

ISSN 2597- 6052

DOI: <https://doi.org/10.56338/mpk.v7i2.4443>

MPPKI

Media Publikasi Promosi KesehatanIndonesia  
The Indonesian Journal of Health Promotion

Review Articles

Open Access

**Perilaku *Genital Hygiene* dan Akses Air Bersih terhadap Kejadian Keputihan pada Wanita***Genital Hygiene Behavior and Access to Clean Water Associated with Vaginal Discharge Among Women*Nurul Fitriani<sup>1\*</sup>, Yuanita Windusari<sup>2</sup>, Novrikasari<sup>3</sup>, Elvi Sunarsih<sup>4</sup>, Nur Alam Fajar<sup>5</sup><sup>1</sup>Universitas Sriwijaya| email: [fitriani.nr196@gmail.com](mailto:fitriani.nr196@gmail.com)<sup>2</sup>Universitas Sriwijaya| email [ywindusari@yahoo.com](mailto:ywindusari@yahoo.com)<sup>3</sup>Universitas Sriwijaya| email [novrikasari@fkm.unsri.ac.id](mailto:novrikasari@fkm.unsri.ac.id)<sup>4</sup>Universitas Sriwijaya| email [elvisunarsih@fkm.unsri.ac.id](mailto:elvisunarsih@fkm.unsri.ac.id)<sup>5</sup>Universitas Sriwijaya| email [nuralamfajar@fkm.unsri.ac.id](mailto:nuralamfajar@fkm.unsri.ac.id)\*Korespondensi Penulis: [fitriani.nr196@gmail.com](mailto:fitriani.nr196@gmail.com)**Abstrak**

**Latar Belakang:** Keputihan menjadi salah satu masalah kesehatan reproduksi pada wanita, hampir setiap wanita pernah mengalami hal ini. Kurangnya pengetahuan mengenai perilaku genital hygiene dan akses air bersih menjadi faktor tidak langsung yang menyebabkan keputihan pada wanita.

**Tujuan:** Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengetahui korelasi perilaku genital hygiene dan akses air bersih terhadap kejadian keputihan pada wanita.

**Metode:** Pencarian sistematis dilakukan melalui database elektronik, ScienceDirect, PubMed dan Google Scholar. Kriteria inklusi difokuskan pada *fulltext-open access articles* berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris, dan bukan studi literatur diterbitkan tahun 2015 sampai 2023 dengan kata kunci “perilaku genital hygiene” AND “keputihan”, “air bersih” AND “keputihan”, “personal hygiene” AND “keputihan”, “perilaku genital hygiene” OR “air bersih” OR “keputihan” sesuai pedoman PRISMA.

**Hasil:** Terpilih 8 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dilakukan analisis. Analisis tersebut mengungkapkan empat artikel menjelaskan ada korelasi yang kuat pada perilaku genital hygiene dengan keputihan dan empat artikel yang menyatakan ada korelasi yang kuat pada akses air bersih terhadap kejadian keputihan.

**Kesimpulan:** Perilaku genital hygiene yang benar dan akses air bersih memainkan peran krusial dalam menjaga kesehatan reproduksi, mencegah infeksi, dan mengurangi risiko kejadian keputihan pada wanita. Membersihkan daerah genital dari arah depan ke belakang serta menjaganya tetap bersih dan kering, membantu menjaga keseimbangan bakteri alami di vagina. Air bersih membantu mencuci area genital dapat menghilangkan kuman penyebab keputihan

**Kata kunci:** Air Bersih; Keputihan; Perilaku Genital Hygiene; Personal Hygiene; Sanitasi

**Abstract**

**Background:** Vaginal discharge is one of the reproductive health problems in women, almost every woman has experienced this. Lack of knowledge about genital hygiene behavior and access to clean water are indirect factors that cause vaginal discharge in women.

**Objective:** This literature review aims to determine the correlation of genital hygiene behavior and access to clean water on the incidence of vaginal discharge in women.

**Methods:** A systematic search was conducted through electronic databases, ScienceDirect, PubMed and Google Scholar. Inclusion criteria focused on *fulltext-open access articles* in Indonesian and English, and not literature studies published from 2015 to 2023 with the keywords "genital hygiene behavior" AND "vaginal discharge", "clean water" AND "vaginal discharge", "personal hygiene" AND "vaginal discharge", "genital hygiene behavior" OR "clean water" OR "vaginal discharge" according to PRISMA guidelines.

**Results:** Eight articles meeting the inclusion criteria were selected and analyzed. The analysis revealed four articles explained that there was a strong correlation between genital hygiene behavior and vaginal discharge and four articles stated that there was a strong correlation between access to clean water and the incidence of vaginal discharge.

**Conclusion:** Proper genital hygiene behavior and access to clean water play a crucial role in maintaining reproductive health, preventing infections, and reducing the risk of vaginal discharge in women. Cleaning the genital area from front to back and keeping it clean and dry helps maintain the balance of natural bacteria in the vagina. Clean water helps wash the genital area and can remove germs that cause vaginal discharge.

**Keywords:** Clean Water; Vaginal Discharge; Genital Hygiene Behavior; Personal Hygiene; Sanitation

## PENDAHULUAN

Kesehatan alat reproduksi merupakan suatu keadaan sehat yang utuh, baik secara fisik, mental dan sosial dan bukan hanya ketiadaan penyakit namun juga dari segala gangguan yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi dan proses reproduksi itu sendiri (1). Masalah kesehatan reproduksi masih dianggap sebagai hal yang tabu dan hal ini membuat perempuan sulit untuk mendapatkan pendidikan dan informasi yang berkualitas tentang kesehatan reproduksi dan membuat mereka menjadi bias dalam hal kesehatan reproduksi dan masalah ginekologi seperti kehamilan yang tidak diinginkan, kanker serviks, penyakit menular seksual (PMS), infeksi saluran reproduksi serta masalah kesehatan reproduksi lainnya (2).

Infeksi genital telah menjadi salah satu masalah kesehatan reproduksi saat ini, yang terjadi baik di negara dengan penghasilan tinggi maupun negara berpenghasilan menengah hingga rendah. Sekitar satu juta wanita di seluruh dunia menderita infeksi sistem genitourinari, yaitu infeksi pada saluran kemih dan vaginosis bakterialis, dan 75% di antaranya pernah mengalami infeksi genital. Prevalensi vaginosis bakterialis (BV) atau keputihan telah ditemukan sebesar 8%-75%, prevalensi kandidiasis vagina vulva (VVC) adalah 2,2%-30%, dan prevalensi trikomoniasis (VT) adalah 0%-34% (3).

Keputihan adalah salah satu masalah kesehatan reproduksi pada wanita. Keputihan merupakan masalah paling umum pada kesehatan reproduksi wanita setelah pendarahan rahim abnormal (4). Keputihan itu sendiri adalah keluarnya cairan atau lendir putih selain darah dari vagina dengan volume yang lebih banyak dari biasanya, baik itu berbau atau tidak disertai oleh adanya rasa gatal di area tersebut, baik terjadi secara normal (fisiologis) maupun tidak normal (patologis) (5). Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap keputihan, yaitu kelainan bentuk anatomi organ genital, kekebalan tubuh, infeksi yang meliputi infeksi bakteri, jamur, virus dan parasit (6); faktor hormonal seperti lelah fisik dan jiwa, serta ada benda asing pada organ reproduksi. Selain itu, faktor lainnya seperti status ekonomi, terganggunya keseimbangan pH akibat pemakaian antiseptik, akses air sehari-hari, pemakaian pembalut atau pantyliner dan perilaku personal hygiene (7,8).

Faktor lingkungan sebesar 40% juga berpengaruh pada infeksi genitalia. Untuk mewujudkan lingkungan yang bersih perlu diperhatikan beberapa aspek seperti air yang bersih, sanitasi yang aman dan kebersihan. Penggunaan air bersih untuk membersihkan area genital penting di lakukan tidak hanya saat mengalami menstruasi, tetapi harus dilakukan setiap saat terutama setelah BAK dan BAB. Di vagina ada kuman *doderlin* yang memiliki kemampuan memproduksi asam yang memiliki fungsi mencegah masuknya bakteri ke dalam vagina dan menjauhkan terjadinya infeksi pada area tersebut sehingga penggunaan sabun tidak direkomendasikan (9,10).

Perilaku kebersihan genitalia adalah praktik perawatan diri yang dilakukan oleh setiap orang menurut tingkat pengetahuan, kepercayaan, dan kebiasaan mereka. Praktik kebersihan alat kelamin ini bervariasi antar individu dan dapat diamati dalam hal frekuensi dan metodenya (11). Perilaku genital hygiene menjadi salah satu kunci yang memegang peranan penting untuk mencegah infeksi yang penyebab keputihan. Keputihan yang tidak tertangani dapat menyebabkan kanker leher rahim yang menjadi pembunuh tingkat teratas bagi wanita. Insiden kanker leher rahim diperkirakan mencapai 100 per 100.000 penduduk per tahun, hal ini bisa berujung pada kematian (7). Deteksi dini infeksi genitalia, tindakan pengobatan yang tepat, dan tindakan pencegahan yang diperlukan sangat penting untuk melindungi dan meningkatkan kesehatan reproduksi pada perempuan (12). Meskipun ada beberapa penelitian tentang kebiasaan menjaga kebersihan genitalia pada Deteksi dini infeksi genitalia, tindakan pengobatan yang tepat, dan tindakan pencegahan yang diperlukan sangat penting untuk melindungi dan meningkatkan kesehatan reproduksi pada perempuan (12). Meskipun ada beberapa penelitian tentang kebiasaan menjaga kebersihan genitalia pada perempuan di Amerika Serikat, Mesir, Turki dan negara-negara lain, namun masih jarang penelitian tersebut dilakukan (13).

Berdasarkan uraian di atas, dipandang perlu untuk dilakukan analisis lebih lanjut mengenai perilaku *genital hygiene* dan akses air bersih dengan kejadian keputihan melalui pendekatan *systematic literature review*. Diharapkan nantinya hasil tinjauan sistematis ini dapat menjadi rekomendasi dalam menurunkan angka infeksi genital salah satunya keputihan pada wanita.

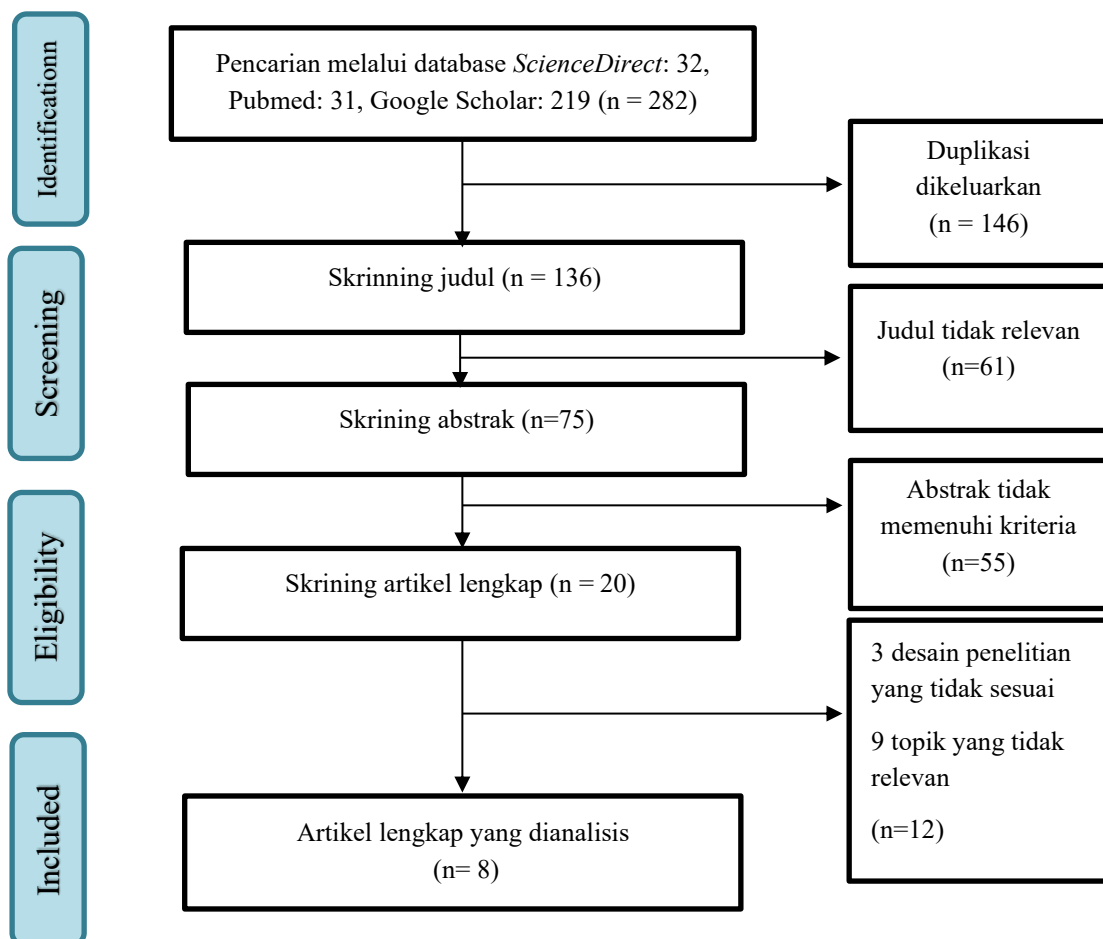
## METODE

Artikel ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* sesuai dengan diagram alir *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) dengan mengumpulkan artikel dari database elektronik seperti *ScienceDirect*, PubMed dan Google Scholar. Pencarian artikel menggunakan kata kunci atau boolean operator (AND dan OR) yang digunakan untuk membuat pencarian lebih spesifik. Beberapa kata kunci yang digunakan untuk mencari literatur ini antar lain, yaitu kombinasi "perilaku genital hygiene" AND "keputihan", "air bersih" AND "keputihan", "personal hygiene" AND "keputihan", "perilaku genital hygiene" OR "air bersih" OR "keputihan". Artikel yang ditinjau untuk dapat memenuhi kriteria adalah mengenai perilaku kebersihan genitalia, akses air bersih, dan keputihan. Kriteria inklusi yang dipakai adalah artikel *fulltext-open access*, original artikel atau penelitian original yang diterbitkan oleh jurnal internasional dan nasional, artikel menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa

Inggris di publikasikan antara tahun 2015 sampai 2023. Sedangkan untuk kriteria eksklusi, yaitu artikel menggunakan bahasa non-Indonesia dan bahasa non-Inggris, artikel *review*, bukan artikel *fulltext-open access*. Dari total 282 artikel yang ditemukan pada pencarian awal, selanjutnya artikel-artikel tersebut diseleksi dan dianalisis kembali dan dipilih 8 artikel yang dianggap memenuhi kriteria inklusi.

Berikut tahap-tahap dalam pencarian literatur: (1) tahap pertama melakukan pencarian literatur dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan pada kolom pencarian database; (2) tahap kedua dilakukan skrining berdasarkan judul dan abstrak untuk menyaring literatur yang telah di dapatkan agar data sesuai dengan topik yang akan dibuat; (3) tahap ketiga penilaian kelayakan artikel atau literatur sesuai dengan kriteria inklusi yang telah di tentukan; (4) tahap keempat hasil pencarian artikel lengkap yang terpilih akan disintesis dan dianalisis untuk membuat tinjauan sistematis.

Pencarian mengidentifikasi 282 publikasi, setelah duplikat dikeluarkan ( $n = 146$ ), total 136 publikasi diidentifikasi sesuai dengan strategi pencarian. Beberapa judul yang tidak relevan dikeluarkan ( $n=61$ ) dan 55 abstrak tidak memenuhi kriteria, sehingga perlu dikeluarkan. Contoh artikel yang tidak memenuhi kriteria seperti tidak tersedia dalam teks lengkap, menggunakan bahasa non-Indonesia dan bahasa non-Inggris dan artikel *review*. Teks lengkap diperoleh untuk 20 artikel, 12 artikel yang tidak diikutsertakan dengan 3 diantaranya memiliki desain penelitian yang tidak sesuai dan yang lainnya memiliki topik yang tidak relevan. Setelah dilakukan tinjauan lebih rinci, hanya 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dipilih untuk dianalisis. Diperoleh 4 artikel menyatakan ada hubungan bermakna antara perilaku genital hygiene dan kejadian keputihan, serta 4 artikel menyatakan hubungan yang signifikan antara akses air bersih terhadap kejadian keputihan. Lihat Gambar 1 diagram alir PRISMA untuk melihat proses seleksi artikel.



Gambar 1. PRISMA Flow Diagram

## HASIL

Berikut delapan artikel yang terpilih dan memenuhi kriteria inklusi sesuai tujuan dari tinjauan literatur artikel ini. Dikategorikan berdasarkan judul, nama peneliti dan tahun penelitian, tujuan, metode penelitian serta hasil penelitian.

Tabel 1. Hasil Pengkategorian Jurnal

| No | Judul<br>Nama dan Tahun<br>penelitian   | Tujuan   | Metodologi<br>Penelitian   | Hasil Penelitian  |
|----|---|--|--|---|
| 1  | <i>Genital Hygiene Behaviors of Women and Their Effect on Vaginal Infections</i><br>Calik et al. (2020)   | Mengidentifikasi perilaku <i>genital hygiene</i> perempuan dan dampak dari perilaku tersebut terhadap infeksi vagina   | Studi deskriptif melibatkan 266 wanita yang telah menikah, berusia 20-49 tahun, yang setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian dan terdaftar di Rumah Sakit Universitas di Trabzon, Turki                   | Skor rata-rata GHBI pada wanita ditemukan sebesar 77,41±9,05, dalam penelitian ini terdapat hubungan yang kuat dalam perilaku kebersihan genitalia pada wanita terhadap kejadian keputihan ( $p<0,05$ ). Berdasarkan penelitian tersebut perilaku positif pada kebersihan genitalia secara umum ditemukan masih rendah dalam studi perilaku kebersihan genitalia yang dilakukan di Turki. Perilaku menjaga kebersihan genitalia sangat penting dalam hal melindungi diri dari infeksi vagina. |
| 2  | <i>The Relationship Of Knowledge, Attitudes, and Personal Hygiene Practices of External Genital Organs to the Incidence of Leucorrhoea in Students of the Faculty of Medicine, Indonesian Christian University Class of 2019</i><br>Sirait & Posdo Simarmata (2021) | Mengetahui keterkaitan antara pengetahuan, sikap, dan praktik personal hygiene pada organ genitalia eksternal dengan kejadian keputihan patologis pada mahasiswi program studi pendidikan dokter Universitas Kristen Indonesia | Desain penelitian analitik korelasional, sampel penelitian ini merupakan seluruh mahasiswi program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Kristen Indonesia tahun 2019 berjumlah 98 responden | Dari hasil penelitian dengan 98 responden pengetahuan ( $p=0,000$ ), sikap ( $p=0,000$ ) dan perilaku menjaga kebersihan genitalia ( $p=0,000$ ) dengan nilai $p<0,05$ menjadi faktor-faktor yang terkait dengan kejadian keputihan patologis.  |
| 3  | <i>Factors Associated with the Occurrence of Vaginal Discharge in Female Students</i><br>Suminar et al. (2022)  | Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian keputihan pada remaja  | Studi kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> , seluruh siswi di SMAN 7 Kota Cirebon berjumlah 587 orang terpilih menjadi responden.  | Mayoritas dari responden yang mengalami keputihan dikarenakan tidak melakukan vaginal hygiene dengan baik. Hubungan yang signifikan antara kebersihan vagina dengan keputihan ditunjukkan dengan hasil uji dimana $p\ value = 0,000$ nilai $p<0,05$ .   |
| 4  | Hubungan Personal Hygiene Genitalia dengan Kejadian Keputihan<br>Husna (2021)   | Mengetahui hubungan personal hygiene genitalia dengan kejadian keputihan pada perempuan  | Metode pendekatan <i>cross sectionall</i> . Sampel didapatkan menggunakan total sampling berjumlah 44 siswi Aliyah Pondok Pesantren Ulul Albab Koto Baru Kabupaten Dharmasraya.                                | Berdasarkan hasil penelitian, siswi yang tidak melakukan genital hygiene dengan baik berjumlah 30 responden (68,2%) dengan 23 (76,7 %) responden mengalami keputihan, hasil uji $p\text{-value} = 0,034 < 0,05$ berarti ada hubungan yang bermakna antara personal hygiene genitalia dengan kejadian keputihan.   |
| 5  | Genital hygiene behaviors and practices: A cross-sectional descriptive study among antenatal care attendees<br>Nkamedjie Pete et al. (2019)   | Menilai perilaku dan praktik ibu hamil terkait kebersihan genitalia  | Studi deskriptif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> dengan mengambil sampel ibu hamil yang datang untuk kunjungan antenatal di Rumah Sakit Sub-divisi  | Mengenai perilaku membasuh vagina setiap hari, mayoritas (76,3%; $n=61/80$ ) peserta menggunakan tindakan ginekologi yang direkomendasikan, sedangkan siswanya menggunakan tindakan yang diketahui sendiri. Kedua bagian genital (area vulva dan vagina) dibersihkan dan sebagian besar   |

|   |   |  |   |  |
|---|---|--|---|--|
|   |   |  | Lafé (SDH) dan Pusat Kesehatan Katolik Baleng (BCHC) antara 16 dan 30 September 2013. Secara keseluruhan 80 ibu hamil terdaftar dan mengikuti penelitian ini.   | menggunakan air bersih (63,8%; n=51/80). Hampir satu dari empat peserta (n=29/80) menggunakan larutan antiseptik untuk membersihkan alat kelamin, hal ini mengakibatkan ibu hamil sering mengeluh masalah keputihan. Sebaiknya membasuh area genitalia menggunakan air bersih saja.  |
| 6 | Menstrual Hygiene Practices, WASH Access and the Risk of Urogenital Infection in Women from Odisha, India<br>Das et al. (2015)  | Mengetahui hubungan antara praktik manajemen kebersihan menstruasi dengan infeksi urogenital, dengan mengendalikan faktor pendorong lingkungan | Kasus dan kontrol direkrut dengan menggunakan <i>syndromic approach</i> . Sebanyak 486 perempuan direkrut untuk penelitian ini, 228 bergejala dan 258 kontrol tanpa bergejala di Odisha, India.               | Praktik kebersihan menstruasi yang salah berhubungan dengan kejadian keputihan. Wanita yang menggunakan pembalut yang dapat digunakan kembali beresiko lebih besar untuk mengalami keputihan dibandingkan perempuan yang menggunakan pembalut sekali pakai (95% CI 1,4-2,9, p<0,001). Menjaga kebersihan diri (mandi atau membersihkan vagina) dengan akses air bersih yang baik selama menstruasi menurunkan angka kasus keputihan (95% CI 1,01-5,7, p = 0,045, p<0,05).  |
| 7 | Hubungan Perilaku Personal Hygiene dan Kualitas Air dalam Ember Kamar Mandi Terhadap Keputihan Patologis di Panti Asuhan Yatim Piatu Siti Khadijah, Putri (2023)                        | Mengetahui hubungan perilaku personal hygiene dan kualitas air dalam ember kamar mandi terhadap keputihan patologis                            | Studi observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> , sampel seluruh anak perempuan di Panti Asuhan Yatim Piatu Siti Khadijah total responden berjumlah 34 orang.                                    | Perilaku personal hygiene yang buruk dan kualitas air yang tak baik dapat menyebabkan keputihan patologis. Hal ini dibuktikan dengan nilai hasil uji perilaku personal hygiene yang buruk dengan keputihan patologis (p=0,000) p<0,05 dan kualitas air kamar mandi dengan keputihan patologis (p=0,012) nilai p< 0,05.   |
| 8 | Does menstrual hygiene management and water, sanitation, and hygiene predict reproductive tract infections among reproductive women in urban areas in Ethiopia?<br>Ademas et al. (2020) | Untuk mengetahui hubungan antara manajemen kebersihan menstruasi (MKM), air, sanitasi, dan kebersihan (WASH) terhadap infeksi organ reproduksi | Studi analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> dilakukan dari Januari hingga Maret 2019 pada 602 wanita usia reproduksi yang dipilih secara sistematis berusia 15-49 tahun di Kota Dessie, Ethiopia. | Dari jumlah seluruh responden tiga perempuan atau 443 (75,0%) rumah tangga menggunakan jamban tradisional dan mayoritas dari peserta penelitian 527 (89,2%) tidak memenuhi persyaratan akses dasar 20 liter air per kapita per hari. Faktor-faktor yang secara signifikan berhubungan dengan infeksi pada genitalia adalah menggunakan jamban tidak sehat dan sulit akses air bersih, mencuci tangan tidak menggunakan sabun sebelum menyentuh area genital, riwayat infeksi genital dalam satu tahun terakhir, sering bergonta-ganti pasangan seksual, mengganti pembalut hanya satu kali dalam sehari, dan mencuci area genitalia hanya sekali sehari selama menstruasi. |

## PEMBAHASAN

### Perilaku *Genital Hygiene* Terhadap Kejadian Keputihan pada Wanita

Keputihan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti rendahnya pengetahuan tentang keputihan, kurangnya informasi yang didapat tentang keputihan, stres, aktivitas yang berlebihan, kebersihan pribadi yang buruk (14).

Kebersihan diri merupakan suatu tindakan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Keputihan yang abnormal banyak dipicu oleh cara wanita dalam menjaga keberishan dirinya, terutama genitalia. Kegiatan kebersihan diri yang dapat memicu keputihan adalah penggunaan pakaian dalam yang tidak nyaman dan tidak menyerap keringat, cara membersihkan genitalia yang tidak benar, penggunaan sabun khusus vagina, pemakaian pembalut kecil di luar jadwal haid, menghindari stres yang berlebihan, melakukan aktivitas fisik yang sesuai dan tidak berlebihan, dan sebagainya. Perlunya menjaga kebersihan genitalia yang baik dan benar, yaitu membersihkan setiap kali selesai BAK dan BAB, mengeringkan dengan menggunakan handuk kering atau tisu setelah membersihkan alat kelamin, dan tahu teknik membersihkan vagina yang benar, yaitu membasuh dari arah depan (vagina) ke arah belakang (anus). Kesalahan dalam menerapkan teknik *genital hygiene* sering terjadi pada wanita yang mengalami keputihan. Hal ini penting untuk diperbaiki karena cara membasuh yang salah dapat menyebabkan bakteri di daerah anus berpindah ke dalam vagina (15). Pernyataan tersebut sejalan dengan beberapa penelitian di Indonesia yang menyatakan bahwa mayoritas dari wanita yang mengalami keputihan dikarenakan tidak melakukan vaginal hygiene dengan baik (16–18).

Praktik-praktik kebersihan alat kelamin yang perlu diterapkan untuk mencegah keputihan antara lain: a) Membersihkan vagina setiap selesai buang air kecil dan buang air besar dengan bersih dan air yang mengalir. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa air yang disimpan dalam ember di toilet umum mengandung 70% jamur *Candida albicans*; b) Melakukan teknik membersihkan vagina yang baik dan benar, yaitu membasuh dari arah depan (vagina) ke arah belakang (anus). Kesalahan sering terjadi pada wanita yang mengalami keputihan. Hal ini penting untuk diperbaiki karena cara membasuh yang salah dapat menyebabkan bakteri di daerah anus berpindah ke dalam vagina; c) Menghindari penggunaan sabun mandi untuk untuk membasuh organ genital; d) Mengeringkan daerah sekitar vagina dengan handuk bersih dan kering atau tisu kering sebelum memakai pakaian dalam agar tidak menimbulkan keadaan yang lembab pada area genital, suasana yang lembab memudahkan terjadinya infeksi pada organ genital; e) Hindari memakai pakaian dalam yang terbuat dari bahan satin atau bahan sintetis lainnya karena tidak dapat menyerap keringat; f) Mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari; g) Mengganti panty liner secara teratur saat digunakan, setidaknya setiap 2 hingga 3 jam sekali; h) Pilihlah pembalut yang nyaman dan memiliki daya serap yang baik, dan tidak mengandung parfum. Juga, mengganti pembalut secara teratur setidaknya setiap 3 sampai 4 jam; i) Memotong rambut kemaluan sebelum panjang secara teratur; j) Jangan menggaruk vagina, tidak peduli seberapa gatal. Membilas dengan air hangat untuk meredakan rasa gatal atau untuk alasan apa pun juga tidak dianjurkan. Alternatif untuk meredakan rasa gatal dan ketidaknyamanan adalah dengan mengompres area vagina dengan air es; k) Menggunakan bedak tabur untuk meredakan rasa gatal atau alasan apapun juga tidak dianjurkan. Kondisi vagina yang secara fisiologis cenderung lembab, akan membuat bedak menggumpal, meningkatkan kelembaban area vagina, yang akan memicu terjadinya infeksi (16,19). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Turki bahwa pada 266 perempuan yang sudah menikah, berusia 20-49 tahun yang diteliti bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku *genital hygiene* perempuan dan dampak dari perilaku tersebut terhadap infeksi vagina dengan menggunakan kuesioner *Genital Hygiene Behavior Inventory* (GHBI), pemeriksaan ginekologi dan tes Pap smear. Didapatkan hasil rata-rata skor GHBI para wanita ditemukan sebesar  $77,41 \pm 9,05$ . Berdasarkan penelitian tersebut perilaku positif pada kebersihan genitalia secara umum ditemukan masih rendah dalam studi perilaku kebersihan genitalia yang dilakukan di Turki. Perilaku *genital hygiene* sangat penting dalam hal melindungi diri dari infeksi genital dan praktik kebersihan genitalia harus diterapkan dengan benar (20).

### Akses Air Bersih Terhadap Kejadian Keputihan pada Wanita

Air yang bersih merupakan air yang tidak mengalami pencemaran seperti: air jernih, tidak berwarna, tidak berasa, memiliki nilai PH netral, tidak mengandung zat kimia berbahaya dan tidak mengandung bakteri atau mikroorganisme berbahaya. Adanya bakteri atau mikroorganisme dalam air dapat menyebabkan infeksi pada alat kelamin. Mikroorganisme yang sering dijumpai di dalam air adalah *Escherechia Coli* dan *Candida albicans* bakteri penyebab keputihan (21). Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada remaja perempuan bahwa ditemukan adanya korelasi yang kuat antara perilaku kebersihan diri dengan kejadian keputihan patologis. Selain itu, dari hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan kualitas air kamar mandi yang tidak memenuhi persyaratan kesehatan air untuk sanitasi dan hygiene menimbulkan keputihan patologis (22).

Penggunaan air bersih untuk membersihkan area genital penting di lakukan tidak hanya saat mengalami menstruasi, tetapi harus dilakukan setiap saat terutama setelah BAK dan BAB. Di vagina ada kuman *doderlin* yang memiliki kemampuan memproduksi asam yang memiliki fungsi mencegah masuknya bakteri ke dalam vagina dan menjauhkan terjadinya infeksi pada area tersebut sehingga penggunaan sabun tidak direkomendasikan (9,10). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di rumah sakit bagian barat Kamerun, penggunaan bahan yang tidak menyebabkan iritasi (air bersih) untuk membersihkan alat kelamin paling dianjurkan dalam membersihkan area genitalia karena penggunaan bahan yang salah dalam membasuh alat kelamin akan beresiko menimbulkan infeksi vagina (23,24).

Air bersih penting digunakan untuk untuk sanitasi dan hygiene, namun kurangnya pasokan air bersih di lingkungan sekitar rumah dapat membatasi penggunaan air untuk keperluan mencuci (tangan dan alat kelamin) yang dapat meningkatkan risiko infeksi (25). Sejalan dengan pernyataan tersebut, menjaga kebersihan diri (mandi atau membersihkan vagina) dengan air bersih selama menstruasi menurunkan angka kasus keputihan. Selain itu, memastikan wanita memiliki akses ke kamar mandi dengan tersedianya air bersih untuk MKM dan mengedukasi wanita tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang aman dan terjangkau dapat mengurangi kasus penyakit urogenital pada wanita (26). Penelitian yang dilakukan di Kota Dessie, Ethiopia juga menjelaskan dari jumlah seluruh responden tiga perempuan atau 443 (75,0%) rumah tangga menggunakan jamban tradisional dan mayoritas dari peserta penelitian 527 (89,2%) tidak memenuhi persyaratan akses dasar 20 liter air per kapita per hari. Penelitian ini juga menjelaskan faktor-faktor yang secara signifikan berhubungan dengan infeksi pada genital wanita adalah penggunaan jamban dan air yang tidak bersih, tidak mencuci tangan dengan sabun sebelum menyentuh area genital, riwayat gejala infeksi genitalia dalam satu tahun terakhir, sering bergonta-ganti pasangan dalam satu tahun terakhir, mengganti pembalut hanya satu kali dalam sehari dan mencuci area genital hanya sekali sehari selama menstruasi. Prevalensi infeksi pada organ reproduksi yang dilaporkan menunjukkan bahwa satu dari sepuluh wanita mengalami kasus infeksi organ reproduksi. Oleh karena itu, memastikan ketersediaan fasilitas air bersih dan MKM di tingkat masyarakat adalah kunci untuk mencegah infeksi secara berkelanjutan (27).

Keterbatasan dari tinjauan sistematis ini adalah pencarian hanya terbatas pada bahasa Indonesia dan bahasa Inggris serta *fulltext-open access articles*. Mungkin ada informasi yang relevan yang diterbitkan dalam bahasa lain. Ada kemungkinan bias publikasi karena kami hanya menggunakan artikel dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, sehingga ada kemungkinan artikel menggunakan bahasa lain juga membahas topik yang sama dengan penelitian ini. Namun, kami percaya bahwa protokol penelitian secara metodologis yang kuat untuk memastikan studi yang dapat diandalkan. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan lebih banyak artikel yang dapat ditinjau untuk mengurangi bias publikasi untuk mendapatkan bukti yang lebih baik dalam menganalisis hubungan antara perilaku kebersihan genital dan akses air bersih serta faktor-faktor lain yang berpengaruh pada kejadian keputihan.

## KESIMPULAN

Merujuk pada tinjauan sistematis yang telah dibuat dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku genital hygiene yang benar dan akses air bersih memainkan peran krusial dalam menjaga kesehatan reproduksi, mencegah infeksi, dan mengurangi risiko kejadian keputihan pada wanita. Perilaku genital hygiene yang tepat, seperti membersihkan daerah genital dari arah depan ke belakang serta menjaga area genitalia tetap bersih dan kering, membantu menjaga keseimbangan bakteri alami di vagina. Keseimbangan ini penting untuk melindungi vagina dari risiko infeksi yang dapat menyebabkan keputihan abnormal. Akses air bersih adalah faktor krusial dalam menjalankan perilaku kebersihan. Air bersih membantu dalam mencuci area genital secara efektif dan menghilangkan kuman atau bakteri yang dapat menyebabkan keputihan. Untuk penelitian di masa depan mengenai keputihan diharapkan dapat menganalisis faktor-faktor lain yang dapat dieksplorasi untuk meningkatkan pemahaman kita tentang penyebab, pengelolaan, dan pencegahan keputihan.

## SARAN

Penting bagi para profesional kesehatan untuk memberikan edukasi pada wanita tentang praktik kebersihan genitalia yang benar dan penggunaan air bersih untuk tujuan sanitasi dan *hygiene*, selain itu perlunya kolaborasi antara linas sektor dalam menyediakan infrastruktur sanitasi dan akses air bersih, terutama di komunitas dengan keterbatasan sumber daya kebersihan dapat menurunkan angka kejadian keputihan

## DAFTAR PUSTAKA

1. Permatasari D, Hutomo C setyo, Purba S banun titi istiqomah juliani, Akhlaq MN El, Argaheni SHSNB, Zubaeda, et al. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. Karim A, editor. Sumenep: Yayasan Kita Menulis; 2022. 2 p.
2. Gweda HA, Ahmed MH E agamy M. Effect of Instructional Guidelines on Students' Self Care Practices Regarding Vaginal Discharge at Secondary Schools in Tanta City. *Radiopaedia.org*. 2021;20(1):8–46.
3. Karadeniz H. The Analysis of Genital Hygiene Behaviors of Women Who Applied to Women's Illnesses and Birth Polyclinic. *Erciyes Med J*. 2019;41(4):402–8.
4. Venugopal S, Gopalan K, Devi A, Kavitha A. Epidemiology and clinico-investigative study of organisms causing vaginal discharge. *Indian J Sex Transm Dis*. 2017;38(1):69–75.
5. Sari WK. Identifikasi Faktor Penyebab Keputihan Pada Remaja Putri. *Sci J*. 2019;8(1):263–9.
6. de Carvalho NS, Eleutério Junior J, Travassos AG, Santana LB, Miranda AE. Brazilian protocol for sexually

- transmitted infections, 2020: Infections causing vaginal discharge. *Rev Soc Bras Med Trop.* 2021;54(March):1–9.
7. Nikmah US, Widayasih H. Personal Hygiene Habits dan Kejadian Flour Albus Patologis pada Santriwati PP AL-Munawwir, Yogyakarta. *Media Kesehat Masy Indones.* 2018;14(1):36.
  8. Suryani L. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal Midwifery Sci.* 2019;3(2):68–79.
  9. Zubaidah Z. Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genitalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *J Ilmu Kesehat Insa Sehat.* 2021;9(1):1–4.
  10. Sumantri Alikhan Sains. Relationship of Personal Hygiene and Environmental Conditions with Complaints of Skin Disease. *MIRACLE J Public Heal.* 2021;4(1):90–101.
  11. Bulut A. Birinci Basamak Sağlık Hizmetlerinde Çalışan Ebe ve Hemşirelerin Genital Hijyen Davranışları ve İlgili Faktörler. *Acibadem Univ Saglik Bilim Derg.* 2019 Oct 3;0–0.
  12. Hamed AG. The Impact of Genital Hygiene Practices on the Occurrence of Vaginal Infection and the Development of a Nursing Fact Sheet as Prevention Massage for Vulnrable Women. *J Nurs Heal Sci [Internet].* 2015;4(6):55–64. Available from: [www.iosrjournals.org](http://www.iosrjournals.org)
  13. Attieh E, Maalouf S, Roumieh D, Abdayem P, Abitayeh G, Kesrouani A. Feminine hygiene practices among female patients and nurses in Lebanon. *Reprod Health [Internet].* 2016;13(1):1–6. Available from: <http://dx.doi.org/10.1186/s12978-016-0182-4>
  14. Pratiwi A. Analisis Kejadian Fluor Albus Berdasarkan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Personal Hygiene. *Cendekia Med J Stikes Al-Ma`arif Baturaja.* 2022;7(1):1–8.
  15. Fitriyya M, Hidayah N. Mencegah Keputihan Pada Wanita Dengan Personal Hygiene [Internet]. Yuma Pressindo. Surakarta: YUMA PRESSINDO; 2021. 54 p. Available from: <http://ci.nii.ac.jp/naid/40015835553/>
  16. Sirait BI, Posdo Simarmata V. The relationship of knowledge, attitudes, and personal hygiene practices of external genital organs to the incidence of leucorrhoea in students of the faculty of medicine, Indonesian christian university class of 2019. *Int J Med Heal Res [Internet].* 2021;7(6):60–6. Available from: [www.medicalsciencejournal.com](http://www.medicalsciencejournal.com)
  17. Suminar ER, Sari VM, Magasida D, Agustiani AR. Factors Associated with the Occurrence of Vaginal Discharge in Female Students. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl.* 2022;10(3):2022.
  18. Husna. Hubungan Personal Hygiene Genitalia dengan Kejadian Keputihan [Internet]. Vol. 01, Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia. 2021. Available from: <http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/jikdi>
  19. YAŞAR BN, Terzioğlu F, Koç G. Knowledge and Practices of Genital Hygiene: Visual-Disabled Women Sample\*. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi7/DEUHFED [Internet].* 2017;10(3):123–30. Available from: <http://www.deuhyoedergi.org>
  20. Calik KY, Erkaya R, Ince G, Korkmaz Yildiz N. Genital Hygiene Behaviors of Women and Their Effect on Vaginal Infections. *Clin Exp Heal Sci.* 2020;10:210–6.
  21. Cahyaningtyas. Hubungan Perilaku Hygiene Organ Reproduksi Dengan Kejadian Abnormal Flour Albus Pada Remaja Putri di SMP N 17 Surakarta. *J Kebidanan Dan Kesehat.* 2020;1(1):35–42.
  22. Putri RAV. Hubungan Perilaku Personal Hygiene dan Kualitas Air dalam Ember Kamar Mandi Terhadap Keputihan Patologis di Panti Asuhan Yatim Piatu Siti Khadijah. *Pandu Husada.* 2023;4(1).
  23. Nkamedjie Pete PM, Mabvouna Biguioh R, Bitu Izacar AG, Béchir Adogaye S Ben, Nguemo C. Genital hygiene behaviors and practices: A cross-sectional descriptive study among antenatal care attendees. *J Public Health Africa.* 2019 May 3;10(1).
  24. Pavlova SI, Tao L. In vitro inhibition of commercial douche products against vaginal microflora. *Infect Dis Obstet Gynecol.* 2000;8(2):99–104.
  25. Robb KA, Habiyakare C, Kateera F, Nkurunziza T, Dusabe L, Kubwimana M, et al. Variability of water, sanitation, and hygiene conditions and the potential infection risk following cesarean delivery in rural Rwanda. *J Water Health.* 2020;18(5):741–52.
  26. Das P, Baker KK, Dutta A, Swain T, Sahoo S, Das BS, et al. Menstrual hygiene practices, WASH access and the risk of urogenital infection in women from Odisha, India. *PLoS One.* 2015 Jun 30;10(6).
  27. Ademas A, Adane M, Sisay T, Kloos H, Eneyew B, Keleb A, et al. Does menstrual hygiene management and water, sanitation, and hygiene predict reproductive tract infections among reproductive women in urban areas in Ethiopia? *PLoS One.* 2020 Aug 1;15(8 August 2020).