HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN WEK 5

SKRIPSI

Oleh :
FILZAH ABELIA
22030006

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2026

HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN WEK 5

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Disusun Oleh :

FILZAH ABELIA
NIM. 22030006

PROGRAM STUDI
ILMU KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2026

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN WEK 5

Skripsi ini telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan
tim penguji Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan

Padangsidimpuan, 30 Juli 2026

Pembimbing Utama

Delfi Ramadhini, SKM, M.Biomed
NUPTK. 3645770671230322

Pembimbing Pendamping

Nurlaila, S.Pd, M.M
NUPTK. 4051769670230303

Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Nurul Hidayah Nasution, M.K.M
NUPTK. 4244769670231063

Dekan Fakultas Kesehatan

Dr. Ns. Febrina Angraini Simamora, M.Kep
NUPTK. 5460767668230232

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : filzah abelia

NIM : 22030004

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Kelurahan Wek5 " benar bebas plagiat, dan apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padangsidimpuan, 30 Juli 2026

Penulis



Filzah abelia

IDENTITAS PENULIS

Nama : filzah abelia
NIM : 22030006
Tempat/Tgl Lahir : Padangsidimpuan 14 juni 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl.Nusa Indah GG. Indah
Email : Filzahabeliaa@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri 200208 Padangsidimpuan : Lulus Tahun 2016
2. SMP Negeri 2 Padangsidimpuan : Lulus Tahun 2019
3. SMK Negeri 1 Padangsidimpuan : Lulus Tahun 2022

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga saya dapat menyelesaikan proposal dengan judul **“**hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di kelurahan Wek5". sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana kesehatan masyarakat di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggitingginya kepada yang terhormat:

1. Dr. Ns. Febrina Angraini Simamora, M Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.
2. Nurul Hidayah Nasution, M.K.M Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji skripsi ini
3. Delfi Ramadhini, SKM, M.Biomed selaku pembimbing utama , yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Nurlaila , S.pd.MM selaku pembimbing pendamping, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Nefonavratilova Ritonga , M.K.M Selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji skripsi ini
6. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

7. Teristimewa untuk kedua orang tua, sembah sujud yang tidak terhingga kepada Ayahanda Musmulyono dan Ibunda Mardinasyam tercinta yang memberikan dukungan moral dan material serta bimbingan dan mendidik peneliti sejak masa kanak-kanak hingga kini.

8. Yang tersayang kepada saudara/saudari keluarga tercinta peneliti yang selalu mendukung dan memberi semangat tanpa henti sampai saat ini.

9. Teman-Teman seperjuangan khususnya Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan.

10. Kepada seseorang yang tidak kalah pentingnya , terimakasih telah menjadi bagian yang sangat ber arti dalam perjalanan saya menyelesaikan skripsi ini, yang ikut serta meluangkan waktu dan materinya ,memberikan semangat serta menjadi pendengar yang sabar di setiap keluh kesah saya dalam proses penyusunan skripsi ini sampai selesai .

Kritik dan saran yang bersifat membangun peneliti harapkan guna perbaikan dimasa mendatang. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat bagi peningkatan kualitas pelayanan keperawatan. Amin.

Padangsidimpuan, 30 juli 2026

Penulis

PROGRAM STUDI
ILMU KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN

Laporan Penelitian, 31 Juli 2026
Filzah abelia

Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Kelurahan Wek5

ABSTRAK

Keputihan merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri dan dapat berdampak serius jika tidak ditangani dengan benar. Perilaku kesehatan seperti kurangnya personal hygiene saat menstruasi ditengarai menjadi faktor pemicu utama terjadinya keputihan patologis pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 103 remaja putri yang seluruhnya dijadikan sebagai sampel melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner perilaku personal hygiene dan kuesioner kejadian keputihan. Hasil analisis univariat menunjukkan mayoritas responden memiliki personal hygiene berkategori berkategori baik (67,0%) dan mayoritas mengalami keputihan abnormal (53,4%). Berdasarkan hasil uji statistik chi-square, diperoleh nilai p-value sebesar 0,001($p < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di Kelurahan Wek 5.

Kata Kunci : Personal Hygiene, Menstruasi, Keputihan, Remaja Putri
Daftar Pustaka : (2025-2026)

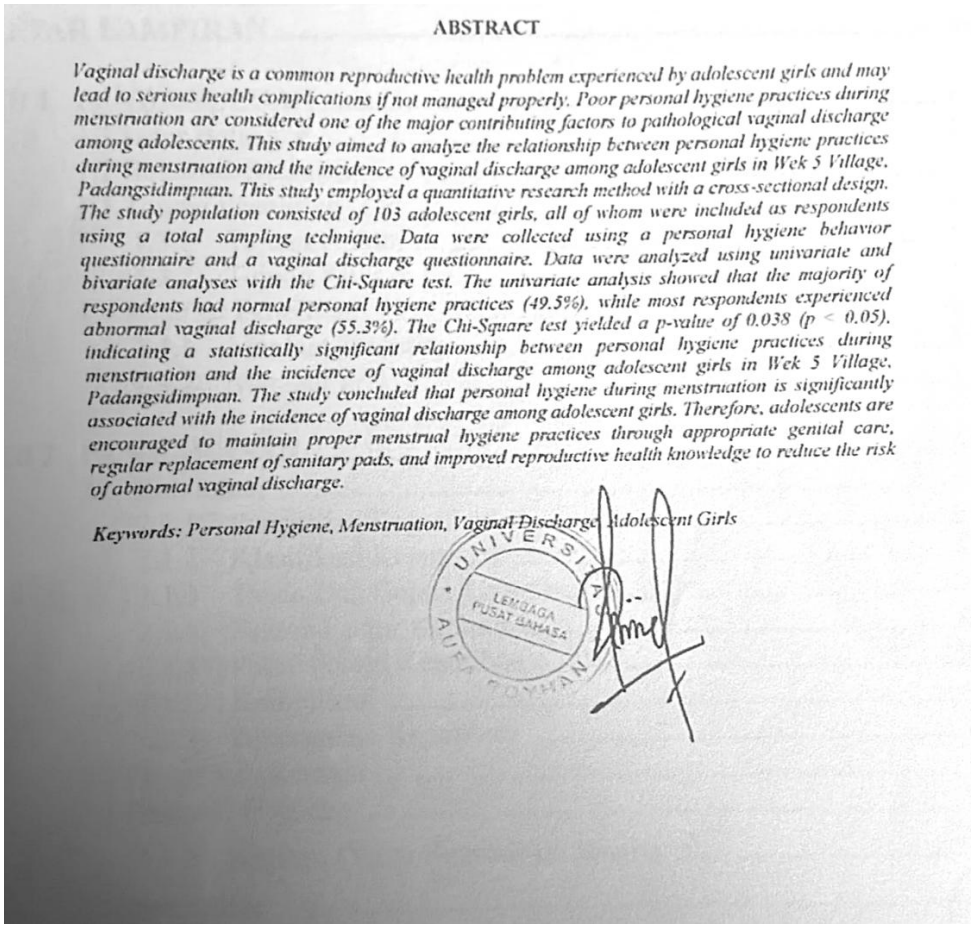
PUBLIC HRALTH PROGRAM OF HEALTH FACULTY

AT AUFA RAOYHAN UNIVERSITY IN PADANGSIDIMPUAN

Reprt Of Research, 30 July 2026

Filzah

The Relationship Between personal hygiene during menstruation and the incidence of Vagina discharge among adolescent girls in wek 5



ABSTRACT

Vaginal discharge is a common reproductive health problem experienced by adolescent girls and may lead to serious health complications if not managed properly. Poor personal hygiene practices during menstruation are considered one of the major contributing factors to pathological vaginal discharge among adolescents. This study aimed to analyze the relationship between personal hygiene practices during menstruation and the incidence of vaginal discharge among adolescent girls in Wek 5 Village, Padangsidimpuan. This study employed a quantitative research method with a cross-sectional design. The study population consisted of 103 adolescent girls, all of whom were included as respondents using a total sampling technique. Data were collected using a personal hygiene behavior questionnaire and a vaginal discharge questionnaire. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test. The univariate analysis showed that the majority of respondents had normal personal hygiene practices (49.5%), while most respondents experienced abnormal vaginal discharge (55.3%). The Chi-Square test yielded a p-value of 0.038 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant relationship between personal hygiene practices during menstruation and the incidence of vaginal discharge among adolescent girls in Wek 5 Village, Padangsidimpuan. The study concluded that personal hygiene during menstruation is significantly associated with the incidence of vaginal discharge among adolescent girls. Therefore, adolescents are encouraged to maintain proper menstrual hygiene practices through appropriate genital care, regular replacement of sanitary pads, and improved reproductive health knowledge to reduce the risk of abnormal vaginal discharge.

Keywords: *Personal Hygiene, Menstruation, Vaginal Discharge, Adolescent Girls*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PENGESAHAN ii
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT iii
IDENTITAS PENULIS iv
KATA PENGANTAR v
ABSTRAK vii
ABSTRACT viii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL..... x
DAFTAR SKEMA xi
DAFTAR LAMPIRAN xii
BAB 1 PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang..... 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.3.1 Tujuan Umum 4
1.3.2 Tujuan Khusus 4
1.4 Manfaat Penelitian 4
1.4.1 Manfaat Teoretis: 4
1.4.2 Manfaat Praktis: 5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA
2.1 Keputihan 6
2.1.1 Pengertian Keputihan 6
2.1.2 Klasifikasi Keputihan 6
2.1.3 Tanda Dan Gejala Keputihan 7
2.1.4 Faktor-Faktor Keputihan 8
2.1.5 Patofisiologi Keputihan 8
2.1.6 Komplikasi 13
2.1.7 Pencegahan Keputihan 13
2.2 Pengertian Remaja 14
2.3 Personal Hygiene 17
2.3.1 Higiene Organ Reproduksi Wanita 18
2.4 Menstruasi 20
2.4.1 Pengertian Mentruasi 20
2.4.2 Siklus Menstruasi 21
2.4.3 Personal Hygiene Saat Menstruasi 22
2.4.4 Kegiatan Kebersihan Diri Saat Menstruasi 27
2.5 Kerangka teori 28
2.6 Kerangka Konsep 29
2.7 Hipotesis Penelitian 29

BAB 3 METODE PENELITIAN
3.1 Jenis Dan Desain Penelitian 30
3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian 30
3.2.1 Lokasi penelitian 30
3.2.2 Waktu penelitian 30
3.3 Populasi Dan Sampel 31
3.3.1 Populasi 31
3.3.2 Sampel..... 31
3.4 Etika Penelitian 31
3.5 Defenisi Operasional Variabel Penelitian 32
3.6 Prosedur Pengumpulan Data..... 33
3.7 Instrumen Penelitian 33
3.8 Analisis Data 34

BAB 4 HASIL PENELITIAN
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian 36
4.2 Analisa Univariat 36
4.2.1 Umur Responden 36
4.2.2 Pendidikan 37
4.2.3 Personal Hygiene 37
4.2.4 Keputihan 37
4.3 Analisa Bivariat 38

BAB 5 PEMBAHASAN
5.1 Personal Hygiene 39
5.2 Kejadian Keputihan 40
5.3 Hubungan Personal Hygiene dengan Keputihan 41

BAB 6 PENUTUP
6.1 Kesimpulan 44
6.2 Saran.....44

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Matriks Waktu Penelitian 30
Tabel. 3.2 Defenisi Operasional 32
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan “Umur Responden” 36
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan “Pendidikan” 37
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan “Personal hygiene” 37
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan “keputihan” 37
Tabel 4.5 Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan KejadianKeputihan Pada Remaja Putri Di Kelurahan Wek 5 38

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Konsep Penelitian 18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat izin penelitian
Lampiran 2 Balasan izin penelitian
Lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden
Lampiran 4 Lembar persetujuan menjadi responden
Lampiran 5 Kuesioner
Lampiran 6 Master Tabel penelitian
Lampiran 7 Output analisis penelitian
Lampiran 8 Dokumentasi
Lampiran 9 Lembar konsultasi sebelum seminar proposal penelitian
Lampiran 10 Lembar konsultasi sebelum seminar hasil penelitian

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keputihan merupakan salah satu masalah yang sering dialami dan menjadi persoalan bagi remaja putri (Pradnyandari & Aryana, 2023). Keputihan yang tidak diobati atau dibiarkan dalam jangka panjang dapat menyebabkan dampak yang tidak nyaman dan berpotensi menyebabkan beberapa penyakit serius). Perilaku kesehatan yang berkaitan dengan personal hygiene sangat penting untuk dilakukan, karena jika tidak dilakukan dengan benar, dapat menyebabkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan infeksi bakteri (Pemiliana, 2022). Beberapa penyakit yang dapat terjadi akibat keputihan yang tidak diobati adalah infeksi panggul dan kemandulan. Selain itu, keputihan yang tidak diatasi juga dapat meningkatkan risiko terkena kanker serviks. Masalah keputihan, atau yang sering disebut flour albus, telah lama menjadi permasalahan bagi kaum wanita. Keputihan yang normal atau fisiologis ditandai dengan keluarnya cairan jernih yang tidak berbau, tidak menimbulkan rasa gatal, dan tidak berlebihan dalam jumlahnya. Namun, jika cairan berubah menjadi kuning dan disertai rasa gatal, maka itu menandakan keputihan patologis (Masluha, 2023). Meskipun demikian, banyak wanita yang mengabaikan masalah keputihan. Padahal, keputihan juga dapat menyebabkan kehamilan di luar kandungan dan infertilitas, keputihan juga dapat berakibat fatal (Masluha, 2023).

Berdasarkan pada WHO menyebutkan bahwa sekitar 75% dari wanita pernah mengalami masalah kesehatan keputihan di dunia yang dapat diikuti dengan kandidiasis (vaginosis bacterial) sebanyak satu kali dalam hidupnya dan 45% wanita mengalami kandidiasis (vaginosis bacterial) ini sebanyak lebih dari dua kali

selama hidupnya.Penyebab nyeri punggung bawah ini biasannya diakibatkan dari kelainan yang terjadi di jaringan lunak misalnnya otot, ligamen, ataupun keletihan otot (Br Silitonga & Utami, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2023, prevalensi masalah kesehatan reproduksi pada wanita mencapai 33% dari semua jenis penyakit yang dialami oleh wanita di seluruh dunia. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Pradnyandari & Aryani (2023) ditemukan bahwa kejadian keputihan di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya hingga mencapai 70%.

Data Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2020) 70% remaja putri di Indonesia melakukan personal hygiene kategori buruk karena jarang mengganti pembalut dan celana dalam, sedangkan untuk wilayah Jawa Timur sekitar 60% dan di Malang sebanyak 53,4% remaja putri tidak melakukan personal hygiene dengan benar (Kemenkes RI, 2020)

Data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun (2016), jumlah remaja putri dari rentang umur 10-14 tahun dan rentang umur 15-19 tahun sebanyak 14 % mengalami keputihan. Pada tahun (2018) di Sumatera Utara sekitar 45 % remaja putri mengalami keputihan. Personal hygiene atau kebersihan perorangan yang kurang baik ialah faktor penentu dalam memelihara kesehatan genitalia (Dinkes, 2018).

Faktor yang dapat memicu keputihan meliputi bakteri, virus, jamur, parasit, atau kurangnya kebersihan pada organ genital, khususnya vagina. Hal ini dapat disebabkan oleh jarang mengganti celana dalam atau pembalut saat menstruasi, perawatan yang tidak tepat selama menstruasi, penggunaan celana yang tidak menyerap keringat dengan baik, serta praktik seksual yang tidak sehat (Astuti,

Wiyono, & Candrawati, 2023). Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya keputihan meliputi faktor hormonal, kelelahan fisik dan mental, serta adanya benda asing dalam organ reproduksi. Selain itu, faktor-faktor lain yang dapat memicu keputihan adalah status ekonomi, penggunaan antiseptik yang mengganggu keseimbangan pH, penggunaan air sehari-hari, penggunaan pembalut atau pantyliner, dan perilaku kebersihan pribadi (Umi dan Hesti, 2022). Ketidakpedulian terhadap Personal hygiene merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan keputihan. Keputihan patologis bisa menjadi tanda awal dari penyakit pada organ reproduksi. Kebersihan adalah aspek yang sangat penting dan harus diperhatikan, karena kebersihan dapat mempengaruhi kesehatan seseorang (Omisi, 2023).

Mencegah keputihan pada remaja, ada beberapa tindakan yang dapat dilakukan, seperti menggunakan cairan pembersih vagina yang tepat, menghindari penggunaan celana ketat, menjaga kebersihan pribadi, dan menggunakan panty liner dengan bijak (Azizah N & Widiawati I, 2023).). Untuk mengatasi keputihan dengan tepat dan segera mencari pengobatan jika mengalami gejala yang mencurigakan (Purwati, 2023). Kesehatan psikologis, fisik, dan lingkungan yang baik memiliki peran penting dalam mencegah berbagai penyakit dan gangguan pada organ reproduksi. Dengan menjaga kondisi psikologis yang sehat, seperti mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional, kita dapat mengurangi risiko gangguan pada organ reproduksi (Tapparan, 2023).

Berdasarkan permasalahan yang ada di, Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan maka perlu dilakukan penelitian tentang hubungan personal

higiene selama menstruasi dengan kejadian keputihan (*fluor albus*) pada remaja putri yang ada di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan

1.1 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan personal hygiene saat mensgtruasi terhadap kejadian keputihan pada remaja putri Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan Tahun 2025?"

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Menganilisis hubungan antara perilaku personal hygiene dengan terjadinya keputihan pada remaja Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perilaku personal hygiene pada remaja Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan
2. Mengidentifikasi kejadian keputihan pada remaja Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan
3. Menganilisis hubungan perilaku personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoretis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan remaja dan perilaku personal hygiene. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau dasar teoritis bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perilaku kebersihan diri

pada masa menstruasi, serta memperkaya kajian literatur mengenai kesehatan reproduksi remaja.

1.3.2 Manfaat Praktis:

a. Bagi Remaja putri

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja putri tentang pentingnya menjaga personal hygiene selama menstruasi guna mencegah infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi.

b. Bagi Orang Tua Dan Guru

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan edukasi dalam mendampingi dan membimbing remaja putri agar menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya saat menstruasi.

c. Bagi Tenaga Kesehatan dan Pendidik

Penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam merancang program penyuluhan atau promosi kesehatan mengenai personal hygiene saat menstruasi di sekolah-sekolah atau lingkungan masyarakat.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Keputihan

2.1.1 Pengertian Keputihan

Fluor Albus, juga dikenal sebagai keputihan, adalah kondisi di mana vagina mengeluarkan cairan atau lendir yang mirip dengan nanah. Keputihan ditandai dengan keluarnya cairan yang tidak biasa, yang memiliki karakteristik berupa cairan yang kental dan memiliki bau yang tidak menyenangkan dari vagina. Cairan ini kadang-kadang dapat menyebabkan rasa gatal dan ketidaknyamanan (Nilaswari, 2023).

Keputihan bukan hanya menjadi masalah bagi orang dewasa, tetapi juga seringkali dialami oleh remaja. Keputihan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan tentunya menyebabkan ketidaknyamanan. Keputihan dapat berupa kondisi normal atau abnormal, yang ditentukan berdasarkan karakteristik cairan dan beberapa gejala yang dirasakan. Keputihan normal biasanya tidak membutuhkan pengobatan khusus dan akan membaik dengan sendirinya. Namun, jika keputihan yang dialami adalah yang tidak normal, perlu segera ditangani karena dapat mengganggu fungsi organ reproduksi wanita dan berpotensi memiliki dampak negatif pada kesuburan remaja ketika mereka tumbuh dewasa (Nilaswari, 2023).

2.1.2 Klasifikasi Keputihan

Keputihan dapat dikelompokkan menjadi dua jenis, yaitu: keputihan normal (fisiologis) dan keputihan abnormal (patologis).

1. Keputihan Normal (Fisiologis)

Keputihan normal biasanya terjadi saat mendekati dan setelah menstruasi, saat merasa terangsang secara seksual, mengalami stres berat, sedang dalam keadaan hamil, atau merasa lelah. Cairan yang keluar biasanya berwarna bening atau kuning dan tidak berbau, dengan konsistensi yang encer. Keputihan jenis ini juga tidak disertai dengan rasa gatal atau perubahan warna. Keputihan normal adalah hal yang biasa terjadi, dan tidak memerlukan intervensi medis khusus (Bahari, 2023 dalam Marwati, 2023).

2. Keputihan abnormal (patologis)

Terjadi akibat adanya penyakit atau infeksi. Beberapa penderita keputihan patologis dapat mengalami nyeri saat berhubungan intim dengan pasangan. Ciriciri keputihan patologis meliputi cairan yang keluar berwarna seperti susu, kuning, atau hijau dengan konsistensi yang kental. Keputihan ini juga menyebabkan rasa gatal dan jumlah cairan yang keluar sangat banyak (Marwati, 2023).

2.1.3 Tanda Dan Gejala Keputihan

Pada keputihan normal, gejala dan tanda-tandanya sebagian besar terkait dengan siklus menstruasi. Biasanya, cairan yang keluar berwarna putih kekuningan atau putih kelabu dari saluran vagina. Cairan ini bisa berupa encer atau kental, dan pada keputihan normal umumnya tidak disertai dengan rasa gatal. Keputihan normal ini akan menghilang dengan sendirinya.

Sementara itu, pada keputihan abnormal, gejala dan tanda-tandanya dapat bervariasi dalam hal warna, bau, dan disertai keluhan seperti gatal, nyeri, atau rasa terbakar di sekitar vagina. Infeksi ini juga dapat menyebar dan menyebabkan peradangan pada saluran kencing. Tanda dan gejala lainnya meliputi gatal pada

organ intim, sensasi terbakar dan panas, kemerahan pada area organ intim bagian luar, nyeri saat buang air kecil, dan nyeri saat berhubungan intim (Kusmiran, 2022).

2.1.4 Faktor-Faktor Keputihan

Faktor fisiologis keputihan biasanya lebih banyak dipengaruhi oleh hormon normal, seperti saat ovulasi, sebelum dan sesudah menstruasi, rangsangan seksual, serta emosi (Pudiastuti, 2023dalam Kurniawati & Sulistyowati, 2023).

Sementara itu, keputihan patologis biasanya berwarna kuning, hijau, atau abuabu, berbau amis dan busuk, jumlah sekret biasanya banyak dan menyebabkan keluhan seperti gatal, kemerahan (eritema), pembengkakan (edema), rasa terbakar di daerah intim, nyeri saat buang air kecil (disuria), dan pada wanita yang telah menikah, dapat dirasakan nyeri saat berhubungan seksual (dispareunia) (Rusdi, dkk 2008: 93 dalam Desi Aini, 2022). Faktor patologis yang sering menyebabkan keputihan meliputi infeksi bakteri, parasit, jamur, dan virus (Pudiastuti, 2023 dalam Kurniawati & Sulistyowati, 2023).

2.1.5 Patofisiologi Keputihan

Keputihan fisiologis terjadi karena perubahan hormon estrogen dan progesteron, terutama selama siklus menstruasi, yang menyebabkan jumlah dan konsistensi sekresi vagina berubah. Sekresi biasanya meningkat saat ovulasi atau sebelum menstruasi. Bakteri di dalam vagina telah beradaptasi dengan perubahan ini dan biasanya tidak menyebabkan gangguan. Laktobasilus, bakteri yang ada di vagina, mengubah glikogen dalam cairan vagina menjadi asam laktat. Asam laktat ini membantu menjaga keasaman vagina dan mencegah pertumbuhan bakteri yang berbahaya. Jika kadar salah satu atau kedua hormon tersebut berubah secara signifikan, keseimbangan pH yang ketat ini dapat terganggu. Akibatnya,

laktobasilus mungkin tidak dapat berfungsi dengan baik, sehingga meningkatkan risiko infeksi**.**

Proses infeksi keputihan dimulai dengan adanya penempelan candida pada sel epitel vagina. Kemampuan penempelan ini lebih tinggi pada spesies candida albicans dibandingkan dengan spesies candida lainnya. Selanjutnya, candida akan mengeluarkan enzim proteolitik yang merusak ikatan protein sel inang, memudahkan proses invasi. Selain itu, candida juga mengeluarkan mikrotoksin, termasuk glikotoksin, yang dapat menghambat aktivitas fagositosis dan menekan sistem kekebalan lokal. Terbentuknya koloni candida memfasilitasi proses imunisasi yang menyebabkan timbulnya gejala pada inang (Kusmiran, 2022).

Menurut Kusmiran (2022), beberapa penyebab umum keputihan meliputi:

1. Kurangnya pengetahuan tentang kebersihan pribadi.
2. Menggunakan celana dalam yang terlalu ketat dan terbuat dari bahan sintetis.
3. Menggunakan panty liner (pembalut mini) dan jarang menggantinya.
4. Membilas vagina dengan cara yang salah, yaitu dari belakang ke depan.
5. Sering bertukar celana dalam atau handuk dengan orang lain.
6. Mengalami kelelahan yang berlebihan.
7. Mengalami stres.
8. Menggunakan sabun sembarangan untuk membersihkan vagina. tidak menjalani gaya hidup sehat, seperti makan tidak teratur, kurang berolahraga, dan kurang tidur.

9. Lingkungan sanitasi yang kotor.

Menurut Rozanah (2022), keputihan abnormal (patologis) dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain:

1. Infeksi yang disebabkan oleh bakteri, jamur, parasit, dan virus.
2. Gangguan hormonal yang tidak normal.
3. Kurangnya kebersihan pribadi.
4. Menderita penyakit kronis seperti tuberkulosis (TBC), diabetes mellitus, dan lainnya.
5. Kurangnya asupan gizi yang cukup.
6. Anemia.
7. Terlibat dalam perilaku seks bebas.
8. Adanya benda asing dalam vagina, seperti rambut kemaluan atau benang dari selimut atau celana.
9. Luka yang disebabkan oleh tusukan, benturan, tekanan, atau iritasi yang berlangsung dalam jangka waktu lama.
10. Penyakit ganas, tumor, atau penyakit menular seksual seperti gonore, sifilis, dan AIDS (Rozanah, 2022

Selain penyebab yang telah disebutkan di atas, menurut Ababa (2023), penyebab paling umum dari keputihan yang tidak normal adalah infeksi. Infeksi dapat terjadi pada organ genital wanita, seperti vulva, vagina, leher rahim, dan rongga rahim. Infeksi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti bakteri, jamur, virus, atau parasit (Ababa, 2023).

1. Bakteri (kuman)
    a. Gonococcus: Bakteri ini dapat menyebabkan penyakit gonore yang umumnya ditularkan melalui hubungan seksual. Pada pria, penyakit ini dapat menyebabkan keluarnya nanah saat buang air kecil, sedangkan pada wanita, gejalanya sering kali berupa keputihan.
    b. Chlamydia trachomatis: Bakteri ini dapat menyebabkan keputihan yang tidak terlalu banyak dan lebih encer dibandingkan dengan gonore.
    c. Gardnerella vaginalis: Bakteri ini dapat menyebabkan keputihan berwarna putih keruh keabu-abuan, agak lengket, dan memiliki bau amis seperti ikan. Keputihan ini juga disertai rasa gatal dan sensasi panas pada vagina.

2. Jamur candida adalah organisme yang secara normal hidup di mulut, usus besar, dan vagina. Namun, jika jumlah jamur candida di dalam vagina meningkat, dapat menyebabkan keputihan yang disebut kandidosis vaginalis. Gejala yang muncul dapat bervariasi tergantung pada tingkat keparahan infeksinya. Cairan yang keluar biasanya kental, berwarna putih susu, dan menggumpal seperti kepala susu atau susu yang pecah. Keputihan ini juga disertai dengan rasa gatal yang sangat kuat, tidak berbau, dan memiliki bau asam. Daerah vulva (bibir genitalia) dan vagina dapat mengalami peradangan, maserasi, fisura, dan kadang-kadang muncul papulopustular. Jika keputihan akibat candida terjadi selama kehamilan, bayi yang dilahirkan melalui saluran vagina dapat terinfeksi. Penularan terjadi ketika jamur candida tertelan dan masuk ke dalam usus. Di dalam mulut, jamur tersebut dapat menyebabkan sariawan yang serius jika tidak diobati. Pada suatu waktu, jamur yang tertelan

dapat menyebar ke organ lain, termasuk alat kelamin, dan menyebabkan keputihan pada bayi perempuan.

3. Parasit dapat menyebabkan penyakit yang disebut trikomoniasis. Infeksi akut yang disebabkan oleh parasit ini dapat menyebabkan keputihan yang ditandai dengan keluarnya cairan yang encer, berwarna kuning kehijauan, berbuih seperti air sabun, dan memiliki bau yang tidak enak. Meskipun dibilas dengan air, cairan tersebut tetap keluar. Keputihan akibat parasit ini biasanya tidak terlalu gatal, tetapi vagina tampak merah, nyeri saat ditekan, dan terasa pedih saat buang air kecil. Kadang-kadang, dapat terlihat bintik-bintik perdarahan yang mirip dengan buah strawberry. Jika keputihan sangat banyak, dapat menyebabkan iritasi di lipat paha dan sekitar bibir genitalia. Pada infeksi yang sudah menjadi kronis, jumlah cairan yang keluar biasanya berkurang dan warnanya menjadi abu-abu atau hijau muda hingga kuning. Selain itu, cacing kremi juga dapat menyebabkan keputihan. Cacing ini biasanya menyerang anak perempuan berusia 2-8 tahun. Infeksi terjadi karena sering bermain di tanah atau penularan cacing dari lubang dubur ke alat kelamin. Keputihan akibat cacing kremi disertai dengan rasa gatal, sehingga anak sering menggaruk area genital hingga menyebabkan luka.

4. Virus dapat menyebabkan keputihan, terutama Virus Herpes Simplex (VHS) tipe 2 dan Human Papilloma Virus (HPV). Infeksi HPV telah terbukti dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker serviks, penis, dan vulva. Sementara itu, virus herpes simpleks tipe 2 dapat menjadi faktor pendukung. Gejala yang muncul pada infeksi VHS tipe 2 meliputi rasa terbakar, nyeri, atau sensasi kesemutan pada area yang terinfeksi virus

tersebut. Pada pemeriksaan, dapat terlihat adanya gelembung-gelembung kecil yang berisi cairan (vesikel) yang terkelompok, dengan dasar kemerahan yang cepat pecah dan membentuk luka basah. Kelenjar getah bening di sekitarnya dapat terasa membesar dan nyeri. Pada perempuan, penyakit ini juga dapat disertai dengan nyeri saat buang air kecil, keputihan, dan peradangan di leher rahim. Beberapa faktor pemicu kambuhnya penyakit ini antara lain stres, aktivitas seksual, paparan sinar matahari, beberapa jenis makanan, dan kelelahan.

2.1.6 Komplikasi

Keputihan yang tidak diobati dapat menyebabkan infeksi yang dapat menyebar ke organ reproduksi bagian dalam, seperti rahim dan saluran telur, yang dapat menyebabkan peradangan pada organ tersebut. Jika terjadi jaringan parut pada saluran tuba, hal ini dapat menyebabkan penyumbatan saluran tuba dan menjadi salah satu penyebab sulitnya memiliki anak. Komplikasi lainnya adalah infeksi saluran kemih, karena vagina berdekatan dengan saluran kemih. Gejala yang mungkin dirasakan adalah panas dan nyeri saat buang air kecil. Keputihan juga dapat menjadi tanda adanya kelainan pada organ reproduksi wanita, seperti infeksi, polip leher rahim, keganasan (tumor dan kanker), serta adanya benda asing (Sari, 2022 dalam Rachmadianti, 2022).

2.1.7 Pencegahan Keputihan

Menurut Dalimartha dan Soedibyo (2022) dalam Marwati (2022), terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mencegah keputihan, antara lain:

1. Menjaga kebersihan organ genitalia, salah satunya dengan mengganti pakaian dalam dua kali sehari..

2. Saat sedang haid atau menggunakan pembalut wanita, penting untuk menggunakan celana dalam yang pas agar pembalut tidak bergeser dari belakang ke depan.
3. Penting untuk membersihkan area genitalia dengan cara yang benar, yaitu dari depan ke belakang. Jika dilakukan secara terbalik, ada kemungkinan masuknya bakteri atau jasad renik dari dubur ke alat genitalia dan saluran kencing.
4. Hindari penggunaan celana dalam yang ketat atau terbuat dari bahan yang tidak menyerap keringat seperti nilon. Juga hindari penggunaan celana dalam yang berlapis-lapis atau terlalu tebal, karena dapat menyebabkan kelembaban di sekitar genitalia. Keadaan yang lembab dapat menyebabkan pertumbuhan jamur. Disarankan untuk menggunakan celana dalam dari bahan katun atau kaos. hindari menggunakan celana dalam atau meminjam celana dari orang lain. Hal ini dapat meningkatkan risiko penularan infeksi jamur Candida, Trichomonas, atau virus yang cukup besar

2.2 Pengertian Remaja

Remaja merupakan suatu periode perkembangan dalam kehidupan manusia yang berlangsung antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, ditandai dengan perubahan fisik, emosional, kognitif, dan sosial yang signifikan. Secara umum, rentang usia remaja berada pada kisaran 10 hingga 19 tahun menurut definisi yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO) (2015). Sedangkan menurut KEMENKES rentan usia remaja mulai dari 10 hingga kurang dari 18 tahun .

Menurut Santrock (2016), remaja adalah masa transisi yang kompleks dari ketergantungan menjadi kemandirian, serta merupakan masa pembentukan identitas diri yang kuat. Periode ini ditandai dengan perubahan biologis seperti pubertas,

serta perkembangan psikososial, termasuk pencarian jati diri, peran sosial, dan eksplorasi nilai-nilai pribadi.

Dalam perspektif perkembangan psikologi, remaja juga mengalami perubahan dalam pola pikir dari yang konkret ke arah yang lebih abstrak, reflektif, dan idealistik (Papalia & Martorell, 2018). Selain itu, lingkungan keluarga, teman sebaya, serta media sosial turut memainkan peran penting dalam membentuk perilaku dan identitas remaja di era digital saat ini (Arnett, 2020).

Maka, remaja bukan hanya ditandai oleh aspek biologis, tetapi juga merupakan fase penting dalam pembentukan kepribadian, sikap, dan perilaku individu yang akan berpengaruh hingga masa dewasa.

Sarwono (2015, dikutip dalam studi tahun 2022) menjelaskan bahwa remaja adalah fase di mana individu:

1. Mengalami perkembangan seksual sekunder hingga kematangan;
2. Bermigrasi psikologis dari anak ke dewasa;
3. Mencapai kemandirian sosial-ekonomi relatif

Secara biologis, masa remaja ditandai dengan dimulainya pubertas, yaitu masa di mana sistem reproduksi menjadi matang. Perubahan fisik seperti menstruasi pertama pada remaja putri (menarche), pertumbuhan payudara, serta perubahan suara dan pertumbuhan jakun pada remaja laki-laki, adalah ciri utama fase ini (Sinurat et al., 2020).Di sisi kognitif, remaja mulai berpikir secara abstrak dan sistematis. Mereka mampu memahami konsep-konsep moral, idealisme, dan mulai mempertanyakan nilai-nilai yang berlaku di sekitarnya. Hal ini sesuai dengan teori perkembangan kognitif Piaget, bahwa pada masa remaja individu memasuki

tahap operasional formal. Banyak faktor yang mempengaruhi proses perkembangan remaja, antara lain:

1. Keluarga sebagai lingkungan primer yang membentuk kepribadian dasar remaja.
2. Teman sebaya yang mulai menjadi rujukan utama dalam bersikap dan mengambil keputusan.
3. Media sosial dan internet yang memberikan akses luas terhadap informasi dan tren, tetapi juga menjadi sumber tekanan atau informasi yang menyesatkan.
4. Pendidikan dan lingkungan sekolah, yang berperan besar dalam pembentukan nilai dan perilaku sosial remaja.
5. Menurut Nurjan (2016) dalam kajian psikologi Islam, remaja membutuhkan bimbingan spiritual untuk menyeimbangkan antara pertumbuhan fisik dan mental. Tanpa arahan yang tepat, remaja rentan terpengaruh oleh lingkungan negatif.

Para ahli membagi masa remaja menjadi tiga tahap utama berdasarkan aspek biologis, psikososial, dan kognitif.

a. Remaja Awal (*Early Adolescence*) (Usia ± 10–13 atau 12–15 tahun
b. Remaja Pertengahan *(Middle Adolescence)* (Usia ± 14–17 tahun)
c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*) (Usia ± 18–21 tahun) (AI-Care. 2024)

2.3 Personal Hygiene

Personal hygiene dapat didefinisikan sebagai praktik menjaga kebersihan dan meningkatkan serta memelihara kesehatan tubuh (Al-Rifaai, dkk.,2018).

Personal hygiene adalah tindakan merawat diri sendiri, juga disebut sebagai tindakan menjaga kebersihan tubuh dan pakaian seseorang untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Higiene adalah topik yang sangat personal, dan mendorong perubahan dalam higiene membutuhkan keterampilan dan kehati-hatian (Tamiru dkk., 2017). Pengetahuan yang baik tentang personal hygiene sangat membantu dalam meningkatkan kesehatan dan mencegah penyakit. Namun, banyak yang dapat dilakukan secara pribadi untuk memastikan kita tetap sehat dengan mempraktikkan personal higiene yang baik dan menjaga lingkungan tetap aman dari organisme penyebab penyakit (Odigwe, 2015).

Basis pengetahuan yang kurang memadai saat ini menghambat pengembangan strategi yang lebih baik untuk meningkatkan pemeliharaan kebersihan pribadi, yang sangat penting untuk mengurangi beban penyakit menular di negara-negara berkembang (Khatoon, dkk., 2017).

Higiene adalah konsep lama yang berkaitan dengan pengobatan, serta praktik perawatan pribadi dan profesional (Odonkor, dkk., 2019). Higiene mengacu pada praktik yang berkaitan dengan memastikan kesehatan yang baik dan kebersihan. Higiene didefinisikan sebagai setiap penerapan dan tindakan pencegahan sanitasi yang diambil untuk dilindungi dari lingkungan yang dapat merusak kesehatan kita. Higiene adalah studi dan praktik mencegah penyakit atau menghentikan penyebarannya, dengan menjaga kebersihan. Konsep ini juga mengacu pada serangkaian praktik yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan dan hidup sehat. Ini adalah konsep yang berkaitan dengan pengobatan serta perawatan pribadi dan profesional dan praktik yang memengaruhi sebagian besar

aspek kehidupan; meskipun paling sering dikaitkan dengan tindakan pencegahan penyakit.

Kebersihan perorangan atau personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis. Salah satu dampak jika seseorang tidak melakukan personal hygine pada organ genetalia maka dapat menyebabkan terjadinya keputihan. (Izzati and Agustiani, 2014 wahyunita, 2023)

Pondasi tanggung jawab seumur hidup untuk menjaga kebersihan pribadi diletakkan sejak masa kanak-kanak, yang penting untuk masa kanak-kanak yang sehat, untuk masa dewasa yang sehat, dan untuk pengembangan nilai-nilai positif tentang kesehatan dan penggunaan layanan kesehatan (Khatoon dkk., 2017).

2.3.1 Higiene Organ Reproduksi Wanita

Kesehatan organ reproduksi penting untuk dijaga supaya fertilitas (kesuburan) tetap terjaga sehingga mampu menghasilkan keturunan. Saat menstruasi tubuh cenderung memproduksi lebih banyak keringat, minyak dan cairan tubuh lainnya. Sehingga seorang wanita harus tetap menjaga kebersihan dirinya utamanya menjaga organ reproduksi wanita yaitu kesehatan vagina

Adapun menurut cara memelihara organ reproduksi wanita adalah sebagai berikut :

1. Saat menstruasi, wanita lebih berkeringat dibanding dengan hari-hari biasanya. Oleh sebab itu, agar tubuh tetap segar dan bebas dari bakteri harus rajin merawat tubuh dengan mandi yang bersih dan mencuci rambut (keramas) minimal dua hari sekali. Sebagaimana Lawan, Yusuf, & Musa (2010), menyatakan bahwa remaja putri sebagai respondennya menyatakan

bahwa mereka menambah frekuensi mandinya saat menstruasi yaitu sebanyak 3-4 kali per hari.

2. Membersihkan bekas keringat yang berada disekitar alat kelamin secara teratur dengan air bersih, lebih baik air hangat, dan sabun lembut dengan kadar soda rendah terutama setelah buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK). Cara membasuh alat kelamin wanita dengan benar ialah dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), tidak terbalik karena bakteri yang ada disekitar anus bisa terbawa ke dalam vagina dan berisiko menimbulkan infeksi. Setelah dibersihkan, vagina dikeringkan menggunakan handuk bersih atau tisu kering supaya vagina tidak lembab
3. Menggunakan air bersih saat membasuh vagina. Tidak perlu dibiasakan memakai sabun khusus pembersih vagina ataupun obat semprot pewangi vagina (douching). Vagina sendiri sudah mempunyai mekanisme alami untuk mempertahankan keasamannya yaitu adanya kuman Doderlin yang hidup di vagina dan berfungsi memproduksi asam sehingga terbentuk suasana masam yang bisa mencegah bakteri masuk ke dalam vagina. Kebiasaan menggunakan sabun khusus justru akan membunuh bakteri baik tersebut dan memicu berkembangbiaknya bakteri jahat yang dapat menyebabkan infeksi
4. Kebersihan daerah kewanitaan juga dijaga dengan sering mengganti celana dalam minimal dua kali sehari untuk menjaga vagina dari kelembaban yang berlebihan. Bahan celana dalam yang baik harus menyerap keringat seperti katun. Hindari penggunaan celana dalam atau celana jeans yang ketat karena kulit susah bernafas dan akhirnya menyebabkan daerah kewanitaan menjadi

lembab, berkeringat dan mudah menjadi tempat berkembang biak jamur yang dapat mengakibatkan iritasi. Infeksi juga biasa terjadi akibat celana dalam yang tidak bersih.

2.4 Menstruasi

2.4.1 Pengertian Mentruasi

Menstruasi atau haid adalah proses keluarnya darah yang terjadi secara periodik dan berkala akibat meluruhnya lapisan dinding rahim bagian dalam (endometrium) pada dinding uterus yang keluar melalui vagina berupa pembuluh darah, kelenjar-kelenjar dan sel-sel yang tidak terpakai karena tidak adanya pembuahan atau kehamilan.

Menurut UNFPA (2022), menstruasi adalah proses pengeluaran darah dan jaringan dari dinding rahim melalui vagina—merupakan bagian alami dari siklus menstruasi yang terjadi setelah fase ovulasi jika tidak terjadi kehamilan. Siklus ini dimulai sejak pubertas dan berlangsung hingga menopause (UNFPA, 2022)

Dalam pernyataannya tahun 2022, WHO menekankan bahwa menstruasi bukan hanya soal kebersihan, tetapi merupakan isu kesehatan dan hak asasi manusia. Menstruasi seharusnya dipandang sebagai masalah yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan akses terhadap fasilitas dasar (WHO, 2022)

Selain itu, jurnal *Sexual and Reproductive Health Matters* (2021) yang bekerja sama dengan WHO mendefinisikan kesehatan menstruasi sebagai kondisi kesehatan menyeluruh fisik, mental, dan sosial—dalam mengelola siklus menstruasi. Definisi ini mencakup edukasi, akses ke produk menstruasi, sanitasi, dukungan, serta hak untuk menjalani siklus menstruasi dengan bermartabat (Hennegan et al., 2021)

Menurut Felicia dkk (2015), menstruasi adalah perdarahan yang terjadi secara periodik dan berkala akibat meluruhnya lapisan endometrium pada dinding uterus yang akan berlangsung sekitar 14 hari setelah terjadinya proses ovulasi.

Studi Ria Febrina di pesantren Jambi (2019) juga menyebutkan bahwa menstruasi adalah proses fisiologis normal yang terjadi setiap bulan, berdurasi ratarata 3–5 hari, dan menandakan kesiapan sistem reproduksi wanita. Edukasi yang baik sangat dibutuhkan agar remaja memahami menstruasi dan bisa menjalankan kebersihan diri dengan benar selama menstruasi Jumlah darah yang keluar selama periode menstruasi

2.4.2 Siklus Menstruasi

Menurut Sinaga (2017), siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode selanjutnya, sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi dikatakan normal bila jarak waktu antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya dalam satu siklus berjarak ± 21-35 hari. Lama Menstruasi atau jarak dari hari pertama menstruasi sampai perdarahan menstruasi berhenti berlangsung 3-7 hari, dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak lebih dari 80 ml.

Jika seorang wanita tidak mengalami kehamilan, maka siklus menstruasi akan terjadi setiap bulannya. Umumnya siklus menstruasi pada wanita yang normal adalah 28-35 hari dan lama haid antara 3-7 hari. Siklus menstruasi pada wanita dikatakan tidak normal jika siklus haidnya kurang dari 21 hari atau lebih dari 40 hari (Sinaga et al., 2017).

Selain gangguan siklus menstruasi, gangguan lain yang biasa timbul dikutip dari pusat promosi kesehatan kemenkes, yaitu nyeri haid, haid amat banyak sehingga memerlukan pembalut lebih dari selusin dalam sehari, haid lebih dari sepuluh hari lamanya, muncul bercak atau flek darah diantara dua siklus haid, haid tidak teratur. Gangguan haid tersebut dapat muncul bila remaja terlalu letih, sedang sakit atau sedang dalam keadaan cemas. Penelitian UNICEF di Indonesia pada 2015 menemukan fakta 1 dari 6 anak perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama 1 hari atau lebih, pada saat menstruasi (Kemenkes, 2017).

Berdasarkan laporan WHO 2020, sekitar 45 wanita mengalami prevalensi gangguan siklus menstruasi. Menurut data Riset Kesehatan Dasar 2018 di Indonesia, sebanyak 13,7 wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur dalam waktu satu tahun. Prevalensi gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur pada wanita Indonelsia usia 17-29 tahun dan 30-34 tahun cukup signifikan, mencapai 16,4. Alasan yang sering disebutkan olelh wanita dengan siklus menstruasi tidak teratur adalah gangguan psikis dan belban pikiran, selbanyak 5,1% .

2.4.3 Personal Hygiene Saat Menstruasi

Personal hygiene memegang peranan penting, personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada organ kewanitaan saat menstruasi, indikator dalam personal hygiene saat menstruasi. Keluhan yang ditimbulkan akibat ketidak tahuan personal hygiene adalah penyakit pruritus vulva yaitu penyakit yang ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin. (Diana, 2015)

Hygiene pada saat Menstruasi merupakan komponen personal hygine (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan sesorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi.(Laila, 2016)

Perilaku yang kurang dari perawatan hygiene pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut.(Nirwana, 2014). Salah satu penyebabnya adalah bakteri yang berkembang pada pembalut, perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti penggunaan pembalut yang tepat adalah Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi.(Haryono, 2016).

Kesehatan, memelihara kebersihan diri, meningkatkan rasa percaya diri dan mencegah timbulnya penyakit. Akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genetalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan (Wakhidah dan Wijiyanti, 2014).

Remaja putri yang mengalami menstruasi harus memiliki perilaku *hygiene* yang baik untuk memelihara kebersihan dan kesehatan baik secara fisik maupun mental. Remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* yang rendah mengganggap kebersihan merupakan masalah yang tidak penting. Hal tersebut jika dibiarkan akan terjadi penyakit yang berkaitan dengan genetalia (Yumaeroh & susanti, 2019). Perilaku *personal hygiene* yang tidak tepat antara lain, (Hanum dkk, 2021) :

1. Jarang Mengganti Pembalut Saat Menstruasi,

   Ketika menstruasi kondisi vagina akan semakin lembab, hal ini dikarenakan permukaan kulit pembalut bersentuhan langsung dengan vagina. Pembalut yang mengandung banyak gumpalan darah menjadi tempat yang baik untuk

pertumbuhan dan perkembangan jamur dan bakteri. Saat pemakaian, pembalut sering menimbulkan infeksi, iritasi, dan gatal-gatal. Hal berbahaya lain yang dapat disebabkan oleh pembalut adalah ketika digunakan lebih dari empat jam lamanya. oleh pembalut adalah ketika digunakan lebih dari empat jam lamanya. Tanpa disadari, pemakaian pembalut terlalu lama dapat menyebabkan infeksi, iritasi, hingga benjolan yang rasanya sangat gatal dan mengganggu.Apabila hal tersebut terjadi, infeksi sekunder dapat segera terjadi seperti kandidiasis, vaginosis bakterial, dan trikomoniasis.

Pembalut yang terlalu lama didiamkan akan menyebabkan masuknya kuman ke dalam tubuh melalui vagina, lalu merembet ke atas, melewati mulut rahim. Saat kuman tersebut merajalela, dapat menyebabkan peradangan, perekatan lalu menyumbat saluran telur sehingga berakibat kemandulan. Ketika menstruasi semakin banyak darah yang terkena kulit, maka akan semakin besarjuga kemungkinan terkenamasalah-masalah kulit. Hal itu karena darah merupakan media pertumbuhan bagi bakteri, jamur dan virus

2. **Penggunaan Bahan Pembalut Yang Kurang Sesuai,**

Pembalut Herbal menggunakan pewangi yang bisa membunuh bakteri baik dan dan memicu berkembangnya bakteri jahat sehingga bisa memicu infeksi bakteri (Shabrina, 2016). Menurut penelitian terdapat sebanyak 107 bakteri per milimeter persegi ditemukan di atas pembalut wanita biasa, kondisi inilah yang membuat pembalut biasa menjadi sumber sarang pertumbuhan bakteri merugikan, meski pembalut biasa hanya dipakai selama 2 jam saja. Bayangkan banyaknya bakteri pada permukaan seluas pembalut, apalagi

jika dipakai lebih dari 2 jam. 107 bakteri per milimeter persegi ditemukan di atas pembalut biasa. Hampir semua wanita tidak pernah tahu tentang pembalut yang biasamereka beli dan pakai selama ini. Dan mereka tidak pernah curiga dan tidak pernah mencoba merobek atau mengamati bahan pembalut yang biasa mereka pakai. Banyak wanita suka membeli pembalut biasa yang ada di pasaran hanya memikirkan harga murah dan cukup enak dipakai, tanpa mengetahui sedikitpun resiko kesehatan dari pemakaian pembalut atau pantyliner biasa

3. **Jarang Mengganti Celana Dalam (Kurang Dari Dua Kali Sehari)**

(71%) dan (81%) remaja mengganti celana dalam saat terkena darah menstruasi.Penggantian celana dalam minimal 2 kali dalam sehari secara rutin, dilakukan dengan upaya menjaga kelembapan area genital. Ketika kondisi kelembapan berlebihan, area genital berisiko terinfeksi bakteri yang lama-lama akan semakin banyak tumbuh dan memicu timbulnya penyakit pada area genital. Secara umum, dampak yang sering terjadi akibat kurang menjaga kebersihan genetalia saat periode menstruasi akan mengakibatkan area genetalia mengalami infeksi, gatal-gatal, kemerahan pada area sekitar, keputihan, timbulnya bau yang tidak sedap. Akibat lainnya yang muncul jika tidak menjaga kebersihan bagian genetalia padasaat menstruasi, remaja berisiko mengalami demam, terjadi peradangan pada area vagina, mengalami keputihan, dan bagian bawah perut akan terasa sakit serta terasa panas (Yuni, 2015). sesering mungkin untuk mengganti pakaian dalam. Minimal mengganti pakaian dua kali sehari, bahkan celana dalam yang baik harus menyerap keringat, misalnya katun, saat haid pergantian pembalut pembalut setiap kali terasa basah

atau sekitar 3 jam sekali, rambut yang tumbuh disekitar daerah kewanitaan pun perlu diperhatikan kebersihnnya

4. **Tidak menggunakan air bersih untuk membasuk genetalia**

   Remaja perlu meningkatkan pengetahuan dari sumber informasi yang terpercaya dalam menjaga kebersihan reproduksi remaja perempuan sehingga terbentuk perilaku pola hidup bersih dengan secara teratur bersihkan vagina dari bekas keringat, cara membasuh alat kelamin wanita yang benar, setelah dibersihkan digunakan handuk bersih atau tisu kering untuk mengeringkannya, hati-hati ketika menggunakan kamar mandi umum, apabila akan menggunakan kloset duduk, hindari penggunaan sabun khusus pembersih vagina, dan hindari pemakaian pantyliner dalam jangka waktu yang lama

   Manfaat personal hygiene saat menstruasi adalah untuk mencegah infeksi, mengurangi bau, membantu tetap nyaman, meningkatkan derajat kesehatan dan meningkatkan kepercayaan diri. Jika tidak menjaga kebersihan diri pada saat menstruasi dapat menyebabkan risiko kesehatan yang serius seperti, infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, iritasi pada kulit, infertilitas serta komplikasi lainnya.

Menurut WHO pada tahun 2019 sekitar 75% remaja putri tidak melakukan *personal hygiene* dengan baik, sehingga mudah mengalami infeksi pada saluran genital. Di Indonesia menyatakan dari total 69,4 juta jiwa remaja terdapat 63 juta jiwa yang memiliki kebiasaan personal hygiene saat menstuasi yang buruk, penyebabnya karena kebersihan diri yang kurang selama menstruasi, kurangnya informasi seputar kesehatan reproduksi, masih dianggap sebagai hal yang sensitif, sehingga mereka harus menunggu hingga waktunya tepat dan memahami secara

mandiri, rendahnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja putri kurang menjaga kebersihan diri saat menstruasi.

Data dari profill kesehatan Jawa Barat tahun 2022 menyatakan bahwa permasalahan kasus pada remaja sangat banyak yaitu mencapai 8,4% dengan kasus karena jamur sebanyak 4,3%, kasus karena ISK sebanyak 2,1% dan lain-lain sebanyak 2% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). endahnya pengetahuan tentang *personal hygiene* adalah karena kurangnya informasi yang didapatkan oleh remaja (Auliani dkk, 2021). Masyarakat di Indonesia masih percaya mitos pada saat menstruasi seperti tidak boleh keramas selama menstruasi, tidak boleh memotong kuku, tidak boleh menggunting rambut dan lain sebagainya. Kurangnya pengetahuan masyarakat menjadikan mereka berpola pikir yang berdampak pada dirinya sendiri karena kurangnya kebersihan yang bisa menyebabkan terjadinya infeksi, yang kemudian rumor tersebut berkembang menjadi mitos (Susanti & Lutviyati, 2022).

2.4.4 Kegiatan Kebersihan Diri Saat Menstruasi

Personal hygiene merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis. Hygiene pada saat menstruasi memegang peranan penting dalam status kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi, oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Yuni, 2015).

Perawatan diri saat menstruasi meliputi frekuensi

1. Mengganti Pakaian Dan Celana Dalam,

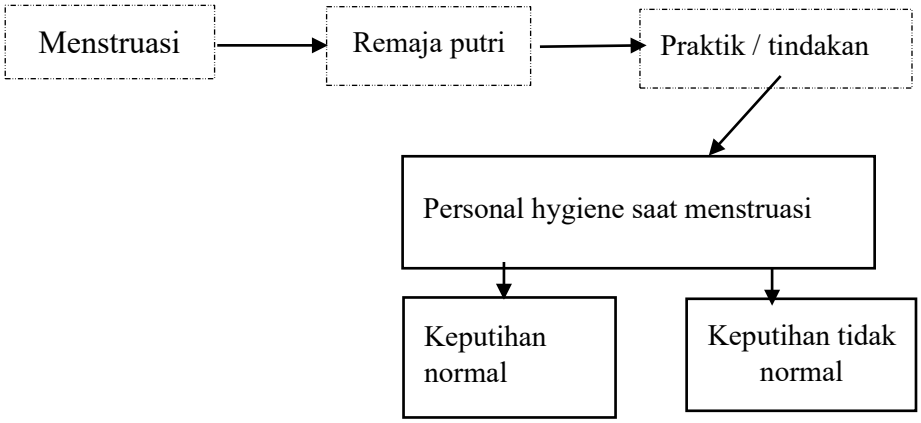
2. Mengganti Pembalut

3. Membasuh Area Genitalia

4. Menjaga Asupan Nutrisi.

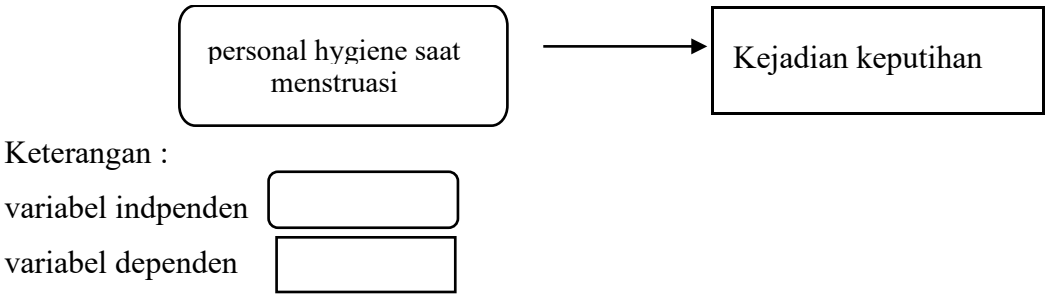
Perawatan diri saat menstruasi dipengaruhi oleh adanya sikap dimana sikap menjadi indikator penting bagi seseorang untuk berperilaku (Noviantiet al., 2016; Ramlyet al., 2020; Solehatiet al., 2018). Salah satu pencegahan yang penting adalah membersihkan daerah kewanitaan dengan benar yaitu dari arah depan kebelakang lalu kearah anus. Yang harus diperhatikan yaitu arahnya tidak boleh sebaliknya, atau dari anus ke vulva, atau bolak-balik dari anus ke vulva, lalu tidak dianjurkan menggunakan sabun kimiawi. Hindari suasana vagina yang lembab berkepanjangan, dianjurkan mencukur bulu yang ada pada area vagina bilasudah panjang, hindari pemakaian celana dalam yang terbuat dari bahan katun atau bahan yang meresap keringat.(Yusiana & Saputri, 2016)

2.5 Kerangka Teori



Sumber : Modifikasi Kerangka Teori Skiner (1938) dalam Notoatmodjo (2010); Wijayanti (2009) Keterangan :

———— Variabel yang diteliti



Skema 2.1 kerangka konsep

2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan sementara terhadap jawaban atas submasalah yang dibutuhkannya. Hipotesis dikatakan sementara karena kebenarannya masih perlu diuji atau dites kebenarannya dengan data yang berasal dari lapangan

1. **Hipotesis alternative (Ha) :**

   Terdapat hubungan antara perilaku personal higiene menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan

2. **Hipotesis nol (Ho) :**

   Tidak terdapat hubungan antara perilaku personal higiene menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri Di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan.

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif , yaitu untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko (perilaku dalam menjaga personal higiene saat menstruasi) dan kejadian keputihan pada remaja putri Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan Rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional,* yaitu rancangan penelitian yang dilakukan pada satu waktu bersamaan antara variabel bebas dan terikat

3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Wek 5 Kota Padangsidimpuan , karena masih banyak remaja putri yang tidak tau tentang penting nya Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi.

3.2.2 Waktu penelitian

Tabel 3.1 Matriks Waktu Penelitian

Kegiatan	Waktu penelitian						
	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags des 2025	Jan – jun 2026	Jul 2026
Pengajuan judul							
Penyusunan proposal							
Seminar proposal							
Pelaksanaan penelitian							
Pengolahan data							
Seminar akhir							

3.1 Populasi Dan Sampel

3.1.1 Populasi

Populasi mencakup jumlah subjek yang akan diteliti oleh seorang peneliti dengan kriteria tertentu, dan hasil penelitian akan didasarkan pada kelompok tersebut (Adiputra,

2022). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang ada Kelurahan Wek 5 sebanyak 103 orang

3.1.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari objek yang di teliti jumlah dan karakteristiknya dan mewakili seluruh populasi. Sampel yg di gunakan pada penelitian ini adalah teknik total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel secara keseluruhan. Alasan menggambil total sampling karena menurut Sugiyono (2011) jumlah populasi yang kurang dari 100, maka seluruh populasi akan dijadikan sampel penelitian. Sehingga dalam penelitian ini 103 orang menjadi sampel.

3.2 Etika Penelitian

1. ***Informed consent***

   Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan.

2. ***Anonimity*** **(tanpa nama)**

   Adalah memberikan jaminan dalam subjek penulis dengan hanya menulis kode pada lembaran pengumpulan dan hasil penelitian yang akan di sajikan dan menghindari mencantumkan nama responden pada lemba r kuesioner atau lembar alat ukur

3. *Confidentiality (*kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya (Hidayat, 2017).

3.5 Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci definisi operasional (Nursalam, 2020).

Tabel. 3.2 Defenisi Operasional

Variable	Defenisi	Skala	Hasil ukur
Variabel Bebas (personal hygiene).	Sesuatu yang biasa dilakukan oleh remaja putri dalam perawatan diri sendiri khususnya pada organ kewanitaan. .	Ordinal	Hasil ukur sebagai berikut : a. buruk jika nilai akumulasi<50% b.baik jika nilai akumulasi : ≥50%
Variabel Terikat (Kejadian Keputihan)	Keluarnya cairan yang tidak normal dari vagina berupa cairan yang keruh dan kental yang berwarna kekuningan, keabuabuan, atau kehijauan disertai adanya keluhan seperti rasa gatal, berbau busuk, apek, & amis. Sedangkan cairan yang normal yait berwarna bening, tidak gatal dan tidak bau	nominal	Hasil ukur sebagai berikut : a. Ya, jika mengalami keputihan abnormal b.Tidak, jika tidak mengalami keputihan normal

3.6 Prosedur Pengumpulan Data

1. Peneliti meminta izin survey pendahuluan
2. Peneliti memberikan surat izin kepada kepala lingkungan jalan nusa indah kelurahan wek 5
3. Peneliti mempersiapkan lembar persetujuan menjadi responden / informant consent
4. Peneliti membagikan kuesioner dan mendapingi remaja sebagai responden mengenai pengetahuan terhadap Perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi.
5. Melakukan entri data
6. Analisis data

3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penellitian merupakan alat penellitian yang sistematis yang dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan atau memecahkan masalah (Polit & Back, 2018. Pengumpulan data dalam penelitian memerlukan alat dan metode pengumpulan data yang baik, agar data yang dikumpulkan valid, terpercaya, dan terkini. Jenis instrumen penelitian ini dibagi menjadi lima bagian yang meliputi pengukuran, biofisiologi, observasi, wawancara, kuesioner dan skala (Nursalam, 2020).

Dalam penelitian ini jenis alat yang digunakan dalam pengumpulan data perilaku personal hygiene dan kejadian keputihan adalah kuesioner. Jenis data yang dikumpulkan yaitu data berskala ordinal dan nominal.

a. Data demografi responden Pada google form ini berisikan tentang identitas responden yang meliputi : nama inisial, umur dan pendidikan.

b. Kuesioner Perilaku Personal Hygiene Form perilaku personal hygiene terdiri dari 20 pernyataan yang menggunakan skala Likert. Pernyataan positif sebanyak 16 item sedangkan pernyataan negatif sebanyak 4 item. Setiap pernyataan positif jawaban selalu = 4, sering = 3, kadangkadang = 2, tidak pernah = 1. Sedangkan penyataan negatif jawaban bernilai tidak pernah = 4, kadang-kadang = 3, sering = 2, selalu = 1. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner tidak baku sehingga dikembangkan oleh peneliti. Kuesioner ini diperoleh dari (Dewi, 2016) yang kemudian dimodifikasi oleh peneliti sesuai tujuan penelitian.
c. Kuesioner Kejadian Keputihan Keputihan terdiri dari 5 pernyataan tertutup dengan menggunakan skala Guttman dengan memberi pilihan jawaban "Ya" dikategorikan keputihan abnormal dan jika menjawab "Tidak" dikategorikan keputihan normal. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner tidak baku sehingga dikembangkan oleh peneliti. Kuesioner ini diperoleh dari (Krisnayanti, 2014) yang kemudian dimodifikasi oleh peneliti sesuai tujuan penelitian.

3.8 Analisis Data

Analisa data yang digunakan dalam proposal ini adalah analisa deskriptif unruk mengetahui bagaimana Gambaran perilaku remaja putri tentang personal hygine saat menstruasi. Data kuesioner dikumpulkan dan di analisa, kemudian data yang diperoleh dengan bantuan computer beberapa tahapan, sebabagai berikut :

1. *Editing*

   Setelah kuesioner di isi oleh responden, makan peneliti akan melakukan pemeriksaan kembali kuesioner untuk memastikan agar semua jawaban terisi dengan baik, apabila

jawaban yang belum terisi maka penulis akan mengembalikan kuesioner kepada responden untuk di isi kembali (Nursalam, 2020).

2. C*oding*

   Kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk bilangan/ angka, data yang sudah dapat kemudian peneliti memberikan kode untuk mempermudah dalam mengolah dan mengalisa data selanjutnya. Hal ini sangat penting dilakukan pengolahan data dan analisa data dilakukan (Nursalam, 2020).

3. *Scoring*

   Scoring berfungsi untuk menghitung skor yang telah diperoleh setiap responden berdasarkan pernyataan yang diajukan peneliti (Nursalam, 2020).

4. *Tabulating*

   Tabulating yaitu memasukkan hasil perhitungan ke dalam bentuk tabel dan melihat persentase dari jawaban pengolahan data dengan menggunakan komputerisasi (Nursalam, 2020).

BAB 4

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di kelurahan wek5 yang beralamat di jalan nusa indah Kec. Padangsidimpuan Selatan , kota padangsidimpuan dengan mempunyai batas wilayah sebagai berikut :

1. Sebelah utara : kecamatan padangsidimpuan utara
2. Sebelah Selatan : kecamatan padangsidimpuan Tenggara
3. Sebelah barat : kecamatan angkola Selatan
4. Sebelah timur : kecamatan padangsidimpuan batunadua

4.2 Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti dalam penelitian yaitu melihat distribusi frekuensi variabel independen dan dependen yang disajikan secara deskriptif dalam bentuk table distribusi frekuensi.

4.2.1 Umur Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan "Umur Responden"

Umur	Frekuensi	Persentase
Remaja awal (10-13tahun)	19	18,4
Remaja pertengahan (14-16 tahun)	62	60,2
Remaja akhir (17-19 tahun)	22	21,4
Total	**100**	**100.0**

Table 4.1 dapat diketahui bahwa dari 103 remaja, mayoritas responden berdasarkan "umur" terdapat pada kategori remaja pertengahan 14- 16 tahun sebanyak 62 (60,2%). Dan minoritas terdapat pada kategori remaja awal 10-13 tahun sebanyak 19 (18,4%)

Pendidikan

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan "Pendidikan"

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	7	6,8
SMP	48	46,6
SMA	48	46,6
Total	103	100.0

Table 4.2 dapat diketahui bahwa dari 103 remaja, mayoritas responden dan berdasarkan "Pendidikan" masing masing memiliki angka "SMP" sebanyak 48 (46,6%), "SMA"sebanyak 48 (46,6%) ''SD'' sebanyak 7 (6,8 %).

4.2.2 Personal Hygiene

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan "Personal hygiene"

Hygiene	Frekuensi	Persentase
Buruk	34	33,0
Baik	69	67,0
Total	**103**	**100.0**

Tabel 4.3 dapat di ketahui bahwa dari 103 remaja , mayoritas responden berdasarkan "personal hygiene'' terdapat pada kategori "baik'' sebanyak 69 (67,0 %), sedangkan minoritas terdapat pada ketegori "buruk'' sebanyak 34 (33,0%).

4.2.3 Keputihan

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan "keputihan"

Keputihan	Frekuensi	Persentase
Abnormal	55	53,4
Normal	48	46,6
Total	103	100.0

Table 4.4 dapat di ketahui bahwa dari 103 remaja, mayoritas responden berdasarkan “keputihan’’ terdapat pada kategori “abnormal’’ sebanyak 55 (53,4 %), sedangkan minoritas terdapat pada kategori “normal’’ sebanyak 48(46,6 %).

4.3 Analisa Bivariat

Analisa bivariate digunakan untuk melihat hubungan antara variabel independen dan dependen. Uji statistic yang digunakan adalah uji alternative chisquare. Ada tidaknya hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di kelurahan wek 5.

Tabel 4.5 Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Kelurahan Wek 5

	Keputihan				**Total**		p-value
	Keputihan abnormal		**Keputihan normal**				
Personal Hygiene	**F**	**%**	**F**	**%**	**F**	**%**	
Buruk	26	76,5	8	23,5	34	100	0,002
Baik	29	42,0	40	58,0	69	100	
Total	**55**	**53,4**	**48**	46,6	**103**	**100**	

Hasil Tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa responden yang memiliki kategori personal hygiene buruk mayoritas mengalami keputihan abnormal yaitu sebanyak 26 responden (76,5%). Sebaliknya pada responden yang memiliki kategori personal hygiene baik mayoritas justru memiliki keputihan yang normal yaitu sebanyak 40 responden (58,0 %).

Berdasarkan hasil uji chi square nilai p value pada personal hygiene diperoleh p = 0,002 < (0,05) artinya terdapat hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di Kelurahan Wek 5.

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Personal Hygiene

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 103 remaja putri, mayoritas responden memiliki personal hygiene pada kategori baik yaitu sebanyak 69 orang (67,0 %), sedangkan minoritas berada pada kategori buruk sebanyak 34 orang (33,0 %). Temuan ini menunjukkan bahwa hampir setengah responden sudah memiliki perilaku kebersihan diri yang cukup baik, namun masih terdapat bagian responden yang belum menerapkan personal hygiene secara optimal saat menstruasi. Menurut WHO (2015), kebersihan menstruasi merupakan salah satu komponen penting dalam menjaga kesehatan reproduksi perempuan, terutama pada remaja yang masih berada dalam fase perkembangan dan rentan terhadap masalah kebersihan organ intim.

Personal hygiene saat menstruasi meliputi kebiasaan menjaga kebersihan organ kewanitaan, mengganti pembalut secara teratur, memakai pakaian dalam yang bersih, dan menjaga area genital tetap kering. Jika perilaku ini dilakukan dengan baik, maka risiko pertumbuhan mikroorganisme penyebab gangguan reproduksi dapat berkurang. Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan kebiasaan yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, tingginya responden pada kategori normal dapat menggambarkan bahwa sebagian remaja telah memiliki pengetahuan dasar tentang pentingnya kebersihan saat menstruasi.

Meski demikian, masih adanya responden dengan kategori personal hygiene tidak normal menunjukkan bahwa perilaku kebersihan menstruasi belum

sepenuhnya dipahami oleh seluruh remaja putri. Kondisi ini bisa dipengaruhi oleh kurangnya informasi mengenai cara merawat organ reproduksi yang benar, rendahnya peran keluarga dalam memberikan edukasi, maupun kebiasaan yang masih salah saat menstruasi. Marmi (2016) menyebutkan bahwa remaja putri perlu mendapatkan informasi yang benar mengenai kebersihan reproduksi karena pada masa menstruasi organ kewanitaan lebih rentan mengalami gangguan apabila tidak dirawat dengan baik.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Wibawani (2022) juga menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki perilaku personal hygiene dalam kategori cukup. Hal ini mendukung hasil penelitian ini bahwa perilaku personal hygiene remaja putri cenderung berada pada tingkat sedang dan belum seluruhnya optimal. Menurut Puspita (2018), perilaku kebersihan yang belum baik saat menstruasi dapat menjadi pintu masuk terjadinya berbagai gangguan organ reproduksi, termasuk keputihan abnormal.

5.2 Kejadian Keputihan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keputihan abnormal dialami oleh 53,4% responden, sedangkan keputihan normal sebanyak 46,6 %. Data ini menggambarkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami gangguan keputihan yang perlu mendapat perhatian. Keputihan abnormal merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri dan dapat menjadi tanda adanya ketidakseimbangan flora vagina atau infeksi (Marmi, 2016).

Tingginya angka keputihan abnormal pada penelitian ini dapat disebabkan oleh masih banyaknya remaja yang belum menerapkan perilaku kebersihan genital yang benar. Area genital yang lembap, penggunaan pakaian dalam yang tidak

menyerap keringat, serta kebiasaan jarang mengganti pembalut saat menstruasi dapat menjadi faktor yang memicu pertumbuhan jamur dan bakteri. Oleh karena itu, keputihan abnormal sering kali berkaitan erat dengan kebiasaan personal hygiene yang tidak baik (Prawirohardjo, 2019).

Keputihan abnormal pada remaja juga dapat berdampak pada kenyamanan fisik maupun psikologis. Remaja yang mengalami keputihan dengan gejala gatal, bau tidak sedap, atau perubahan warna cairan sering merasa tidak percaya diri dan terganggu dalam aktivitas sehari-hari. Bila kondisi ini tidak ditangani, dapat menimbulkan kecemasan dan menurunkan kualitas hidup remaja. Hal ini menunjukkan bahwa masalah keputihan bukan hanya persoalan fisik, tetapi juga menyangkut kesehatan mental dan sosial (Hidayat, 2017).

Dalam perspektif kesehatan masyarakat, tingginya kejadian keputihan abnormal menunjukkan perlunya intervensi pencegahan yang lebih serius. Upaya seperti penyuluhan tentang kebersihan organ reproduksi, pemeriksaan kesehatan berkala, serta penyediaan media edukasi yang mudah dipahami remaja sangat dibutuhkan. Jika intervensi ini dilakukan secara konsisten, maka angka keputihan abnormal pada remaja dapat ditekan (Kemenkes RI, 2020).

5.3 Hubungan Personal Hygiene dengan Keputihan

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di Kelurahan Wek 5, dengan nilai p-value 0,002. Nilai ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut bermakna secara statistik. Dengan demikian, personal hygiene dapat dikatakan sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian keputihan pada responden penelitian ini.

Responden dengan personal hygiene buruk lebih banyak mengalami keputihan abnormal, yaitu sebanyak 76,5 %. Sementara itu, pada responden dengan personal hygiene baik sebagian besar juga mengalami keputihan abnormal sebesar 42,0 %. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin buruk personal hygiene seseorang, semakin tinggi kemungkinan mengalami keputihan abnormal. Pola ini sesuai dengan teori bahwa kebersihan organ reproduksi memiliki peranan penting dalam mencegah pertumbuhan mikroorganisme patogen (WHO, 2015).

Sebaliknya, responden dengan personal hygiene baik justru lebih banyak mengalami keputihan normal, yaitu 58,0 %. Hal ini memperkuat dugaan bahwa perilaku kebersihan yang baik dapat membantu menjaga keseimbangan kondisi area genital. Personal hygiene yang baik, seperti mengganti pakaian dalam secara teratur, membersihkan organ intim dengan benar, serta menjaga area tetap kering, dapat mengurangi risiko terjadinya gangguan keputihan (Puspita, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Darniaty, Arman, dan Sulaeman (2023) yang menunjukkan adanya hubungan personal hygiene menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di MAN 2 Barru dengan p-value 0,004. Hasil tersebut membuktikan bahwa personal hygiene memiliki pengaruh yang bermakna terhadap kejadian keputihan. Kesamaan hasil ini memperkuat temuan bahwa perilaku kebersihan saat menstruasi merupakan faktor yang sangat penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri.

Penelitian Pratika (2021) juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu terdapat hubungan antara perilaku personal hygiene terhadap kejadian keputihan pada remaja putri dengan p-value 0,001. Temuan ini mendukung hasil penelitian di Kelurahan

Wek 5 bahwa perilaku kebersihan yang kurang baik meningkatkan risiko keputihan abnormal. Menurut Notoatmodjo (2018), perilaku kesehatan yang baik akan terbentuk apabila seseorang memiliki pengetahuan dan sikap yang mendukung terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik personal hygiene saat menstruasi, maka semakin kecil kemungkinan remaja putri mengalami keputihan abnormal. Sebaliknya, personal hygiene yang kurang baik cenderung meningkatkan risiko keputihan. Oleh karena itu, edukasi mengenai kebersihan menstruasi perlu terus diberikan agar remaja putri mampu menjaga kesehatan reproduksinya dengan baik.

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di kelurahan wek 5 maka dapat di simpulkan sebagai berikut :

1. mayoritas responden berdasarkan “personal hygiene’’ terdapat pada kategori “baik’’ sebanyak 69 (67,0 %), sedangkan minoritas terdapat pada ketegori “buruk’’ sebanyak 34 (33,0%).
2. mayoritas responden berdasarkan “keputihan’’ terdapat pada kategori “abnormal’’ sebanyak 55 (53,4 %), sedangkan minoritas terdapat pada kategori “normal’’ sebanyak 48 (46,6 %).
3. terdapat hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadiankeputihan pada remaja putri di Kelurahan Wek 5, ($p = 0,002 < 0,05$)

6.2 Saran

Dari hasil penelitian yang dilakukan dengan judul ”hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di kelurahan wek5”, maka peneliti memberikan saran

1. **Bagi Responden**

   Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan informasi yang akurat yang berhubungan dengan hygiene yang baik dan benar.

2. **Bagi Lokasi penelitian**

Penelitian ini diharapkan mampu menambah informasi yang berkaitan dengan personal hygiene seperti adanya poster dan leaflet. Jika perlu diadakannya penyuluhan kesehatan dapat bekerjasama dengan dinas atau institusi kesehatan terkait.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil peneliti ini dapat sebagai sumber informasi untuk melanjutkan penelitian hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan (fluor albus).

DAFTAR PUSTAKA

Adyani, K., Aisyaroh, N., & Anisa, N. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku manajemen kebersihan menstruasi remaja: Literature review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 5(10), 11921198.

Alfi, N. R. (2022). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekabaru. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal), 7(2), 61-72.

AI-Care. (2024). Tiga Tahapan Perkembangan Remaja. Retrieved from https://aicare.atmatech.id/ibu-dan-anak/tiga-tahapan-perkembangan-remaja

Annas99. (2021). Analisis Perkembangan Remaja menurut Hurlock. *Blog Analisis Perkembangan Remaja*.

Arnett, J. J. (2020). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach* (6th ed.). Pearson Education.

Amperaningsih, Y., & Fathia, N. (2019). Hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, *14*(2), 194-199.

Bancin, D., Sitorus, F., & Anita, S. (2022). Edukasi pendidikan kesehatan reproduksi (Kespro) remaja pada kader posyandu remaja lembaga pembinaan khusus kelas I Medan. Jurnal Abdimas Mutiara, 3(1), 103-110.

Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 2*(3), 1–10. https://doi.org/10.36565/jak.v2i3.130

Dewi, R., Ernawati, W., & Septiani, T. (2025). Hubungan Pengetahuan Dan Personal Higyene Terhadap Kejadian Keputihan Pada Ibu Hamil Di Klinik BP Annisa Banyuasin. *Jurnal kesehatan dan pembangunan*, *15*(1).

Devilawati, A. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, *5*(2).

Darniaty, N. S. P., Arman, & Sulaeman, U. (2023). Hubungan personal hygiene menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja di MAN 2 Barru. *Jurnal Wawasan Kesehatan*. https:// jurnal. fkm.umi.ac. id/index.php/ woph/article/view/738

Hennegan, J., Winkler, I. T., Bobel, C., et al. (2021). *Menstrual health: a definition for policy, practice and research*. Sexual and Reproductive Health Matters, 29(1)

Hamidah, E. N., Realita, F., & Kusumaningsih, M. R. (2021). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri: Literature Review. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, *10*(3), 258-265.

Hidayat, A. A. (2017). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.

Juwita, L., & Prabasari, N. A. (2022). Penatalaksanaan Dismenore berdasarkan

Karakteristik Dismenore pada Remaja Putri. *Adi Husada Nursing Journal*, *8*(1), 1-8.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kiftia, M., Maulina, M., & Rizkia, M. (2020). Menstrual Hygiene Practice Among Female Adolescents in Boarding School. *Jurnal Medika Veterinaria*, *14*(1), 35-42.

Maharani, R., & Andryani, W. (2018). Faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. KESMARS: Jurnal Kesehatan Masyarakat, Manajemen Dan Administrasi Rumah Sakit, 1(1), 69 77.

Marmi. (2016). *Kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Muchlisin Riadi. (2023). Menstruasi: tinjauan konseptual, siklus, gangguan, dan faktor yang memengaruhi. *Kajian Pustaka*.

Nurudeen, A. S. N., & Toyin, A. (2020). Knowledge of personal hygiene among undergraduates. *Journal of Health Education*, *5*(2), 66-71.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurjan, S. (2016). Masa Remaja dalam Psikologi Islam. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/309375947_Masa_Remaja_dal am_Psikologi_Islam

Prawirohardjo, S. (2019). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Pratika, N. I. A. I. (2021). Hubungan antara perilaku personal hygiene terhadap kejadian keputihan pada remaja putri.

https://repository.itekesbali.ac.id/medias/journal/2021_NI_PUTU_ARISTA_INTAN_PRATIKA _B_17C10094.pdf

Puspita, R. (2018). *Personal hygiene dan kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika

Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, *17*(1), 62-76.

Pythagoras, K. C. (2015). Personal hygine remaja putri ketika menstruasi. Jurnal Promkes, 5(1), 12–24.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2018). *Experience Human Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, *17*(1), 62-76.

Ria, F. (2019). Edukasi menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren

Santrock, J. W. (2016). *Adolescence* (16th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Sarwono, I. (2015). *Definisi dan Tahap Perkembangan Remaja* (dikutip dalam penelitian Ekawati, 2022).

Sinurat, N., Zainuddin, M. B., Samosir, D. L., & Ginting, M. A. (2020). Studi Literatur tentang Karakteristik, Pertumbuhan, dan Perkembangan Remaja Usia 12–18 Tahun dalam Kehidupan Sosial. *Jurnal Christian Humaniora*, 3(1), 25–34. https://www.e-journal. iakntar utung.ac. id/index. php/humaniora /article/view/2647

Saraswati, P. (2023). Personal Growth Initiative Remaja Ditinjau dari Karakteristik Kepribadian. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, *15*(2), 30-42.

Salamah, U., Kusumo, D. W., & Mulyana, D. N. (2020). Faktor perilaku meningkatkan resiko keputihan. *Jurnal Kebidanan*, *9*(1), 7-14.

Suryani, L. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, *3*(2), 68-79.

UNFPA. (2022). *Menstruation and human rights – Frequently asked questions*. Retrieved from UNFPA website.

Wahyuni, N., & Syamiyah, N. (2023). Literatur Review: Faktor– Faktor Yang Mempengaruhi Personal Hygiene Pada Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Journal Of Baja Health Science*, *3*(02), 191-196.

World Health Organization. (2015). Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade. WHO Press.

World Health Organization. (2022, June 22). *WHO statement on menstrual health and rights*.

Wibawani, S. N. (2022). Gambaran perilaku remaja putri tentang personal hygiene menstruasi.https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/16686/10/KTI_Siwi%20N astiti%20Wibawani.pdf

Yunistyaningrum, V., Hapsari, E. D., & Parmawati, I. (2024). Studi Kasus: Implementasi Edukasi dan Penggunaan Vaginal Hygiene Kits Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Penanganan Keputihan pada Remaja. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, *9*(1), 6474.

Zubaidah, Z. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genetalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, *9*(1), 1-4.

UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS KESEHATAN
Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/I/2019, 17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidimpuan 22733.
Telp.(0634) 7366507 Fax. (0634) 22684
e -mail: aufa.royhan@yahoo.com http//: unar.ac.id

Nomor : 319/FKES/UNAR/I/PM/IV/2026 Padangsidimpuan, 30 April 2026
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Lurah Wek V
Di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidimpuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Filzah Abelia
NPM : 22030006
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Diberikan Izin Penelitian di Kelurahan Wek V untuk penulisan Skripsi dengan judul "Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Kelurahan Wek V".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan,

Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NUPTK. 8350765666230243

PEMERINTAH KOTA PADANGSIDIMPUAN
KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN SELATAN
KELURAHAN WEK V
JALAN DANAU KERINCI NO 3 PADANGSIDIMPUAN
KODE POS : 22723

SURAT KETERANGAN
Nomor : 470/ 044 /2026

Yang Bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: RAHMAN SALEH SYAPUTRA, SH
NIP	: 19840822 201001 1 025
Pangkat/Gol.	: Penata, III/c
Jabatan	: Lurah Wek V

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: FILZAH ABELIA
NPM	: 22030006
Program Studi	: Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Bahwa telah melakukan penelitian d Kelurahan Wek V Kec. Padangsidimpuan Selatan berdasarkan surat dari Universitas Aufa Royhan Fakultas Kesehatan nomor : 319/FKES/UNAR/I/PM/IV/2026 tanggal 30 April 2026.Penelitian dilaksanakan pada tanggal 5 Mei 2026 dengan judul :

" HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN WEK V "

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidimpuan, 5 Mei 2026

LURAH WEK V

RAHMAN SALEH SYAPUTRA, SH
NIP.19840822 201001 1025

Lampiran 3

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.
Responden Penelitian
Di
Tempat Penelitian
Dengan Hormat.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana Fakultas Kesehatan.

Nama : Filzah Abelia

NIM : 22030006

Degan ini menyampaikan bahwa saya akan mengadakan penelitian dengan judul "Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Kelurahan Wek 5" Tujuan umum pada penelitian ini adalah Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan personal hygiene saat menstruasi terhadap kejadian keputihan pada remaja putri yang dilakukan melalui lembar kuesioner. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk keperluan peneliti. Kerahasiaan data dan identitas saudara tidak akan disebarluaskan.

Saya tangani lembaran persetujuan yang disediakan ini. Atas kesediaan dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Peneliti

(Filzah Abelia)

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Filzah Abelia, mahasiswa Program Studi Ilmi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Faklutas Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan yang berjudul "Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri". Saya mengerti dan memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negative terhadap saya, oleh karena itu saya bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini.

Padangsidimpuan, Agustus 2025

Responden,

……...

Lampiran 5

KUESIONER PENELITIAN

HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN WEK 5

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Umur :

Pendidikan :

B. KUESIONER PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI

Petunjuk pengisian .

a. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti.
b. Berilah tanda (√) pada salah satu kolom yang ada di sebelah kanan pada masing-masing butir pernyataan dengan pilihan yang sesuai dengan kejadian yang anda alami.
c. Kuesioner terdiri dari 20 butir pernyataan, yang terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu :
    1) SL = Selalu
    2) SR = Sering
    3) KK = Kadang – Kadang
    4) TP = Tidak Pernah
d. Semua pernyataan mohon diisi (tidak boleh ada yang kosong).
e. Jawaban yang anda berikan dijamin kerahasiaannya.

No	Pernyataan	SL	SR	KK	TP
1.	Saya mencuci tangan menggunakan sabun sebelum menyentuh area kewanitaan				
2.	Saya mandi 2 kali sehari				
3.	Saya mengganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari				
4.	Saya menggunakan sabun mandi untuk mencuci area kewanitaan setiap kali mandi				
5	Saya membersihkan area kewanitaan dari arah depan ke belakang				
6.	Sebelum menggunakan celana dalam saya mengeringkan area kewanitaan menggunakan handuk atau tissue				

7	Saya menggunakan celana dalam berbahan katun				
8	Saya mengganti celana dalam saat mulai terasa lembab				
9	Setiap hari saya menggunakan panty liner				
10	Saat menggunakan panty liner, saya menggantinya minimal 4-6 jam sekali				
11	Saya menggunakan panty liner saat keputihan terasa banyak				
12	Saya menggunakan sabun khusus kewanitaan untuk mengurangi keputihan				
13	Saya mengganti pembalut segera ketika terasa penuh1				
14	Saya menggunakan celana dalam yang ketat1				
15	Saya menggunakan handuk yang berbeda dengan handuk mandi untuk mengeringkan area kewanitaan				
16	Saya mengeringkan area kewanitaan dahulu, sebelum menggunakan pembalut				
17	Saya mencukur rambut kemaluan sebulan sekali				
18	Saya mengganti celana dalam menjelang tidur				
19	Saya mencuci tangan sebelum dan sesudah BAK/BAB				
20	Saya mengganti pembalut setelah BAK/BAB				

C. KUESIONER KEPUTIHAN

Petunjuk Pengisian

a. Bacalah baik-baik setiap pernyataan-pernyataan di bawah ini.
b. Berilah tanda (√) pada salah satu kolom yang ada di bawah pada masingmasing butir pernyataan dengan pilihan yang sesuai dengan kejadian yang anda alami.
c. Jawaban yang anda berikan dijamin kerahasiaanya.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Apakah anda mengalami keputihan berwarna kuning, abu – abu dan hijau.		
2	Apakah keputihan anda di sertai dengan bau yang menyengat seperti amis, bau busuk atau bau asam.		
3	Apakah keputihan yang keluar berbusa atau menggumpal.		
4	Apakah keputihan di sertai rasa gatal dan nyeri Ketika buang air kecil .		
5	Apakah cairan keputihan anda keluar dalam jumlah yang lebih banyak dari biasanya.		

Lampiran 6

Lampiran uji validitas dan uji reabilitas

Uji validitas dan uji reabilitas kuesioner personal hygiene

Correlations

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	Ptotal
P1	Pearson Correlation	1	,616**	,495**	,741**	,646**	,550**	,674**	,580**	,694**	,499**	,689**	,610**	,497**	,632**	,578**	,647**	,679**	,681**	,750**	,535**	,745**
	Sig. (2-tailed)		,000	,005	,000	,000	,002	,000	,001	,000	,005	,000	,000	,005	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,002	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P2	Pearson Correlation	,616**	1	,631**	,677**	,591**	,755**	,668**	,685**	,694**	,561**	,635**	,777**	,741**	,796**	,659**	,596**	,671**	,651**	,825**	,772**	,819**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P3	Pearson Correlation	,495**	,631**	1	,672**	,686**	,620**	,705**	,604**	,647**	,574**	,595**	,740**	,640**	,624**	,494**	,629**	,667**	,721**	,731**	,534**	,761**
	Sig. (2-tailed)	,005	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,001	,000	,000	,000	,006	,000	,000	,000	,000	,002	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P4	Pearson Correlation	,741**	,677**	,672**	1	,792**	,729**	,776**	,722**	,844**	,649**	,796**	,714**	,716**	,742**	,789**	,804**	,797**	,811**	,835**	,742**	,894**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P5	Pearson Correlation	,646**	,591**	,686**	,792**	1	,737**	,899**	,844**	,785**	,791**	,765**	,765**	,820**	,776**	,767**	,797**	,856**	,842**	,709**	,700**	,907**
	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P6	Pearson Correlation	,550**	,755**	,620**	,729**	,737**	1	,730**	,709**	,779**	,574**	,692**	,692**	,713**	,624**	,676**	,605**	,798**	,668**	,804**	,768**	,831**
	Sig. (2-tailed)	,002	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P7	Pearson Correlation	,674**	,668**	,705**	,776**	,899**	,730**	1	,830**	,854**	,690**	,741**	,741**	,770**	,788**	,713**	,658**	,812**	,759**	,770**	,703**	,892**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

P8	Pearson Correlation	,580**	,685**	,604**	,722**	,844**	,709**	,830**	1	,795**	,749**	,697**	,722**	,844**	,794**	,710**	,603**	,742**	,813**	,750**	,801**	,874**
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P9	Pearson Correlation	,694**	,694**	,647**	,844**	,785**	,779**	,854**	,795**	1	,599**	,752**	,727**	,728**	,677**	,656**	,641**	,854**	,730**	,813**	,758**	,877**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P10	Pearson Correlation	,499**	,561**	,574**	,649**	,791**	,574**	,690**	,749**	,599**	1	,677**	,645**	,736**	,744**	,809**	,722**	,662**	,727**	,663**	,726**	,801**
	Sig. (2-tailed)	,005	,001	,001	,000	,000	,001	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P11	Pearson Correlation	,689**	,635**	,595**	,796**	,765**	,692**	,741**	,697**	,752**	,677**	1	,814**	,736**	,686**	,776**	,826**	,728**	,669**	,786**	,693**	,862**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P12	Pearson Correlation	,610**	,777**	,740**	,714**	,765**	,692**	,741**	,722**	,727**	,645**	,814**	1	,805**	,805**	,701**	,757**	,804**	,746**	,810**	,668**	,881**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P13	Pearson Correlation	,497**	,741**	,640**	,716**	,820**	,713**	,770**	,844**	,728**	,736**	,736**	,805**	1	,778**	,817**	,721**	,805**	,738**	,783**	,730**	,884**
	Sig. (2-tailed)	,005	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P14	Pearson Correlation	,632**	,796**	,624**	,742**	,776**	,624**	,788**	,794**	,677**	,744**	,686**	,805**	,778**	1	,751**	,740**	,731**	,799**	,808**	,710**	,876**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P15	Pearson Correlation	,578**	,659**	,494**	,789**	,767**	,676**	,713**	,710**	,656**	,809**	,776**	,701**	,817**	,751**	1	,785**	,722**	,699**	,759**	,773**	,853**
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	,006	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P16	Pearson Correlation	,647**	,596**	,629**	,804**	,797**	,605**	,658**	,603**	,641**	,722**	,826**	,757**	,721**	,740**	,785**	1	,761**	,756**	,745**	,602**	,840**
	Sig. (2-tailed)	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P17	Pearson Correlation	,679**	,671**	,667**	,797**	,856**	,798**	,812**	,742**	,854**	,662**	,728**	,804**	,805**	,731**	,722**	,761**	1	,770**	,839**	,706**	,899**

	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P18	Pearson Correlation	,681**	,651**	,721**	,811**	,842**	,668**	,759**	,813**	,730**	,727**	,669**	,746**	,738**	,799**	,699**	,756**	,770**	1	,780**	,740**	,880**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P19	Pearson Correlation	,750**	,825**	,731**	,835**	,709**	,804**	,770**	,750**	,813**	,663**	,786**	,810**	,783**	,808**	,759**	,745**	,839**	,780**	1	,768**	,919**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P20	Pearson Correlation	,535**	,772**	,534**	,742**	,700**	,768**	,703**	,801**	,758**	,726**	,693**	,668**	,730**	,710**	,773**	,602**	,706**	,740**	,768**	1	,841**
	Sig. (2-tailed)	,002	,000	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
PT	Pearson Correlation	,745**	,819**	,761**	,894**	,907**	,831**	,892**	,874**	,877**	,801**	,862**	,881**	,884**	,876**	,853**	,840**	,899**	,880**	,919**	,841**	1
OT	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
AL	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,981	20

Uji validitas dan uji reabilitas kuesioner kejadian keputihan

Correlations

		K1	K2	K3	K4	K5	KTOTAL
K1	Pearson Correlation	1	,607**	,598**	,491**	,464**	,792**

	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,006	,010	,000
	N	30	30	30	30	30	30
K2	Pearson Correlation	,607**	1	,741**	,600**	,491**	,862**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,006	,000
	N	30	30	30	30	30	30
K3	Pearson Correlation	,598**	,741**	1	,627**	,464**	,860**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,010	,000
	N	30	30	30	30	30	30
K4	Pearson Correlation	,491**	,600**	,627**	1	,389*	,777**
	Sig. (2-tailed)	,006	,000	,000		,034	,000
	N	30	30	30	30	30	30
K5	Pearson Correlation	,464**	,491**	,464**	,389*	1	,701**
	Sig. (2-tailed)	,010	,006	,010	,034		,000
	N	30	30	30	30	30	30
KTOTAL	Pearson Correlation	,792**	,862**	,860**	,777**	,701**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	30	30	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,858	5

Master Table Penelitian

Umur	pendidikan	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	Total	Kategori	K1	K2	K3	K4	K5	Total	Kategori
16	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	67	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	73	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	71	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	71	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	74	2	0	0	0	0	0	0	2
15	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	74	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67	2	0	0	0	0	1	1	1
17	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	68	2	0	0	0	0	1	1	1
16	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	69	2	0	1	0	0	1	2	1
16	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	66	2	0	0	0	0	1	1	1
17	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	67	2	1	0	0	0	0	1	1
15	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	74	2	1	1	0	0	0	2	1
15	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	67	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	71	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	70	2	0	0	0	0	0	0	2
14	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	70	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	72	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	69	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	71	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	70	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	73	2	0	0	0	0	0	0	2
15	2	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	72	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	71	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	70	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	69	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	71	2	0	0	0	0	0	0	2

15	2	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	70	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	72	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	71	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	72	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	71	2	0	0	0	0	0	0	2
14	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	70	2	0	0	0	0	0	0	2
15	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	69	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	72	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	72	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	74	2	0	0	0	0	0	0	2
14	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	67	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	70	2	0	0	0	0	0	0	2
16	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	69	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	68	2	0	0	0	0	0	0	2
14	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	4	2	2	2	4	2	4	3	4	4	3	57	2	1	0	0	0	0	1	1
13	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	3	3	4	3	4	3	2	58	2	1	0	0	0	1	2	1
16	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	3	2	2	3	4	3	2	3	2	3	4	61	2	1	0	0	0	0	1	1
16	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2	3	4	4	2	3	56	2	1	0	0	0	0	1	1
15	2	4	4	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	4	2	4	2	4	2	62	2	0	0	0	0	1	1	1
15	2	3	2	4	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	2	3	2	4	2	4	53	2	1	0	0	0	1	2	1
14	2	4	2	3	4	2	2	3	4	4	2	2	3	3	4	4	2	4	3	3	2	60	2	0	0	0	0	1	1	1
16	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	53	2	1	1	0	0	0	2	1
17	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	2	2	4	2	3	2	3	4	2	4	59	2	1	1	0	0	0	2	1
13	2	2	3	4	2	3	4	4	2	2	2	3	2	4	4	2	2	4	3	2	2	56	2	0	0	0	0	1	1	1
14	2	4	2	3	4	2	4	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	4	2	55	2	1	1	0	0	0	2	1
16	3	2	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	59	2	1	1	0	0	1	3	1
16	3	4	2	2	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	64	2	1	1	0	1	1	4	1
17	3	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	3	4	3	4	2	2	2	3	2	3	61	2	1	1	1	0	1	4	1
15	2	2	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	63	2	1	1	0	0	1	3	1
15	2	4	4	4	2	3	2	3	4	4	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	56	2	1	1	0	0	1	3	1
14	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	58	2	0	0	0	0	0	0	2

17	3	3	2	2	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4	64	2	1	0	0	0	1	2	1
16	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	4	4	4	2	4	2	3	4	2	2	65	2	1	0	0	0	1	2	1
14	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	4	2	2	3	4	4	3	3	4	2	4	59	2	0	0	0	0	0	0	2
14	2	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	35	1	0	0	0	0	0	0	2
15	2	4	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	32	1	1	0	0	0	0	0	1
16	3	3	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	28	1	0	0	0	0	0	0	2
17	3	3	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	30	1	1	0	0	0	0	0	1
12	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	29	1	0	0	0	0	0	0	2
12	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	34	1	1	0	0	0	1	2	1
12	1	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	34	1	1	0	0	0	1	2	1
15	2	4	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	35	1	1	0	0	0	0	1	1
15	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	33	1	1	0	0	0	1	2	1
15	2	4	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	29	1	1	1	0	0	1	3	1
15	2	3	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	29	1	1	0	0	0	0	1	1
14	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	30	1	1	0	0	0	0	1	1
14	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	30	1	1	0	0	0	1	2	1
12	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	31	1	0	1	0	0	0	1	1
12	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	28	1	1	1	0	1	1	4	1
13	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	33	1	0	0	0	1	0	1	1
13	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	34	1	1	0	0	1	1	3	1
14	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	31	1	1	0	0	0	1	2	1
16	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	29	1	0	0	0	0	1	1	1
16	3	3	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	31	1	1	0	0	0	1	2	1
13	2	1	3	2	2	1	2	2	3	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	3	38	1	0	1	0	0	0	1	1
13	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	2	3	1	3	2	2	1	2	1	2	2	37	1	1	0	0	0	1	2	1
14	2	1	1	1	2	2	3	1	2	2	1	3	1	3	2	3	2	1	1	1	3	36	1	1	1	1	0	1	4	1
13	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1	3	1	3	2	1	1	3	3	38	1	0	1	1	1	0	3	1
15	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2	2	1	1	2	3	3	3	3	1	2	3	46	2	1	1	0	0	1	3	1
13	2	1	3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	3	3	3	2	35	1	1	0	0	0	0	1	1
17	3	1	3	2	2	2	3	1	3	3	1	1	1	2	1	3	1	3	2	3	3	41	2	1	1	1	0	0	3	1
14	2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	3	3	2	1	1	2	3	2	3	1	3	38	1	0	1	1	1	0	3	1

17	3	2	1	2	2	3	2	3	1	3	1	3	2	3	3	1	2	3	2	3	3	45	2	0	0	0	0	1	1	1
15	2	2	3	2	3	1	2	3	3	1	2	3	1	3	2	3	3	3	3	1	1	45	2	0	1	0	0	0	1	1
14	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	1	2	3	39	1	0	0	0	0	0	0	2
16	3	3	3	2	1	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	1	3	3	1	1	2	36	1	1	0	0	0	0	0	1
13	2	1	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	1	3	1	1	3	2	35	1	1	0	0	0	0	0	1
13	2	1	1	1	3	2	3	3	2	3	2	1	2	1	3	3	1	3	2	1	3	41	2	0	0	0	0	0	0	2
17	3	1	2	2	3	2	1	2	1	1	2	3	2	1	1	2	3	3	1	1	3	37	1	0	0	0	0	0	0	2
15	2	2	1	1	3	2	3	2	2	2	1	3	3	2	1	1	3	1	1	2	1	37	1	0	0	0	0	0	0	2
14	2	2	3	1	3	3	1	1	3	1	2	2	1	3	1	1	3	3	2	3	2	41	2	0	0	0	0	0	0	2
13	2	3	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	3	2	3	2	3	1	35	1	0	0	0	0	0	0	2
11	1	1	1	2	3	1	3	3	1	1	3	1	1	1	2	3	3	2	3	1	3	39	1	0	0	0	0	0	0	2
11	1	1	2	1	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	1	1	3	2	42	2	0	0	0	0	0	0	2
14	2	1	2	3	1	1	1	3	2	1	3	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	41	2	0	0	0	0	0	0	2
13	2	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	1	3	38	1	1	0	0	0	0	1	1
15	2	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	1	3	44	2	1	0	0	0	0	1	1

KETERANGAN

Pendidikan

1 = SD

2 = SMP

3 = SMA

P : 1 = tidak pernah

2 = kadang-kadang

3 = sering

4 = selalu

KAT_P

(Personal hygiene) : 1 = buruk

2 = baik

K : 0 = tidak

1 = ya

KAT_K

(Keputihan) : 1 = keputihan abnormal

2 = keputihan normal

Output Analisis Penelitian

HASIL UNIVARIAT

umur responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Remaja awal 10-13 tahun	19	18,4	18,4	18,4
	Remaja pertengahan 14-16 tahun	62	60,2	60,2	78,6
	Remaja akhir 17-19 tahun	22	21,4	21,4	100,0
	Total	103	100,0	100,0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	7	6,8	6,8	6,8
	SMP	48	46,6	46,6	53,4
	SMA	48	46,6	46,6	100,0
	Total	103	100,0	100,0	

Kategori Personal Hygiene

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruk	34	33,0	33,0	33,0
	Baik	69	67,0	67,0	100,0
	Total	103	100,0	100,0	

KATEGORI KEPUTIHAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Abnormal	55	53,4	53,4	53,4
	Normal	48	46,6	46,6	100,0
	Total	103	100,0	100,0	

HASIL BIVARIAT

Kategori Personal Hygiene * KATEGORI KEPUTIHAN Crosstabulation

			KATEGORI KEPUTIHAN		
			Abnormal	Normal	Total
Kategori	Buruk	Count	26	8	34
		Expected Count	18,2	15,8	34,0
		% within Kategori	76,5%	23,5%	100,0%
	Baik	Count	29	40	69
		Expected Count	36,8	32,2	69,0
		% within Kategori	42,0%	58,0%	100,0%
Total		Count	55	48	103
		Expected Count	55,0	48,0	103,0
		% within Kategori	53,4%	46,6%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	10,857[a]	1	,001		
Continuity Correction[b]	9,518	1	,002		
Likelihood Ratio	11,319	1	,001		
Fisher's Exact Test				,001	,001
Linear-by-Linear Association	10,752	1	,001		
N of Valid Cases	103				

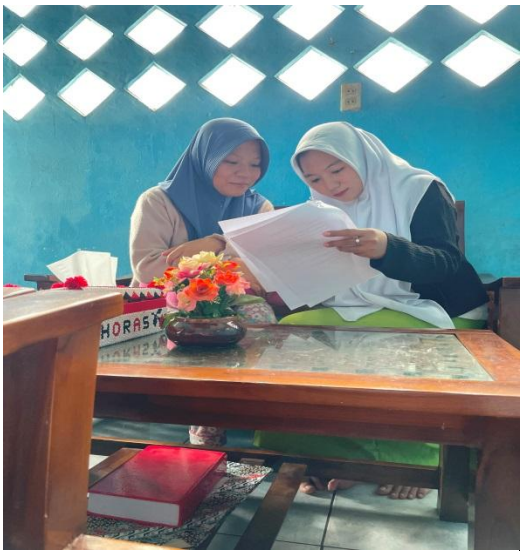
a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 15,84.

b. Computed only for a 2x2 table

DOKUMENTASI









Lampiran 8: menjelaskan tentang kuesioner yang akan di isi oleh responden

Lampiran 9

CATATAN KONSULTASI SEBELUM SEMINAR PROPOSAL PENELITIAN

Nama : Fitzah Abella

NIM : 22030006

Judul Penelitian : Hubungan personal hygiene saat menstruasi Terhadap kejadian keputihan pada remaja putri

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Selasa, 22 juli 2025	Delfi ramadhini SKM. M. Biomed	Perbaiki Penulisan, spasi, cover	
2	senin, 28 juli 2025	Delfi ramadhini SKM.M. Biomed	Data di lengkapi, Bagian Bab II dilengkapi	
3	Jumat, 1 agustus 2025	Delfi ramadhini SKM.M. Biomed	kerangka konsep di perbaiki, Tujuan penelitian di perbaiki	

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
4	Senin 4, agustus 2025	Defa ramadhini S.Tr.M. Biomed	Defenisi Operasional di perbaiki	
5			ACC Seminar proposal	
6	Jumat 8, agustus 2025	nurlaila, S.Pd.MM	- Survei awal diperbaiki - lengkapi pembahasan personal hygiene	
7	Senin 11, agustus 2025	nurlaila, S.Pd.MM	- Bedakan kuesioner negatif dan positif - rapikan penulisan dan spasi	
8			ACC Seminar proposal	

Lampiran 10

KONSULTASI HASIL PENELITIAN (SEBELUM SEMINAR HASIL SKRIPSI)

Nama : Fitzah Abella

NIM : 2203000 6

Judul Penelitian : Hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja putri di kelurahan wet 5

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Senin 6 Juli 2026	Delfi ramadhini, SKM, M. Biomed	Perbaikan Bab 4 kesimpulan kata pengantar	
2	~~kabi~~ Jumat 10 Juli	Delfi ramadhini, SKM M. Biomed	Perbaikan kategori personal hygiene rapikan abstrak	
3	Rabu, 15 Juli 2026	Delfi ramadhini, SKM, M. Biomed	Perbaikan cover rapikan penulisan	

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
4	Jumat 17 Juli 2026	Dewi ramadhini, SEM, M. Biomed	Acc Seminar Hasil	
5	Sabtu Senin, 18 Juli 2026	Nurlaila Spd. M.M	- Perbaikan latar belakang - daftar isi	
6	Senin, 20 Juli 2026	Nurlaila Spd. M.M	- Cover - Rapikan penulisan	
7			Acc Seminar Lanjut Seminar Hasil	
8				