



## HUBUNGAN PENGETAHUAN PERSONAL HYGIENE, DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN INFEKSI FLOUR ALBUS (KEPUTIHAN) PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN UNIVERSITAS AWAL BROS

Nuari Andolina<sup>1</sup>, Ridni Husnah<sup>2</sup>, Murniyati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Awal Bros

Email: nuariandolina92@gmail.com

### ABSTRACT

*Flour Albus, also known as vaginal discharge, is a common problem that is often experienced by many women. Maternal Disease Obstetric Caribbean (MDOC) in America states that vaginal discharge is mostly experienced by women, 72.3% are women of childbearing age (WUS) and 27.7% are couples of childbearing age (EFA). WHO reports the number of women in the world who have experienced vaginal discharge is as much as 75%, in Europe who have experienced vaginal discharge by 25%. In Indonesia, about 90% of women have the potential to experience vaginal discharge. Symptoms of vaginal discharge are also experienced by adolescent girls aged 15-24 years, which is around 31.8%. This shows that adolescents are more at risk of vaginal discharge. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge, vulvar hygiene and diet with the incidence of Flour Albus infection in Nursing Undergraduate Students at Awal Bros University.*

*The design of this study used an analytical survey with a cross sectional approach. The sample size was 30 people consisting of nursing students in the first and second semesters. Sampling used is the total sampling technique. Data was collected using a questionnaire and then processed using univariate and bivariate analysis with chi square statistical test*

*Based on the results of the chi square statistical test with a significance limit of 95% with a value of sig 0.05, a p-value of 0.009 <0.05 was obtained, which means that there is a significant relationship between knowledge, vulvar hygiene and eating patterns with vaginal discharge.*

*Based on the results of the study, the researchers suggested that female students increase their insight and knowledge about reproductive health, including about infectious diseases, so that they can play an active role in preventive efforts in the form of maintenance and health care for themselves and the community.*

*Keywords: Knowledge, Personal Hygiene, Diet, Flour Albus (Whiteness)*

### ABSTRAK

Flour Albus yang dikenal dengan keputihan merupakan masalah umum yang sering dialami oleh banyak wanita. Maternal Disease Obstetric Caribbean (MDOC) di Amerika menyebutkan bahwa keputihan banyak dialami oleh wanita 72.3% adalah wanita usia subur (WUS) dan 27,7 % pada pasangan usia subur (PUS). WHO melaporkan jumlah wanita di dunia yang pernah mengalami keputihan adalah sebanyak 75%, di Eropa yang pernah mengalami keputihan sebesar 25%. Di



Indonesia sekitar 90% wanita berpotensi mengalami keputihan. Gejala keputihan juga dialami oleh remaja putri yang berumur 15-24 tahun yaitu sekitar 31,8%. Hal ini menunjukkan bahwa remaja lebih berisiko terjadinya keputihan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan, vulva hygiene dan pola makan dengan kejadian infeksi Flour Albus pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan di Universitas Awal Bros.

Desain penelitian ini menggunakan survei Analitik dengan pendekatan cross sectional Jumlah sampel 30 orang yang terdiri dari mahasiswi keperawatan semester I dan II. Pengambilan sampel yang digunakan yaitu dengan tehnik total sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner kemudian diolah dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji statistik chi square

Berdasarkan hasil uji statistik chi square dengan batas kemaknaan 95% dengan nilai sig  $\alpha$  0,05, diperoleh nilai p-value  $0,009 < 0,05$ , yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan personal hygiene dan pola makan dengan keputihan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti menyarankan agar mahasiswi lebih meningkatkan wawasan dan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi termasuk tentang penyakit infeksi agar bisa berperan aktif dalam upaya preventif berupa pemeliharaan dan perawatan kesehatan diri sendiri dan masyarakat.

Kata Kunci : Pengetahuan Personal Hygiene, Pola Makan, Flour Albus (Keputihan)

## PENDAHULUAN

Dalam kesehatan reproduksi ada beberapa hal yang sering terjadi pada perempuan, salah satu di antaranya adalah keputihan. Masalah keputihan adalah masalah yang sejak lama menjadi persoalan bagi kaum perempuan. Adapun pengertian dari keputihan itu sendiri menurut Kusmiran (2012) adalah keluarnya cairan selain darah dari liang vagina di luar kebiasaan, baik berbau ataupun tidak disertai rasa gatal setempat, dapat terjadi secara normal (fisiologis) maupun abnormal (patologis) (Kusmiran 2012).

Keputihan tidak selalu bersifat patologis, namun demikian pada umumnya orang menganggap keputihan sebagai hal yang normal. Pendapat ini tidak sepenuhnya benar, karena ada berbagai sebab yang dapat mengakibatkan keputihan. Keputihan yang normal memang merupakan hal yang wajar. Keputihan yang normal memang terjadi pada perempuan, yaitu yang terjadi menjelang dan setelah masa menstruasi dan

akan hilang sendiri. Namun, keputihan yang tidak normal (patologis) dapat menjadi petunjuk adanya penyakit yang harus diobati (Kusmiran, 2012).

Keputihan masih dianggap bukan hal yang serius di kalangan remaja putri, sehingga dalam menjaga kebersihan organ genitalia pada remaja putri masih kurang. Hal tersebut dapat dilihat dari masih banyaknya remaja putri yang memakai celana ketat dan dalam memakai celana dalam mereka cenderung memilih yang berbahan bukan dari katun. Padahal keputihan mungkin disebabkan oleh celana panjang yang ketat dan atau celana dalam yang terbuat dari serat sintetik (nilon) (Kusmiran, 2012).

Ada beberapa remaja putri yang memakai sabun pembersih vagina hanya karena terbujuk oleh iklan yang ada di media masa dan kebanyakan dari mereka hanya ikut - ikutan dengan teman yang lain tanpa mengetahui sejauh mana pembersih itu digunakan dan manfaat yang didapatkan. menggunakan sabun pembersih vagina



memang merupakan salah satu cara untuk mengobati dan mencegah keputihan dengan indikasi yang tepat. Namun demikian dalam penggunaan sabun pembersih yang tidak tepat selain membunuh bakteri - bakteri yang merugikan juga dapat membunuh flora normal yang ada di sekitar kemaluan perempuan, padahal flora normal tersebut harus ada sebagai sistem pertahanan dari bakteri merugikan. Dengan matinya flora normal maka akan mudah terjadi keputihan (Hariana R, dkk, 2013)

Data penelitian tentang kesehatan reproduksi menunjukkan bahwa 75% perempuan di dunia pasti mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidup dan 45% di antaranya dapat mengalami keputihan sebanyak 2 kali atau lebih (Hariana R, dkk, 2013). Dari data yang di dapat dari BKKBN (2009), di Indonesia sebanyak 75% wanita pernah mengalami keputihan minimal satu kali dalam hidupnya dan 45% di antaranya mengalami keputihan sebanyak dua kali atau lebih (Permatasari M dkk, 2012).

Sebanyak 75% perempuan termasuk di dalamnya remaja putri di seluruh dunia minimal pernah mengalami keputihan satu kali dalam hidupnya. Sedangkan di Indonesia ada sekitar 70% remaja putri mengalami masalah keputihan. Keputihan yang terjadi pada remaja putri tersebut

kebanyakan disebabkan oleh masih minimnya kesadaran untuk menjaga kesehatan terutama dalam kebersihan organ genitalia (Hariana R, dkk, 2013).

Kesehatan reproduksi merupakan komponen penting kesehatan bagi pria maupun wanita, tetapi lebih dititik beratkan pada wanita. Keadaan penyakit pada wanita lebih banyak dihubungkan dengan fungsi dan kemampuan bereproduksi serta tekanan sosial pada wanita karena masalah gender. Wanita memiliki kebutuhan kesehatan khusus yang berhubungan dengan fungsi seksual dan reproduksi. Wanita mempunyai sistem reproduksi yang sensitif terhadap kerusakan yang dapat terjadi disfungsi atau penyakit

**METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang dilakukan adalah kuantitatif yaitu melihat hubungan antara variabel independen (Pengetahuan, Personal Hygien, Pola Makan) dengan variabel dependen (kejadian Flour Albus). Rancangan kuantitatif dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *case control*, populasi penelitian ini adalah Mahasiswi tingkat I, dan II Keperawatan Universitas Awal Bros dan sampel penelitian adalah mahasiswi sebanyak 30 orang Penelitian ini dilakukan pada bulan April tahun 2022 di Universitas Awal Bros .

**A. Analisa Univariat**

**Distribusi Frekuensi Pengetahuan, Vulva Higen, dan Pola Makan dengan Infeksi Flour albus (Keputihan) pada Siswi Keperawatan Universitas Awal Bros**

Variabel	Jumlah	
	f	%
Infeksi Flour Albus		
Ya	17	56,6
Tidak	13	43,3
Total	30	100
Pengetahuan Personal Higyein		



Tinggi	15	50,0
Rendah	15	50,0
Total	30	100
<b>Pola Makan</b>		
Baik	12	40,0
Buruk	18	60,0
Total	30	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 17 (56.6%) siswi yang mengalami infeksi flour albus, dan 13 orang (43.3%) yang tidak mengalami infeksi flour albus atau keputihan. Untuk pengetahuan Personal Hygiene sebanyak 15 (50%) siswa memiliki pengetahuan tinggi tentang

keputihan dan 15 (50%) orang memiliki pengetahuan rendah. Dan untuk pola makan terlihat pada tabel bahwa sebanyak 12 siswi (40%) dengan pola makan yang baik, dan sebanyak 18 siswi (60%) dengan pola makan yang buruk.

**B. Analisa Bivariat**

**Hubungan Pengetahuan Personal Hygiene, Pola makan dengan Kejadian Flour Albus (Keputihan) pada Siswi Keperawatan Universitas Awal Bros**

Variabel	Flour Albus / Keputihan				Jumlah	PValue	OR (CI 95%)
	Ya	%	Tidak	%			
<b>Pengetahuan Personal Hygiene</b>							
Tinggi	11	75,4%	6	50,8%	17	0.007	2.957
Rendah	8	24,6%	5	49,2%	13		
<b>Total</b>	18	100	12	100	30		
<b>Pola Makan</b>							
Baik	6	63,8%	14	51.5%	20	0.005	3.338
Buruk	1	36,2%	9	48.5%	10		
<b>Total</b>	26	100	7	100	30		

Berdasarkan analisis statistik dengan menggunakan uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan personal hygiene dengan kejadian keputihan (nilai p = 0,007), dimana dari 30 responden dalam kategori pengetahuan tinggi, 11 diantaranya tidak mengalami keputihan (75,4%) dan sisanya 6 responden

mengalami keputihan (50,8%). Selanjutnya dari 8 responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori rendah, 5 responden (24,6%) tidak mengalami keputihan dan sebanyak 8 responden atau sebesar 49,2% mengalami keputihan.



Untuk Pola makan menunjukkan bahwa ada hubungan antara Pola makan dengan kejadian infeksi flour albus (keputihan) dengan nilai Vpalue ( $p = 0,005$ ), dimana dari 30 responden dalam kategori pola makan baik 6 diantaranya mengalami flour albus atau keputihan (63,8%) dan sisanya 14 responden mengalami keputihan (51,5%). Selanjutnya dari 1 responden (36,2%) yang memiliki pola makan buruk mengalami keputihan/ flour albus, dan sebanyak 9 dengan pola makan buruk sebanyak 9 orang (48,5%) mengalami keputihan.

## **PEMBAHASAN**

### **A. ANALISA UNIVARIAT**

#### **1. Kejadian Flour Albus (Keputihan)**

Berdasarkan tabel di atas dapat di ketahui bahwa terdapat 17 (56.6%) siswi yang mengalami infeksi flour albus, dan 13 orang (43.3%) yang tidak mengalami infeksi flour albus atau keputihan.

Masa remaja penuh atau remaja akhir menginginkan kebebasan dari orangtuanya, tetapi pada masa ini remaja sudah mempunyai nilai-nilai dan moral sendiri. Pada remaja penuh sudah mulai mempunyai sikap yang jelas tentang sesuatu termasuk cara perawatan diri termasuk daerah kewanitaan (Kusmiran,2012). Walau demikian, baik remaja awal maupun remaja akhir sama-sama mempunyai resiko terhadap kesehatan reproduksinya.

Penelitian secara epidemiologi, keputihan patologis dapat menyerang wanita mulai dari usia muda, usia reproduksi sehat maupun usia tua dan tidak mengenal tingkat pendidikan, ekonomi, dan sosial budaya, meskipun kasus ini lebih banyak dijumpai pada wanita dengan tingkat pendidikan dan

sosial ekonomi yang rendah (Ramayanti, 2004).

Pada perempuan muda datang dengan keluhan mengeluarkan duh vagina (keputihan) dengan diagnosis yang paling sering dijumpai adalah hygiene yang buruk, benda asing adanya cacing kremi, dan penganiayaan seksual. Duh tubuh pada wanita dalam usia reproduksi kemungkinan besar disebabkan oleh infeksi, paling sering dijumpai adalah pengguna kontrasepsi oral, dan setelah melahirkan. Dan harus dipikirkan kemungkinan suatu penyakit hubungan seksual (PHS) dan penyakit infeksi lainnya. Pada wanita dengan usia yang lebih tua, kemungkinan terjadinya keganasan, terutama kanker serviks (Hollingworth 2012, h.40).

Pada wanita yang aktif menjalankan hubungan seksual di usia muda, apalagi sering berganti pasangan akan berisiko dengan flour albus. Hal ini dikarenakan pada wanita muda memiliki mulut rahim yang belum matang, sehingga ketika melakukan hubungan seksual terjadi gesekan yang dapat mengundang masuknya virus. Pada wanita yang belum melakukan hubungan suami isteri, bisa juga terjadi keputihan. Namun penyebab keputihan bisa terjadi karena menggunakan celana dalam bersama, memakai handuk bersama, kurangnya menjaga kebersihan daerah vagina, Pemakaian sabun antiseptik yang sekarang banyak diiklankan, lalu juga cara cebok yang salah.

Perilaku adalah aktifitas yang dilakukan oleh organisme atau makhluk hidup. Perilaku terjadi pada awalnya dipengaruhi oleh pengalaman - pengalaman serta faktor lingkungan fisik ataupun nonfisik, kemudian faktor - faktor tersebut setelah diketahui akan dipersepsikan, diyakini dan akan



tumbuh motivasi serta niat untuk melakukan tindakan dan akhirnya akan terwujud menjadi suatu perilaku (Notoatmodjo, 2005)

## **2. Pengetahuan Personal Hygiene**

Untuk pengetahuan Personal Hygiene sebanyak 15 (50%) siswa memiliki pengetahuan tinggi tentang keputihan dan 15 (50%) orang memiliki pengetahuan rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri dari 33 siswi kelas XI diperoleh hasil 5 (15%) berpengetahuan baik, sedangkan 23 (70%) berpengetahuan cukup, dan 5 (15%) berpengetahuan kurang, pengetahuan cukup (70%) tentang personal hygiene dalam mencegah keputihan, karena di pengaruhi oleh umur dan informasi yang diperoleh. Personal hygiene adalah tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya.

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian diketahui sebagian besar pekerja seks memiliki pengetahuan yang rendah tentang personal hygiene. Hal ini dapat dilihat dari hasil kuesioner yang peneliti lakukan dimana tingkat pengetahuan mayoritas cukup dan kurang tentang pentingnya menjaga personal hygiene, macam-macam personal hygiene, cara melakukan personal hygiene, dan tujuan dari perawatan personal hygiene.

Teori Sesuai dengan teori yang digunakan (Ramayanti, 2004) bahwa kebersihan seseorang adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. apabila ingin terhindar dari keputihan, anda mesti menjaga kebersihan daerah sensitif itu. Kebersihan hendaknya sejak bangun tidur dan mandi pagi.

## **3. Pola makan**

Pola makan terlihat pada tabel bahwa sebanyak 12 siswi (40%) dengan pola makan yang baik, dan sebanyak 18 siswi (60%) dengan pola makan yang buruk.

Keputihan sering terjadi pada wanita, 75% wanita di dunia akan mengalami keputihan sekali seumur hidup dan 45% dua kali atau lebih. Indonesia tahun 2013 jumlah wanita 237,6 juta jiwa dan keputihan berjumlah 75%. Jawa Timur 37,4 juta jiwa menunjukkan 75% remaja mengalami keputihan. Ponorogo jumlah wanita pada 2013 sebanyak 855.281 jiwa dan 45% mengalami keputihan fisiologis. Faktor pemicu keputihan yaitu makanan yang disediakan biasanya kurang bervariasi dan gizinya kurang memadai. Pola hidup sehat diperlukan untuk menghindari terjadinya keputihan.

## **B. ANALISA BIVARIAT**

### **1. Hubungan Pengetahuan Personal Hygiene**

Berdasarkan analisis statistik dengan menggunakan uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan personal hygiene dengan kejadian keputihan (nilai  $p = 0,007$ ), dimana dari 30 responden dalam kategori pengetahuan tinggi, 11 diantaranya tidak mengalami keputihan (75,4%) dan sisanya 6 responden mengalami keputihan (50,8%). Selanjutnya dari 8 responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori rendah, 5 responden (24,6%) tidak mengalami keputihan dan sebanyak 8 responden atau sebesar 49,2% mengalami keputihan.



Hasil penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Donatila Novrinta A pada siswi SMA Negeri 4 Semarang yang menyatakan ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian keputihan (Ayuningtyas D, 2011). Selain itu, hasil penelitian dari Emi Badaryati juga menyatakan bahwa perilaku pencegahan dan penanganan keputihan patologis di SMA Negeri 2 dan SMK Negeri 3 di Kota Banjarbaru dipengaruhi oleh faktor pengetahuan (Badaryati E, 2012).

Hal ini senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rita Purnama Sari yang meneliti tentang hubungan pengetahuan dan perilaku remaja putri dengan kejadian keputihan di kelas XII SMA Negeri I Seunoddon Kabupaten Aceh Utara dengan hasil yaitu ada hubungan antara pengetahuan terhadap kejadian keputihan pada remaja putri (Sari R, 2012).

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian oleh Christine Winnie dkk. yang melakukan penelitian pada remaja putri kelas XI di SMA Kristen 1 Tomohon, dimana hasil penelitiannya yaitu responden dengan pengetahuan baik dan mengalami keputihan ada 54 orang (87,1%) dan yang memiliki pengetahuan baik namun tidak mengalami keputihan sebanyak 8 orang (12,9%), sedangkan responden yang memiliki pengetahuan sedang dan mengalami keputihan ada 2 orang (100%). Berdasarkan hasil analisis uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan terjadinya keputihan pada remaja putri, dengan nilai signifikan yang diperoleh nilai  $p=1,000$  (Christine Winnie dkk., 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zulikah (2011) tentang hubungan personal

hygiene dengan keputihan pada mahasiswa kebidanan tingkat satu di Asrama kebidanan Solo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan personal hygiene tidak baik dan mengalami keputihan patologi sebanyak 17 responden (73,9%) dan yang personal hygiene baik dan mengalami keputihan fisiologis sejumlah 118 responden (88,7%). Analisis data menggunakan Uji chi square menunjukkan ada hubungan antara personal hygiene dengan keputihan, dengan nilai  $p\text{ value} = 0,000$ .

Pada penelitian ini sebagian besar remaja putri memiliki personal hygiene yang tidak baik ditemukan kejadian fluor albus. Hal ini disebabkan responden tidak mengerti cara merawat personal hygienenya sendiri. Sebaiknya penatalaksanaan dilakukan sedini mungkin sekaligus untuk menyingkirkan kemungkinan adanya penyebab lain seperti kanker leher rahim., sehingga responden tidak akan panik dan khawatir jika mengetahui bagaimana penatalaksanaan kejadian fluor albus yang berlebihan.

Penulis dapat simpulkan dengan teori yang digunakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang, baik dalam merawat diri sendiri dan kebersihan personal hygienenya. Responden yang berpengetahuan baik tetapi tidak paham untuk melakukan pemeliharaan kesehatan diri sendiri, dan pada kenyataan dilapangan pengetahuan yang baik banyak mengalami keputihan, hal ini responden kurang paham cara perawatan alat reproduksinya sendiri ,dan membaca dimedia masa maupun media elektronik pemeliharaan alat reproduksinya, Pendidikan kesehatan ditujukan untuk menggugah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan baik bagi dirinya sendiri,



keluarganya, maupun masyarakatnya. Maka disarankan kepada responden untuk sering membaca media masa dan media elektronik, dan sering mengikuti seminar- seminar tentang keputihan terutama tentang kebersihan badannya sendiri, supaya mengetahui bahaya dari keputihan tersebut. sehingga responden tidak mengalami gangguan kebersihan diri terutama tidak mengalami keputihan( fluor albus).

## **2. Hubungan Pola makan dengan Kejadian Flour Albus (Keputihan)**

Untuk Pola makan menunjukkan bahwa ada hubungan antara Pola makan dengan kejadian infeksi flour albus (keputihan) dengan nilai  $V_{\text{pvalue}}$  ( $p = 0,005$ ), dimana dari 30 responden dalam kategori pola makan baik 6 diantaranya mengalami flour albus atau keputihan (63,8%) dan sisanya 14 responden mengalami keputihan (51,5%). Selanjutnya dari 1 responden (36,2%) yang memiliki pola makan buruk mengalami keputihan/ flour albus, dan sebanyak 9 dengan pola makan buruk sebanyak 9 orang (48,5%) mengalami keputihan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Muhammad dharma 2017 bahwa Hasil analisis bivariat pada variabel pola makan ini diuji dengan menggunakan uji chi square dengan hasil uji ststistik dengan menggunakan uji fisher's exact test diperoleh hasil  $p_{\text{value}} = 0.000$ , pada tingkat kepercayaan 95% atau  $\alpha = 0,05$ . Oleh karena  $p_{\text{value}} < 0.05$ , maka  $H_0$  di tolak yaitu ada hubungan antara pola makan dengan kejadian infeksi flour albus pada Siswi SMA Negeri 6 Kendari.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswi jurusan

kebidanan Poltekes Kemenkes Kendari tentang Hubungan Antara Pengetahuan, Personal Hygiene, dan Pola Makan Dengan Kejadian Flour Albus Pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Poltekes Kemenkes Kendari yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna secara statisti dengan nilai  $\alpha = 0.05$ , yang menyatakan pola makan merupakan variabel berhubungan dengan nilai  $p_{\text{value}} = 0.020$  terhadap kejadian flour albus.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mengkonsusmsi makanan dengan jumlah gula yang berlebihan dapat menimbulkan efek negatif pada bakteri yang bermanfaat yang tinggal di vagina. Selaput lendir dinding vagina mengeluarkan glikogen, suatu senyawa gula. Bakteri yang hidup di vagina disebut lactobacillus (bakteri baik) yang mampu meragikan gula menjadi asam laktat. Proses ini menghambat pertumbuhan jamur dan menahan perkembangan infeksi vagina. Flour albus tetap terkendali bila makanan yang dikonsumsi adalah karbohidrat dengan kadar gula yang rendah misalnya kol, wortel, kangkung, bayam, kacang panjang, tomat dan seledri. Makanan ini rendah dalam kalori dan banyak mengandung vitamin dan minera. Demikian pula dengan makanan yang pengelolahannya menggunakan tepung yang mengandung gula dan dikonsumsi secara berlebihan .

Salah satu yang mempengaruhi timbulnya penyakit flour albus yaitu mengkonsusmsi jenis buah tertentu yang mengandung fruktosa yang merupakan makanan bagi bakteri candida sehingga dengan mengkonsumsi jenis buah ini dapat memudahkan pertumbuhan bakteri didaerah vagina. Jenis buah tersebut yaitu





ketimun, bengkong, pisang, nanas, anggur, dan jagung manis. Demikian pula dengan minuman yang mengandung soda. Salah satu kanungan minuman bersoda adalah kadar gula yang tinggi. Jenis minuman ini antara lain sprite, fanta, coca cola<sup>21</sup>. Fruktosa dalam soft drink merupakan gula sintetik yang di ekstrak secara kimiawi dari dari jagung dan berkalori sangat tinggi, sehingga meningkatkan kadar gula darah dengan cepat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan pola makan yang baik sudah terhidar dari kejadian infeksi flour albus. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan pola makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari sudah cukup memadai sehingga dapat terhindar dari penyakit infeksi flour albus, akan tetapi ada responden yang tidak mengalami infeksi flour albus, pola makanya masih buruk, hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan responden mengenai makanan yang dapat memicu kejadian infeksi flour albus. Terdapat responden yang menderita infeksi flour albus karena memiliki pola makan yang buruk. Hal ini disebabkan jenis makanan yang mereka konsumsi adalah makanan yang kandungan gula berlebihan yang dapat memicu terjadinya infeksi flour albus.

Adapun jenis makanan dan minuman yang sering dikonsumsi oleh responden yang dapat memicu terjadinya infeksi flour albus yaitu coklat, es krim, coca-cola, sprite, fanta, big cola dan jenis buah tertentu seperti ketimun, bengkong, pisang, nanas, anggur, dan jagung manis, dimana buah tersebut mengandung fruktosa yang merupakan makanan bagi bakteri candida sehingga dengan mengkonsumsi buah tersebut dapat

memudahkan pertumbuhan bakteri di daerah vagina. Selain itu juga mengkonsumsi makanan dan minuman mengandung gula yang tinggi dapat menyebabkan bakteri lactobacillus tidak dapat meragikan semua gula kedalam asam laktat dan tidak dapat menahan pertumbuhan penyakit, maka jumlah gula menjadi meningkat dan jamur atau bakteri perusak akan bertambah banyak

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa pengetahuan tentang personal hygiene dan pola makan berhubungan berhubungan dengan kejadian Flour albus.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Dalam penulisan penelitian ini dari awal sampai akhir tidak terlepas dari peran berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang sudah banyak membantu sehingga penelitian ini selesai tepat waktu

## **REFERENSI**

Widyastuti. 2012. Perbandingan Pengaruh

Yoghurt dengan Tablet Vit.C terhadap Pengaruh Ph Vagina pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan. Skripsi yang tidak dipublikasikan, FK-Universitas Andalas, Sumatra. Diakses 13 November 2016.

Yusuf, 2007. Psikologi Perkembangan Anak

dan Remaja. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.



- Nanlessy, dkk. 2013. Hubungan Antara Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Dalam menjaga Kebersihan Alat Genitalia Dengan Kejadian Keputihan Di SMA Negeri 2 Pineleng. Ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 1. Nomor 1. Agustus 2013.
- Anindita, W, Martini, S. 2006. Faktor Resiko Kejadian Kandidiasis Vaginalis pada Akseptor KB. The Indonesian Journal of Public Health, Vol. 3, No. 1, Juli 2006.
- Triyani, R. 2013. Hubungan Pemakaian Pembersih Vagina Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri. Ejournal Kebidanan Vol. 04 No. 1. Dalam <http://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/se/view/.7>. Diakses 12 November 2016.
- Manuaba, BG. 2007. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta; Ercon
- Aulia, 2012. Serangan-Serangan Penyakit Khas Pada Wanita Paling Sering Terjadi. Jogjakarta : Bukubiru.
- Haryadie. W. R. 2011. Flour Albus. Dalam <http://www.dokterbook.com/2011/11/flour-albus/>. Diakses 12 November 2016
- Unoviana, Kartika. 2013. Majalah Wanita. Dalam [www.ypkp.net/forum/indeks/wap2](http://www.ypkp.net/forum/indeks/wap2). diakses tanggal 12 November 2016.
- Iskandar SS. 2011. Awas Keputihan Bisa Mengakibatkan Kematian dan Kemandulan. Diunduh dari: <http://www.mitrakeluarga.com>. Diakses tanggal 11 November 2016.
- Octaviana. 2012. Fakta Tentang Keputihan. [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com), Diakses pada 11 November 2016
- Notoatmodjo S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan – Edisi Revisi, Rineka Cipta, Jakarta.
- Susanti, R. 2013. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Penanganan Keputihan Pada Wanita Usia Subur Di Puskesmas Simeuleu Tengah. Skripsi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiyah, Banda Aceh. Diakses 12 November 2016.
- Sariyati. 2014. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap Remaja Putri Tentang Flour Albus di SMP Negeri 2 Trucuk Kabupaten Klaten 2014. Yogyakarta : STIKES Alma Ata Yogyakarta. Diakses 20 Maret 2017.
- Hidayati. R. 2009. Asuhan Keperawatan pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis. Jakarta : Salemba Medika.
- Shadine, M. 2009. Penyakit Wanita Pencegahan, Deteksi Dini dan Pengobatannya. Keen Books. Jakarta.