GAMBARAN PERILAKU *VULVA HYGIENE* REMAJA PUTRI SAAT MENSTRUASI DALAM MENCEGAH KEPUTIHAN

VULVAR HYGIENE BEHAVIOR AMONG ADOLESCENT GIRLS IN PREVENTING VAGINAL DISCHARGE

Ni Made Novianingsih[1], Niken Ayu Merna Eka Sari[2], Ni Kadek Muliawati[2]
[1]Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Medika Bali
[2]Program Studi Profesi Ners STIKES Wira Medika Bali
***E-mail:** novianingsih0912@gmail.com

ABSTRAK

Keputihan merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri dan berkaitan erat dengan perilaku *vulva hygiene* selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku *vulva hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar. Desain penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 147 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang menilai pengetahuan, sikap, dan tindakan. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki pengetahuan baik (87,1%), Sikap baik (80,3%), dan tindakan yang baik (74,8%). Meskipun secara umum dalam kategori baik, masih terdapat kesenjangan antara pengetahuan dan praktik nyata. Disimpulkan bahwa penguatan edukasi kesehatan reproduksi dan peningkatan fasilitas sanitasi sekolah diperlukan untuk meminimalkan risiko keputihan.

Kata Kunci: Menstruasi, Remaja putri, *Vulva hygiene.*

ABSTRACT

Vaginal discharge is a reproductive health issue frequently experienced by adolescent girls and is closely related to vulvar hygiene behavior during menstruation. This study aims to describe the vulvar hygiene behavior of adolescent girls during menstruation at SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar. The research design utilized a descriptive quantitative approach with a cross-sectional study. A total of 147 respondents were selected using the proportional stratified random sampling technique. Data were collected through a structured questionnaire assessing knowledge, attitudes, and practices. The results showed that the majority of respondents had good knowledge (87.1%), good attitudes (80.3%), and good practices (74.8%). Although generally categorized as good, a gap remains between knowledge and actual practice. It is concluded that strengthening reproductive health education and improving school sanitation facilities are necessary to minimize the risk of vaginal discharge.

Keywords: *Adolescent girls, Menstruation, Vulvar hygiene.*

Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan kesehatan reproduksi, yang ditandai dengan terjadinya menstruasi sebagai indikator kematangan sistem reproduksi remaja putri (WHO, 2022). Selama menstruasi, remaja putri rentan mengalami keputihan, baik fisiologis maupun patologis. Keputihan patologis ditandai dengan perubahan warna, bau tidak sedap, serta rasa gatal atau nyeri yang mengindikasikan adanya infeksi (Batubara dkk., 2025).

World Health Organization melaporkan sekitar 374 juta kasus baru infeksi menular seksual (IMS) pada tahun 2020 dengan gejala keputihan. Di Indonesia, khususnya di Provinsi Bali, kasus IMS pada remaja usia 15–19 tahun menunjukkan peningkatan, dengan jumlah tertinggi di Kota Denpasar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2024; Citrawati dkk., 2019).

Keputihan patologis dapat dicegah melalui perilaku vulva hygiene yang baik selama menstruasi. Namun, rendahnya pengetahuan dan kesadaran remaja putri menyebabkan masih ditemukannya perilaku kebersihan genetalia yang kurang tepat (Safira & Afriandi, 2025; Windari dkk., 2024; Violita & Oktavia, 2025). Penelitian Sila dkk. (2023) menunjukkan bahwa 85% siswi memiliki perilaku kebersihan genital yang kurang meskipun telah mendapatkan edukasi. Studi pendahuluan di SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar juga menunjukkan rendahnya praktik vulva hygiene remaja putri. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran perilaku vulva hygiene remaja putri saat menstruasi dalam mencegah keputihan.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* yang berfokus pada observasi variabel dalam satu waktu tertentu. Populasi penelitian mencakup seluruh siswi kelas X, XI, dan XII di SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar dengan total 23 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *proportional stratified random sampling* melalui prosedur undian, sehingga diperoleh sampel representatif sebanyak 147 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner valid yang mengukur pengetahuan (skala Guttman), serta sikap dan tindakan (skala Likert). Analisis data dilakukan melalui tahapan *editing, coding, scoring,* dan *tabulating* untuk menghasilkan distribusi frekuensi.

.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Dan Riwayat Keputihan Pada Remaja Putri Di SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar Pada Bulan Oktober Tahun 2025.

Karakteristik	f	Persentase (%)
Usia (Tahun)		
15-16 Tahun	90	61,2
17-18 Tahun	57	38,8
Total	**147**	**100,0**
Riwayat Keputihan		
Tidak	85	57,8
Iya	62	42,2
Total	**147**	**100,0**

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi responden dimayoritasi oleh kelompok usia 15–16 Tahun, yaitu sebanyak 90 orang (61,2%) dari total 147 responden. Secara signifikan, terkait riwayat keputihan, mayoritas responden mengindikasikan bahwa mereka tidak pernah mengalami keputihan, dengan frekuensi mencapai 85 orang (57,8%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan pengetahuan, Sikap, dan Tindakan *Vulva Hygiene* Selama Menstruasi Di SMK Kesehatan Bali Dewata Pada Bulan Oktober Tahun 2025.

Indikator	Kategori	f	Presentase (%)
Pengetahuan	Kurang	2	1,3
	Cukup	17	11,6
	Baik	128	87,1
	Total	**147**	**100,0**
Sikap	Kurang	2	1,3
	Cukup	27	18,4
	Baik	118	80,3
	Total	**147**	**100,0**
Tindakan	Kurang	5	3,3
	Cukup	32	21,8
	Baik	110	74,8
	Total	**147**	**100,0**

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan distribusi pengetahuan responden mengenai *vulva hygiene* selama menstruasi. Mayoritas responden memiliki pengetahuan Baik, yaitu 128 orang (87,1%).

Distribusi sikap responden dalam komponen *vulva hygiene* selama menstruasi. Mayoritas responden menunjukkan sikap yang Baik, yaitu sebanyak 118 orang dengan persentase 80,3%.

Distribusi responden berdasarkan perilaku dalam komponen Tindakan *Vulva hygiene* Selama Menstruasi. Sebagian besar responden berada dalam kategori tindakan Baik, yakni sebanyak 110 orang atau 74,8%.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Mayoritas responden pada usia 15–16 tahun menunjukkan fase remaja pertengahan yang krusial bagi pembentukan konsep diri terkait kesehatan reproduksi. Secara psikologis, pada usia ini remaja mulai mengalami ketidakstabilan emosional yang dapat memengaruhi kedisiplinan dalam perawatan diri. Temuan mengenai 42,2% responden yang pernah mengalami keputihan memberikan sinyal bahwa meskipun mayoritas berada dalam kategori sehat, risiko infeksi tetap mengintai. Menurut Kusmiran (2022), kegagalan dalam menjaga kebersihan pada masa ini dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang, termasuk risiko infertilitas di masa depan. Implikasinya, sekolah perlu melakukan skrining kesehatan rutin untuk mendeteksi apakah keputihan tersebut bersifat fisiologis atau patologis.

Pengetahuan Remaja Putri tentang Vulva Hygiene

Tingginya tingkat pengetahuan baik (87,1%) mencerminkan efektivitas penetrasi informasi kesehatan di lingkungan pendidikan. Namun, secara kritis, pengetahuan yang baik tidak selalu linier dengan pemahaman mendalam. Pengetahuan di sini seringkali baru sebatas *recall* (mengingat) tanpa memahami esensi klinisnya. Notoatmodjo (2020) menekankan bahwa pengetahuan yang hanya bersifat hafalan tanpa kesadaran penuh cenderung mudah luntur saat individu dihadapkan pada situasi sulit, seperti keterbatasan fasilitas. Implikasinya, edukasi ke depan harus menggunakan metode yang lebih interaktif, seperti simulasi atau penggunaan media audio-visual, agar informasi menetap dalam memori jangka panjang (long-term memory).

Sikap Vulva Hygiene Remaja Putri

Hasil menunjukkan adanya penurunan persentase dari pengetahuan baik (87,1%) ke sikap baik (80,3%). Hal ini menunjukkan adanya Kesenjangan Afektif, di mana remaja mengetahui prosedur yang benar namun belum sepenuhnya yakin atau setuju untuk menerapkannya secara konsisten. Azwar (2021) menyatakan bahwa sikap dipengaruhi oleh emosi dan nilai-nilai yang dianut. Jika remaja merasa bahwa vulva hygiene adalah hal yang merepotkan di tengah aktivitas sekolah yang padat, maka sikap mereka akan cenderung pasif. Implikasinya, intervensi kesehatan harus mulai menyentuh aspek motivasi, misalnya melalui konseling sebaya (*peer counseling*) untuk membangun persepsi bahwa menjaga kebersihan adalah bentuk *self-love* dan investasi kesehatan.

Tindakan Vulva Hygiene Remaja Putri

Temuan bahwa tindakan baik (74,8%) merupakan persentase terendah dibandingkan pengetahuan dan sikap mengonfirmasi adanya *Knowledge-Practice Gap*. Analisis berdasarkan teori Lawrence Green menunjukkan bahwa perilaku tidak berdiri sendiri, melainkan sangat bergantung pada faktor pemungkin (*enabling factors*). Rendahnya tindakan dibandingkan pengetahuan dapat disebabkan oleh faktor lingkungan, seperti toilet sekolah yang kurang bersih atau tidak tersedianya air mengalir yang cukup. Wahyuni dkk. (2024) menegaskan bahwa perilaku hygiene selama menstruasi sangat dipengaruhi oleh kenyamanan fasilitas sanitasi.

Penelitian ini memberikan implikasi kuat bagi pemegang kebijakan di sekolah (Kepala Sekolah dan UKS) untuk tidak hanya fokus pada pemberian leaflet atau ceramah kesehatan, tetapi juga memastikan ketersediaan sarana sanitasi yang memadai. Tanpa dukungan fasilitas, pengetahuan dan sikap yang baik dari remaja putri tidak akan bertransformasi menjadi tindakan nyata yang berkelanjutan untuk mencegah keputihan.

Kesimpulan

Perilaku *vulva hygiene* remaja putri di SMK Kesehatan Bali Dewata terkategori baik secara pengetahuan, sikap, dan tindakan. Namun, kesenjangan antara pemahaman dan praktik nyata menunjukkan perlunya peningkatan fasilitas sanitasi sekolah serta edukasi kesehatan reproduksi yang bersifat aplikatif untuk mendukung konsistensi kebersihan siswi.

Saran

Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan fasilitas sanitasi serta memperkuat edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan, sementara bagi remaja putri diharapkan dapat mempertahankan konsistensi praktik kebersihan, dan bagi peneliti selanjutnya disarankan menggunakan desain analitik atau intervensi untuk mengkaji faktor-faktor mendalam yang memengaruhi perilaku tersebut

Daftar Pustaka

Azwar, S. (2021). Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Batubara, dkk. (2025). Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Keputihan Patologis pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi.*

Citrawati, dkk. (2019). Gambaran Infeksi Menular Seksual pada Remaja di Kota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Kebidanan.*

Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2024). Laporan Tahunan Kesehatan Reproduksi Remaja Provinsi Bali. Denpasar: Dinkes Bali.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. *Jakarta:* Kemenkes RI.

Kusmiran, E. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. (2020). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Safira, & Afriandi. (2025). Analisis Faktor Perilaku Kebersihan Genetalia pada Remaja. *Journal of Health Science.*

Sila, dkk. (2023). Perilaku Kebersihan Genital Siswi Setelah Pemberian Edukasi Kesehatan. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan.*

Violita, & Oktavia. (2025). Kesadaran Remaja Putri dalam Pencegahan Keputihan Melalui Vulva Hygiene. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.*

Wahyuni, dkk. (2024). Pengaruh Fasilitas Sanitasi Sekolah Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi. *Jurnal Lingkungan dan Kesehatan.*

Windari, dkk. (2024). Pengetahuan dan Praktik Vulva Hygiene saat Menstruasi pada Remaja. Media Publikasi Kesehatan.

World Health Organization. (2022). Adolescent Sexual and Reproductive Health Guidelines. Geneva: WHO.