

Hubungan Sikap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Terhadap Kejadian Keputihan Di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri

Febriana Ade Putri^{1*}, Istiqamah², Laurensia Yunita³, Elvine Ivana Kabuhung⁴

^{1,2,3,4} Universitas Sari Mulia Banjarmasin

*E-mail: adhe.putrirusady@gmail.com

Article History:

Received Sep 24th, 2025

Accepted Oct 31th, 2025

Published Feb 27th, 2026

Abstrak

Latar Belakang: Keputihan merupakan masalah yang umum terjadi pada wanita usia subur dan bisa berbahaya jika tidak ditangani dengan baik, keputihan digolongkan menjadi dua jenis, yaitu fisiologis dan patologis. Menurut WHO tahun 2021, prevalensi keputihan di Indonesia mencapai angka 75%. Masalah kesehatan reproduksi yang sering diabaikan dapat mengakibatkan dampak yang sangat serius dan fatal jika tidak di tangani sejak dini dengan baik. Sikap PHBS memiliki dampak besar terhadap kesehatan reproduksi remaja dan keputihan menjadi indikator kesehatan reproduksi yang perlu diperhatikan dilingkungan pesantren. Sebagian besar santriwati kurang peduli dalam penerapan sikap PHBS dalam kesehariannya dan kebanyakan santriwati kurang peduli dengan kejadian keputihan yang dialaminya. **Tujuan:** Mengetahui hubungan sikap PHBS terhadap kejadian keputihan di pondok pesantren Darul Hijrah Putri. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan random bertingkat yaitu 35 santriwati SMP dan 35 santriwati SMA dengan jumlah 70 sampel. **Hasil:** Santriwati yang memiliki sikap PHBS yang baik sebanyak 45 santriwati (64,3%) yang mengalami keputihan fisiologis yaitu sebanyak 37 santriwati (82,2%) dan mengalami keputihan patologis sebanyak 8 santriwati (17,8%), santriwati yang memiliki sikap PHBS yang kurang baik 25 santriwati (35,7%) mengalami keputihan fisiologis 11 santriwati (44,0%) dan mengalami keputihan patologis sebanyak 14 santriwati (56,0 %). **Simpulan:** Hasil dari uji *chi Square* menunjukkan hasil *p value* adalah 0,001 atau < 0,05 yang berarti H₀ ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sikap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kejadian keputihan di pondok pesantren Darul Hijrah Putri.

Kata Kunci: Keputihan, Sikap, Santriwati

Abstract

Background: Vaginal discharge is a common problem in women of childbearing age and can be dangerous if not treated properly, vaginal discharge is classified into two types, namely physiological and pathological. According to WHO in 2021, the prevalence of vaginal discharge in Indonesia reached 75%. Reproductive health problems that are often overlooked can result in very serious and fatal impacts if not treated properly early on. The attitude of PHBS has a great impact on adolescent reproductive health and vaginal discharge is an indicator of reproductive health that needs to be considered in the pesantren environment. Most of the students do not care about the application of the PHBS attitude in their daily lives and most of the students do not care about the incidence of vaginal discharge that they experience. **Objective:** To find out the relationship between PHBS' attitude towards the incidence of vaginal discharge in the Darul Hijrah Putri Islamic boarding school. **Methods:** This study uses an analytical survey method with a cross sectional approach. The sampling technique used a multi-level random, namely 35 junior high school students and 35 high school students with a total of 70 samples. **Results:** 45 students (64.3%) who had a good attitude of PHBS experienced physiological vaginal discharge, namely 37 students (82.2%) and 8 students (17.8%), 25 students (35.7%) who had a poor attitude

of PHBS, and 8 students (17.8%), 25 students (35.7%) who had a poor attitude of PHBS, 11 students (44.0%) experienced pathological vaginal discharge, and 14 students (56.0%) experienced pathological vaginal discharge. **Conclusion:** The results of the chi Square test show that the p value is 0.001 or < 0.05 which means that H_0 is rejected and H_a is accepted, so it can be concluded that There is a relationship between the attitude of clean and healthy living behavior (PHBS) to the incidence of vaginal discharge in the Darul Hijrah Putri Islamic boarding school

Keywords: Whiteness, Attitude, Santriwati

1. PENDAHULUAN

Keputihan merupakan masalah yang umum terjadi pada wanita usia subur dan bisa berbahaya jika tidak ditangani dengan baik. Keputihan (*Fluor albus*) adalah cairan yang keluar secara berlebihan dari vagina berupa lendir berwarna putih, kuning, atau kehijauan akibat adanya kelainan pada sistem reproduksi (Vangani, 2019).

Menurut WHO pada tahun 2018 dalam Aldriana & Haryanti (2018) sekitar 75% perempuan di dunia pasti mengalami keputihan paling sering dalam kesehariannya. Pada tahun 2019 WHO memperkirakan 1 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap harinya. Angka kejadian pada wanita di dunia sekitar 75%, sedangkan di Indonesia wanita yang mengalami keputihan mencapai 70 % termasuk remaja (Putri et al., 2021). Pada data WHO pada tahun 2021, prevalensi keputihan pada wanita Indonesia mencapai angka 75% pada tahun 2021, prevalensi keputihan pada wanita Indonesia mencapai angka 75% pada tahun 2021. Selain itu, 45% perempuan Indonesia berpotensi mengalami keputihan yang berlebihan (Fakhri et al., 2023)

Menurut *World Health Organization (WHO)* remaja adalah penduduk dengan rentan usia 10-19 tahun. Pada masa ini sebagian besar remaja rentan terkena berbagai masalah kesehatan reproduksi. Salah satu usaha awal yang bisa remaja lakukan untuk menjaga kesehatan organ reproduksi pada perempuan yaitu dengan diawali dengan menjaga *personal hygiene* kewanitaan dan juga menerapkan sikap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).). Remaja putri adalah salah satu bagian dari populasi yang beresiko mengalami keputihan dan perlu perhatian khusus. Penyebab keputihan antara lain yaitu oleh jamur, bakteri, parasit, dan pola kehidupan sehari-hari.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Pondok Pesantren (PHBS) merupakan perpaduan antara lingkungan lembaga pendidikan dan lingkungan rumah untuk membantu santriwati, pendidik, dan pimpinan Pondok Pesantren meningkatkan Kesehatannya di lingkungan Pondok Pesantren. Permasalahan kesehatan dan penyakit di pesantren jarang mendapat perhatian yang layak, tidak hanya dari warga pesantren itu sendiri, namun juga dari masyarakat setempat dan pemerintah (Ernyasih & Sari, 2021)

Keputihan pada remaja merupakan masalah reproduksi yang seringkali dihadapi oleh perempuan usia remaja. Salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap kejadian keputihan adalah sikap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS memiliki banyak sekali cakupan praktik-praktik kebersihan diri dan lingkungan yang bertujuan untuk mencegah penyakit. Menurut Kemenkes RI 2017 dalam (Eduwan, 2022).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan pengumpulan data secara *cross sectional* . Dengan menyebarkan kuesioner yang telah di uji validitas dan uji reliabilitas

kepada sampel yang telah di tentukan yaitu menggunakan *multistage random sampling* yang berjumlah 70 orang dengan tingkatan 35 santriwati SMP dan 35 santriwati SMA. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus *slovin*. Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Banjarbaru Kalimantan Selatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Sikap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri

No	Sikap PHBS	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	45	64,3
2	Kurang Baik	25	35,7

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diuraikan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap perilaku hidup bersih dan sehat yang baik yaitu sebanyak 45 responden (64,3%), dan responden yang sikap perilaku hidup bersih dan sehat yang kurang baik sebanyak 25 responden (35,7%).

Tabel 2. Kejadian Keputihan Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri

No	Kejadian Keputihan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Keputihan Fisiologis	48	68,6
2	Keputihan Patologis	22	31,4

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diuraikan bahwa Sebagian besar responden mengalami keputihan fisiologis yaitu sebanyak 48 responden (68,6%) dan yang tidak mengalami keputihan patologis yaitu sebanyak 22 responden (31,4 %). Dan dari hasil analisis terdapat beberapa santriwati yang mengalami keputihan patologis berdasarkan hasil kuesioner yang telah di jawabnya.

Tabel 3. Hubungan Sikap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Terhadap Kejadian Keputihan Di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri

Sikap PHBS	Kejadian Keputihan				p-value
	Keputihan Fisilogis		Keputihan Patologis		
	f	%	f	%	
Baik	37	82,2	8	17,8	0,001
Kurang Baik	11	44,0	14	56,0	

Pada hasil yang telah didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kejadian keputihan di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri. Dengan hasil analisis bivariat menggunakan uji chi square didapatkan hasil *p- value* yaitu 0,001 dengan dasar keputusan bahwa jika nilai *p-value* < $\alpha = 0,05$ dapat di simpulkan bahwa hasil H_a diterima dan H_0 ditolak, yang artinya terdapat hubungan antara sikap perilaku hidup

bersih dan sehat (PHBS) terhadap kejadian keputihan pada santriwati di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri.

Pembahasan

Pada penelitian Astriana (2020) bahwa perilaku personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja yang penerapan personal hygiene nya buruk dapat berdampak seperti infeksi pada area genetalia yang menyebabkan terjadinya keputihan. Selain itu kebersihan lingkungan dan jasmani sangat menentukan derajat kesehatan masyarakat. Salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus adalah alat reproduksi (Butarbutar & Fransiska Tumanggor, 2020). Perilaku personal hygiene yang negative seperti tidak menjaga kebersihan tubuh yang sangat memungkinkan terjadinya keputihan. Pribadi yang malas menjaga kebersihan diri juga dapat memungkinkan tumbuhnya bakteri atau jamur yang akan masuk ke organ kewanitaan, jika malahan organ kewanitaan tidak dibersihkan, jarang mengganti celana dalam, tidak menggunakan celana dalam bersih dan berbahan ketat, jarang mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, menggunakan handuk atau pakaian orang lain, hal-hal inilah yang dapat menjadi akibat terjadinya keputihan (Kesehatan et al., 2023).

Pada indikator penggunaan toilet bersih, sebagian besar santriwati menjawab bahwa untuk mengadakan toilet bersih masih kurang memadai untuk kesehariannya, jarang terdapat tempat sampah di toilet, kurangnya penyediaan air bersih di toilet, dan sebagian banyak santriwati membuang bekas tissue ke dalam kloset toilet. Hal ini juga dapat menjadi pemicu terjadinya infeksi bakteri atau mikroorganisme sehingga terjadinya keputihan pada santriwati.

Seperti pada penelitian lainnya, bahwa penggunaan toilet yang bersih sangat berperan penting untuk mengurangi resiko terjadinya keputihan pada remaja putri. Penggunaan toilet secara bergantian, sanitasi yang buruk, air yang tergenang dan tidak mengalir sangat memicu terjadinya penumbuhan bakteri atau mikroorganisme yang mengakibatkan terjadinya keputihan (Cahyaningtyas, 2020).

Pada indikator penggunaan air bersih, masih terdapat beberapa santriwati yang tidak menggunakan air bersih dalam kesehariannya, umumnya di lingkungan pesantren dengan banyaknya santriwati yang dapat menyebabkan kurangnya ketersediaan air bersih baik untuk mandi, buang air kecil, dan buang air besar. Pada saat penelitian terdapat beberapa santriwati mengatakan bahwa air yang digunakan untuk mandi dan juga buang air kecil/besar keruh sehingga dapat menyebabkan resiko tempat tumbuhnya bakteri-bakteri yang dapat menyebabkan keputihan. Air yang bersih merupakan air yang tidak mengalami pencemaran seperti tidak berwarna, air jernih, tidak berasa, memiliki pH netral, tidak mengandung zat kimia berbahaya dan tidak mengandung bakteri atau pun mikroorganisme berbahaya. Adanya bakteri atau mikroorganisme dalam air dapat menyebabkan infeksi pada alat genetalia (Apriliani et al., 2021).

Pada indikator pola makan sebagian besar santriwati sering mengonsumsi makanan atau minuman yang manis, jarang memakan sayur-sayuran, dan dan terkadang mengonsumsi makanan atau minuman yang instan. Pola makan yang buruk seperti mengonsumsi terlalu banyak gula, dengan mengonsumsi gula berlebihan dan cenderung kurang serat mengakibatkan kurangnya asupan cairan juga menurunkan frekuensi BAK. Selain itu, sembelit atau kesulitan buang air kecil dapat terjadi. Kondisi inilah yang dapat mempengaruhi terjadinya keputihan (Anggraini & Fitriyani, 2019)(Apriliani et al., 2021) akibat infeksi jamur. Hindari mengonsumsi tepung, sereal, roti, junk food/fast food dan semua yang mengandung banyak karbohidrat dan banyak gula. Bakteri baik yang ditemukan di vagina dapat terpengaruh secara negatif oleh makanan yang mengandung gula dalam jumlah yang berlebihan (Saputri et al., 2024).

Adapun gejala yang umumnya terjadi jika seseorang mengalami keputihan yang patologis seperti cairan keputihan yang keluar bersifas kental, cairan yang keluar memiliki warna kekuningan, kehijauan, hingga sampai keabu-abuan, bersifas gatal, gatal, menimbulkan bau yang tidak sedap seperti amis, mengganggu aktivitas, menyebabkan iritasi, hingga menghilangkan kepercayaan diri (Yulina et al., 2023)

Seperti pada penelitian sebelumnya mengatakan bahwa keputihan yang memiliki bau yang tidak sedap serta gatal dapat menyebabkan ketidaknyamanan bagi remaja perempuan, termasuk santriwati. Kondisi ini dapat mengganggu fokus belajar, menghambat partisipasi dalam kegiatan sehari-hari, menurunkan rasa kepercayaan diri, serta dapat berdampak buruk bagi santriwati yang mengalami keputihan patologis (Fakhri et al., 2023).

Faktor hormonal, kebersihan, dan suasana pH vagina juga ikut memengaruhi munculnya gejala keputihan. Keputihan sebenarnya tidak perlu diobati. Namun, jika dirasa mulai mengganggu, seperti munculnya rasa gatal dan nyeri, sebaiknya keputihan harus benar-benar diwaspadai dan tidak boleh dianggap remeh. Sebab, gangguan ini dapat menimbulkan kemandulan dan kanker. Ini dikarenakan terjadi infeksi yang disebabkan kuman, bakteri, jamur atau infeksi campuran (Lusiana, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai hubungan perilaku personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri di Desa Summersari Kabupaten Subang, yang mana didapatkan sebagian besar responden mengalami kejadian keputihan sebanyak 76 responden (61,1%), sedangkan yang tidak mengalami keputihan sebanyak 48 responden (38,9%) (Anggraini & Fitriyani, 2019).

Perilaku buruk dalam menjaga kebersihan genitalia seperti mencucinya dengan air kotor, menggunakan celana yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, tidak sering mengganti pembalut menjadi penyebab timbulnya infeksi yang menyebabkan keputihan. Dalam penerapan sikap personal hygiene yang baik dapat mengurangi risiko kejadian keputihan patologi. Menjaga kebersihan alat genitalia, misalnya membasuh vagina dengan air yang bersih, menjaga vagina dalam keadaan kering, setelah cebok dikeringkan terlebih dahulu, tidak mempunyai kebiasaan menggunakan celana yang ketat, menggunakan celana yang berbahan katun, akan mengurangi jamur dan bakteri penyebab keputihan patologi (Ramadhan Batubara, 2022).

Upaya yang perlu dilakukan agar frekuensi keputihan dapat berkurang dengan cara memberikan edukasi dan ketegassan kepada seluruh santriwati tentang pentingnya menjaga kebersihan areaewanitaan dalam keseharian agar tidak menimbulkan keputihan yang patologis. Selain itu peran dari masing-masing individu santriwati dan juga Organisasi Santriwati Darul Hijrah (OSDA) juga sangat penting untuk upaya penerapan sikap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan pondok pesantren, karena “kebersihan adalah sebagian dari iman”.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang di dapatkan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan anatara sikap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap kejadian keputihan di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, N., & Fitriyani, A. (2019). Hubungan Perilaku Personal Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri. *Jurnal Antara Kebidanan*, 2.
- Apriliani, I. M., Purba, N. P., Dewanti, L. P., Herawati, H., & Faizal, I. (2021). Perilaku Genital Hygiene dan Akses Air Bersih Terhadap Kejadian Keputihan Pada Wanita. *Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study Case in Pangandaran*, 2(1), 56–61.
- Butarbutar, A. F., & Fransiska Tumanggor, J. (2020). Hubungan Personal Hygiene Dengan Masalah Keputihan Pada Ibu Pemulung Di Tpa Tadukan Raga Stm Hilir. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (Jkg)*, 2(2), 119–125. <https://doi.org/10.35451/jkg.v2i2.396>
- Cahyaningtyas, R. (2020). A Correlation Study of Vaginal Hygiene Behaviors and the Presence of Candida sp. in Bathroom Water with Pathological Leucorrhea in Female Students of Islamic Boarding School in Surabaya. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 11(3), 215–224. <https://doi.org/10.20473/jkl.v11i3.2019.215-224>
- Eduwan, J. (2022). Gambaran Pengetahuan Tentang Keputihan Pada Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(1), 71–77. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22449>
- Ernyasih, E., & Sari, M. M. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Santri MTS di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tahun 2020. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 1(2), 205. <https://doi.org/10.24853/eohjs.1.2.205-216>
- Fakhri, M., Mappaware, nasrudin andi, Wahab, muh iswan, Dewi, anna sari, & Kadir, A. (2023). Hubungan Perlaku Vaginal Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada MahasiswiFakultas Kedokteran UMI. *Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(5), 1–7.
- Kesehatan, A., Abdi, S., & Palembang, N. (2023). Babul Ilmi *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE DENGAN KEPUTIHAN PADA REMAJA (LITERATURE REVIEW)* Indah Hamida. 15(1), 176–191. <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/>
- Lusiana, N. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keputihan Pada Remaja Putri Di SMAN 11 Pekanbaru Tahun 2019. *Menara Ilmu*, 13(8), 77–82.
- Putri, H. N., Zayani, N., Maulidia, Z., & Tangerang, Improvement Of White Prevention With Health Education Using Power Point Text Media On Adolescent Women. *Nusantara Hasana Journal*, 1(2), 116–124.
- S. Y. (2021). PENINGKATAN PENCEGAHAN KEPUTIHAN DENGAN PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA POWER POINT TEXT PADA REMAJA WANITA
- Ramadhan Batubara, A. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Keputihan (Flour Albus) pada Remaja Putri di Pesantren Modern Al-Zahrah Bireuen Factors Related to the Event of Vaginal Discharge (Flour Albus) in Adolescent Women in the Modern Islamic Boarding School Al-Zah. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 2615–109.
- Saputri, D., Maidar, & Ariscassari, P. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Keputihan Fisiologis Pada Siswi Di Sma Simeulue Tengah. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2, 382–390.