MEJORA : Medical Journal Awatara
Vol. 2, No. 1, Januari 2024, pp. 23 - 27
ISSN: 3025-9584

PELAKSANAAN *VULVA HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA

Yanti Susan[1], Nurhalimah, Thia Oktiany[3]
[1,2,3] Program Studi D III Kebidanan, ITEKES Mahardika, Cirebon, Indonesia, yansus.thea@gmail.com

A R T I C L E I N F O
History of the article:
Received, December, 18, 2023
Revised, January, 3, 2024
Accepted, January, 3, 2024

Keywords:
Vulva Hygiene
Menstruation
Adolescents

ABSTRACT

According to the 2018 Ministry of Health in Indonesia, it shows that as many as 5.2 million young women who often experience complaints after menstruation due to not maintaining cleanliness, namely itching in the female genitals and based on data from the Pabuaran Health Center, Cirebon Regency in 2021 there are 61% of young women who experience itching in the genitals. the genital area during menstruation. The purpose of this study is the implementation of vulvar hygiene during menstruation in adolescents in the working area of the Pabuaran Public Health Center, Cirebon Regency. The type of research used is descriptive method. The population used was young women who had menstruated in Jatirenggang Village, Pabuaran Health Center Work Area. A total of 200 teenagers and the sampling technique using purposive sampling obtained 66 respondents. The instrument used in the form of a questionnaire sheet and data analysis using univariate analysis. Implementation of vulvar hygiene during menstruation in adolescent girls in Jatirenggang Village, Working Area of Pabuaran Public health Center, Cirebon Regency, resulted in41 respondens (62,1) with the appropriate category. Suggestions in the results of this study were midwives to provide education about how to perform vulvar hygiene during menstruation in adolescent girls in counseling activities.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Kata Kunci :
Vulva Hygiene
Menstruasi
Remaja

Corresponding Author:
Yanti Susan
Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika
Yansus.thea@gmail.com

ABSTRAK

Menurut kemenkes 2018 di indonesia menunjukan bahwa sebanyak 5,2 juta remaja putri yang sering mengalami keluhan setelah menstruasi akibat tidak menjaga kebersihannya yaitu rasa gatal pada alat kelamin wanita dan berdasarkan data dari Puskesmas Pabuaran Kabupaten Cirebon Tahun 2021 terdapat 61% remaja putri yang mengalami gatal di daerah genetalia saat menstruasi.Tujuan dalam penelitian ini yaitu pelaksanaan *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja di wilayah kerja puskesmas pabuaran kabupaten cirebon.

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Populasi yang digunakan adalah remaja putri yang sudah menstruasi di Desa Jatirenggang Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran sebanyak 200 remaja dan Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* didapatkan 66 responden. Instrument yang digunakan berupa lembar kuesioner serta analisis data menggunakan analisis univariat.

Pelaksanaan *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di Desa Jatirenggang Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran Kabupaten Cirebon diperoleh hasil 41 Responden (62,1%) dengan kategori sesuai. Saran dalam hasil penelitian ini bidan melakukan edukasi tentang cara melakukan vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di kegiatan penyuluhan

PENDAHULUAN

Vulva hygiene adalah perilaku memelihara alat kelamin bagian luar (vulva) guna mempertahankan kebersihan dan kesehatan alat kelamin, serta untuk mencegah terjadinya infeksi. Perilaku tersebut seperti melakukan cebok dari arah vagina ke anus menggunakan air bersih, tanpa memakai antiseptik, mengeringkannya menggunakan handuk kering (pribadi) atau tisu kering, mencuci tangan sebelum membersihkan daerah kewanitaan, mengganti pembalut secara teratur 4-5 kali atau jika pembalut sudah penuh dengan darah segera ganti pembalut dengan yang baru, mengganti pembalut sesudah BAB, memakai celana dalam yang berbahan katun dan mengganti celana dalam 3 kali sehari[1].

Menurut teori Kusmiran kurangnya tindakan dalam menjaga kebersihan genetalia seperti tidak mencuci tangan sebelum membuka dan memasang pembalut, malas mengganti pembalut dan pemakaian pembalut lebih dari 6 jam, membilas vagina dengan air kotor, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan vagina yang tidak higienis , dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal dan wanita rentan terkena penyakit yaitu terjangkitnya infeksi jamur dan bakteri pada saat menstruasi. [2]

Berdasarkan data dari Kemenkes Kesehatan di indonesia menunjukan bahwa sebanyak 5,2 juta remaja putri yang sering mengalami keluhan setelah menstruasi akibat tidak menjaga kebersihannya yaitu adanya sensasi gatal pada bagian kelamin wanita.[3]Dan berdasarkan data statistic di indonesia dari 69,4 juta jiwa remaja yang ada di di indonesia terdapat sebanyak 63 juta remaja berperilaku *hygiene s*angat buruk. Seperti kurangnya tindakan merawat kesehatan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Perilaku yang kurang dalam merawat daerah kewanitaan sejumlah 30% yang di akibatkan lingkungan yang buruk atau tidak sehat dan 70% di akibatkan oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi. [4]

Berdasarkan data *Word Health Organisation* tahun 2019 angka kejadian perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi yang buruk di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap dunia tanpa sadar melakukannya. Dari hasil penelitian, di amerika serikat presentase kejadian perilaku *vulva hygiene* sekitar 60%, swedia 72%, mesir 75% dan di indonesia 55%. Data dinas kesehatan tahun 2019 bahwa jumlah remaja putri yang mengalami *hygiene* menstruasi yang buruk yaitu DKI Jakarta 30,3%, Kota Yogyakarta 13,2%, Nusa Tenggara Barat 12,1%, Nusa Tenggara Timur 8,9% dan di Bengkulu 2,0%. [5]

Berdasarkan penelitian Sasmita yang di lakukan di smp negeri 5 tambun selatan kabupaten bekasi tahun 2019 menunjukan bahwa terdapat responden 50,3% memiliki perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi kurang baik pada remaja putri sedangkan yang perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi baik sebanyak 49,7%. [6]

Hasil penelitian Arifianti dan Samaria 2021 di RW 02 bojong menteng bekasi, di peroleh sebanyak 72 responden atau 66,1%. Remaja perempuan memiliki pengetahuan cukup tentang kebersihan *vulva* sebanyak 53 responden atau 48%, memiliki sikap yang baik tentang kebersihan *vulva* sebanyak 76 responden atau 69,7%, dan memiliki motivasi yang baik mengenai kebersihan *vulva* sebanyak 56 responden atau 51,4%. Sebagian besar (69,7%) wanita muda yang berada bojong menteng, bekasi memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, sikap yang baik dan motivasi yang baik. [7]

Hasil penelitian Humariroh, Musthofa, Widagdo (2018) dalam penelitiannya diperoleh bahwa sebanyak 27,6% remaja memiliki perilaku *vulva hygiene* yang buruk. Beberapa diantaranya, sebesar 69,8% responden tidak mencukur rambut kemaluan secara teratur, sebesar 66,4% responden menggunakan sabun mandi sebagai pengganti cairan antiseptik untuk membersihkan daerah kemaluan, serta 37,1% responden tidak mengeringkan kemaluan setelah BAK/BAB. [8]

Hasil penelitian Elliana, Mularsih 2021 hasil penelitiannya menunjukaa bahwa siswi yang memiliki sikap positif tentang vulva hygiene saat menstruasi sebanyak 19 siswi (63,3%), tingkat dukungan keluarga baik dan kurang tentang *vulva hygiene* saat menstruasi masing-masing sebanyak 15 siswi (50,0%), perilaku vulva hygiene saat menstruasi sebagian besar adalah poisif yaitu 17 responden (56,7%). [9]

Hasil penelitian Maidartati, hayati, Nurhida 2016 hasil penelitiannya menunjukan bahwa hampir setengahnya mempunyai pengetahuan baik tentang perilaku *vulva hygiene* (39,75%), setengahnya mempunyai pengetahuan cukup (50%), dan sebagian kecil responden mempunyai pengetahuan kurang (11,25%). Sebagian besar berperilaku baik (85%) dan sebagian kecil responden berperilaku buruk (15%). [10]

Hasil studi pendahuluan di puskemsas pabuaran kabupaten cirebon tahun 2021 didapatkan jumlah remaja putri dengan total 3.780 orang remaja yang terbagi 6 desa. Terdapat kunjungan ke puskesmas sebanyak 64 orang remaja (59%) berbagai macam keluhan di antaranya, yang mengeluhkan dismenorhea sebanyak 20 orang (32%), yang mengeluhkan keputihan patologis sebanyak 5 orang (7,9%), dan yang mengeluhkan gatal di daerah genetalianya selama menstruasi sebanyak 39 remaja (61%). Dari data yang di dapatkan yang mengeluhkan gatal di daerah genetalia saat menstruasi dari desa jatirenggang yaitu sebanyak 39 orang remaja putri. Adapun program kerja yang dilakukan oleh pihak puskesmas terhadap remaja yaitu penyuluhan di kegiatan posyandu remaja yang dilakukan di balai desa

jatirenggang setiap satu bulan sekali, penyuluhan tersebut meliputi masalah pubertas, gizi pada remaja dan *hygiene* saat menstruasi. Hasil wawancara pada 10 remaja wanita di desa jatirenggang didapatkan hanya 3 orang yang melakukan tindakan mencuci tangan sebelum membuka dan memasang pembalut, 2 orang mengganti pembalut 4 jam sekali, dan membilas vagina dengan air bersih yaitu air yang mengalir dari keran, dan 5 orang anak masih kurang dalam penerapan pelaksaan *vulva hygiene* saat menstruasi. Dari paparan diatas, salah satu masalah yang paling banyak terjadi di desa jatirenggang yaitu pelaksanaan *vulva hygiene* saat menstruasi sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul : "Pelaksanaan *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran Kabupaten Cirebon".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan deskriptif. Variabel yang diteliti yaitu Pelaksanaan *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi, populasi seluruh remaja putri yang sudah menstruasi di Desa Jatirenggang sebanyak 200 remaja putri Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran Kabupaten Cirebon, jumlah sampel dengan menggunakan rumus slovin sebanyak 66 responden dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrument berupa kuesioner Penelitian ini menggunakan instrumen lembar kuesioner yang berisikan 12 butir pernyataan terdiri dari 12 pernyataan tentang tindakan *vulva hygiene* saat menstruasi dibuat Pernyataan yang dibuat oleh peneliti sebelumnya, berdasarkan Kuesioner dari penelitan Sari Kholilah Riska 2019, pengolahan data dilakukan menggunakan program statistik komputer release SPSS 16.0. Hasil uji validitas instrument adalah r *table* sebesar 0,444 semuanya valid. Untuk pengujian reliabilitas terhadap instrument tindakan *vulva hygiene* saat menstruasi adalah relibel dan layak untuk digunakan dalam penelitian sebab nilai α sebesar 0,846. Hasil penelitian dianalisis menggunakan analisa univariat. Berdasarkan hasil uji etik yang dilakukan peneliti di KEPK STIKes Mahardika dinyatakan layak etik sesuai 7 standar WHO 2011 per tanggal 21 Juli 2022.

Penelitian dilaksanakan dilaksanakan Desa Jatirenggang RT 01-06 RW 01-03 Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran Kabupaten Cirebon dari tanggal 14 Juli – 21 Juli 2022

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data pelaksanaan *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja di wilayah kerja puskesmas pabuaran kabupaten cirebon dikategorikan yaitu sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai yang di kaji dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran Kabupaten Cirebon

Pelaksanaan *Vulva Hygiene*(f) Saat Menstruasi	**Frekuensi**	**Presentasi (%)**
Sesuai	41	62,1%
Kurang Sesuai	18	27,3%
Tidak Sesuai	7	10,6%
Total	**66**	**100%**

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di desa jatirenggang wilayah kerja puskesmas pabuaran kabupaten cirebon memiliki kategori sesuai sebanyak 41 responden (62,1%). Pelaksanaan *vulva hygiene* saat menstruas putri sebagian besar termasuk dalam kategori sesuai 62,1% yaitu 41 remaja putri. Pelaksanaan *vulva hygiene* bertujuan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan vagina, membersihkan bekas keringat dan bakteri yang ada diskeitar vulva dan luar vagina normal yaitu 3,5 sampai 4,5, mencegah rangsangan tumbuhnya jamur, bakteri, dan protozoa, muculnya penyakit reproduksi lainnya. [11]

Hasil penelitian dari Arifianti 2021 di RW 02 Bojong Menteng Bekasi di peroleh sebanyak 72 responden, remaja perempuan memiliki tindakan *vulva hygiene* saat menstruasi yang sesuai sebanyak 53 (74%), dalam penelitian ini sebagian besar remaja putri memiliki tindakan *vulva hygiene* yang sesuai. Dalam penelitian ini membahas tentang gambaran pengetahuan, sikap dan motivasi terkait *vulva hygiene* pada remaja wanita.[7] Dalam penelitian, peneliti

melakukan penelitian di RW 02 Bojong Menteng Bekasi tentang tindakan remaja putri merawat kebersihan genetalia saat menstruasi bagaimana.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Nawangsari (2014) dengan judul Motivasi Remaja Putri Dalam Pelaksanaan *Vulva Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di MAN 5 Jombang. Dari total 42 responden didapatkan hasil sebagian besar 25 (60%) responden memiliki pelaksanaan *vulva hygiene* yang sesuai, dalam penelitian ini di pengaruhi oleh informasi yang di dapatkan melalui guru [12]Dalam penelitian ini, peneliti melakukan penelitian di siswi SMA kelas XII tentang pelaksanaan *vulva hygiene* nya selama menstruasi.

Sejalan juga dengan Hasil penelitian Muliarsih 2021, di SMA Bogor di ketahui 51 responden siswi yang melakukan praktik *vulva hygiene* yang sesuai di dapatkan sebanyak 32 (62,7%) dan 19 responden 9 (37,3%) masih melakukan praktik vulva hygiene yang kurang. Dalam penelitian ini pembahasannya mengenai remaja yang melakukan praktik vulva hygiene dengan hasil sesuai yaitu 32 remaja putri (62,7%).

Pelaksanaan vulva hygiene yang baik yaitu Menjaga kesehatan berawal dari menjaga kebersihan. Hal ini juga berlaku bagi kesehatan organ-organ seksual. Cara memelihara organ intim tanpa kuman dilakukan sehari-hari dimulai bangun tidur dan mandi pagi. Alat reproduksi dapat terkena sejenis jamur atau kutu yang dapat menyebabkan rasa gatal atau tidak nyaman apabila tidak dirawat kebersihannya. Mencuci vagina dengan air kotor , penggunaan pembilas vagina yang berlebihan [13]

Pelaksanaan vulva hygiene dalam kategori sesuai pada penelitian ini juga dipengaruhi oleh factor – factor yang mendorong remaja putri untuk mengubah sebuah perilaku. Baik itu keraha positif maupun kearah negative. Hall ini sesuai dengan teori bahwa Vulva Hygiene adalah usaha yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kebersihan pribadinya agar terhindar dari penyakitnya. Vulva Hygiene atau kebersihan perseorangan perlu diimplementasikan atau diaplikasikan pada diri pribadi serta keluarga agar terhindar dari penyakit dan produktifitas diri kita[14]

Selain itu factor pengetahuan juga mempengaruhi perubahan pelaksanaan dalam melakukan vulva hygiene. Hal ini sesuai dengan Yasnani 2016 yang menyatakan bahwa dengan pengetahuan yang baik tentang menstruasi, remaja akan merasa tenang dan siap menghadapi dan mengatasi masalah yang terjadi saat menstruasi berlangsung. Jika ada peristiwa menstruasi yang tidak disertai dengan pengetahuan dan informasi yang benar, maka bisa timbul macam-macam problem psikis. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa semakin remaja putri terbuka dalam menggali informasi mengenai organ reproduksinya, maka akan semakin luas wawasan dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi. Jika menstruasi disertai dengan pengetahuan yang benar, remaja putri akan merespon menstruasi dengan hal-hal atau perilaku yang positif. [15]

KESIMPULAN

Simpulan penelitian mengenai pelaksnaan *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja putri yaitu Sebagian besar responden (62,1%) melaksanakan *vulva hygiene* saat menstrasi pada remaja putri sudah sesuai dengan SOP pelaksanaan *vulva hygiene.*

REFERENSI

[1] M. Darma, S. Yusran, and A. F. Fachlevy, ‘Hubungan Pengetahuan, Vulva Hygiene,Stres,Dan Pola Makan Dengan Kejadian Infeksi Flour Albus (Keputihan) Pada Remaja Siswi Sma Negeri 6 Kendari 2017’, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, vol. 2, no. 6, 2017.

[2] P. Kusmiran and N. L. Agustini, ‘Pengetahuan dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja’, *Jurnal Keperawatan*, vol. 10, no. 1, pp. 61–66, 2014.

[3] R. I. Kemenkes, *Survei Kesehatan Dasar Indonesia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018.

[4] Riskesdes, ‘Laporan Provinsi Jawa Barat’, in *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan*, 2018.

[5] S. Handayani, ‘Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Dengan Perilakuvulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putridi Ponpes Al_Ghifarigamping Sleman Yogyakarta’, *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, vol. 10, no. 1, 2019.

[6] Sasmita, ‘Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 5 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi Tahun 2019’, *Jurnal Kebidanan*, 2019.

[7] D. R. I. Arifianti and D. Samaria, ‘Gambaran Pengetahuan Sikap Dan Motivasi Vulva Hygiene Pada Remaja’, *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, vol. 5, p. 1, 2021.

[8] F. Humairoh, S. Budi Musthofa, and L. Widagdo, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Vulva Hygiene Pada Remaja Putri Panti Asuhan Di Kecamatan Tembalang, Kota Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 6, no. 1, 2018.
[9] D. Elliana and S. Mularsih, 'Hubungan pengetahuan dan perilaku pencegahan keputihan pada remaja karang taruna di Kabupaten Cilacap', *Midwifery Care Journal*, vol. 1, no. 3, pp. 28–33, 2020.
[10] H. Maidartati, S., and L. A. Nurhida, Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Vulva Hygiene Pada Saat Menstruasi Remaja Putri. Jurnal Ilmu keperawatan, 2016.
[11] T. Y. E. Siswono, 'Level of Student's Creative Thinking in Classroom Mathematics', *Academic Journals*, vol. 6, no. 7, p. 551, 2013.
[12] N. Nawangsari, 'Motivasi Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Vulva Hygiene Pada saat Menstruasi di MAN 5 Jombang'. 2014. [Online]. Available: https://digilib.itskesicme.ac.id/akasia/index.php?p=show_detail&id=400&keywords=
[13] Devita, 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Dengan Cara Melakukan Personal Hygiene dengan Benar Saat menstruasi di Ma Hasanah Pekanvaru'. 2014.
[14] Ahmad, Perilaku Vulva Hygiene Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar. Diakses, 2013.
[15] N. Yasnani, 'Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan dengan personal hygiene menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton'. 2016.