

PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU VULVA HYGIENE DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN (Flour Albus) PADA IBU HAMIL

INCREASING KNOWLEDGE AND BEHAVIOR OF VULVA HYGIENE WITH THE INCIDENCE OF VAGINAL DISCHARGE (Flour Albus) IN PREGNANT WOMEN

Ulfa Nadia Nurul Firdaus^{1*}

¹Akademi Kebidanan Bakti Indonesia Bogor

*Email korespondensi: ulfanadia98@gmail.com

ABSTRAK

Keputihan pada ibu hamil merupakan salah satu bentuk ketidaknyamanan yang sering dialami selama kehamilan. Kondisi ini terjadi akibat peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang memengaruhi serviks dan vagina, sehingga merangsang produksi cairan mukoid secara berlebihan. Secara global, sekitar 75% wanita dilaporkan mengalami setidaknya satu episode *kandidiasis vulvovaginal* selama hidupnya, dan kehamilan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya infeksi tersebut akibat perubahan hormonal dan imunologis. Di Kabupaten Bogor Sekitar 35-40% ibu hamil mengalami keputihan, terutama di trimester akhir. Penyebab utamanya adalah infeksi jamur (karena iklim lembab) dan kurangnya kebersihan genital. Kegiatan ini diawali tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu hamil yang berada di desa Benteng sebanyak 44 orang. Dalam pelaksanaannya dijelaskan bahwa masalah organ genitalia yang sering dialami oleh ibu hamil khususnya Trimester III adalah *Fluor Albus* (keputihan). Jenis-jenis keputihan juga perlu dipahami serta penanganan dan terapi yg perlu diberikan kepada ibu hamil dalam mencegah dan mengobati kejadian *Fluor Albus*. Kesimpulan ibu hamil memahami tentang cara perawatan vulva hygiene untuk mengatasi keputihan (*fluor albus*) selama kehamilan. Disarankan kepada petugas kesehatan khususnya Puskesmas /Bidan Desa untuk menghimbau ibu hamil untuk selalu melakukan vulva hygiene yang baik dan benar dan segera ke fasilitas kesehatan jika mengalami tanda dan gejala keputihan patologis

Kata Kunci : Ibu Hamil, Keputihan, Pengetahuan

ABSTRACT

Vaginal discharge during pregnancy is a common discomfort experienced by pregnant women. This condition occurs due to increased levels of the hormones estrogen and progesterone, which affect the cervix and vagina, stimulating excessive production of mucoid fluid. Globally, approximately 75% of women report experiencing at least one episode of vulvovaginal candidiasis during their lifetime, and pregnancy is a risk factor for this infection due to hormonal and immunological changes. In Bogor Regency, approximately 35-40% of pregnant women experience vaginal discharge, especially in the third trimester. The main causes are yeast infections (due to the humid climate) and poor genital hygiene. This activity began with preparation, implementation, and evaluation stages. Participants in this activity were 44 pregnant women from Benteng village. During the implementation, it was explained that a genital organ problem frequently experienced by pregnant women, especially in the third trimester, is Fluor Albus. It is also important to understand the types of vaginal discharge, as well as the appropriate treatment and therapy for pregnant women to prevent and treat Fluor Albus. Conclusion: Pregnant women understand how to maintain vulvar hygiene to manage vaginal discharge during pregnancy. It is recommended that health workers, particularly community health centers and village midwives, encourage pregnant women to consistently practice proper vulvar hygiene and seek immediate medical attention if they experience any signs or symptoms of pathological vaginal discharge.

Keywords: Pregnant Women, Vaginal Discharge, Knowledge

PENDAHULUAN

Fluor albus (keputihan) atau leukorrhea adalah cairan yang keluar dari liang senggama secara berlebihan dan merupakan sekret per vagina yang bukan darah. Jumlah keputihan dapat meningkat pada kondisi fisiologis tertentu, salah satunya selama kehamilan. Pada wanita hamil, peningkatan hormon estrogen memengaruhi ekosistem vagina dengan mempertahankan dominasi *Lactobacillus* yang menghasilkan asam laktat sehingga lingkungan vagina tetap bersifat asam dengan pH normal berkisar antara 3,8–4,5 (Amabebe & Anumba, 2018; Trilisnawati et al., 2021).

Keputihan pada ibu hamil merupakan salah satu bentuk ketidaknyamanan yang sering dialami selama kehamilan. Kondisi ini terjadi akibat peningkatan kadar hormon estrogen dan progesteron yang memengaruhi serviks dan vagina, sehingga merangsang produksi cairan mukoid secara berlebihan. Sekret vagina pada kehamilan normal umumnya berwarna putih susu dan tidak berbau, yang disebabkan oleh meningkatnya deskuamasi sel epitel vagina sebagai akibat dari proses hiperplasia epitel vagina yang bersifat fisiologis selama kehamilan. (Prianti, Triangsih, & Khatimah, 2021; Sim et al., 2020)

Masalah keputihan (fluor albus) merupakan salah satu gangguan kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh wanita, termasuk ibu hamil. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa infeksi saluran reproduksi, termasuk vaginitis akibat *Candida albicans*, merupakan masalah kesehatan reproduksi yang umum terjadi pada wanita di seluruh dunia (WHO, 2013). Secara global, sekitar 75% wanita dilaporkan mengalami setidaknya satu episode kandidiasis vulvovaginal selama hidupnya, dan kehamilan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya infeksi tersebut akibat perubahan hormonal dan imunologis (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2021). Di Indonesia, kejadian keputihan dilaporkan lebih tinggi, dengan lebih dari 75% wanita pernah mengalami keputihan, yang dipengaruhi oleh kondisi iklim tropis dengan suhu dan kelembapan tinggi sehingga memudahkan pertumbuhan mikroorganisme patogen seperti *Candida albicans*, *Trichomonas vaginalis*, serta parasit tertentu seperti *Enterobius vermicularis* (cacing kremi)

Di Kabupaten Bogor Sekitar 35-40% ibu hamil mengalami keputihan, terutama di trimester akhir. Penyebab utamanya adalah infeksi jamur (karena iklim lembab) dan kurangnya kebersihan genital. Daerah pesisir dan pelosok memiliki angka lebih tinggi karena akses layanan kesehatan terbatas. Angka ini lebih tinggi dari rata-rata nasional (28,7%) karena faktor geografis Kabupaten Bogor yang dikenal dengan curah hujan dan kelembapan udara yang sangat tinggi sehingga kondisi ini menciptakan lingkungan yang ideal bagi pertumbuhan jamur dan bakteri, terutama *Candida albicans*. (Dinkes Kabupaten Bogor, 2023).

Pada dasarnya keputihan pada ibu hamil merupakan kondisi fisiologis yang terjadi akibat perubahan hormonal selama kehamilan, khususnya peningkatan hormon estrogen yang menyebabkan peningkatan sekresi serviks dan vagina. Keputihan fisiologis umumnya tidak berbau, berwarna putih atau bening, serta tidak menimbulkan rasa gatal atau nyeri. Namun, apabila tidak diberikan penatalaksanaan yang baik dan tidak segera diatasi, keputihan dapat berkembang menjadi patologis yang ditandai dengan rasa gatal, perubahan warna menjadi kuning kehijauan, serta bau tidak sedap akibat adanya infeksi pada saluran reproduksi (Khaskheli et al., 2021). Kondisi tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu hamil dan berpotensi menimbulkan komplikasi serius. Menjaga kebersihan alat genital (vulva hygiene) merupakan bagian yang sangat penting yang harus dilakukan oleh ibu hamil guna mencegah terjadinya infeksi. Hygiene yang baik pada ibu hamil sangat dibutuhkan agar ibu terhindar dari infeksi serta mendukung kesehatan janin yang dikandungnya. Infeksi pada ibu hamil, khususnya infeksi vagina, telah terbukti meningkatkan risiko terjadinya persalinan preterm, ketuban pecah dini (KPD), serta berat badan lahir rendah (BBLR) pada bayi (Khaskheli et al., 2021; Sethi, 2025).

Pemberian edukasi pada ibu hamil terbukti berperan penting dalam meningkatkan tingkat kewaspadaan dan pengetahuan ibu tentang risiko kehamilan dan komplikasi persalinan. Penelitian quasi-eksperimental menunjukkan bahwa pendidikan antenatal dengan media booklet secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan dan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan, sehingga mereka lebih mampu mengenali tanda-tanda risiko serta memetakan kemungkinan komplikasi yang mungkin terjadi selama masa gestasi (Nurmayasari, Ekayani, & Najahah, 2023). Dengan bekal pengetahuan dan kewaspadaan tersebut, ibu hamil diharapkan dapat secara intensif melakukan upaya-upaya pencegahan, seperti kunjungan antenatal teratur dan perubahan perilaku sehat, serta mempersiapkan langkah-langkah penanggulangan yang tepat apabila menghadapi gejala risiko atau komplikasi persalinan (El-Shrqawy et al., 2024)

Hal ini yang mendasari peneliti untuk tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat di Desa Benteng Kecamatan Ciampea Kabupaten Bogor.

METODE

Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut adalah :

1. Metode ceramah Metode ceramah ini berisi materi vulva hygiene. Metode ceramah ini difasilitasi dengan alat bantu media presentasi (komputer, LCD, Microphone dan lain-lain

agar materi yang disampaikan mudah diterima oleh pihak sasaran).

2. Metode Demonstrasi Metode ini digunakan untuk memberikan keterampilan ibu-ibu hamil tentang vulva hygiene.
3. Metode diskusi Metode ini digunakan untuk mendiskusikan segala permasalahan yang berkaitan dengan vulva hygiene.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berupa penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai keputihan (*Fluor Albus*) serta memberikan pemahaman tentang perawatan organ reproduksi eksternal atau kebersihan pribadi untuk mengatasi keputihan (*Fluor Albus*) selama masa kehamilan. Kegiatan penyuluhan ini berlangsung selama 60 menit dan dilaksanakan dengan baik dan lancar. Penyuluhan ini sangat disambut positif oleh para peserta, yang terlihat dari antusiasme mereka dalam bertanya dan kemampuan mereka untuk menjelaskan serta menjawab pertanyaan dari penyaji materi penyuluhan dengan baik.

Setelah penyuluhan dilakukan dan evaluasi terhadap ibu hamil, sebagian besar ibu menunjukkan peningkatan pemahaman tentang cara merawat organ reproduksi eksternal dan menjaga kebersihan pribadi untuk mengatasi keputihan (*fluor albus*) selama masa kehamilan. Edukasi terkait kebersihan genital penting karena infeksi vagina yang tidak ditangani dapat menyebabkan ketidakseimbangan mikrobiota dan berhubungan dengan berbagai hasil kehamilan yang merugikan, termasuk KPD, persalinan prematur, dan BBLR (Khaskheli et al., 2021). Selain itu, keputihan yang tidak normal dapat berkontribusi terhadap radang panggul dan infertilitas akibat kerusakan organ reproduksi bila infeksi berlanjut ke saluran tuba (Occhipinti, 2025). Infeksi yang meluas pada saluran genital juga telah dihubungkan dengan risiko kehamilan ektopik melalui kerusakan tuba fallopi dan potensi komplikasi pada bayi seperti konjungtivitis neonatal hingga kebutaan akibat penularan patogen saat persalinan.

Hasil penelitian (Friza Novita, 2024), dari 15 ibu hamil terdapat pengetahuan pencegahan keputihan kurang baik sebelum penyuluhan berjumlah 9 orang (60%) dan ibu hamil yang pengetahuan baik berjumlah 2 orang (14%) dan cukup berjumlah 4 orang (26%). Kemudian untuk hasil sesudah penyuluhan pencegahan keputihan kurang sebanyak 3 (20%), Cukup 8 (53%) dan Baik 4 (27%) Artinya ada peningkatan pengetahuan dari sebelum diberikan pengetahuan dan setelah diberikan pengetahuan.

Menurut (Chen et al. 2017), pemilihan pakaian dalam yang longgar dan berbahan katun yang mampu menyerap keringat dapat membantu menjaga kesehatan vulva dan vagina dengan

mengurangi kelembapan berlebih yang dapat memicu gangguan mikrobiota serta infeksi vulvovaginal. Praktik douching atau penggunaan pembersih vagina tidak dianjurkan karena dapat mengganggu keseimbangan flora normal vulvovaginal, meningkatkan risiko infeksi seperti bacterial vaginosis atau candidiasis, dan banyak organisasi kesehatan menyarankan untuk hanya membersihkan area eksternal genital dengan air hangat atau sabun yang sangat ringan. Selain itu, praktik kebersihan genital yang benar termasuk mengeringkan area setelah buang air kecil atau besar dengan handuk bersih, mengganti pakaian dalam dan pantyliner secara rutin, serta menjaga kebersihan saat menstruasi dikaitkan dengan penurunan risiko infeksi genital dan gangguan reproduksi lainnya (Attieh et al., 2016).

Pada pelaksanaan kegiatan penyuluhan, fokus utama diarahkan pada penyampaian informasi mengenai pengertian keputihan, jenis-jenis keputihan, penyebab, tanda dan gejala, dampak keputihan terhadap kehamilan, serta cara melakukan perawatan organ reproduksi eksterna atau personal hygiene. Pada akhir kegiatan penyuluhan dilakukan evaluasi secara lisan kepada ibu hamil melalui pemberian pertanyaan terkait materi keputihan dan perawatan organ genitalia eksterna sebagai bentuk umpan balik untuk menilai tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.



Gambar 1. Penyuluhan Keputihan pada ibu hamil



Gambar 2. Penyuluhan Keputihan pada ibu hamil

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilakukan oleh dosen Akademi Kebidanan Bakti Indonesia Bogor berupa penyuluhan berjalan baik dan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan penyuluhan sangat disambut baik oleh peserta hal ini terbukti dengan antusiasnya peserta aktif bertanya dan mampu menjelaskan dan menjawab pertanyaan dari pemberi materi penyuluhan dengan baik. Setelah dilakukan

penyuluhan dan dilakukan evaluasi pada ibu hamil maka ibu hamil memahami tentang vulva hygiene untuk mengatasi keputihan (*fluor albus*) selama kehamilan

DAFTAR PUSTAKA

- Amabebe, E., & Anumba, D. O. C. (2018). The vaginal microenvironment: The physiologic role of lactobacilli. *Frontiers in Medicine*, 5, 181. <https://doi.org/10.3389/fmed.2018.00181>
- Attieh, E., et al. (2016). Feminine hygiene practices among female patients and its relation to reproductive tract infections. *Reproductive Health*, 13(90), 1–8.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *Vulvovaginal candidiasis (yeast infection)*. <https://www.cdc.gov/fungal/diseases/candidiasis/genital/index.html>
- Chen, Y., et al. (2017). Role of female intimate hygiene in vulvovaginal health. *Journal of Lower Genital Tract Disease*, 21(3), 176–182.
- Dinkes Kab. Bogor. (2023). Profil Kesehatan Kabupaten Bogor tahun 2023.
- El-Shrqawy, E. H., (2024). Effect of antenatal education on pregnant women's knowledge and attitude toward delivery modes. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 123–130. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06922-0>
- Friza Novita Sari Situmorang, Yesica Geovany Sianipar, Rismalia Tarigan, Marshinta Sirait, Nadya Nabila, & Irma Wati. (2024). Edukasi Kesehatan Tentang Fluor Albus (Keputihan) Pada Ibu Hamil Dengan Service Excellent Education Di PMB Shinta Medan Polonia Tahun 2024. *Ekspresi : Publikasi Kegiatan Pengabdian Indonesia*, 1(1), 61–68. <https://doi.org/10.62383/ekspresi.v1i1.93>
- Khaskheli, M., Baloch, S., Baloch, A. S., & Shah, S. G. S. (2021). Vaginal discharge during pregnancy and associated adverse maternal and perinatal outcomes. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 37(5), 1302–1308. <https://doi.org/10.12669/pjms.37.5.4187>
- Nurmayasari, N., Ekayani, N. P. K., & Najahah, I. (2023). Pengaruh pendidikan antenatal dengan media booklet terhadap pengetahuan dan kesiapan ibu hamil usia dibawah 20 tahun dalam menghadapi kehamilan. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 5(2), 54–65. <https://doi.org/10.32807/jmu.v5i2.176>
- Occhipinti, S. (2025). The impact of genital infections on women's fertility. *MDPI Reproductive Health Journal*, 70(3), 33–41
- Prianti, A. T., Trianingsih, Y., & Khatimah, H. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian flour albus (keputihan) pada ibu hamil. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 1(2), 64–69. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v1i2.246>
- Sethi, N. (2025). Prevalence, risk factors, and adverse outcomes of bacterial vaginosis in pregnancy. *BMC Pregnancy and Childbirth*. <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07144-8>
- Sim, M., Logan, S., & Goh, L. H. (2020). Vaginal discharge: Evaluation and management in

- primary care. *Singapore Medical Journal*, 61(6), 297–301.
<https://doi.org/10.11622/smedj.2020088>
- Trilisnawati, D., Purwoko, I. H., Devi, M., Nugroho, S. A., Fitriani, & Toruan, T. L. (2021). Etiology, diagnosis, and treatment of leukorrhea. *Bioscientia Medicina: Journal of Biomedicine & Translational Research*, 5(6), 571–590.
<https://doi.org/10.32539/bsm.v5i6.323>
- World Health Organization. (2013). *Guidelines for the management of sexually transmitted infections*. WHO Press.