah diantaranya mengalami vulvovaginitis sebanyak dua kali atau lebih (Faraji R, *et al.*,

2012). Vulvovaginitis merupakan hal yang lazim terjadi, terutama di negara-negara dengan iklim tropis atau subtropis. Pemakaian pakaian ketat dan pakaian dalam yang merupakan bahan sintesis juga dapat memicu timbulnya bakteri vulvovaginitis (Zuckerman dan Ramano, 2016). Kurangnya kesadaran akan pentingnya kebersihan area kewanitaan selama menstruasi masih menjadi isu pada hampir setengah dari populasi wanita di dunia (Shrestha, *et al.*, 2014).

Kebersihan pada area genitalia khususnya ketika menstruasi membutuhkan perhatian lebih dibandingkan ketika tidak sedang menstruasi. Studi yang dilakukan di India didapatkan hasil bahwa banyak perempuan dengan vulvovaginitis yang tidak mencari perawatan medis, baik karena ketidaktahuan, buta huruf, stigma sosial, dan keraguan (Mahur dan Humera, 2019). Terdapat kebutuhan yang sangat besar untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan yang komprehensif bagi wanita usia reproduksi dan untuk mengurangi hambatan yang mereka hadapi dalam mengakses kesehatan. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan praktik kebersihan saat menstruasi dengan upaya pencegahan vulvovaginitis pada wanita usia reproduksi di DKI Jakarta.

METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode *deskriptif korelatif* dan dengan pendekatan *cross sectional* dengan tujuan untuk mengetahui hubungan praktik kebersihan saat menstruasi dengan upaya pencegahan vulvovaginitis pada wanita usia reproduksi di DKI Jakarta. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling; purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan pengambilan sampel secara *purposive* yang dilakukan dengan cara memilih subjek berdasarkan kriteria spesifik yang ditetapkan peneliti berdasarkan batasan karakteristik dan ciri-ciri yang terdapat dalam kriteria inklusi dan eksklusi. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia reproduksi di wilayah DKI Jakarta sebanyak 150 orang, dengan kriteria inklusi sebagai berikut : 1). Bertempat tinggal di wilayah DKI Jakarta. 2). Masih mengalami menstruasi. 3). Mampu membaca, menulis, dan memahami informasi. 4). Bersedia menjadi responden.

Alat pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner melalui *Google Form*. Kuesioner digunakan untuk menilai praktik

kebersihan saat menstruasi dan mengetahui gejala-gejala vulvovaginitis. Jumlah pertanyaan terdiri dari 5 pertanyaan *multiple choice* untuk menilai praktik kebersihan saat menstruasi dan 21 pertanyaan *multiple choice* untuk mengetahui gejala vulvovaginitis dengan menggunakan *skala Guttman*. Sebelum kuesioner ini dibagikan kepada responden, kuesioner dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas menggunakan *r tabel* dan uji reliabilitas menggunakan *alpha cronbach's*. pengolahan data penelitian dilakukan dengan cara *editing, coding, entry*, dan *tabulating* dengan menggunakan program komputer. Penelitian ini dilakukan selama bulan Mei – Juli 2020 di wilayah DKI Jakarta.

HASIL

Dari hasil yang didapat (Tabel 1) bahwa jumlah responden pada kelompok domisili Jakarta Utara sebanyak 90 responden (60%), Jakarta Pusat sebanyak 37 responden (24,7%), Jakarta Timur sebanyak 13 responden (8,7%), Jakarta Barat sebanyak 3 responden (2%), dan Jakarta Selatan sebanyak 7 responden (4,7%). Hal ini menunjukkan bahwa domisili responden terhadap upaya pencegahan vulvovaginitis adalah kelompok domisili Jakarta Utara (60%).

Tabel. 1

Karakteristik responden (n=150)

Variabel	Kategori	n (%)	SD
Domisili	Jakarta Utara	90 (60)	
	Jakarta Pusat	32 (24,7)	
	Jakarta Timur	13 (8,7)	
	Jakarta Barat	3 (2)	
	Jakarta Selatan	7 (4,7)	
Usia	15-25	147 (98)	
	26-35	2 (1,3)	
	>35	1 (0,7)	
Agama	Islam	146 (97,3)	
	Kristen	3 (2)	
	Katolik	1 (0,7)	
Suku	Jawa	81 (54)	
	Sunda	26 (17,3)	
	Betawi	24 (16)	
	Batak	1 (0,7)	
	Bugis	7 (4,7)	
	Melayu	7 (4,7)	
	Lain-lain	4 (2,7)	
Pendidikan terakhir	SD	2 (1,3)	
	SMP	9 (6)	
	SMA	70 (46,7)	
	Diploma/ Perguruan Tinggi	69 (46)	
Status Pernikahan	Menikah	6 (4)	
	Belum menikah	144 (96)	
Menstrual hygiene	Baik	21 (14,7)	0,148
	Kurang	129 (85,3)	
Gejala vulvovaginitis	Ada	120 (84)	0,156
	Tidak ada	30 (16)	

Tabel. 2

Korelasi praktik kebersihan saat menstruasi dengan upaya pencegahan vulvovaginitis (n=150)

Variabel	M ± SD	p
Usia	2.26 ± 0.199	.89
Agama	1.03 ± 0.214	.96
Suku	2.13 ± 0.433	.041
Pendidikan Terakhir	2.74 ± 0.067	.039
Status Pernikahan	1.96 ± 0.197	.134
Praktik kebersihan saat menstruasi	0.14 ± 0.148	.028

Tabel 2 diperoleh $p = 0,041$ pada kelompok suku responden, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara suku dengan upaya pencegahan vulvovaginitis. Diperoleh $p = 0,039$ pada kelompok pendidikan terakhir responden, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pendidikan terakhir dengan upaya pencegahan vulvovaginitis. Diperoleh $p = 0,028$ pada praktik kebersihan saat menstruasi (*menstrual hygiene*), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara praktik kebersihan saat menstruasi dengan upaya pencegahan vulvovaginitis.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa variabel usia, agama, dan status pernikahan tidak terdapat hubungan dengan upaya pencegahan vulvovaginitis. Menurut peneliti hal ini terjadi karena mayoritas responden yang berdomisili di DKI Jakarta adalah responden bersuku Jawa yang beragama Islam, dan penggunaan sosial media untuk mendistribusikan kuesioner menyebabkan wanita usia dewasa akhir tidak terjangkau, karena mereka tidak familiar untuk mengisi kuesioner secara *online*. Sedangkan pada variabel suku didapatkan hasil korelasi $p < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara suku dengan upaya pencegahan vulvovaginitis.

Sebagian responden masih menjalani beberapa budaya atau kebiasaan nenek moyang mereka dalam praktik kebersihan area kewanitaan selama menstruasi. Kebiasaan-kebiasaan tersebut ada yang bersifat positif maupun negatif. Salah satunya adalah larangan memotong kuku saat menstruasi. Hal ini bertentangan dengan aturan membersihkan area kewanitaan benar, dimana keadaan kuku tidak boleh panjang dan kotor, namun kebudayaan ini melarang untuk memotong kuku hingga menstruasi selesai. Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa hal ini terjadi karena dimana setiap suku memiliki kebudayaan/kebiasaan masing-masing dalam

Dari praktik kebersihan saat menstruasi didapatkan bahwa jumlah responden mengganti pembalut 2 kali dalam sehari sebanyak 42 responden (28%), dan 3 kali dalam sehari sebanyak 108 responden (72%). Sebanyak 29 responden (19,3%) yang berdiam diri di rumah selama menstruasi dan 121 responden (80,7%) yang tidak berdiam diri di rumah selama menstruasi. Sebanyak 67 responden (44,7%) yang membersihkan tubuh dan area kewanitaan, dan 83 responden (55,3%) yang hanya membersihkan area kewanitaan. Sebanyak 63 responden (42%) yang hanya menggunakan air saat membersihkan area kewanitaan, dan 83 responden (55,3%) yang menggunakan air dan sabun. Sebanyak 129 responden (86%) yang membersihkan area kewanitaan dengan cara yang sesuai, dan 21 responden (14%) yang membersihkan area kewanitaan dengan cara yang tidak sesuai. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari total 150 responden diperoleh jumlah responden dengan praktik kebersihan saat menstruasi yang sesuai sebanyak 21 responden (14,7%) dan jumlah responden dengan praktik kebersihan saat menstruasi yang tidak sesuai sebanyak 129 responden (85,3%).

Hasil yang didapatkan yakni dari total 150 responden diperoleh 71 responden (47,3%) mengalami gatal pada area kewanitaan, 2 responden (1,3%) mengalami panas pada area kewanitaan, 31 responden (20,7%) mengalami nyeri pada area kewanitaan, 32 responden (21,3%) mengalami iritasi pada area kewanitaan, 23 responden (15,3%) mengalami kering pada area kewanitaan, 66 responden (44%) mengalami keputihan, 36 responden (24%) mengalami timbul bau tidak sedap pada area kewanitaan, 53 responden (35,3%) merasa khawatir terhadap gejala, 7 responden (4,7%) menyatakan terdapat luka, 39 responden (26%) menyatakan gejala membuat frustrasi, 50 responden (33,3%) menyatakan gejala membuat malu, 54 responden (36%) menyatakan gejala berpengaruh pada kegiatan sehari-hari, 26 responden (17,3%) menyatakan gejala mempengaruhi interaksi dengan orang lain, 19 responden (12,7%) menyatakan gejala mempengaruhi keinginan bersama orang lain, 14 responden (9,3%) menyatakan bahwa gejala menyulitkan untuk menunjukkan kasih sayang.

melakukan sebuah kegiatan guna mengatur agar manusia dapat mengerti bagaimana seharusnya bertindak dan berperilaku (Jarkasih, 2017). Pada pendidikan terakhir didapatkan hasil korelasi $p < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pendidikan terakhir dengan upaya pencegahan vulvovaginitis. Menurut peneliti semakin tinggi pendidikan seseorang, maka dapat mempengaruhi pengetahuan tentang praktik kebersihan saat menstruasi yang sesuai. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, termasuk juga dalam berperilaku dan berperan aktif dalam kegiatan yang menunjang. Hal ini sejalan dengan teori Pribakti (2010) bahwa pengetahuan dan perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi. Kebiasaan membersihkan area kewanitaan sebagai bentuk perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan mempengaruhi baik atau buruknya kebersihan area kewanitaan tersebut, selanjutnya juga akan mempengaruhi angka kejadian vulvovaginitis.

Berdasarkan hasil analisis didapatkan hasil uji korelasi *Spearman Rho* diperoleh $p < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara praktik kebersihan saat menstruasi (*Menstrual Hygiene*) dengan upaya pencegahan vulvovaginitis pada wanita usia reproduksi di DKI Jakarta. Menurut peneliti, praktik kebersihan menstruasi yang tidak sesuai seperti cara membersihkan area kewanitaan yang salah serta menggunakan sabun pada area kewanitaan yang dapat memicu berkembangnya bakteri vaginosis yang dapat menyebabkan timbulnya gejala vulvovaginitis. Tingkat pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan tentang menjaga kesehatan reproduksi wanita, salah satunya adalah praktik kebersihan saat menstruasi. Sehingga semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin baik pula kemampuan dalam berfikir dan menerima informasi sehingga akan menimbulkan kesadaran mereka dan akhirnya akan menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku *vulva hygiene* dengan kejadian pruritus vulva atau gangguan pada area genitalia eksternal yang ditandai dengan rasa gatal (Rosyid dan Mukhoirotin, 2017).

Namun, berdasarkan item-item kuesioner *Menstrual Hygiene Practice Questionnaire* yang peneliti identifikasi secara terpisah, didapatkan bahwa ada beberapa hal yang kurang diperhatikan oleh responden dalam praktik kebersihan saat menstruasi. Hal

tersebut meliputi: penggunaan sabun saat membersihkan area kewanitaan (58%), dan cara membersihkan area kewanitaan dari belakang (anus) ke depan (vagina) (14%). Menurut Sandriana, dkk (2014) mengungkapkan bahwa pemahaman yang baik mengenai pengertian, manfaat dan dampak dari perilaku *personal hygiene genitalia*, namun penerapan perilaku *personal hygiene genitalia* masih kurang. Pengetahuan tentang *hygiene* akan mempengaruhi praktik *personal hygiene*. Pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan (Yuni, 2015).

Pada kuesioner gejala vulvovaginitis menunjukkan bahwa sebanyak (84%) mengalami setidaknya 1 dari 21 gejala vulvovaginitis, diantaranya seperti menimbulkan rasa malu yaitu sebanyak (33,3%), mengganggu aktivitas sehari-hari yaitu sebanyak (36%), dan timbulnya gejala saat berhubungan seksual bagi responden yang telah menikah sebanyak (40%). Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan fakta, responden mengalami gejala-gejala tersebut, namun karena kurangnya pengetahuan menyebabkan mereka tidak tahu bagaimana cara mengatasinya. Pentingnya pengetahuan tentang *personal hygiene* perlu didapatkan guna meningkatkan derajat kesehatan seseorang, dengan memelihara kebersihan diri, memperbaiki *personal hygiene* yang kurang, pencegahan penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan (Isroin dan Andarmoyo, 2012). Dari hasil penelitian ini maka peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi pengetahuan dan kesadaran seseorang, maka semakin kecil kemungkinan terjadinya vulvovaginitis, demikian pula sebaliknya semakin rendah pengetahuan dan kesadaran maka semakin besar kemungkinan terjadinya vulvovaginitis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 150 responden didapatkan data sebagian besar responden memiliki praktik kebersihan saat menstruasi (*menstrual hygiene*) yang kurang yaitu sebanyak (85,3%), dan sebanyak (84%) responden setidaknya memiliki setidaknya 1 dari 21 gejala vulvovaginitis. Berdasarkan hasil korelasi didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara suku dengan upaya pencegahan vulvovaginitis pada wanita usia reproduksi dan didapatkan hubungan yang signifikan antara pendidikan terakhir dengan upaya pencegahan vulvovaginitis.

SARAN

Bagi wanita usia reproduksi diharapkan mampu mempraktikkan kebersihan saat menstruasi yang sesuai guna meningkatkan kesehatan reproduksi dan mencegah terjadinya gejala vulvovaginitis. Bagi petugas kesehatan Rumah Sakit maupun Puskesmas diharapkan mampu mengadakan promosi kesehatan atau penyuluhan kesehatan secara berkala dan berkelanjutan bagi wanita usia reproduksi mengenai kesehatan reproduksi terutama praktik kebersihan menstruasi dan gejala vulvovaginitis.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul-Aziz, M., Mahdy, M. A. K., Abdul-Ghani, R., Alhilali, N. A., Al-Mujahed, L. K. A., Alabsi, S., et al. (2019). *Bacterial Vaginosis, Vulvovaginal Candidiasis and Trichomonal Vaginitis Among Reproductive-Aged Women Seeking Primary Healthcare in Sana'a City, Yemen. BMC Infectious Diseases, 19(1)*. doi:10.1186/s12879-019-4549-3
- Ashley, J. (2019). *Bacterial Vaginosis: A Review of Treatment, Recurrence, and Disparities. The Journal for Nurse Practitioners 2019(15)*, dx.doi.org/10.1016/j.nurpra.2019.03.010
- Azwar, S. 2013. *Sikap Manusia (Teori dan Pengukurannya)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Besney, J. D., Angel, C., Pyne, D., Martell, R., Keenan, L., & Ahmed, R. (2018). *Addressing Women's Unmet Health Care Needs in a Canadian Remand Center. Journal of Correctional Health Care, 24(3)*, doi:10.1177/1078345818780731
- Ditta H & Indropo A. 2012. *Diagnosis dan Penatalaksanaan Kandidiasis Vulvovaginalis*. Universitas Airlangga, Surabaya.
- Faraji R, Rahmi MA, Rezvanmadani F, Heshemi M. *Prevalensi Flour Albus pada Wanita Produktif. Jurnal Kesehatan. 2012*.
- Besney, J. D., Angel, C., Pyne, D., Martell, R., Keenan, L., & Ahmed, R. (2018). *Addressing Women's Unmet Health Care Needs in a Canadian Remand Center. Journal of Correctional HealthCare*
- Ditta H & Indropo A. 2012. *Diagnosis dan Penatalaksanaan Kandidiasis Vulvovaginalis*. Universitas Airlangga, Surabaya.
- Faraji R, Rahmi MA, Rezvanmadani F, Heshemi M. *Prevalensi Flour Albus pada Wanita Produktif. Jurnal Kesehatan. 2012*.
- Hendiana A, Joko W, Erlisa C. 2018. *Hubungan Perilaku Vaginal Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Mahasiswi di Asrama Putri PSIK UNITRI Malang. Universitas Tribhuwana Tungadewi, Malang*.
- Ikha, A. 2019. *Pemberian Edukasi Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Wanita Usia Subur di Desa Sumberagung Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro. STIKesInsan Cendekia Husada, Bojonegoro*.
- Imroatur, R. 2018. *Efektifitas Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Seksual dengan Metode Ceramah dan Small Group Discussion terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja. Universitas Airlangga, Surabaya*.
- Imrok, A. 2018. *Hubungan Perilaku Vulva Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Wanita Usia Subur di Jombang. STIK Insan Cendekia Medika, Jombang*.
- Jarkasih, M. 2017. *Pengaruh Budaya Jawa Terhadap Pola Perilaku Masyarakat Desa Margolembo Kecamatan Mangkutana Kabupaten Luwu Timur. Universitas Islam Negeri, Makassar*.
- Jayalaxmi, M. & Aisha, H. (2019). *A Clinicoetiological Study of Vulvovaginitis in a Tertiary Care Hospital. International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology Mahur J et al. Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol 2019 (5)*, dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20191957

Meinil, S. 2011. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Remaja terhadap Kesehatan Reproduksi Siswa Paket B Setara SMP PKBM BIM Kota Depok Jawa Barat. Universitas Indonesia.*