

Analisis Hubungan Perilaku *Personal Hygiene* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Keputihan Patologis pada Remaja Putri di SMK N 6 Padang

Association Between Personal Hygiene Practices, Stress Levels, and Pathological Vaginal Discharge Among Adolescent Girls at SMK N 6 Padang

Ayu Rahma Sari^{1*}, Bobby Indra Utama², Netti Suharti³, Vaulinne Basyir⁴, Amel Yanis⁵, Linosefa⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Andalas; email : arahma712@gmail.com

ABSTRACT

According to the Indonesian Adolescent Reproductive Health Survey (SKKRI), the prevalence of vaginal discharge among Indonesian women rose steadily from 50% in 2019 to 60% in 2020, and further to 70% in 2021. Vaginal discharge may be triggered by poor personal hygiene and stress, the latter of which can disrupt hormonal function in women. This study aims to analyze the association between personal hygiene practices, stress levels, and the incidence of vaginal discharge. This study employed a cross-sectional design. It was conducted at SMK N 6 Padang from March to September 2025. The study sample consisted of 278 adolescent girls, selected using proportional stratified sampling. Data were analyzed using the chi-square test. The results showed that most respondents demonstrated good personal hygiene practices (50.0%), reported moderate stress levels (83.5%), and experienced pathological vaginal discharge (24.8%). Statistical analysis revealed a significant association between personal hygiene practices and the incidence of vaginal discharge ($p=0.001$), as well as between stress levels and the incidence of vaginal discharge ($p=0.005$). This study concludes that there is a significant association between personal hygiene practices, stress levels, and the incidence of vaginal discharge among adolescent girls at SMK N 6 Padang. It is recommended that adolescent girls consistently maintain good personal hygiene and adopt effective stress management strategies.

Keywords : *personal hygiene, stress, vaginal discharge, pathological, adolescent girls*

ABSTRAK

Kejadian keputihan wanita Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKKRI) terus mengalami peningkatan dari tahun 2019 sebesar 50%, 2020 meningkat menjadi 60% dan 2021 meningkat menjadi 70%. Keputihan dapat disebabkan oleh *personal hygiene* yang kurang baik serta kondisi stres yang akan memengaruhi kerja hormon di dalam tubuh wanita. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perilaku *personal hygiene* dan tingkat stres dengan kejadian keputihan. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan di SMK N 6 Padang pada bulan Maret 2025 hingga September 2025. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 278 remaja putri yang diambil menggunakan teknik *proportional stratified sampling*. Pengolahan data di analisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik (50,0%), tingkat stres sedang (83,5%) dan mengalami keputihan patologis (24,8%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan perilaku *personal hygiene* dengan kejadian keputihan pada remaja putri ($p = 0,001$) serta ada hubungan tingkat stres dengan kejadian keputihan pada remaja putri ($p = 0,005$). Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan antara perilaku *personal hygiene* dan tingkat stres dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK N 6 Padang. Disarankan kepada remaja putri agar dapat mempertahankan perilaku *personal hygiene* yang baik dan senantiasa menjaga kebersihan diri serta mengelola stres dengan baik.

Kata Kunci : *personal hygiene, stres, keputihan, patologis, remaja putri*

• Received 7 November 2025 • Accepted 14 Juli 2026 • Published 31 Juli 2026

• p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 • DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol12.Iss2.2397>

PENDAHULUAN

Prevalensi kejadian keputihan pada remaja di dunia bervariasi tergantung pada faktor geografis, sosial dan budaya. Sebuah studi di Riyadh, Arab Saudi mencatat prevalensi keputihan remaja sebesar 47,7% yang disebabkan *personal hygiene* yang buruk (1). Studi lainnya di India melaporkan prevalensi terjadi keputihan sebesar 28,9% yang disebabkan faktor sosial ekonomi rendah dan usia pernikahan dini (2). Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKKRI) tahun 2021 didapatkan bahwa wanita Indonesia yang rentan mengalami keputihan berusia 15-24 tahun. Kejadian keputihan di Indonesia pun meningkat. Pada tahun 2019 sebanyak 50% wanita Indonesia mengalami keputihan, kemudian pada tahun 2020 meningkat menjadi 60% dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 70%. Indonesia merupakan salah satu negara yang berada di Asia yang memiliki iklim tropis sehingga dapat menyebabkan jamur dengan mudah berkembang sehingga menyebabkan banyaknya kasus keputihan (3).

Keputihan dapat disebabkan karena ketidakseimbangan pH keasaman serta cara wanita merawat organ reproduksi. Mencuci genitalia dengan air kotor, menggunakan sabun pembilas berlebihan, penggunaan celana yang tidak menyerap keringat serta jarang mengganti celana dalam dan jarang mengganti pembalut saat menstruasi merupakan penyebab terjadinya keputihan. Kasus keputihan rentan terjadi pada remaja karena kurangnya pengetahuan sehingga memengaruhi sikap remaja dalam menjaga kebersihan genitalia (4). Keputihan dapat berdampak bahaya bagi remaja seperti penyakit infeksi saluran kencing, penyakit radang panggul, infertilitas hingga gejala awal kanker serviks. *Personal hygiene* yang tidak baik pada area genitalia akan menyebabkan kuman, virus dan bakteri berkembang dengan pesat sehingga mengganggu pH vagina. Genitalia yang tidak terjaga kebersihannya akan menjadi lembab dan memengaruhi sekresi pada vagina sehingga akan muncul keputihan (5).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Darniaty terkait hubungan *personal hygiene* menstruasi dengan kejadian keputihan pada remaja di MAN 2 Barru didapatkan bahwa terdapat hubungan *personal hygiene* dengan kejadian keputihan. Pada penelitian terdapat 89 dari 117 responden mengalami keputihan yang tidak normal (76,1%). Dari 89 responden tersebut 43 responden dengan *personal hygiene* yang kurang baik sebesar (89,6%). Dari penelitian terlihat bahwa remaja putri dengan *personal hygiene* yang kurang baik berisiko mengalami keputihan yang tidak normal (6).

Penelitian lainnya oleh Putri juga menyatakan adanya hubungan *personal hygiene* dengan kejadian keputihan. Remaja putri yang melakukan *personal hygiene* dengan baik maka keputihan yang dialami dapat bersifat normal (fisiologis) namun jika remaja putri melakukan *personal hygiene* dengan kurang baik maka keputihan yang dialami akan menjadi abnormal (patologis). *Personal hygiene* yang kurang baik pada remaja putri saat ini adalah cara melakukan perawatan kewanitaannya yang belum benar, misalnya remaja putri yang memakai celana dalam tidak berbahan katun, memakai celana dalam yang ketat, menggunakan sabun untuk membersihkan kewanitaannya serta remaja yang langsung menggunakan celana dalam setelah cebok tanpa mengeringkan terlebih dahulu. Hal ini dapat menyebabkan area kewanitaannya menjadi lembab sehingga bakteri penyebab keputihan akan mudah tumbuh dan berkembang (7).

Penelitian oleh Batubara berkaitan dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian keputihan pada remaja putri dengan variabel *personal hygiene*, tingkat stress, penggunaan sabun dan penggunaan pantyliner menunjukkan hasil bahwa seluruh variabel memiliki hubungan dengan kejadian keputihan. Faktor yang paling berhubungan dengan kejadian keputihan adalah *personal hygiene* dengan nilai *Ratio Prevalence* 4,22. Remaja putri yang berperilaku *personal hygiene* kurang baik akan meningkatkan risiko kejadian keputihan sebanyak 4,22 kali lebih besar dibandingkan remaja putri yang berperilaku *personal hygiene* baik (8).

Keputihan juga dapat disebabkan oleh stres. Kondisi stres akan memengaruhi kerja hormon di dalam tubuh wanita salah satunya peningkatan hormon estrogen. Hormon estrogen yang meningkat merupakan salah satu faktor kejadian keputihan pada wanita. Stres dapat menjadi penyebab turunnya produksi *glucocorticoid* dan *catecholamine* yang dapat memengaruhi kerja kelenjar di hipotalamus sehingga menyebabkan imunitas menurun. Saat imunitas menurun, bakteri di vagina akan berkembang dengan pesat sehingga mudah menekan

pertumbuhan flora normal di vagina sehingga dapat menyebabkan keputihan patologis (9). Menurut *Organization for Economic Co-Operation and Development* (OECD) menunjukkan bahwa sekolah merupakan sumber stress utama bagi remaja terutama terkait tekanan akademik. Tingginya stress akibat nilai ujian yang buruk (66%) mencerminkan kuatnya tuntutan pencapaian akademik yang dapat memengaruhi kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis siswa. Selain itu, kecemasan menghadapi ujian yang sulit (59%) menunjukkan bahwa stress akademik tidak hanya dipengaruhi oleh kesiapan belajar tetapi juga oleh faktor psikologis seperti ketakutan akan kegagalan. Temuan ini menegaskan bahwa stress pada remaja bersifat kompleks dan memerlukan perhatian dari sekolah dan keluarga untuk menciptakan lingkungan yang lebih suportif serta mendukung kesehatan mental remaja (10).

Penelitian yang dilakukan oleh Wieminaty terkait tingkat stres dan kejadian keputihan pada remaja MA Al-Qodiri saat menghadapi ujian didapatkan bahwa ada hubungan tingkat stres remaja terhadap kejadian keputihan. Dari 75 responden yang ikut dalam penelitian 49 responden mengalami stres ringan (65,3%) dan 46 responden mengalami keputihan (61,3%). Dari 49 responden yang mengalami stres ringan ini terdapat 38 diantaranya mengalami keputihan (77,6%). Dari penelitian terlihat bahwa stres pada siswi saat akan menghadapi ujian dapat menyebabkan masalah kesehatan salah satunya kejadian keputihan (11).

Penelitian lainnya oleh Bansu juga menunjukkan adanya hubungan tingkat stress dengan kejadian keputihan remaja putri. Dari 92 responden, terdapat 52 responden dengan tingkat stress berat dan 21 diantaranya mengalami keputihan yang patologis (40,4%). Stress psikososial ini memengaruhi kinerja hipotalamus yang dapat menyebabkan penurunan imunitas. Ketika stressor psikososial seseorang cukup tinggi dan menyebabkan penurunan imunitas, perkembangan bakteri di vagina akan meningkat sehingga risiko keputihan patologis pun akan meningkat (12).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada November 2024 kepada 15 siswi SMK N 6 Padang diperoleh hanya 4 dari 15 siswi yang memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik (26,7%), dari 4 siswi tersebut 2 diantaranya mengalami keputihan (13,3%). Siswi lainnya memiliki perilaku *personal hygiene* yang cukup. Siswi dengan perilaku *personal hygiene* yang cukup ini sebagian besar mengalami keputihan (53,3%). Berdasarkan tingkatan stres dari 15 siswi di SMK N 6 Padang, 8 diantaranya mengalami stres ringan (53,3%), 5 siswi mengalami stres sedang (33,3%) dan 2 lainnya mengalami stres berat (13,3%). Siswi yang mengalami stres juga mengalami keputihan.

Dari uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Perilaku *Personal Hygiene* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK N 6 Padang”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan perilaku *personal hygiene* dan tingkat stress dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK N 6 Padang.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SMK N 6 Padang pada bulan Maret hingga September 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X dan XI sebanyak 726 siswi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 278 siswi yang diambil dengan teknik pengambilan sampel *proportional stratified sampling*. Besaran sampel dihitung menggunakan rumus *Issac* dan *Michael* yaitu :

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2 (N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

$$S = \frac{(3,841)(726)(0,5)(0,5)}{(0,05)^2(726 - 1) + (3,841)(0,5)(0,5)}$$

$$= 252$$

Setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan jumlah sampel untuk penelitian ini sebanyak 252 remaja putri, untuk menghindari kesalahan pengambilan data maka jumlah sampel ditambah 10% sehingga jumlah sampel yang akan diteliti sebanyak 278 remaja putri. Kriteria inklusi dalam penelitian ini ialah siswi yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument berupa kuesioner. Kuesioner terdiri dari kuesioner *personal hygiene* dikategorikan menjadi baik, cukup dan kurang.

Kuesioner tingkat stress dikategorikan menjadi ringan, sedang, dan berat. Kuesioner kejadian keputihan dikategorikan menjadi fisiologis dan patologis. Kuesioner yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitas. Uji validitas kuesioner dilakukan kepada 20 remaja putri diluar sampel penelitian. Uji validitas dan reliabilitas dihitung menggunakan SPSS. Uji validitas menggunakan *pearson correlation* dan kuesioner dikatakan valid jika nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel (0,444) dan reliabel jika nilai *Alpha Cronbach* >0,6. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square* serta multivariat item *personal hygiene* dan stres dengan menggunakan regresi logistic multinomial. Penelitian ini telah lolos kaji etik dengan izin bernomor : 382/UN.16.2/KEP-FK/2025.

HASIL

Responden dalam penelitian ini berjumlah 278 siswi di SMK N 6 Padang dengan mayoritas usia responden berada di usia 16 tahun (48,2%).

Analisis Univariat

Hasil analisis menunjukkan dari 278 siswi dalam penelitian ini, didapatkan bahwa sebagian besar sebanyak 139 siswi (50,0%) telah melakukan perilaku *personal hygiene* yang baik, 232 siswi (83,5%) dengan tingkat stres sedang dan 69 siswi mengalami keputihan patologis (24,8%) (Tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden, Perilaku *Personal Hygiene*, Tingkat Stres dan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK N 6 Padang

Variabel	n	%
Usia		
15 Tahun	25	9,0
16 Tahun	134	48,2
17 Tahun	107	38,5
18 Tahun	12	4,3
Perilaku <i>Personal Hygiene</i>		
Baik	139	50,0
Cukup	132	47,5
Kurang	7	2,5
Tingkat Stres		
Ringan	17	6,1
Sedang	232	83,5
Berat	29	10,4
Kejadian Keputihan		
Keputihan Fisiologis	209	75,2
Keputihan Patologis	69	24,8

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil analisis dengan uji *chi-square* diperoleh *p-value* untuk variabel perilaku *personal hygiene* dan tingkat stress ($p = <0,05$) yang berarti terdapat hubungan perilaku *personal hygiene* dan tingkat stres dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK N 6 Padang (Tabel 2).

Tabel 2. Hubungan Perilaku *Personal Hygiene* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK N 6 Padang

Variabel	Kejadian Keputihan						<i>p-value</i>
	Keputihan Fisiologis		Keputihan Patologis		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Perilaku <i>Personal Hygiene</i>							
Baik	108	77,7	31	22,3	139	100,0	0,001
Cukup	100	75,8	32	24,2	132	100,0	
Kurang	1	14,3	6	85,7	7	100,0	
Tingkat Stres							
Ringan	15	88,2	2	11,8	17	100,0	0,005
Sedang	179	77,2	53	22,8	232	100,0	
Berat	15	51,7	14	48,3	29	100,0	

Analisis Multivariat

Analisis multivariat pada penelitian ini menunjukkan tingkat stres merupakan variabel yang paling berhubungan dengan kejadian keputihan patologis pada remaja putri. Hasil ini dapat dilihat dari nilai Exp(B) untuk tingkat stres dengan nilai 2,794 yang artinya remaja putri dengan kondisi stress memiliki risiko 2,7 kali mengalami keputihan yang patologis (CI: 1,382-5,648) (Tabel 3).

Tabel 3. Analisis Multivariat

Variabel	<i>p-value</i>	Exp(B)	95% CI for Exp(B)	
			Lower	Upper
Perilaku <i>Personal Hygiene</i>	0,004	2,794	1,382	5,648
Tingkat Stres	0,100	1,527	0,923	2,528

PEMBAHASAN

Hubungan Perilaku *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK N 6 Padang

Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* 0,001 yang berarti terdapat hubungan perilaku *personal hygiene* dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK N 6 Padang. Hasil ini sejalan dengan penelitian Putri yang menyatakan ada hubungan perilaku *personal hygiene* dengan kejadian keputihan. *Personal hygiene* dengan baik dapat menyebabkan keputihan yang dialami seseorang bersifat fisiologis namun apabila seseorang melakukan *personal hygiene* dengan kurang baik maka keputihan yang dialami akan menjadi patologis. *Personal hygiene* yang kurang baik pada remaja putri saat ini adalah cara melakukan perawatan kewanitaan yang belum benar, misalnya remaja putri yang memakai celana dalam tidak berbahan katun, memakai celana dalam yang ketat, menggunakan sabun untuk membersihkan kewanitaan serta remaja yang langsung menggunakan celana dalam setelah cebok tanpa mengeringkan terlebih dahulu. Hal ini dapat menyebabkan area kewanitaan menjadi lembab sehingga bakteri penyebab keputihan akan mudah tumbuh dan berkembang (7).

Pada penelitian ini 111 responden mengatakan selalu menggunakan sabun/pewangi untuk membersihkan area kewanitaan (39,9%). Sabun/pewangi apabila digunakan untuk membersihkan area kewanitaan dapat mengganggu keseimbangan pH vagina yang dapat mendorong pertumbuhan jamur dan bakteri penyebab keputihan. Hal ini sejalan dengan penelitian Arifah et al (2025) yang menyatakan ada hubungan antara pembersih kewanitaan dengan kejadian keputihan. Menjaga kebersihan area kewanitaan merupakan hal yang sangat penting, namun tidak dianjurkan membersihkan menggunakan sabun/pewangi karena hal ini dapat menyebabkan efek samping yang merugikan (13). Hasil penelitian ini juga didukung oleh

penelitian Kurniawati & Afriana (2025) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan penggunaan sabun/pewangi dengan kejadian keputihan pada remaja putri. Remaja putri yang menggunakan sabun/pewangi untuk membersihkan area kewanitaan cenderung akan mengalami keputihan. Hal ini karena sabun/pewangi dapat merusak keasaman vagina serta menimbulkan peradangan pada liang senggama dengan keluhan gatal serta keluarnya cairan yang kental dan berlebihan (14).

Pada penelitian ini sebagian besar responden telah memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik sebanyak 139 responden (50,0%). Sebanyak 31 responden (22,3%) dari 139 responden dengan perilaku *personal hygiene* yang baik mengalami keputihan patologis. Hal ini karena keputihan tidak hanya disebabkan oleh faktor *personal hygiene* namun dapat disebabkan oleh faktor lain yang dapat mengganggu keseimbangan pH vagina seperti perubahan hormonal, gangguan metabolik, kelelahan serta stres fisik dan psikis seperti tuntutan di sekolah yang berat dan tugas yang banyak dapat memengaruhi kinerja hormon dalam tubuh termasuk memicu peningkatan hormon estrogen. Hal lain yang perlu diperhatikan adalah persepsi remaja, beberapa remaja menganggap menggunakan sabun/pewangi pada area kewanitaan merupakan bagian dari menjaga kebersihan kewanitaan yang baik, namun belum ada manfaat kesehatan yang terkonfirmasi. Penggunaan sabun dapat melemahkan pertahanan imun bawaan dengan mengubah flora normal vagina sehingga rentan terhadap infeksi (15).

Pada penelitian ini 111 responden mengatakan selalu menggunakan sabun/pewangi untuk membersihkan area kewanitaan (39,9%). Sabun/pewangi apabila digunakan untuk membersihkan area kewanitaan dapat mengganggu keseimbangan pH vagina yang dapat mendorong pertumbuhan jamur dan bakteri penyebab keputihan. Hal ini sejalan dengan penelitian Arifah yang menyatakan ada hubungan antara pembersih kewanitaan dengan kejadian keputihan. Menjaga kebersihan area kewanitaan merupakan hal yang sangat penting, namun tidak dianjurkan membersihkan menggunakan sabun/pewangi karena hal ini dapat menyebabkan efek samping yang merugikan (13). Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Kurniawati yang mengatakan bahwa terdapat hubungan penggunaan sabun/pewangi dengan kejadian keputihan pada remaja putri. Remaja putri yang menggunakan sabun/pewangi untuk membersihkan area kewanitaan cenderung akan mengalami keputihan. Hal ini karena sabun/pewangi dapat merusak keasaman vagina serta menimbulkan peradangan pada liang senggama dengan keluhan gatal serta keluarnya cairan yang kental dan berlebihan (16).

Dalam penelitian ini, diantara 18 pernyataan, pernyataan tentang penggunaan sabun/pewangi pada area kewanitaan memiliki nilai Exp(B) yang tinggi yaitu 1,252 yang berarti remaja putri yang menggunakan sabun/pewangi pada area kewanitaan berisiko 1,2 kali mengalami keputihan patologis dibanding remaja putri yang tidak menggunakan sabun/pewangi pada area kewanitaan. Hal ini didukung oleh studi kasus yang dilakukan oleh Widayatama yang menyatakan ada hubungan penggunaan sabun pembersih vagina dengan munculnya keputihan patologis. Perubahan keasaman vagina memengaruhi munculnya flora patologis. Keseimbangan antara flora normal dan patogen menjaga keasaman area vagina sehingga tidak perlu adanya bantuan dari luar seperti sabun. Vagina wanita memiliki pH antara 3,5-5,5 yang berarti bersifat asam namun jika pH ini berubah akan memicu munculnya keputihan yang berbau dan gatal (17).

Pesatnya perkembangan internet memengaruhi bahkan menggantikan media seperti surat kabar, majalah dan televisi karena kecepatan penyebarannya, jangkauan penyebaran yang luas dan jumlah pengguna yang banyak. Saat ini video pendek menjadi paduan tren terbaru terutama media TikTok, aplikasi populer ini dengan cepat menjadi aplikasi penting dalam kehidupan orang-orang dan saat ini tiktok merupakan *platform* yang sangat terkenal untuk iklan dan pemasaran. Aplikasi tiktok kini telah merambah pada masyarakat luas khususnya para kalangan remaja. Adanya tiktok mampu merubah pola hidup remaja dengan mengikuti hal-hal yang sedang tren di media sosial. Fitur iklan di tiktok merupakan fitur yang dikeluarkan oleh *platform* media sosial tiktok untuk mengiklankan berbagai jenis produk baik barang atau jasa agar mendapatkan lebih banyak konsumen. Hal ini didukung oleh penelitian Umami yang menunjukkan bahwa iklan berpengaruh positif terhadap minat beli remaja serta kemudahan belanja juga memiliki pengaruh terhadap minat beli remaja. Besaran pengaruh iklan dan kemudahan belanja terhadap minat beli mahasiswa adalah 48,4% (18).

Produk pembersih vagina dipromosikan sebagai produk yang sehat dengan harga yang relatif terjangkau tanpa diiringi oleh informasi yang cukup mengenai penggunaan sabun kewanitaian dalam pesan yang disampaikan melalui iklan media massa. Faktanya sabun kewanitaian memiliki kegunaan yang positif namun efek samping yang negatif. Penggunaan sabun pembersih kewanitaian memiliki pengaruh pada keseimbangan mikroorganisme di vagina. Ketidakseimbangan tersebut dapat menyebabkan peradangan hingga infeksi. Sebuah penelitian terkait vagina dan produk pembersih vagina dilakukan oleh Jenkins berfokus pada keterkaitan penggunaan pembersih vagina dengan nilai sosial tentang vagina menunjukkan hasil bahwa pengguna pembersih vagina memprioritaskan vagina yang tampak bersih dan vagina yang sehat (19).

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri di SMK N 6 Padang

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* menunjukkan nilai *p-value* 0,005 yang berarti terdapat hubungan tingkat stress dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK N 6 Padang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Masruroh et al (2023) yang menyatakan ada hubungan tingkat stres dengan kejadian keputihan pada remaja. Keputihan pada remaja dapat terjadi akibat masalah psikis diantaranya rasa lelah dan stres. Stres dapat menyebabkan imunitas menurun sehingga bakteri akan mudah berkembangbiak serta dapat menekan pertumbuhan flora normal vagina sehingga menyebabkan keputihan (20).

Dalam penelitian ini, remaja dengan tingkat stres sedang dan berat cenderung mengalami keputihan patologis. Hal ini karena usia remaja rentan mengalami permasalahan psikologis dan emosional sehingga sulit untuk menyelesaikan sebuah masalah yang pada akhirnya dapat menyebabkan stres. Penelitian oleh Loka et al (2024) mengatakan ketika stres psikologis meningkat maka hormon adrenalin akan meningkat. Peningkatan hormon ini dapat menjadi penyebab penyempitan pembuluh darah serta menyebabkan pembuluh darah menjadi kurang elastis. Kondisi ini menghambat perkembangan estrogen ke organ tertentu termasuk vagina dan mengurangi produksi asam laktat. Penurunan asam laktat menyebabkan vagina menjadi kurang asam sehingga rentan terhadap pertumbuhan bakteri dan jamur yang dapat menyebabkan keputihan (21). Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Suciari et al (2023) yang mengatakan dalam penelitian yang telah dilakukannya menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami stres akan mengalami keputihan, baik fisiologis ataupun patologis. Kondisi tubuh yang lelah dan stress karena adanya tuntutan akademis, hasil ujian yang buruk dan tugas yang menumpuk dapat memengaruhi kinerja hormonal dalam tubuh termasuk memicu peningkatan hormon estrogen yang menjadi penyebab terjadinya keputihan (22).

Dalam penelitian ini sebanyak 113 remaja (40,3%) mengatakan setuju telah mengecewakan orang tua apabila hasil ujian yang diperoleh buruk sehingga hal ini dapat menjadi salah satu pemicu terjadinya stres remaja. Hal ini didukung oleh penelitian Fadilla & Atika (2024) yang menyatakan bahwa tingkat stres merupakan faktor yang paling berkaitan dengan kejadian keputihan. Remaja dituntut dalam hal akademik, seperti ujian atau kuis, tugas-tugas sekolah yang menjadi pemicu stress bagi siswa. Segala kendala harus dihadapi remaja dapat memberikan tekanan bagi mereka sehingga mereka berisiko mengalami gejala stress. Sistem pendukung dan kepribadian remaja berperan penting dalam mengurangi stress dan meningkatkan kesejahteraan remaja (23).

Stress dapat mengganggu keseimbangan hormon yang menyebabkan terjadinya peningkatan kadar kortisol yang mengganggu keseimbangan estrogen dan progesteron sehingga memicu keputihan yang berlebih dan rentan terhadap infeksi. Remaja yang mengalami stres kemungkinan memiliki kebiasaan makan yang tidak sehat dan menunjukkan respons imun yang melemah sehingga semakin memperburuk kerentanan mereka terhadap masalah kesehatan reproduksi. Remaja dengan kondisi stres juga dapat mengabaikan kebersihan mereka sehingga mereka secara tidak sengaja meningkatkan risiko terjadinya infeksi. Sekolah, orang tua dan pelaksana kesehatan harus bekerja sama untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental dan memastikan bahwa remaja memiliki akses ke layanan dukungan psikologis sehingga prevalensi keputihan patologis dapat berkurang (24).

Dalam penelitian ini dari 16 pernyataan mengenai stres akademik, pernyataan "saya biasanya tidak bisa tidur karena saya khawatir saya tidak akan mampu mencapai tujuan yang saya tetapkan untuk diri sendiri"

memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian keputihan dengan $\text{Exp(B)} = 1,529$ yang artinya remaja dengan gangguan tidur dapat berisiko 1,5 kali mengalami keputihan dibanding remaja dengan pola tidur yang cukup. Hal ini didukung oleh penelitian oleh Ren yang menyatakan gangguan tidur merupakan masalah utama yang dapat memengaruhi kualitas hidup. Kualitas tidur yang buruk berhubungan signifikan dengan stres psikososial. Mikrobiota vagina yang tidak berfungsi, kurang tidur dan kualitas hidup yang rendah berkorelasi positif dengan stress (25).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arifah mengatakan bahwa ada hubungan antara pola tidur dengan kejadian keputihan dan pola tidur merupakan faktor yang paling memengaruhi kejadian keputihan pada remaja. Gangguan pola tidur pada remaja menyebabkan masalah konsentrasi, gangguan suasana hati, masalah perilaku dan gangguan kognitif. Gangguan tidur memengaruhi fungsi otak. Kualitas tidur merupakan fenomena yang kompleks dan terkait dengan kepuasan seseorang yang dapat memengaruhi persepsi seseorang terhadap rasa sakit. Remaja dengan efisiensi tidur yang rendah dan kualitas tidur yang buruk akan memicu terjadinya keputihan. Remaja dengan gangguan pola tidur akan mengalami penurunan fungsi sistem kekebalan tubuh, kelelahan dan ketidakseimbangan hormonal. Hal ini menjadi faktor pemicu terjadinya keputihan pada remaja (13).

Sebuah penelitian tentang penerapan manajemen stress untuk mengelola stress menyatakan bahwa banyak teknik manajemen stress yang dapat dilakukan diantaranya *problem focused coping*, *emotional focus coping*, *group discussion therapy*. Faktor yang memengaruhi manajemen stress yaitu dukungan sosial dan kepribadian. Adanya hubungan antara manajemen stress dengan mengelola stress pada remaja dapat dijadikan sebagai acuan, control, informasi, pemahaman dan pengetahuan bagi remaja, orang tua bahkan guru BK di sekolah. Sehingga pihak sekolah khususnya guru BK akan lebih memberikan perhatian khusus terhadap pelaksanaan program layanan bimbingan konseling yang dapat memberikan informasi dan pemahaman remaja tentang manajemen stress dan mengelola stress di sekolah (26).

Keterbatasan peneliti dalam penelitian ini adalah pengisian kuesioner dilakukan oleh responden dengan tatacara pengisian kuesioner telah di informasikan oleh peneliti dan responden dapat bertanya kepada peneliti jika tidak paham. Hal ini karena menimbang waktu penelitian yang terbatas agar tidak mengganggu proses pembelajaran.

SIMPULAN

Simpulan penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden dengan perilaku *personal hygiene* yang baik dan tingkat stres sedang serta hanya sebagian kecil responden yang mengalami keputihan patologis. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku *personal hygiene* dan tingkat stres dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMK N 6 Padang. Oleh karena itu, disarankan bagi remaja putri agar dapat mempertahankan perilaku *personal hygiene* yang baik dan senantiasa menjaga kebersihan diri serta meningkatkan upaya pengelolaan stres dengan baik sehingga dapat mencegah keputihan patologis. Remaja juga diharapkan dapat senantiasa mencari informasi kesehatan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi agar kesehatan remaja terjaga sejak dini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak SMK N 6 Padang yang telah memberi izin bagi peneliti untuk melakukan penelitian dan dosen pembimbing serta dosen penguji yang telah memberikan masukan selama proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alenizy H, Alqahtani M, Aleban S, Alabdullah D, Althomali A. Knowledge and Practice Regarding Abnormal Vaginal Discharge Among Adolescent Females in Riyadh City: An Observational Study. *Cureus*. 2024;16(3):e56719.
2. Guntoory I, Tamaraba N, Nambaru L, Kalavakuri A. Prevalence and Sociodemographic correlates of Vaginal Discharge Among Married Women of Reproductive Age Group at a Teaching Hospital. *Intenational J Reprod Contraception, Obstet Gynecol*. 2017;6(11):4840–6.
3. Kemenkes RI. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia. Jakarta; 2021.
4. Amalia N, Yusnia N. Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Mengenai Penggunaan Pantyliner dengan Kejadian Keputihan. *J Nurs Pract Educ*. 2021;2(1):61–8.
5. Armini NKA. Potret Self-Efficacy Remaja Putri dalam Mencegah Keputihan Patologis [Internet]. Surabaya; 2024. Available from: <https://unair.ac.id/potret-self-efficacy-remaja-putri-dalam-mencegah-keputihan-patologis/>
6. Darniaty NSP, Sulaeman U. Hubungan Personal Hygiene Menstruasi Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Di MAN 2 Barru. *Wind Public Heal J*. 2023;4(3):428–38.
7. Putri AA, Amelia P, Cholifah S. Hubungan Perilaku Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri. *Midwifery J Kebidanan*. 2021;7(1):1–8.
8. Batubara AR, Rahmayani. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Keputihan (Flour Albus) pada Remaja Putri di Pesantren Modern Al-Zahrah Bireuen. *J Heal Technol Med*. 2022;8(2):1435–46.
9. Hana C, Zuhdy N, Widyasih H. Stres Psikososial dan Kejadian Flour Albus Patologis pada Santri. *J Forum Kesehat* [Internet]. 2018;8(1):9–14. Available from: e-journal.poltekkes-palangkaraya.ac.id/jfk/artikel/view/36
10. OECD. PISA 2022 Results (Volume II): Learning During – and From – Disruption [Internet]. Vol. II, OECD Publishing. 2023. 1–21 p. Available from: https://www.oecd-ilibrary.org/education/pisa-2022-results-volume-ii_a97db61c-en
11. Wieminaty A, Devi R, Andriya N, Masrifah S. Tingkat Stres Dan Kejadian Flour Albus Pada Remaja Ma Al- Qodiri Saat Menghadapi Ujian. *Med J Al-Qodiri*. 2024;9(1):28–34.
12. Bansu A, Lante N. PSYCHOSOCIAL STRESS WITH VAGINAL DISCHARGE OF ADOLESCENT WOMEN IN THE NEW NORMAL ERA. *Sci Midwifery*. 2022;10(2):959–63.
13. Arifah SN, Wuriningsih AY, Distinarista H. Dominan Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Keputihan (Flour Albus) Pada Remaja. *An-Najat Julnal Ilmu Farm dan Kesehat*. 2025;3(2):202–19.
14. Kurniyanti N, Lutfiyati A. Hubungan Perilaku Menjaga Kesehatan Genetalia dengan Kejadian Keputihan di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta. *J Kesehat Samodra Ilmu*. 2022;13(02):87–90.
15. Chen Y, Bruning E, Rubino J, Eder SE. Role of female intimate hygiene in vulvovaginal health: Global hygiene practices and product usage. *Women’s Heal*. 2017;13(3):58–67.
16. Kurniawati E, Afriana. Hubungan personal hygiene dengan keputihan pada remaja putri kelas x di man 2 banda aceh. *J Heal Technol Med*. 2025;11(1):1–8.
17. Widyatama HG, Kusumaningrum D, Rajagukguk JB, Safitri MM, Asri IL. Vaginal cleansing soap causes pathological vaginal discharge: a case study. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2024;13(2):199–204.
18. Umami L, Ahmadi, Marhamah. Pengaruh iklan dan kemudahan belanja terhadap aplikasi tiktok terhadap minat beli mahasiswa. *Armada J Penelit Multidisiplin*. 2023;1(10):1185–97.
19. Jenkins A, O’Doherty KC. The Clean Vagina, The Healthy Vagina, and The Dirty Vagina : Exploring Women’s Portrayals of The Vagina in Relation to Vaginal Cleansing Product Use. *Fem Psychol*. 2020;0(0):1–20.
20. Masruroh E, Farasari P, Islamy A, Suciati S, Audilla A. Hubungan Tingkat Stress Dengan Terjadinya Keputihan (Fluor Albus) Pada Remaja Usia 14-18 Tahun Di Desa Keboireng Kecamatan Besuki Kabupaten Tulungagung: the Relationship of Stress Level and the Occurence of Fluor Albus in Adolescents Aged 14-18 Years in K. *J Ilm Pamenang*. 2023;5(2):34–40.
21. Loka IP, Dewi R, Amalia R, Aisyah S. Hubungan Tingkat Stres , Aktivitas Fisik Dan Personal Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Mahasiswi S1 Kebidanan Tingkat Ii Dan Iii Universitas Kader Bangsa Palembang Tahun 2024. *J Kesehat Tambusai*. 2024;5(4):13298–308.
22. Suciari AT, Budiani NN, Armini NW. The Relationship Between Stress and Vaginal Discharge in Adolescent Girls at Bali Medika Denpasar Health Vocational School in 2022. *J Ilm Kebidanan*. 2023;11(2):186–93.

23. Fadilla SA, Atika A. the Characteristics of Risk Factors Associated With Leukorrhea in Female Students. *Indones Midwifery Heal Sci J*. 2024;8(4):415–31.
24. Salina S, Arlina A, Khairat NU. Risk Factors for Vaginal Discharge in Adolescent Girls. *Adv Healthc Res*. 2025;3(1):31–44.
25. Ren Y, Pan Z, Zuo X, Jiang X. The correlation of vaginal flora and anxiety in perimenopause women : a prospective study. *BMC Womens Health*. 2025;25(459):1–10.
26. Harnawati RA. Penerapan Manajemen Stres Untuk Mengelola Stres. *J Kesehat Panca Bhakti Lampung*. 2023;11(2):117–22.