



Preventing Abnormal Whitening In Adolescent Women Mencegah Keputihan Tidak Normal Pada Remaja Wanita

Emillia Dewi Chandrawita, Siska Alicia Farma, Yusni Atifah, Afifatul Achyar
Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang
Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Barat, Kecamatan Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat
Email: emilliadewi09@gmail.com

ABSTRACT

Vaginal discharge (Fluor albus) is the one of symptoms of disorders of female genitalia, it characterized by a yellowish white or grayish white discharge from the vagina. Basically, experiencing vaginal discharge is normal. But you need to be careful if this vaginal discharge is also caused by bacteria, viruses and fungi. Not only experienced by adults, this vaginal discharge is also often experienced by teenagers. Vaginal discharge will usually arise when we are undergoing a series of excessive daily activities. In general, this vaginal discharge does not require special treatment and will improve on its own. However, it is different if the vaginal discharge experienced is abnormal, this type must be treated immediately because it has the potential to interfere with the female organs and threaten fertility in the future. Vaginal discharge to watch out for is one that is yellow or gray-green in color, smells bad in large quantities and causes discomfort and is caused by a fungal infection. This can be overcome by drinking more water, consuming lots of vegetables and fruit, exercising regularly, and avoiding wearing too tight pants

Keywords: Leucorrhoea, Cause, Preve

PENDAHULUAN

Keputihan tidak dialami hanya pada wanita dewasa, tetapi penyakit keputihan juga kerap menjadi masalah yang dapat dialami pada usia remaja. Ketika menjalani aktivitas harian yang padat, maka akan timbul keputihan yang membuat tidak nyaman. Keputihan dapat dibagi berdasarkan normal atau tidaknya berdasarkan gejala-gejala tertentu.

Keputihan merupakan permasalahan yang meresahkan para kaum wanita, jamur ini merupakan salah satu flora normal pada vagina yang akan menyebabkan patogen pada kondisi kekebalan yang kurang baik. Jamur yang menyebabkan keputihan pada

wanita ialah *Candida albicans* yang merupakan salah satu spesies *Candida* yang bersifat patogen.

Organ – organ reproduksi salah satu organ tubuh yang cukup sensitif dan juga memerlukan perawatan khusus. Pengetahuan serta perawatan yang baik juga merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan organ reproduksi. Salah satu contoh terjadinya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi ialah keputihan. Keputihan akan sangat fatal bila lambat ditangani. Tidak hanya dapat mengakibatkan kemandulan dan hamil diluar kandungan dikarenakan penyumbatan pada saluran tuba, tetapi keputihan juga dapat merupakan gejala awal dari kanker leher rahim yang merupakan pembunuh nomor satu bagi wanita dengan angka insiden kanker serviks diperkirakan dapat mencapai 100 per 100.000 penduduk setiap tahun yang dapat berujung pada kematian.

Penyakit keputihan dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu keputihan normal dan abnormal. Keputihan normal (fisiologis) merupakan penyakit keputihan yang dapat terjadi pada setiap bulan. Biasanya akan muncul pra menstruasi atau pasca menstruasi ataupun pada saat masa subur wanita, sedangkan keputihan abnormal (patologis) yang biasanya disebabkan oleh infeksi. Perempuan yang mengalami hal ini akan merasa gatal pada bagian dalam vagina dan disekitar bibir vagina. Penyebab yang sering menimbulkan peradangan di saluran kencing, sehingga dapat menimbulkan rasa pedih saat si penderita buang air kecil.

Keputihan juga dikaitkan dengan kadar keasaman daerah sekitar vagina, hal ini karena keputihan dapat terjadi akibat pH vagina yang tidak seimbang. Sementara kadar keasaman vagina dapat disebabkan oleh dua hal, yaitu faktor intern dan ekstern. Faktor intern antara lain dipicu oleh pil kontrasepsi yang mengandung hormon estrogen, IUD ini yang menyebabkan bakteri, adanya trauma akibat dari suatu pembedahan, serta terlalu lama mengkonsumsi antibiotik, adanya kortikosteroid dan imunosupresan pada penderita penyakit asma, kanker atau HIV positif. Sedangkan faktor ekstern antara lain kurangnya personal hygiene, pakaian dalam yang sangat ketat, melakukan hubungan seks dengan pria yang membawa bakteri *Neisseria gonorrhoea*, atau menggunakan WC umum yang telah tercemar bakteri *Chlamydia*.

Saat mengalami keputihan yang tergolong normal, para remaja tidak perlu khawatir hal ini karena kondisi pada umumnya tidak memerlukan pengobatan yang khusus. Keputihan ini dapat sembuh dengan sendirinya setelah siklus haid terlewati, atau penyebab lain seperti stress atau kelelahan dapat teratasi. Namun, tidak sedikit remaja yang mengalami penyakit keputihan berwarna agak kehijauan, berbau, sangat gatal dan membuat tidak nyaman.

Proses menstruasi pada wanita terjadi dalam tiga tahapan, yaitu proliferasi, sekresi, dan menstruasi. Pada masing-masing poses mempunyai pengaruh yang berbeda terhadap endometrium. Keputihan secara fisiologis terjadi sebelum menstruasi karena

pengaruh dari proses menstruasi yang melibatkan hormon estrogen dan progesteron. Pada proses proliferasi ini terjadi pembentukan hormon estrogen oleh ovarium yang menyebabkan pengeluaran sekret yang berbentuk seperti benang, tipis dan elastis. Hormon estrogen ini berperan dalam produksi sekret pada fase sekretorik, merangsang pengeluaran sekret pada saat wanita terangsang serta menentukan kadar zat gula dalam sel tubuh (glikogen). Glikogen ini digunakan untuk proses metabolisme pada bakteri *Lactobacillus* *doderlein*. Sisa dari proses metabolisme ini akan menghasilkan asam laktat yang menjaga keasaman vagina. Pada saat ovulasi terjadi proses sekresi pada endometrium yang dipengaruhi oleh hormon progesteron.

Hormon progesteron menyebabkan pengeluaran sekret yang lebih kental seperti jeli. Kemaluan wanita merupakan tempat yang paling sensitif dan juga merupakan tempat yang terbuka sehingga kuman sangat mudah masuk. Secara anatomi alat kelamin wanita berdekatan dengan anus dan uretra sehingga kuman yang berasal dari anus dan uretra tersebut sangat mudah masuk. Kuman yang masuk ke alat kelamin wanita akan menyebabkan infeksi sehingga dapat menyebabkan keputihan patologis yang ditandai dengan efek gatal, berbau, dan sekret berwarna kuning kehijauan. Vagina wanita dilengkapi dengan barrier alami yaitu epitel yang cukup tebal, glikogen, dan bakteri *Lactobacillus* *doderlein* yang menghasilkan asam laktikum sehingga vagina menjadi asam dan memperkuat daya tahan vagina.

Vagina normal mempunyai bakteri *Lactobacillus* *doderlein* lebih banyak yaitu 95% dan bakteri lainnya yaitu 5%. Wanita yang memakai sabun vagina secara terus menerus dapat membunuh barrier alami vagina karena cairan pencuci vagina bersifat basa. Berkurangnya bakteri *Lactobacillus* *doderlein* dalam vagina menyebabkan bakteri dan jamur lain mudah berkembang dalam vagina hingga dapat menyebabkan infeksi. Glikogen banyak terdapat pada sel superfisial mukosa vagina sejak bayi hingga wanita mencapai masa menopause. Vagina wanita yang tidak hamil dijaga kelembabannya oleh sekret uterus, sedangkan pada saat hamil terdapat sekret vagina yang asam dalam jumlah yang banyak. Bakteri *Lactobacillus* *doderlein* pada wanita yang hamil lebih banyak daripada wanita yang tidak hamil sehingga menyebabkan banyak pengeluaran sekret. Peningkatan ini yang menyebabkan pada wanita hamil sering mengalami peningkatan keputihan.

Keputihan abnormal dapat terjadi pada semua infeksi alat kelamin wanita (infeksi bibir kemaluan, liang senggama, mulut rahim, jaringan penyangga, dan pada infeksi karena penyakit menular seksual). Ciri-ciri dari keputihan patologis ini adalah terdapat banyak leukosit, jumlahnya banyak, timbul terus menerus, warnanya berubah (biasanya kuning, hijau, abu-abu, dan menyerupai susu), disertai dengan keluhan (gatal, panas, dan nyeri) serta berbau (apek, amis, dan busuk).

Meningkatnya beban pikiran memicu peningkatan sekresi hormon adrenalin. Meningkatnya sekresi hormon adrenalin menyebabkan penyempitan pembuluh darah

dan mengurangi elastisitas pembuluh darah. Kondisi ini menyebabkan aliran hormon estrogen ke organ- organ tertentu termasuk vagina terhambat sehingga asam laktat yang dihasilkan berkurang. Berkurangnya asam laktat menyebabkan keasaman vagina berkurang sehingga bakteri, jamur, dan parasit penyebab keputihan mudah berkembang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang dipakai adalah metode penelitian kuantitatif (metode survei) dengan melakukan wawancara terhadap salah satu wanita yang menderita penyakit keputihan berkepanjangan, dan menyarankan untuk menggunakan salah satu dari solusi yang dapat diterapkan.

a. Subjek penelitian

Subjek penelitian kali ini adalah salah seorang wanita (yang tidak ingin disebutkan namanya) yang menderita penyakit tsb untuk diwawancara dan menggunakan salah satu metode untuk mengatasi penyakit tsb.

b. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan terhitung pada tanggal 17-19 juni 2021 dan penelitian dilaksanakan bertempat di kediaman subjek penelitian.

c. Analisis Data

Untuk analisis data digunakan teknik pengumpulan data dengan pengamatan wawancara secara berkala.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tanggal	Hasil
17 Juni 2021	Melakukan wawancara dengan subjek tentang berapa lama subjek menderita penyakit tsb dan apa saja penanganan yang sudah dilakukan. Dari wawancara ini subjek menuturkan bahwa ia menyadari sudah menderita penyakit tersebut sejak berumur 7 tahun hingga sekarang ia berumur hampir 21 tahun. Penanganan yang sudah subjek lakukan berupa cek ke klinik saat berusia 9 tahun, diberikan obat namun tidak didapati adanya perubahan. Dan hingga saat ini subjek hanya rutin meminum air rebusan sirih untuk menetralsir aroma kurang sedap. Kemudian menyarankan kepada subjek untuk Mengeringkan area kewanitaan menggunakan tisu usai buang air

	kecil, dan memastikan tidak ada sisa tisu yang tertinggal. Dan memilih celana dalam yang menggunakan bahan dasar yang dapat menyerap keringat, memperbanyak minum air putih , mengkonsumsi sayur, buah dan olahraga dalam satu hari penuh.
18 Juni 2021	Subjek melakukan solusi kegiatan yang disarankan (Mengeringkan area kewanitaan dengan tisu selesai buang air kecil, dan pastikan tidak ada sisa tisu yang tertinggal. Memilih celana dalam dengan bahan dasar menyerap keringat, memperbanyak minum air putih , mengkonsumsi sayur, buah dan olahraga dalam satu hari penuh).
19 Juni 2021	Melakukan wawancara kembali kepada subjek apa saja perubahan yang didapatkan setelah melakukan kegiatan yang disarankan, menurut subjek, kegiatan yang dilakukan membuat sedikit perubahan dimana keputihan tersebut sedikit berkurang daripada biasanya tetapi, tidak berlangsung lama.

Gangguan ini pada umumnya dapat disebabkan adanya peradangan pada organ kewanitaan yang mengakibatkan infeksi jamur dan bakteri. Kelainan pada keputihan yang tidak normal dapat berpotensi terancamnya kesuburan bila tidak segera diobati. Penyebab utamanya keputihan adalah jamur *Candida albicans*. Jamur ini mudah tumbuh pada media sabouraud dan membentuk koloni dengan sifat-sifat yang khas, yakni menonjol pada permukaan medium, koloni halus, licin serta berwarna kekuningan.

Keputihan fisiologis dan patologis mempunyai dampak pada wanita. Keputihan fisiologis menyebabkan rasa tidak nyaman pada wanita sehingga dapat mempengaruhi rasa percaya dirinya. Keputihan patologis yang berlangsung terus menerus akan mengganggu fungsi organ reproduksi wanita khususnya pada bagian saluran indung telur yang dapat menyebabkan infertilitas. Pada ibu hamil dapat menyebabkan keguguran, Kematian Janin dalam Kandungan (KJDK), kelainan kongenital, lahir premature.

Candida albicans dapat tumbuh pada tubuh manusia sebagai saprofit atau

parasit di dalam pencernaan, pernafasan atau vagina orang sehat. Pada keadaan tertentu sifat jamur ini dapat berubah menjadi patogen menyebabkan keputihan. Banyak faktor yang mempermudah terjadinya infeksi *C. Albicans* yaitu faktor endogen meliputi perubahan fisiologis tubuh seperti kehamilan, obesitas, umur dan gangguan imunologis. Faktor eksogen meliputi iklim panas, kelembaban yang tinggi, pekerjaan, kebersihan dan kontak dengan penderita yang telah terinfeksi.

Untuk mencegah keputihan itu terjadi, ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mencegahnya, seperti mulai dari menjaga kebersihan daerah kewanitaan dengan mengganti celana dalam, khususnya bila yang banyak berkeringat. Mengeringkan area kewanitaan dengan tisu selesai buang air kecil, dan pastikan tidak ada sisa tisu yang tertinggal. Memilih celana dalam dengan bahan dasar menyerap keringat, memperbanyak minum air putih, mengonsumsi sayur, buah dan olahraga secara rutin.

Keputihan normal dapat terjadi pada masa menjelang menstruasi, pada sekitar fase sekresi antara hari ke 10-16 menstruasi. Keputihan yang fisiologis terjadi akibat dari pengaruh hormon estrogen dan progesteron yang dihasilkan selama proses ovulasi. Setelah ovulasi, terjadi peningkatan vaskularisasi dari endometrium yang menyebabkan endometrium menjadi sembab. Kelenjar endometrium menjadi berkelok-kelok dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron dari korpus luteum sehingga mensekresikan cairan jernih yang dikenal dengan keputihan.

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan keputihan fisiologis adalah :

- 1) Bayi yang baru lahir kira-kira 10 hari, keputihan ini disebabkan oleh pengaruh hormon estrogen dari ibunya;
- 2) Masa sekitar menarche atau pertama kalinya haid datang, keadaan ini ditunjang oleh hormon estrogen;
- 3) Masa di sekitar ovulasi karena produksi kelenjar-kelenjar rahim dan pengaruh dari hormon estrogen serta progesterone;
- 4) Seorang wanita yang terangsang secara seksual. Rangsangan seksual ini berkaitan dengan kesiapan vagina untuk menerima penetrasi senggama, vagina mengeluarkan cairan yang digunakan sebagai pelumas dalam senggama;
- 5) Kehamilan yang mengakibatkan meningkatnya suplai darah ke vagina dan mulut rahim, serta penebalan dan melunaknya selaput lendir vagina;
- 6) Akseptor kontrasepsi pil yang mengandung hormon estrogen dan progesteron yang dapat meningkatkan lendir servik menjadi lebih encer;
- 7) Pengeluaran lendir yang bertambah pada wanita yang sedang menderita penyakit kronik.

PENUTUP

Organ reproduksi ini merupakan salah satu organ tubuh yang cukup sensitif dan juga memerlukan perawatan yang khusus. Pengetahuan dan perawatan yang baik juga merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan organ reproduksi. Salah satu terjadinya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi adalah penyakit keputihan. Jamur yang menyebabkan keputihan pada wanita adalah jamur *Candida albicans* yang merupakan spesies *Candida* yang bersifat paling pathogen. Jamur ini dapat tumbuh pada media sabouraud dan membentuk koloni dengan sifat-sifat yang khas, yaitu menonjol pada permukaan medium, koloni halus, licin dan berwarna kekuningan. *Candida albicans* dapat tumbuh pada tubuh manusia sebagai saprofit atau parasit didalam pencernaan, pernafasan atau vagina orang sehat.

Keputihan abnormal dapat terjadi pada semua infeksi alat kelamin wanita (infeksi bibir kemaluan, liang senggama, mulut rahim, jaringan penyangga, dan pada infeksi karena penyakit menular seksual). Ciri-ciri dari keputihan patologis ini adalah terdapat banyak leukosit, jumlahnya banyak, timbul terus menerus, warnanya berubah (biasanya kuning, hijau, abu-abu, dan menyerupai susu), disertai dengan keluhan (gatal, panas, dan nyeri) serta berbau (apek, amis, dan busuk).

Meningkatnya pengeluaran energi yang menekan sekresi hormon estrogen. menurunnya sekresi hormon estrogen yang menyebabkan penurunan kadar glikogen. Glikogen digunakan oleh *Lactobacillus* *doderlein* untuk metabolisme. Sisa dari metabolisme ini adalah asam laktat yang digunakan untuk menjaga tingkat keasaman vagina. Jika asam laktat yang dihasilkan sedikit, bakteri, jamur, dan parasit mudah berkembang.

Meningkatnya beban pikiran memicu peningkatan sekresi hormon adrenalin. Meningkatnya sekresi hormon adrenalin menyebabkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi elastisitas pembuluh darah. Kondisi ini menyebabkan aliran hormon estrogen ke organ- organ tertentu termasuk vagina terhambat sehingga asam laktat yang dihasilkan berkurang. Berkurangnya asam laktat menyebabkan keasaman vagina berkurang sehingga bakteri, jamur, dan parasit penyebab keputihan mudah berkembang

Untuk mencegah keputihan terjadi, ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mencegahnya, seperti menjaga kebersihan daerah kewanitaan dengan mengganti celana dalam, khususnya bila yang banyak berkeringat. Mengeringkan area kewanitaan dengan tisu selesai buang air kecil, dan pastikan tidak ada sisa tisu yang tertinggal. Memilih celana dalam dengan bahan dasar menyerap keringat, memperbanyak minum air putih, mengkonsumsi sayur, buah dan olahraga secara rutin.

REFERENSI

Aisyah, N., Diah, A.K., & Yuni, A (2015). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Usia 11-1 Tahun Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Perubahan Seks Sekunder Di Mts Safinatul Huda Sowan Kidul Jepara. *Jurnal Kesehatan dan*

Keperawatan Vol. 6 No.1 Agustus 2015 68-85

- Ayuningtyas, D.N., 2011, "Hubungan antara Pengetahuan Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna dengan Kejadian Keputihan pada Siswi SMA Negeri 4 Semarang".Artikel KTI.Semarang: FK UNDIP.
- Ganda, Husada S. 2000. *Parasitologi Kedokteran*. Jakarta: FKUI
- Iskandar SS, 2002. Awas Keputihan bisa Mengakibatkan Kematian dan Kemandulan <http://www.mitra.keluarga.com>.
- Siregar RS. 2005. *Penyakit Jamur Kulit Edisi 2*. Jakarta:EGC
- Tjitraresmi, A. Kusuma, S, A, F. Rusmiati, D. 2010. Formulasi dan Evaluasi Sabun Cair Antikeputihan dengan Ekstrak Etanol Kubis sebagai Zat Aktif. Bandung: *Penelitian DIPA Fakultas Farmasi Universitas Padjadjaran*.
- Widyasari,Dian.2014.*Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan dan penanganan keputihan patologis pada mahasiswi kebidanan STIK Bina Husada Palembang Tahun 2014*. Palembang:STIK Bina Husada.
- Zubier F. 2002. Keputihan Kenali Penyebabnya. <http://www.kliniknet.com>