
Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulva

Behavior of Vulva Hygiene during Menstruation with the Incidence of Pruritus Vulva

Anggi Nur Aini*, Wiwik Afridah

Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

*angginur.km16@student.unusa.ac.id/082334425516

ARTICLE INFO

Article History:

Received

22 Maret 2021

Revised form

27 Maret 2021

Accepted

29 Maret 2021

Published online

29 Maret 2021

Kata Kunci:

Menstruasi;
Perilaku Vulva
Hygiene;
Pruritus Vulva;

Keywords:

Menstruation;
Vulva Hygiene
Behavior;
Pruritus Vulva;

ABSTRAK

Pruritus vulva merupakan keluhan yang masih sering dialami oleh remaja terkait dengan gatal-gatal pada daerah kemaluan saat menstruasi, hal ini terjadi karena perilaku *vulva hygiene* yang kurang tepat. *Literature review* ini bertujuan untuk mengetahui perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva*. Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan mencari jurnal melalui database portal Garuda dan *google scholar* dengan rentang 2015-2020. Kata kunci yang digunakan yaitu "perilaku *hygiene* menstruasi", "kejadian *pruritus vulva*" dan "perilaku *hygiene* menstruasi, kejadian *pruritus vulva*". Setelah dilakukan tahap *screening* dengan hasil 10 artikel yang sesuai dengan mereview dari latar belakang, metode, hasil, kesimpulan, *intervensi* dan luaran dari penelitian ini. Hasil menjelaskan bahwa perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi terdapat 9 artikel dari total 10 artikel bahwa $\geq 90\%$ mengalami *pruritus vulva* yang disebabkan kurang tepatnya dalam perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi seperti menggunakan pembalut yang terlalu lama, penggunaan antiseptik, tidak mengganti celana dalam ketika basah, praktik *vulva hygiene* yang tidak tepat dan ketersediaan air bersih perilaku *vulva*. Kesimpulan pada penelitian ini perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi yang tidak tepat mengakibatkan pada kejadian *pruritus vulva*. Saran pada penelitian ini bagi tenaga kesehatan memberikan edukasi terkait perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi yang benar.

ABSTRACT

Pruritus vulva is a complaint that is still often experienced by adolescents that is genital itching during menstruation that occurs due to bad vulva hygiene behavior. This literature review aims to determine the behavior of vulva hygiene during menstruation with the incidence of pruritus vulva. This study uses the literature review method by searching for journals through the Garuda portal and Google Scholar portal databases with a range of 2015-2020. The keywords used were "menstrual hygiene behavior," "pruritus vulva incidence," and "menstrual hygiene behavior, incidence of pruritus vulva." The carry out of the screening stage of ten articles based on reviewing the background, methods, results, conclusions, interventions, and outcomes of this study, explained that there were nine articles out of a total of ten articles about the vulva hygiene behavior during menstruation that $\geq 90\%$ experienced pruritus vulva due to bad vulva hygiene behavior during menstruation, such as wearing one pad for way too long, using antiseptics, not changing

underwear when it is wet, practicing improper vulva hygiene, and availability of clean water. The conclusion of this study is that bad behavior of vulva hygiene during menstruation resulting in the incidence of vulvar pruritus. In this study, it is suggested that health workers provide education related to proper vulva hygiene behavior during menstruation.

PENDAHULUAN

Pruritus vulva keluhan yang masih sering dialami oleh remaja terkait dengan kesehatan reproduksi adalah gatal-gatal pada daerah kemaluan saat menstruasi. Hal ini dikarenakan pada saat menstruasi pada vulva menjadi lembab. Saat menstruasi darah dan keringat keluar serta menempel pada vulva, jika pada saat itu remaja tidak menjaga perilaku kebersihan pada area vulva dengan benar maka jamur dan bakteri akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal pada vulva(1). Apabila dibiarkan akan menimbulkan infeksi sekunder seperti kandidiasis, vaginosis bakterial, dan trikomoniasis(2). *Pruritus vulva* merupakan gangguan iritasi atau rasa gatal disekitar vulva(3).

Penyebab terjadinya *pruritus vulva* saat menstruasi terjadi dua faktor yaitu faktor internal diantaranya, infeksi penyakit kulit, kondisi medis (diabetes mellitus). Faktor eksternal adalah *vulva hygiene*, penggunaan sabun (anti septik), pemakaian celana dalam, pergantian pembalut(4). 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(2). *Pruritus vulva* ini dapat mengganggu aktivitas, kehidupan sosial remaja dan jika tidak diobati dengan tepat maka lama kelamaan gatalnya membandel sehingga bisa mengganggu terhadap kesehatan jiwanya(4).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 5,2 juta remaja putri yang sering mengalami *pruritus vulva*(5). Hasil penelitian dilakukan oleh Hubaedah (2019) bahwa tingkat perilaku kategori kurang sebanyak 63,3% dan yang mengalami *pruritus vulva* sebanyak 74,7% menunjukkan bahwa adanya hubungan perilaku vulva hygiene dengan *pruritus vulva*. Hal ini juga dilakukan penelitian oleh Rosyid & Mukhoirotin (2017) menunjukkan berperilaku tidak baik sebanyak 72% dan yang mengalami *pruritus vulva* sebanyak 63,3% bahwa perilaku personal hygiene saat menstruasi berpengaruh terhadap kejadian *pruritus vula*.

Upaya untuk mengurangi gangguan *pruritus vulva* saat menstruasi yaitu dengan membiasakan diri untuk berperilaku *hygien* dengan membersihkan vagina menggunakan air bersih dan membersihkannya dari depan ke belakang untuk mencegah bakteri dan jamur dari anus masuk ke vagina serta mengganti pembalut sesering mungkin atau tidak lebih dari 4 jam dalam sehari(6). Tujuan penulisan *literature review* ini untuk mengetahui perilaku *personal vulva hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva*.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi *literature review*. Pencarian *database* pada penelitian ini

dalam mencari artikel berasal dari portal garuda dan *google scholar*. Pencarian pada portal garuda menggunakan tiga kata kunci “perilaku *hygiene* menstruasi, kejadian *pruritus vulva*, perilaku *hygiene* menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva*”. Hasil pencarian artikel menggunakan kata kunci di Google

Scholar mendapatkan 143 artikel. Sementara hasil pencarian artikel di portal garuda mendapatkan 2 artikel. Berdasarkan hasil pencarian di *google scholar* selanjutnya artikel diskruining sehingga dieproleh 7 artikel. berdasarkan kesesuaian judul dan abstrak, metode, dan hasil penelitian.

HASIL

Perilaku *Vulva Hygiene* saat Menstruasi

Tabel 1. Perilaku *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi

No	Nama penulis	Kategori Perilaku <i>vulva hygiene</i>		Perilaku <i>vulva hygiene</i> saat menstruasi				
		Baik	Tidak baik	Kurangnya mengganti pembalut selama 4 jam	Penggunaan antiseptik	Praktik <i>hygiene vulva</i> yang salah	Tidak mengganti celana dalam ketika basah	Ketersediaan air bersih
1.	Pandelelaki, <i>et al.</i> (2020)		✓	✓	✓			
2.	Suryaningsih & Aufa (2018)		✓	✓		✓		
3.	Sulaikha, <i>et al.</i> (2018)	✓						
4.	Shobihat & Mukhoirotin (2017)		✓	✓		✓	✓	
5.	Hubaedah (2019)		✓	✓	✓	✓		
6.	Indah (2015)		✓	✓	✓	✓		
7.	A'yun (2014)		✓	✓	✓			
8.	Laili & crusitasari (2019)		✓	✓				
9.	Latifah (2017)	-	✓	✓				
10.	Musriani <i>et al</i> (2019)	-	-	✓	✓			✓

Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa dari 6 artikel pada penelitian Pandelelaki, *et al.* (2020), Suryaningsih & Aufa (2018), Shobihat & Mukhoirotin (2017), Hubaedah (2019), A'yun (2014), Laili & crusitasari (2019) menyatakan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dalam kategori tidak baik seperti menggunakan pembalut selama 4

jam, menggunakan antiseptik, praktik *hygiene* yang tidak benar, tidak mengganti celana dalam dan ketersediaan air bersih. Penelitian Pandelelaki, *et al.* (2020), Sulaikha, *et al.* (2018) menyatakan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik.

Kejadian *Pruritus Vulva*Tabel 2. kejadian *pruritus vulva*

No.	Nama Penulis	Mengalami <i>pruritus vulva</i>		Penyebab
		Ya	Tidak	
1.	Pandelelaki, <i>et al.</i> (2020)	✓		Remaja yang mengalami <i>pruritus vulva</i> ini dikarenakan perilaku <i>vulva hygiene</i> saat menstruasi yang tidak baik dengan melakukan sering tidak mengganti pembalut saat menstruasi.
2.	Suryaningsih & Aufa (2018)	✓		Responden yang mengalami <i>pruritus vulva</i> karena perilaku praktik <i>vulva hygiene</i> yang tidak benar dan pemakaian pembalut lebih dari 4 jam.
3.	Sulaikha, <i>et al.</i> (2018)	✓		Penyebab yang mengalami kejadian <i>pruritus vulva</i> dalam penelitian ini adalah terjadinya keputihan.
4.	Shobihat & Mukhoirotin (2017)	✓		Santriwati yang mengalami <i>pruritus vulva</i> terjadi karena kebiasaan perilaku <i>hygiene</i> saat menstruasi yang tidak baik seperti malasnya untuk mengganti pembalut dan melakukan membersihkan vagina yang salah.
5.	Hubaedah (2019)	✓		Kejadian <i>pruritus vulva</i> ini disebabkan pada perilaku <i>vulva hygiene</i> saat menstruasi yang salah seperti melakukan praktik <i>hygiene</i> yang tidak benar, penggunaan sabun daun sirih, dan malasnya untuk mengganti pembalut.
6.	Indah (2015)	✓		Remaja yang mengalami <i>pruritus vulva</i> saat menstruasi yakni praktik <i>vulva hygiene</i> yang kurang, penggunaan sabun yang bersifat iritatif dan terlalu sering penggunaan pembalut yang lebih dari 4 jam.
7.	A'yun (2014)	✓		Penyebab <i>pruritus vulva</i> karena penggunaan sabun antiseptik dan terkadang untuk mengganti pembalut.
8.	Laili & Crusitasari (2019)	✓		Kejadian <i>pruritus vulva</i> disebabkan pada perilaku <i>vulva hygiene</i> yang tidak baik seperti pemakaian pembalut yang lebih dari 4 jam
9.	Latifah (2017)	✓		Penyebab <i>pruritus vulva</i> karena kurangnya perilaku untuk mengganti pembalut saat menstruasi selama 4 jam
10.	Musriani <i>et al.</i> (2019)	✓		Responden yang mengalami kejadian <i>pruritus vulva</i> karena pengaruh, ketersediaan air bersih, penggunaan sabun pembersih area kewanitaan, jenis celana dalam dan pengaruh terlalu lama pemakaian pembalut ketika menstruasi.

Berdasarkan tabel 2 menjelaskan kejadian *pruritus vulva* dari total 10 jurnal pada penelitian Pandelelaki, *et al.* (2020), Suryaningsih & Aufa (2018), Shobihat & Mukhoirotin (2017), Hubaedah (2019), Indah (2015), A'yun

(2014), Laili & crusitasari (2019), Latifah (2017) dan Musriani *et al.* (2019) yang menyatakan bahwa penyebab kejadian *pruritus vulva* dikarenakan oleh perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi yang tidak baik, seperti penggunaan

pemakaian pembalut lebih dari 4 jam, penggunaan sabun pembersih kewanitaan, membersihkan area vagina yang salah, penggunaan sabun daun sirih pada vagina, jenis pemakaian celana dalam dan ketersediaan air bersih. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan Sulaikha, *et al.* (2018) penyebab *pruritus vulva* adalah terjadinya keputihan(1,7–14).

PEMBAHASAN

Perilaku *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi

Perilaku *hygiene* saat menstruasi menjaga kebersihan genetalia, seperti mencuci dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, dan sering mengganti pembalut(4). Mengganti celana minimal 2 kali sehari atau segera ketika celana dalam terkena darah dan pemakaian pembalut sebaiknya digunakan tidak lebih dari 4 jam, sehingga dapat mencegah vagina dari kelembapan. Perilaku yang kurang dari perawatan *hygiene* menstruasi akan berdampak buruk dan menyebabkan terjangkitnya infeksi jamur dan bakteri, kondisi tersebut biasanya terjadi pada saat wanita dalam masa menstruasi(6).

Kejadian *Pruritus Vulva*

Pruritus vulva merupakan gangguan iritasi atau rasa gatal disekitar vulva(3). Gatal di *vulva* merupakan suatu rasa yang tidak nyaman dan sangat mengganggu sehingga tidak boleh dianggap remeh. Tanda dan gejala dari *pruritus vulva* berupa gatal-gatal pada *vulva* dan memerah(2). Wanita dengan *pruritus vulva* sering memiliki praktik *vulva* yang kurang. Riwayat rinci dari kebiasaan pribadi sangat penting, sehingga dapat

mengidentifikasi pemakaian sabun yang bersifat iritatif (pengharum), cara membasuh vagina, dan penggunaan pembalut(3). Perilaku yang sangat ditekankan bagi perempuan yang mengalami menstruasi adalah pemeliharaan kebersihan diri. Idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus mengganti celana minimal 2 kali sehari atau segera ketika celana dalam terkena darah dan pemakaian pembalut sebaiknya digunakan tidak lebih dari 4 jam, sehingga dapat mencegah vagina dari kelembapan(15).

KESIMPULAN

Perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dari 10 jurnal yang telah direview, terdapat 6 jurnal yang mengatakan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi tidak baik yaitu dengan pemakaian pembalut lebih dari 4 jam, penggunaan antiseptik, *praktik vulva hygiene* saat menstruasi dalam membasuh area kemaluan yang tidak benar, memakai sabun yang mengandung wangi atau antiseptik, tidak mengganti celana dalam ketika basah, dan ketesediaa pada air bersih. Kejadian *pruritus vulva* disebabkan karena perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi yang tidak tepat seperti pemakaian pembalut yang terlalu lama digunakan lebih dari 4 jam, penggunaan antiseptik, cara membasuh area vagina yang salah, tidak mengganti celana dalam ketika basah dan ketersediaan pada air bersih. Selain itu, kejadian pada *pruritus vulva* disebabkan karena keputihan.

Saran yang untuk remaja perempuan dapat menerapkan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi dengan baik dan benar, agar tidak terjadi rasa gatal atau iritasi pada area vagina dan

tidak menggunakan sabun antiseptik yang mengandung wangi.

DAFTAR PUSTAKA

1. FT I. Kejadian Pruritus Vulvae Saat Menstruasi Pada Remaja Putri (Studi pada Siswi SMAN 1 Ngimbang Kabupaten Lamongan). 2015.
2. T H. Diagnosis Banding dalam Obstetri & Ginekologi. Jakarta: EGC; 2011.
3. K W, R J, Fitzpatrick's. Color Atlas And Synopsis Of Clinical Dermatology. New York: McGraw-Hill's PRIMIS Online Assets Library; 2009.
4. Pribakti. Tips Dan Trik Merawat Organ Intim Panduan Praktis Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: Pustaka Banua; 2010.
5. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI; 2017.
6. Kusmiran E. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
7. LGEK P, S R, H B. Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Di Sma Negeri 7 Manado. J Keperawatan. 2020;8(1):68–74.
8. M S. Hubungan Hygiene Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva Pada Remaja Putri. Nurs Updat J Ilmu Keperawatan. 2019;1(1):27–32.
9. SA R, Mukhoirotin. Hubungan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva Pada Santriwati Di Asrama Hurun'inn Darul 'Ulum Jombang. J Keperawatan. 2017;1(1):8.
10. A H. Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri Kelas VII Di Smp Negeri 1 Sepulu Bangkalan. Embrio. 2019;11(1):30–40.
11. U L. Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva. Embrio. 2019;11(2):64–71.
12. N LA. Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi. J Kedokt dan Kesehat. 2017;13(1):35.
13. Musriani, Fachrin SA S. Faktor Prediktor Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Pruritus vulva Mahasiswi Pada Akper Anging Mammiri Makassar. J Kesehat. 2019;2(1):18–25.
14. Ismi Sulaika, Ike H PD. Study at Junior High School of Pondok Pesantren Darul Muttaqin Jombang) Incident to Adolescent [Internet]. 2018. Available from: <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/972/>
15. E K. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika; 2012.