

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja

2.1.1 Definisi Remaja

Remaja berasal dari Bahasa Latin *adolescence* yang berarti tumbuh untuk mencapai kedewasaan, baik secara fisik, mental, emosional, sosial dan moral. Beberapa hal yang menjadi ciri khas masa remaja adalah perubahan fisik yang pesat, perubahan hormon, perkembangan organ reproduksi, perubahan emosional, kognitif, dan sosial yang dapat mempengaruhi cara mereka memahami dunia dan kesejahteraan mereka (Ratnasari H, 2024). Masa remaja adalah masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, kedua setelah masa bayi, dimulai saat pubertas dan berlanjut pada masa dewasa. Menurut WHO mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10 hingga 19 tahun yang terbagi menjadi remaja awal (10-14 tahun), dan remaja akhir (15-19 tahun) dan jumlahnya sekitar 25% dari populasi dunia (Rizky, 2023).

Masa remaja adalah periode perkembangan yang sangat berbeda, unik, dan penting dalam hidup seseorang. Menurut WHO menetapkan usia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI No 25 Tahun 2014 menetapkan usia 10-18 tahun dan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menetapkan 10-24 tahun bagi individu yang belum menikah, mengalami perubahan yang disebabkan oleh perkembangan biologis yang terjadi selama masa remaja, termasuk haid pertama atau *menarche*. Setelah peristiwa ini, remaja putri harus mampu merawat organ reproduksinya dengan benar (Rizky, 2023). Secara psikologis masa remaja merupakan masa untuk berintegrasi dengan orang sekitarnya. Pada masa ini remaja tidak lagi merasa dibawah tingkat orang yang lebih tua, tetapi berada dalam tingkatan yang sama, terutama dalam masalah hak (Ratnasari H, 2024)

2.1.2 Karakteristik Remaja Berdasarkan Umur

2.1.2.1 Remaja Dini atau Awal (10-13 Tahun)

Periode remaja ditandai dengan mulainya pubertas, yang mengakibatkan perubahan fisik, perkembangan ciri seks sekunder, dan perubahan hormon. Remaja juga membangun identitas, kepercayaan dan harga diri. Remaja awal cenderung menentang nilai-nilai orang tua dan mencari identitas melalui tokoh-tokoh di luar lingkungan keluarganya.

2.1.2.2 Remaja Menengah (14-16 Tahun)

Remaja mengalami transformasi yang cepat, baik secara fisik dengan mencapai kematangan seksual, maupun secara mental dengan berkembangnya kemampuan berpikir abstrak, dan kritis. Mereka juga mengalami perubahan dalam nilai-nilai dan hubungan sosial, dimana mereka mulai mencari identitas diri dan membangun relasi dengan teman sebaya dan lawan jenis.

2.1.2.3 Remaja Akhir atau Lanjut (17-19 Tahun)

Remaja mencapai stabilitas fisik dan psikologis. Remaja sudah memiliki identitas diri yang jelas, rencana masa depan yang realistis, dan tanggung jawab yang lebih besar. Remaja juga mampu berhubungan secara harmonis dengan orang tua, keluarga dan masyarakat.

2.1.3 Menstruasi

Menstruasi merupakan proses alami berupa keluarnya darah secara periodik dari vagina, yang disebabkan oleh luruhnya lapisan dalam dinding rahim (endometrium), ketika sel telur tidak dibuahi, dan terdiri dari darah, jaringan, kelenjar, dan sel-sel yang tidak terpakai (Ratnasari H, 2024). Siklus menstruasi adalah rangkaian perubahan fisiologis yang terjadi dalam tubuh perempuan setiap bulan, dimulai dengan menstruasi dan berakhir sebelum menstruasi berikutnya. Siklus ini dipengaruhi oleh *fluktuasi hormone* dalam tubuh. Pada proses ini, organ reproduksi wanita sedang mempersiapkan kehamilan setiap bulannya. Siklus menstruasi dimulai dari hari pertama menstruasi dan berakhir tepat sebelum

menstruasi berikutnya, dengan durasi antara 21 hingga 35 hari, periode menstruasi sendiri biasanya berlangsung 3 sampai 7 hari (Ratnasari H, 2024). Menstruasi pada remaja biasanya dimulai antara usia 10 dan 16 tahun, meskipun waktu pastinya bervariasi tergantung pada kondisi kesehatan, asupan nutrisi, dan perbandingan berat badan dengan tinggi badan. Rata-rata menstruasi pertama terjadi pada usia 12 tahun atau 2 sampai 3 tahun setelah payudara tumbuh dimulai, dan akan terus berlanjut sampai masa menopause (Ratnasari H, 2024).

2.1.4 Siklus Menstruasi

Menurut (Ratnasari H, 2024) ada empat fase utama dalam siklus menstruasi yang perlu kita ketahui. Berikut adalah fase-fase tersebut :

2.1.4.1 Fase Menstruasi

Proses menstruasi dimulai ketika lapisan dalam rahim yang dikenal sebagai endometrium telah berkembang dan dipersiapkan selama siklus sebelumnya, dilepaskan dari tubuh melalui vagina dalam bentuk campuran darah dan jaringan. Hal ini dipicu oleh penurunan kadar hormon estrogen dan progesteron ketika sel telur tidak dibuahi.

2.1.4.2 Fase Folikuler (Hari ke 1-14 dari siklus menstruasi)

Setelah periode menstruasi berakhir, tubuh memulai persiapan untuk kemungkinan kehamilan dengan membangun kembali lapisan rahim (endometrium). Pada saat yang sama, folikel yang mengandung sel telur mulai berkembang di ovarium, menandai fase folikel yang berlangsung antara 11 hingga 27 hari.

2.1.4.3 Fase Ovulasi

Hormon *luteinizing (LH)* memicu proses ovulasi dimana sel telur yang matang dari ovarium menuju tuba falopi untuk dibuahi sperma. Namun, jika pembuahan tidak terjadi sel telur akan hancur dalam waktu 24 jam setelah ovulasi. Tanda ovulasi seringkali adalah perubahan pada lendir serviks yang menjadi lebih banyak dan licin. Biasanya ovulasi terjadi sekitar hari ke-12 hingga 14 dari siklus menstruasi.

2.1.4.4 Fase Luteal

Setelah sel telur keluar berubah menjadi korpus luteum yang membuat hormon untuk menebalkan dinding rahim, kalau tidak ada pembuahan, korpus luteumnya mengecil hormonnya turun, dan dinding rahimnya luruh. Fase ini dinamakan fase luteal dan terjadi di hari ke-15 sampai 28 dari siklus menstruasi.

2.1.5 Hormon yang Mempengaruhi Menstruasi

Menurut (Ratnasari H, 2024) siklus menstruasi dipengaruhi oleh tiga sistem hormon utama yaitu : FSH-RH (*Follicle-Stimulating Hormone Releasing Hormone*) yang dihasilkan hipotalamus untuk merangsang hipofisis melepaskan FSH, kedua LH-RH (*Luteinizing Hormone Releasing Hormone*) Hormone yang juga dari hipotalamus yang merangsang hipofisis melepaskan LH, dan ketiga PIH (*Prolactine Inhibiting Hormone*) berfungsi menghambat hipofisis dalam memproduksi prolaktin.

2.2 Perilaku *Vulva hygiene*

2.2.1 Definisi Perilaku

Perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati dari luar. Menurut Skinner, perilaku adalah respon atau reaksi seseorang terhadap suatu rangsangan dari luar (Notoatmodjo, 2012). Berdasarkan bentuk respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus, perilaku terjadi melalui proses respon sehingga sering disebut dengan teori S-O-R. Teori Skinner menjelaskan adanya dua jenis respon yaitu : *Respondent respons* atau *reflexive* merupakan respon yang timbul akibat rangsangan-rangsangan (*stimulus*) tertentu yang disebut *eliviting stimulus*, karena menimbulkan respon-respon yang relatif tetap. Contohnya adalah jika kita merasa lapar maka kita akan makan. *Respondent respons* juga termasuk perilaku emosional, contohnya bila kita mendengar berita musibah maka kita akan merasa sedih. Kedua *Operant respons* atau *instrumental respons*, yaitu respon yang timbul dan berkembang lalu diikuti oleh stimulus atau rangsangan yang lain. Perangsang terakhir disebut *reinforcing stimuli* atau *reinforce*, karena berfungsi untuk memperkuat respons.

Contoh dari *operant respons* adalah jika kita bekerja dengan baik kemudian timbul respon menerima gaji atau bonus (stimulus). Kemudian gaji tersebut menjadi stimulus untuk memperoleh kenaikan jabatan. Jadi melakukan pekerjaan yang baik pada contoh ini disebut dengan *reinforcer* untuk memperoleh kenaikan jabatan.

Berdasarkan teori S-O-R tersebut, maka perilaku manusia dapat dikelompokkan menjadi dua :

2.2.1.1 Perilaku tertutup (*Covert Behavior*)

Merupakan perilaku yang tertutup jika respon terhadap stimulus masih belum dapat diamati oleh orang lain secara jelas, atau masih terselubung. Respons seseorang masih terbatas dalam bentuk perhatian, perasaan, pengetahuan, dan sikap. Terhadap stimulus yang bersangkutan. Pengetahuan dan sikap merupakan bentuk dari "*unobservable behavior*" atau "*covert behavior*" yang dapat diukur.

2.2.1.2 Perilaku terbuka (*Overt Behavior*)

Merupakan perilaku terbuka yang terjadi jika respon terhadap suatu stimulus sudah sudah berupa tindakan atau praktik yang dapat diamati orang lain dari luar (*observable behavior*)

Faktor-faktor pembentuk perilaku menurut (Notoatmodjo, 2012) ada 3 faktor yaitu: Faktor Predisposisi (*Predisposing factor*) merupakan faktor yang dapat mempermudah dan mendasari terjadinya perubahan perilaku atau tindakan pada individu maupun masyarakat, contohnya pengetahuan, sikap, kepervayaan, nilai-nilai, dan persepsi yang berhubungan dengan motivasi individu maupun masyarakat untuk bertindak atau berperilaku. Kedua Faktor Pemungkin (*Enabling factor*) yaitu keterampilan dan sumber daya yang diperlukan unruk melakukan perilaku kesehatan. Sumber daya meliputi fasilitas pelayanan kesehatan, tenaga kerja, sekolah, klinik penjangkauan dan sumber daya lainnya. Faktor pemungkun juga mencakup aksesibilitas sumber daya meliputi biaya, jarak, transportasi yang tersedia, jam buka pelayanan, keterampilan tenaga kesehatan dan sebagainya. Ketiga Faktor Penguat (*Reinforcing factors*) merupakan faktor yang dapat

memperkuat atau terkadang justru memperlunak untuk terjadinya perilaku (menentukan apakah perilaku kesehatan didukung). Faktor penguat akan memperkuat perilaku dengan memberikan secara terus-menerus pada perilaku dan berperan pada terjadinya pengulangan. Pengetahuan, sikap dan fasilitas yang tersedia terkadang belum menjamin terjadinya perilaku seseorang atau masyarakat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku manusia menurut (Sabatini et al., 2021) ada 2 faktor yaitu :

Faktor Keturunan yaitu karakteristik orang yang bersangkutan yang bersifat bawaan. Teori Mendel menyatakan : Tiap sifat makhluk hidup dikendalikan oleh faktor keturunan, tiap pasangan merupakan penentu alternatif bagi keturunannya, pada waktu pembentukan sel kelamin, pasangan keturunan memisah dan menerima pasangan faktor keturunan. Kedua Lingkungan yaitu segala apa yang berpengaruh pada diri individu dalam perilaku. Lingkungan turut berpengaruh terhadap perkembangan pembawaan dan kehidupan manusia. lingkungan dapat digolongkan menjadi : Lingkungan manusia yaitu keluarga, sekolah dan masyarakat, termasuk didalamnya kebudayaan, agama, taraf kehidupan dan sebagainya, yang kedua lingkungan benda yaitu benda yang terdapat disekitar manusia turut memberi warna pada jiwa manusia yang berada disekitarnya, dan yang ketiga lingkungan geografis yaitu latar geografis turut mempengaruhi corak kehidupan manusia. masyarakat yang tinggal didaerah pantai mempunyai keahlian, kegemaran dan kebudayaan yang berbeda dengan manusia yang tinggal didaerah yang gersang.

2.2.2 Pengukuran Perilaku

Pengukuran perilaku atau cara mengamati perilaku dapat dilakukan melalui dua acara yaitu secara langsung dengan pengamatan (*observasi*), yaitu mengamati tindakan dari subjek dalam rangka memelihara kesehatannya, sedangkan secara tidak langsung yaitu menggunakan metode (*recall*) metode yang dilakukan melalui pertanyaan-pertanyaan terhadap subjek tentang apa yang telah dilakukan berhubungan dengan objek tertentu (Notoatmodjo, 2012)

2.2.3 Definisi *Vulva hygiene*

Menurut Perwakilan BKKBN Provinsi Jawa Tengah (2018) dalam (Ernawati., et al. 2023) *Vulva hygiene* merupakan praktik menjaga *vulva*, yaitu bagian luar dari organ kelamin wanita, digunakan untuk mempertahankan kesehatan reproduksi dan mencegah infeksi. Melibatkan perilaku memelihara kebersihan *vulva* secara teratur (Susan et al., 2024). *Vulva hygiene* yaitu menjaga kebersihan area luar organ wanita, jika daerah reproduksi lembab dan basah, maka dapat meningkatkan resiko pertumbuhan jamur. Kondisi gatal seperti di daerah *vulva* eksternal sering terjadi, mempertahankan kebersihan organ wanita untuk menghindari keputihan dan infeksi alat reproduksi. Kesehatan reproduksi terutama untuk remaja wanita di Indonesia adalah hal yang sangat penting (Ernawati., 2023). Penelitian ini didasarkan pada teori keperawatan orem yang dikembangkan sejak tahun 1959. Teori ini menekankan pentingnya kemampuan individu untuk merawat diri sendiri dalam proses pemulihan kesehatan. Menurut Orem, meskipun setiap orang pada dasarnya mampu melakukan perawatan diri, ada situasi dimana kemampuan tersebut dapat terganggu (Manoppo et al., 2024)

2.2.4 Tujuan *Vulva hygiene*

Tujuan dari *vulva hygiene*, menurut Pribakti (2012) dalam (Diyah Yuliarti & Tri Wahyudi, 2021) adalah untuk melindungi area *vulva* dari infeksi, mencegah keputihan, dan mempertahankan PH genital yang ideal (3,5-4,5). Infeksi dapat muncul karena jamur atau bakteri berkembang biak di area genetalia yang lembab. Oleh karena itu, *vulva hygiene* dilakukan untuk menjaga area genetalia tetap kering, mencegah penyakit organ genital, dan meningkatkan kenyamanan

2.2.5 Cara Perawatan *Vulva hygiene*

Cara perawatan *vulva hygiene* meliputi beberapa praktik penting seperti membersihkan area genital dari depan ke belakang dengan air bersih setelah buang air besar atau kecil, menggunakan pembersih khusus area kewanitaan, menghindari sabun mandi biasa, dan tidak membilas dengan air hangat. Setelah dibersihkan, area tersebut harus dikeringkan dengan handuk atau tisu pribadi yang kering. Mencuci

tangan sebelum membersihkan area genital juga penting, pembalut harus diganti secara teratur idealnya 3-5 kali sehari atau segera setelah penuh, pakaian dalam berbahan katun disarankan dan harus diganti 2-3 kali sehari, hindari pakaian ketat seperti jeans atau berbahan nilon dan selalu membawa pakaian dalam cadangan saat berpergian, pakaian dalam yang lembab dapat memicu pertumbuhan bakteri dan jamur, gunakan air mengalir saat membersihkan area genital, serta hindari menggaruk area tersebut saat gatal (Susan et al., 2024).

Menurut (Wedayani et al., 2024) cara menjaga organ reproduksi yaitu memakai handuk yang lembut, kering, bersih dan tidak lembab, memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat, pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari, pastikan area organ intim selalu dalam keadaan kering dan tidak lembab, hindari menggunakan sabun wangi, sabun sirih, bedak dan vaginal douche karena dapat menyebabkan kulit kelamin rentan iritasi, sesudah buang air kecil atau besar membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju ke belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk kedalam organ reproduksi. Menurut (Pribakti, 2012) akibat membersihkan *vulva* dengan benar seperti mencegah infeksi pada area vagina, menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, mempertahankan kadar pH vagina, mencegah timbulnya jamur dan bakteri dan memberikan rasa nyaman.

2.2.6 Perawatan *Vulva* Saat Menstruasi

Perawatan saat menstruasi perlu dilakukan karena selama resiko infeksi pada rahim meningkat sehingga kebersihan harus sangat dijaga ketat untuk mencegah penyakit reproduksi. Langkah-langkah perawatan meliputi pergantian pembalut secara teratur tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus ganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi, menghindari pemakaian celana yang terlalu ketat dapat memicu daerah kewanitaan menjadi lembab dan iritasi serta membersihkan area genital dari arah depan (vagina) ke belakang (anus) setelah buang air besar atau kecil (Sri Ninta et al., 2023). Menurut (Wedayani et al., 2024) perawatan pada saat menstruasi diantaranya memilih pembalut yang bebas dari

berbagai jenis bahan yang berbahaya dan nyaman saat dipakai, ganti pembalut secara berkala antara 3 hingga 5 kali dalam sehari, mengganti pembalut setelah darah tembus sampai ke celana bersihkan vagina terlebih dahulu sebelum mengganti pembalut (membersihkan vagina sebaiknya dilakukan dengan air mengalir dan sebaiknya hindari penggunaan sabun), cuci tangan sampai bersih setelah membuang pembalut serta sebelum mengganti pembalut, dan rutin mengganti celana dalam untuk menghindari resiko tidak nyaman disekitar vagina, segera merendam dan mencuci pakaian yang terkena darah menstruasi.

Data statistik Survei Demografi Kesehatan Indonesia tahun 2017 menunjukkan bahwa perilaku remaja dalam menjaga kebersihan saat menstruasi masih kurang dengan 63,9% karena kurangnya pemahaman terkait kebersihan diri selama menstruasi (Melinda et.al., 2024). Perilaku yang kurang dalam merawat daerah kewanitaan sejumlah 30% yang diakibatkan lingkungan yang buruk atau tidak sehat dan 70% diakibatkan oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi (Susan et al., 2024)

2.2.7 Dampak *Vulva hygiene*

Menurut Kusmiran (2014) dalam (Susan et al., 2024) yang menyatakan bahwa kurangnya kebersihan genital, seperti tidak mencuci tangan sebelum mengganti pembalut, pergantian pembalut yang jarang atau melebihi enam jam, pembilasan vagina dengan air kotor, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan vagina yang tidak higienis, dan adanya benda asing didalam vagina dapat menyebabkan keputihan abnormal serta meningkatkan resiko infeksi jamur dan bakteri selama menstruasi. Saat menstruasi area *vulva* cenderung lembab, jika darah menstruasi darah dan keringat bercampur dan menempel pada *vulva* tanpa kebersihan yang memadai maka jamur dan bakteri dapat berkembang, menyebabkan gatal pada *vulva*, jika diabaikan dapat memicu infeksi sekunder seperti kandidiasis, vaginosis bakterial, dan trikomoniasis (Aini & Afridah, 2021). Kurang pengetahuan tentang kebersihan *vulva* dapat berdampak negatif pada kesehatan reproduksi termasuk resiko *pruritus vulva* (I. J. Manoppo et al., 2024).

Dampak dari *vulva hygiene* yaitu menurut Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2019 remaja putri yang tercatat sebanyak 80% diantaranya pernah mengalami *pruritus vulva*. Dimana sebanyak 20% mengalami *pruritus vulva* secara akut dan 40% mengalami *pruritus vulva* secara kronis. 20% diantaranya disebabkan karena adanya jamur, bakteri, dan virus yang muncul karena *vulva hygiene* saat menstruasi yang kurang (Mu'minun et al., 2021). Selain itu dampak lain seperti menurut WHO sebanyak 75% wanita di Indonesia pernah mengalami keputihan satu kali dalam hidupnya dan 45% wanita di Indonesia diantaranya pernah mengalami keputihan sebanyak dua kali atau bahkan lebih dalam hidupnya (Arifiani & Samaria, 2021).

Hasil penelitian Shintya et al., (2024) didapatkan bahwa penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki perilaku *vulva hygiene* dalam kategori buruk sekitar 49 responden (62,8%) dengan berbagai perilaku kebersihan *vulva* yang tidak tepat, seperti pembersihan area genital wanita yang tidak memadai, termasuk membersihkan vagina dari belakang ke depan, menggunakan antiseptik saat membersihkan vagina, tidak menggunakan air bersih untuk mencuci daerah kewanitaan, dan tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan daerah kewanitaan. Praktik-praktik ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya iritasi, infeksi atau masalah kesehatan di area genital. Penelitian ini menyatakan dapat meningkatkan penyuluhan kesehatan melalui program penyuluhan Kesehatan reproduksi dan *vulva* yang lebih intensif. Hasil temuan Zubaidah (2021) didapatkan hasil tingkat perilaku kebersihan genetalia pada remaja dalam kategori kurang sekitar 36 responden (72%). Diantaranya responden yang melakukan mencuci tangan sebelum menyentuh vagina dan cebok yaitu mayoritas berkategori baik sebanyak 41 responden (82%), responden yang melakukan menjaga vagina agar tetap kering dan tidak menggunakan bedak pada vagina yaitu mayoritas berkategori baik sebanyak 37 responden (74%) dan responden yang tidak sembarangan menggunakan cairan dan mengganti pembalut yaitu mayoritas berkategori baik sebanyak 33 responden (66%). Penelitian ini perlunya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pelaksanaan kebersihan genetalia, agar remaja putri untuk

mampu merubah perilaku kearah perilaku bersih sehat yang tentunya akan meningkatkan kualitas kesehatan remaja tersebut.

Hasil penelitian Hako et al., (2022) menunjukkan bahwa tingkat perilaku *vulva hygiene* responden dalam kategori kurang sebanyak 133 responden (87,5%) dari hasil analisa kuesioner sebagian responden menjawab tidak pernah mengeringkan area kewanitaan dengan tisu setelah buang air kecil dan air besar serta terkadang membasuh daerah kewanitaan dari arah belakang ke depan, sedangkan untuk perilaku mengganti pakaian dalam mempunyai kategori kurang sebanyak (58,6%) Sebagian responden menjawab menggunakan celana dalam yang ketat, dikarenakan mereka lebih nyaman menggunakan celana dalam yang ketat selama menstruasi daripada celana dalam yang sedikit longgar, tidak mengganti pakaian dalam 2-3 kali pada saat menstruasi. Penelitian ini menyatakan bahwa perilaku *vulva hygiene* pada remaja putri harus ditingkatkan karena perilaku *vulva hygiene* yang baik, akan mengurangi kejadian *pruritus vulvae*. Hasil penelitian lain oleh Susan et al., (2024) menunjukkan bahwa hasil pelaksanaan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dalam kategori sesuai sebanyak 41 responden (62,1%). Cara memelihara organ intim tanpa kuman dilakukan sehari-hari dimulai bangun tidur dan mandi pagi. Mencuci vagina dengan air kotor, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan. *Vulva hygiene* atau kebersihan perseorangan perlu diimplementasikan atau diaplikasikan pada diri pribadi serta keluarga agar terhindar dari penyakit dan produktifitas diri kita.

Hasil penelitian Sasmita et al., (2023) Menunjukkan bahwa tingkat perilaku *vulva hygiene* responden dalam kategori kurang sebanyak 23 responden (62,2%) karena faktor yang tidak memperhatikan kebersihan pembalutnya saat sudah selesai digunakan. Salah satu cara menjaga kebersihan pembalut yaitu dengan memasukkan ke kantong plastik kemudian dibuang ditempat sampah tertutup. Penelitian ini menyatakan bahwa kedua faktor masih banyak yang kurang menjaga kesehatan reproduksinya sehingga masih banyak yang mengalami gejala yang kurang baik untuk kesehatan dirinya sendiri, namun dari hal lainnya juga yang

sudah mempunyai kesadaran untuk menjaga kesehatan dan kenyamanan agar system reproduksi yang baik dan sehat terutama menjaga kebersihan area *vulva*.

2.3 *Pruritus vulvae*

2.3.1 Definisi *Pruritus vulvae*

Pruritus vulvae merupakan kondisi yang dicirikan oleh rasa kegatalan yang intens pada organ kelamin eksternal wanita, kondisi ini sering kali memburuk di malam hari. Yang dapat menyebabkan menggaruk tanpa sadar saat tidur, mengakibatkan memar dan berdarah. Dalam jangka Panjang, *pruritus vulvae* dapat mengganggu kehidupan sosial wanita (Ernawati., et all. 2023). *Vulva* gatal atau dikenal sebagai sensasi tidak menyenangkan yang membuat seseorang ingin menggaruk bagian *vulva*, ini merupakan keluhan umum yang disampaikan oleh wanita dari berbagai usia. *Pruritus vulva* bukanlah penyakit, melainkan gejala dari beberapa kelainan pada alat reproduksi wanita. Biasanya tidak parah, tetapi bila dibiarkan dapat menjadi ganas (Alenazi et al., 2018). *Pruritus vulvae* adalah kondisi gatal pada vagina yang memicu keinginan untuk menggaruk, apabila keadaan terus berlanjut dapat menyebabkan rasa ketidaknyamanan dan jika dilakukan dengan kuku atau benda tajam dapat memicu infeksi vagina seperti trikomoniasis, vaginosis bakterial dan kandida akut (Nikmah & Ni'mah, 2020).

2.3.2 Gejala *Pruritus vulva*

Pruritus vulva ditandai dengan beberapa gejala yaitu rasa gatal pada alat kelamin, keputihan, rasa terbakar pada kulit *vulva*, pecah-pecah disekitar *vulva*, pembengkakan dan kemerahan pada labia dan *vulva*, serta adanya benjolan berisi cairan diarea *vulva* (Laily et al., 2022). Menurut (Raef & Elmariah, 2021) menjelaskan bahwa beberapa gejala *pruritus vulva* salah satunya adalah gatal, keputihan yang dapat bervariasi, rasa terbakar atau panas pada area *vulva* dan pembengkakan. Menurut (Raef & Elmariah, 2021) dampak *pruritus vulva* yaitu : penurunan harga diri, gangguan tidur, peningkatan kecemasan, dan mengganggu aktivitas sehari-hari.

2.3.3 Faktor *Pruritus vulvae*

Penyebab terjadinya *pruritus vulva* pada saat menstruasi dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti infeksi pada kulit dan kondisi medis (diabetes militus). Faktor eksternal yaitu kebersihan *vulva* seperti penggunaan sabun (antiseptik), penggunaan pakaian dalam yang terlalu ketat dan tidak menyerap keringat, serta pergantian pembalut. Jika *pruritus vulva* tidak diatasi juga bisa menyebabkan infeksi sekunder seperti infeksi kandidiasis, vaginosis bakteri dan trikomoniasis, hal ini terjadi maka akan membuat keadaan lebih buruk (Aini & Afridah, 2021b). *Pruritus vulva* kronis disebabkan oleh jamur, bakteri, dan virus yang muncul karena buruknya personal *hygiene* atau menstrual *hygiene* (44%), karena alergi dari pembalut kewanitaan (30%) serta karena kelainan patologik pada *vulva* (Kusumastuti et al., 2021).

2.3.4 Penatalaksanaan *Pruritus vulva*

Menurut (Laily et al., 2022), untuk meredakan *pruritus vulvae* disarankan untuk mengurangi penggunaan produk wewangian, menjaga kebersihan area kewanitaan, menghindari menggaruk secara kasar diarea kewanitaan, dan menggunakan pakaian dalam berbahan lembut dan menyerap keringat. Dalam pengelolaan *pruritus vulva*, menurut Djajakusumah (2011) dalam (Parwati, M. W., et al., 2022) obat yang dapat memicu alergi dihindari untuk mencegah terjadinya peradangan kulit kontak sekunder. Gatal *vulva* yang parah dapat menyebabkan luka garukan dan penebalan kulit. Penanganan luka garukan dilakukan dengan mengoleskan krim antibiotik, sedangkan untuk kondisi basah dapat dikompres, contohnya melalui alumunium asetat termasuk pemberian antibiotik sistemik jika dibutuhkan. Pengobatan utama yang dipilih untuk gatal *vulva* yaitu pengobatan steroid oles. Pada tahap awal terapi, salep steroid memiliki daya guna yang tinggi seperti betametason dipropionat 0,05% atau klobetosol propionate 0,05% digunakan 2 kali sehari selama 2 sampai 3 minggu, kemudian sekali sehari selama 2 sampai 3 minggu. Pasien harus dinilai setelah 4 hingga 6 minggu pengobatan. Berikutnya, dosis dikurangi secara bertahap atau diganti dengan steroid lebih rendah. Pemberian obat penenang saat malam hari diperlukan untuk menghindari garukan saat berbaring dan menghentikan gatal.

Hasil temuan A. J. Manoppo (2022) didapatkan bahwa penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki 21 responden (18,3%) mengalami *pruritus vulvae* berat pada saat menstruasi, dengan lama pemakaian pembalut tidak baik ada 73 responden (63,5%) sehingga pemakaian pembalut yang tidak tepat dan penggunaan pembalut penggunaan pembalut dalam waktu lama akan mengakibatkan terjadinya infeksi dan iritasi pada daerah kewanitaan dengan keluhan adanya rasa gatal pada kemaluan, keputihan, kulit pecah-pecah, bengkak dan kemerahan pada *vulva* saat digaruk. Penelitian ini menyatakan dapat memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya higiene perorangan saat menstruasi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku higiene perorangan saat menstruasi sehingga dapat meminimalisir kejadian *pruritus vulva*. Hasil penelitian Fadiya et al (2024) menyatakan bahwa sebagian besar responden dengan tingkat perilaku *vulva hygiene* dalam kategori kurang sebanyak 55 responden (71,4%) dan sebanyak 65 responden (84,4%) responden mengalami *pruritus vulva*, dikarenakan remaja hanya mengganti pembalut ketika penuh dan tidak mengeringkat daerah *vulva* dengan tisu setelah buang air kecil dan besar yang dapat menyebabkan daerah kewanitaan tersebut menjadi lembab sehingga menjadi tempat berkembangbiaknya jamur dan bakteri. Penelitian ini menyatakan dapat melaksanakan dan menjaga perilaku *vulva hygiene* lebih baik lagi, agar tidak mengalami *pruritus vulvae* dan gangguan atau penyakit lainnya pada daerah kewanitaan.

Hasil temuan Laili (2019) didapatkan bahwa penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami *pruritus vulva* dalam kategori sedang sebanyak 32 responden (56,1%) pada kuesioner *pruritus vulva* menyatakan gatal-gatal pada daerah kemaluan, dimana gatal-gatal bisa terjadi karena kurangnya *hygiene* saat menstruasi salah satunya kurang memperhatikan lamanya pergantian pembalut, keputihan dimana rasa gatal terus menerus yang disebabkan oleh jamur, bakteri, virus dan parasite dapat mempengaruhi terjadinya keputihan salah satunya dalam pemakaian pembalut, jika tidak sering mengganti pembalut pada saat menstruasi maka jamur, bakteri, dan virus akan tumbuh subur yang mengakibatkan timbulnya rasa gatal di vagina. Penelitian ini menyatakan semakin sering mengganti pembalut

saat menstruasi maka akan menurunkan kejadian *pruritus vulva*, disarankan bagi wanita untuk sering mengganti pembalut saat menstruasi sehingga mencegah *pruritus vulva*. Hasil penelitian Laily et al., (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 22 responden (52,4%) mengalami *pruritus vulva*, karena terjadinya *pruritus vulva* saat malam hari terasa gatal didaerah *vulva*, hal itu disebabkan remaja kurang peduli dengan menjaga kesehatan *vulvanya*, perilaku yang harus dilakukan untuk mencegah kejadian *pruritus vulva* adalah menghindari kebiasaan yang bisa mengakibatkan iritasi, seperti menggunakan celana dalam yang tidak ketat, membersihkan *vulva*, menjaga kebersihan diri sendiri. Penelitian perilaku *hygiene* yang benar sehingga kejadian *pruritus vulva* dapat dihindari dan menerapkan perilaku *hygiene* yang positif terutama Ketika terjadi menstruasi agak terhindar dari gejala *pruritus vulva*.

Hasil temuan Shintya et al., (2024) didapatkan hasil yang mengalami kejadian *pruritus* sebanyak 37 responden (47,4%) dikarenakan sebagian orang mengalami kulit bagian luar genitalia wanita yang ditandai dengan adanya rasa gatal pada bagian genitalia, rasa terbakar, keputihan, kulit sekitar *vulva* tampak pecah-pecah, pembengkakan, kemerahan pada labia dan *vulva* serta adanya benjolan berisi cairan pada *vulva*. Penelitian ini dapat menerapkan perilaku *hygiene* saat menstruasi dengan baik dan benar untuk mencegah terjadinya *pruritus vulvae*.

2.4 Hubungan Perilaku *Vulva hygiene* Saat Menstruasi Dengan Kejadian *Pruritus vulva* Pada Siswi

Perilaku merupakan hal yang dapat menyebabkan *pruritus vulva*. Wanita yang mengalami *pruritus vulva* sering kali memiliki perawatan *vulva* yang kurang baik. Perlu diketahui kebiasaan pribadi yang dilakukan oleh responden yang dapat menyebabkan seseorang mengalami *pruritus vulva*, contohnya pemakaian sabun untuk membersihkan organ genitalia, pemakaian produk Kesehatan wanita seperti pembersih daerah kewanitaan, celana dalam yang ketat, kondisi daerah genital yang sering lembab dan tidak bersih.

Hasil temuan Nikmah dan Ni'mah (2020) "Hubungan Perilaku *Vulva hygiene* Dengan Peristiwa *Pruritus vulvae* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Desa Kalanganyar" penelitian ini menggunakan uji *chi-square* dengan jumlah sampel 30 orang remaja putri, hasil uji menunjukkan nilai $p = 0,004$ artinya ada hubungan antara perilaku personal *hygiene* dengan kejadian *pruritus vulvae* saat menstruasi pada remaja putri di desa kalanganyar, didapatkan bahwa penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki perilaku *hygiene* yang buruk saat menstruasi dan sebagian besar responden mengalami *pruritus vulva*. Dari 30 responden, sebanyak 25 responden (84%) memiliki perilaku yang buruk terhadap *hygiene* saat menstruasi, kategori baik 1 responden (3%) dan dalam kategori cukup 4 responden (13%). Sebanyak 25 responden (85%) mengalami *pruritus vulvae* saat menstruasi, sebanyak 5 responden (15%) tidak mengalami *pruritus vulva*. Hal ini dikarenakan kebiasaan *hygiene* responden yang kurang baik saat menstruasi antara lain tidak mengganti pakaian dalam saat basah, tidak mengeringkan vagina setelah buang air besar dan kecil, membersihkan vagina dari arah belakang ke depan, tidak mencukur bulu kemaluan setelah menstruasi, jarang mengganti pembalut saat menstruasi, memakai pakaian dalam tidak berbahan katun dan memakai pakaian ketat. Perubahan perilaku yang baik diperlukan untuk meningkatkan kesehatan dan mencegah penyakit. Penelitian ini menyatakan dapat memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya *hygiene* perorangan saat menstruasi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku *hygiene* perorangan saat menstruasi sehingga dapat meminimalisir kejadian *pruritus vulva*.

Hasil penelitian Sasmita et al., (2023) "Hubungan Personal *Hygiene* Saat Menstruasi Dengan Kejadian *Pruritus vulvae* Pada Remaja Di Pondok Pesantren Al-Jamil Purwokerto" jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*, menggunakan teknik pengumpulan data total sampling dengan populasi berjumlah 37 siswi, dan menggunakan uji lambda, hasil ada hubungan antara 2 variabel *pruritus vulvae* dengan personal *hygiene* saat menstruasi dengan $p\text{ value} = 0,003$, sehingga kekuatan hubungan bernilai 0,588 yang menunjukkan korelasi sedang, menunjukkan bahwa tingkat perilaku

responden dalam kategori kurang sebanyak 23 responden (62,2%) karena faktor yang tidak memperhatikan kebersihan pembalutnya saat sudah selesai digunakan. Salah satu cara menjaga kebersihan pembalut yaitu dengan memasukkan ke kantong plastik kemudian dibuang ditempat sampah tertutup, kategori cukup 5 responden (13,5%), kategori baik 9 responden (24,3%). Sedangkan yang tidak mengalami pruritus 15 responden (40,5%), untuk yang mengalami *pruritus vulva* sebanyak 22 responden (59,5%) dikarenakan sering kali mengalami gejala *pruritus vulva* seperti gatal yang terjadi pada malam hari sehingga membuat remaja putri tidak nyaman, dan yang terjadi akibat *pruritus vulva* karena tidak merawat area *vulva*. Penelitian ini menyatakan bahwa kedua faktor masih banyak yang kurang menjaga kesehatan reproduksinya sehingga masih banyak yang mengalami gejala yang kurang baik untuk kesehatan dirinya sendiri, namun dari hal lainnya juga yang sudah mempunyai kesadaran untuk menjaga kesehatan dan kenyamanan agar sistem reproduksi yang baik dan sehat terutama menjaga kebersihan area *vulva* agar tidak terjadi *pruritus vulva*.

Hasil penelitian Melinda et al., (2024) “Hubungan Antara Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian *Pruritus vulvae* Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Pare-Pare” jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain *cross-sectional study*, pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah 64 sampel dan dianalisis menggunakan uji korelasi *spearman rho*. Hasil uji diperoleh nilai ($r = 0,445$; $p = 0,000$) artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara perilaku personal *hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Pare-Pare. Hasil penelitian yang telah dilakukan dari 64 remaja putri menunjukkan bahwa paling banyak remaja putri memiliki perilaku personal *hygiene* dengan kategori baik saat menstruasi sebanyak 39 (60,9%) responden dan paling banyak mengalami *pruritus vulvae* yang berjumlah 42 (65,6%) responden, yang diakibatkan oleh penerapannya seperti remaja putri sering mencuci tangan sebelum menyentuh daerah kemaluannya, tidak membiarkan begitu saja apabila kemaluan terasa lembab, menggunakan celana dalam minimal 2 kali sehari, tetapi masih

kadang-kadang menggunakan handuk atau tisu setelah membersihkan daerah kemaluannya, kadang-kadang merapikan rambut pubisnys setiap sebulan sekali, membersihkan bekas keringat yang ada disekitar kemaluannya, mengganti pembalut 3-5 kali dalam sehari. Penelitian ini diharapkan dapat menerapkan perilaku personal *hygiene* saat menstruasi dengan baik dan benar untuk mencegah terjadinya *pruritus vulvae*.

Hasil temuan Fadiya & Romdhona (2024) "Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Kebersihan *Vulva* Dengan Kejadian *Pruritus vulvae* Pada Remaja Putri Di SMK Purnama 1 Jakarta Selatan Tahun 2023" jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*, menggunakan teknik pengumpulan data random sampling dengan populasi berjumlah 77 siswi, dan menggunakan uji *chi-square*, hasil uji menunjukkan *p value* = 0,003 artinya terdapat hubungan antara perilaku kebersihan *vulva* dengan kejadian *pruritus vulvae* pada remaja putri, didapatkan hasil tingkat perilaku *vulva hygiene* dalam kategori buruk sebanyak 55 responden (71,4%), kategori perilaku baik sebanyak 22 responden (28,6%). Sedangkan yang tidak mengalami kejadian pruritus sebanyak 12 responden (15,6%) dan yang mengalami kejadian pruritus sebanyak 65 responden (84,4%) yang menerangkan seperti hanya mengganti pembalit ketika bocor atau penuh dan tidak mengeringkan alat kelamin dengan tisu setelah buang air kecil atau besar yang dapat menyebabkan area kewanitaan tersebut menjadi lembab sehingga menjadi tempat berkembangbiaknya jamur dan bakteri. Penelitian ini dapat menerapkan dan menjaga kebersihan *vulva* berperilaku lebih baik lagi, agar tidak mengalami *pruritus vulvae* dan gangguan penyakit lainnya pada daerah kewanitaan.

Hasil penelitian Hubaedah (2019) "Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku *Vulva hygiene* Saat Menstruasi Dengan kejadian *Pruritus vulvae* Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMP Negeri 1 Sepulu" jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional denngan pendekatan *cross-sectional*, menggunakan teknik pengumpulan data *simple random sampling* dengan populasi berjumlah 79 siswi,

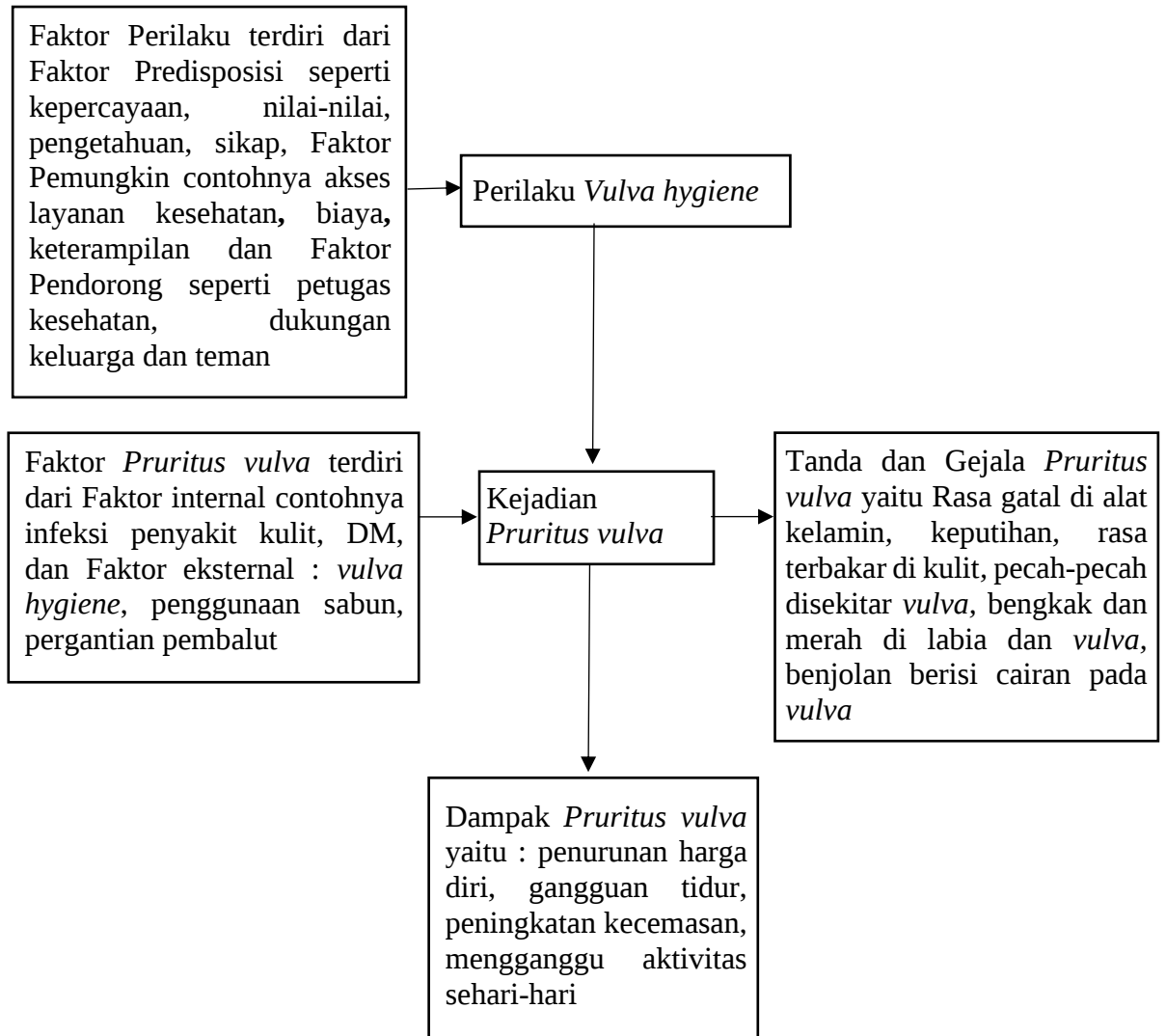
dan menggunakan uji statistic *lambda*, hasil uji menunjukkan ($p = 0,006 < \alpha = 0,05$) artinya ada hubungan antara perilaku tentang *vulva hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 1 Sepulu Bangkalan, menunjukkan bahwa tingkat perilaku responden dalam kategori kurang sebanyak 50 responden (63,3%) dikarenakan mempunyai perilaku *hygiene* yang kurang baik seperti membersihkan alat kelamin dari arah belakang ke depan, menggunakan sabun daun sirih, menggunakan celana dalam yang ketat saat menstruasi dan kondisi daerah genital yang sering lembab dan tidak bersih. Ketidaktahuan remaja putri dalam merawat dan membersihkan alatewanitaan ini dapat memicu berkembangbiaknya jamur ataupun bakteri sehingga terdapat sebanyak 60 responden (75,9%) dengan jawaban kuesioner remaja tentang kejadian *pruritus vulva*, perilaku responden dalam kategori cukup sebanyak 22 responden (27,8%), dan kategori baik sebanyak 7 (8,9%). Sedangkan didapatkan data bahwa mayoritas remaja putri mengalami *pruritus vulva* diawal menstruasi yaitu 45 responden (57%), remaja putri mengalami tidak setiap menstruasi ada 37 responden (46,8%) dan remaja putri merespon *pruritus vulvae* dengan cara menggaruk sebesar 38 responden (48,1%). Penelitian ini menyatakan bahwa perilaku *vulva hygiene* pada remaja putri harus ditingkatkan karena perilaku *vulva hygiene* yang baik, akan mengurangi kejadian *pruritus vulvae*.

Hasil temuan Astuti (2025) “Hubungan Perilaku Personal *Hygiene* Saat Menstruasi Dengan Kejadian *Pruritus vulva* Pada Remaja Putri Di SMKN 3 Palangka Raya” jenis penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional*, menggunakan teknik pengumpulan data *proporionate stratified random sampling* dengan populasi berjumlah 114 siswi, dan menggunakan uji statistic *chi-square*, hasil uji menunjukkan $p\text{ value} = 0,000$ yang artinya ada hubungan antara perilaku personal *hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* pada remaja putri, didapatkan bahwa penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki perilaku *vulva hygiene* dalam kategori cukup sekitar 62 responden (54,4%), perilaku baik 22 responden (19,3%), perilaku kurang 30 responden (26,3%) dengan berbagai perilaku kebersihan *vulva* yang tidak tepat, seperti pembersihan area

genital wanita yang tidak memadai, termasuk membersihkan vagina dari belakang ke depan, menggunakan antiseptik saat membersihkan vagina, tidak menggunakan air bersih untuk mencuci daerah kewanitaan, dan tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan daerah kewanitaan. Praktik-praktik ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya iritasi, infeksi atau masalah kesehatan di area genital. Sedangkan tidak mengalami pruritus 14 responden (12,3%), mengalami pruritus ringan 34 responden (29,8%) dan yang mengalami kejadian pruritus sedang sebanyak 40 responden (35,1%) dikarenakan sebagian orang mengalami kulit bagian luar genitalia wanita yang ditandai dengan adanya rasa gatal pada bagian genitalia, rasa terbakar, keputihan, kulit sekitar *vulva* tampak pecah-pecah, pembengkakan, kemerahan pada labia dan *vulva* serta adanya benjolan berisi cairan pada *vulva*. Penelitian ini menyatakan dapat meningkatkan penyuluhan kesehatan melalui program penyuluhan kesehatan reproduksi dan *vulva* yang lebih intensif agar tidak terjadi *pruritus vulva*.

Sehingga diharapkan kepada remaja putri untuk dapat memilih pembalut yang tepat seperti memiliki daya serap tinggi, berbahan lembut dan tidak mengandung pewangi agar sirkulasi pada vagina tetap terjaga. Selain itu, ketika menstruasi perilaku *vulva hygiene* sangat ditekankan kepada remaja putri agar dapat menjaga kebersihan selama menstruasi seperti membiasakan mencuci tangan saat akan menyentuh atau setelah menyentuh daerah kewanitaan, merapikan rambut pubis setiap bulan sekali, menggunakan celana dalam yang terbuat dari kaos dan menggantinya minimal 2 kali sehari, sehabis mandi ataupun BAB dan BAK sebaiknya pembalut diganti 3 sampai 5 kali dalam sehari agar dapat mencegah terjadinya *pruritus vulvae* (Wedayani et al., 2024).

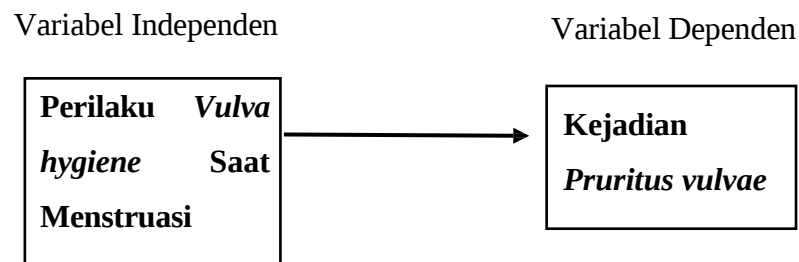
2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (S. N. Ishak et al., 2023), (Mu'minun et al., 2021), (Notoatmodjo, 2012), (Raef & Elmariah, 2021),

2.6 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

2.7 Hipotesis

Menurut Sugiyono (2010) dalam (S. Ishak et al., 2020). Hipotesis merupakan jawaban sementara yang bersifat logis tentang suatu populasi dikatakan jawaban sementara karena disini baru berdasarkan teori. Hipotesis dirumuskan dengan dasar kerangka pikir yang termasuk jawaban sementara dari masalah yang telah dirumuskan. Hipotesis pada penelitian ini adalah :

- H₀ : Tidak ada hubungan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* pada siswi di MTS NU Sunan Kalijaga Adiwerna
- H_a : Ada hubungan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* pada siswi di MTS NU Sunan Kalijaga Adiwerna