

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Pengertian *Fluor Albus*

Fluor albus atau keputihan adalah cairan yang dikeluarkan dari alat genitalia dan tidak berupa darah. *Flour albus* adalah keluarnya cairan selain darah dari liang vagina di luar kebiasaan, baik berbau ataupun tidak, serta disertai rasa gatal setempat. *Fluor albus* atau keputihan adalah nama gejala yang diberikan kepada cairan yang di keluarkan dari alat-alat genital yang tidak berupa darah. Menurut Aryani (2010) *Fluor albus* adalah cairan yang berlebihan yang keluar dari vagina. ⁽¹⁾

2.1.2 Klasifikasi *Fluor Albus*

Fluor albus dibedakan menjadi dua, yaitu:

a. *Fluor albus* fisiologis

Fluor albus fisiologis merupakan suatu keadaan yang normal. *Fluor albus* yang normal terjadi akibat perubahan hormonal, seperti menjelang atau setelah menstruasi, stres, kehamilan, dan pemakaian kontrasepsi. Keputihan normal bisa juga terjadi akibat kehamilan ataupun rangsangan seks. ⁽¹⁾

Karakteristik pada *fluor albus* fisiologis ialah kondisi normal bening sampai keputihan, tidak berbau dan tidak menimbulkan keluhan. Keputihan yang normal juga biasanya keluar tidak berlebihan, tidak menimbulkan keluhan seperti rasa gatal atau terbakar pada daerah kemaluan. ⁽¹⁰⁾

b. *Fluor albus* patologis

Fluor albus patologis merupakan suatu keadaan dimana

terjadi keputihan sebagai tanda dari adanya suatu penyakit. *Fluor albus* merupakan manifestasi klinik berbagai infeksi, keganasan atau tumor jinak organ reproduksi. ⁽¹⁾

Pada *fluor albus* patologis biasanya berwarna kekuningan, kehijauan atau keabu-abuan, berbau amis atau busuk, jumlah sekret umumnya banyak dan menimbulkan keluhan seperti gatal, kemerahan (eritema), edema, rasa terbakar pada daerah intim, nyeri pada saat berhubungan seksual (*dyspareunia*) atau nyeri saat berkemih (*dysuria*).⁽¹⁰⁾

2.1.3 Etiologi *Fluor Albus*

Fluor albus dapat disebabkan oleh faktor infeksi dan non-infeksi. Penyebab *fluor albus* non infeksi, yaitu:

1) Stres

Fluor albus fisiologis terjadi karena, pada saat stres tubuh akan mengalami perubahan, salah satunya perubahan pada hormon-hormon reproduksi. Hormon esterogen juga akan berpengaruh oleh kondisi stress sehingga hal ini menjadi penyebab terjadinya keputihan.⁽¹¹⁾

Stres menyebabkan peningkatan beban pikiran sehingga memicu peningkatan sekresi hormon adrenalin. Meningkatnya sekresi hormon adrenalin menyebabkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi elastisitas pembuluh darah. Kondisi ini menyebabkan aliran hormon estrogen ke organ- organ tertentu termasuk vagina terhambat sehingga asam laktat yang dihasilkan berkurang. Berkurangnya asam laktat menyebabkan keasaman vagina berkurang sehingga bakteri, jamur, dan parasit penyebab *fluor albus* mudah berkembang.⁽¹²⁾

2) *Vulva Hygiene*

Kebersihan diri merupakan suatu tindakan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan untuk kesejahteraan fisik dan psikis, *fluor albus* banyak dipicu oleh cara wanita dalam menjaga kebersihan dirinya, terutama alat kelamin. *Vulva hygiene* atau kegiatan kebersihan alat kelamin yang dapat memicu terjadinya *fluor albus* adalah penggunaan pakaian dalam yang ketat dan berbahan nilon, cara membersihkan alat kelamin yang tidak benar dan penggunaan pembalut kecil (*pantyliner*) yang terus menerus di luar siklus menstruasi.⁽¹²⁾

Selain itu, *fluor albus* fisiologis dapat timbul karena adanya rangsangan mekanisme oleh alat kontrasepsi atau saat perempuan dewasa dirangsang. Saat terangsang, terjadi dilatasi pembuluh darah pada vagina atau vulva sehingga sekresi kelenjar serviks meningkat dan menyebabkan *fluor albus*.⁽¹³⁾

Penyebab *fluor albus* infeksi, yaitu:

- 1) Jamur (*candidosis*), biasanya bukan karena ditularkan oleh hubungan seksual, meskipun hal itu bisa saja terjadi. Seringnya, hal itu disebabkan karena ketidakseimbangan flora di vagina. Normalnya, vagina terdiri atas sedikit jamur dan bakteri perusak. Namun, jika keduanya tidak seimbang, akan menyebabkan peradangan vagina (*vaginistis*). Keputihan yang disebabkan oleh jamur ini terlihat agak tebal dan kental atau bisa juga terlihat lebih tipis dan seperti susu putih yang basi. Keputihan ini bisa jadi kehijauan, jika yang bersangkutan telah menderita infeksi sekunder. Ini juga bisa menimbulkan gatal. Kemaluan bisa berwarna kemerahan dan bengkak. Kulit mungkin juga sensitif untuk disentuh dan wanita biasanya akan merasakan sakit saat berhubungan seks.

- 2) Bakteri (vaginosis), gejala bakterial vaginosis biasanya dicirikan dengan adanya noda (keputihan) hingga kekuningan dengan bau kurang sedap. Noda ini hampir selalu ada dan lebih nyata saat setelah berhubungan seksual. Wanita pun mungkin akan merasa gatal di sekitar kemaluan.
- 3) Parasit (*trichomoniasis*), keputihan karena parasit seperti *Trichomonas vaginalis* bisa menyerang wanita maupun pria. *Trichomonas* biasanya berpindah melalui hubungan seksual, juga dapat berpindah, jika seseorang bergantian menggunakan handuk, underwear, atau benda basah/lembab lainnya. Biasanya keputihan terlihat seperti busa dan berbau tidak sedap. Mungkin ada sedikit rasa gatal dan kemerahan di sekitar vagina.
- 4) Virus. Keputihan akibat infeksi virus sering disebabkan oleh virus Herpes Simplex (HVS) tipe 2 dan Human Papilloma Virus (HPV). Infeksi HPV telah terbukti dapat menimbulkan kanker servik, penis dan vulva. Virus herpes simpleks tipe 2 dapat menjadi faktor pendamping. Keluhan yang timbul pada infeksi VHS tipe 2 berupa rasa terbakar, nyeri, atau rasa kesemutan pada tempat masuknya virus tersebut. Pada pemeriksaan terdapat gelembung-gelembung kecil berisi vesikel (cairan), berkelompok, dengan dasar kemerahan teraba membesar dan nyeri. Pada perempuan, penyakit ini dapat disertai keluhan nyeri sewaktu kencing, keputihan, dan radang di mulut Rahim. Pencetus berulangnya penyakit ini adalah stres, aktivitas seksual, sengatan matahari, beberapa jenis makanan, dan kelelahan.⁽¹³⁾

Salah satu faktor resiko terjadinya infeksi diatas ialah seks bebas. Perilaku seks bebas dapat merusak kesehatan tubuh dan kesehatan reproduksi seseorang. Melakukan seks dengan siapapun tanpa melihat seseorang sebagai pasangan sah atau bukan merupakan perilaku menyimpang dan beresiko yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit seksual.⁽¹⁴⁾

2.1.4 Penatalaksanaan *Fluor Albus*

Menurut Manuaba cara menangani keputihan yaitu:

- 1) Untuk lendir normal tidak perlu diobati, tetapi dengan menjaga kebersihan dan mencegah kelembaban yang berlebih pada daerah organ intim terutama saat terjadi peningkatan jumlah lendir.
- 2) Menggunakan antiseptik yang sesuai dengan petunjuk dokter untuk membersihkan vagina dari lendir keputihan yang berlebihan.
- 3) Melakukan deteksi dini kemungkinan adanya kanker serviks dengan tes *pap smear*.⁽¹³⁾

2.1.5 Pencegahan *Fluor Albus*

a. Menjaga kebersihan alat kelamin

Vagina secara anatomis berada di antara uretra dan anus. Alat kelamin yang dibersihkan dari belakang ke depan dapat meningkatkan resiko masuknya bakteri ke dalam vagina. Masuknya kuman ke dalam vagina menyebabkan infeksi sehingga dapat menyebabkan keputihan. Cara membersihkan alat kelamin yang benar adalah dari depan ke belakang sehingga kuman yang berada di anus tidak dapat masuk ke dalam vagina.

b. Menjaga kebersihan pakaian dalam

Menjaga kebersihan pakaian dalam dengan mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari dan tidak bertukar pakaian dalam.

c. Menghindari celana ketat

Celana ketat dapat menyebabkan alat kelamin menjadi hangat dan lembab. Alat kelamin yang lembab dapat meningkatkan kolonisasi dari bakteri, jamur, dan parasit.

Peningkatan kolonisasi dari kuman tersebut dapat meningkatkan infeksi yang bisa memicu keputihan, maka hindari memakai celana ketat terlalu lama.

d. Menghindari cuci vagina

Produk cuci vagina dapat membunuh flora normal dalam vagina. Ekosistem dalam vagina terganggu karena produk pencuci vagina bersifat basa sehingga menyebabkan kuman dapat berkembang dengan baik. Produk cuci vagina yang digunakan harus sesuai dengan pH normal vagina, yaitu 3,8-4,2 dan sesuai dengan petunjuk dokter.

e. Mencuci tangan sebelum mencuci alat kelamin

Tangan dapat menjadi perantara dari kuman penyebab infeksi. Mencuci tangan sebelum menyentuh alat kelamin dapat menghindarkan perpindahan kuman yang menyebabkan infeksi

f. Sering mengganti pembalut

Mengganti pembalut minimal 3-4 kali sehari dapat menghindari kelembaban.

g. Mengelola stress

Stres dapat meningkatkan hormon adrenalin yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Pembuluh darah yang sempit menyebabkan aliran estrogen ke vagina terhambat sehingga dengan menghindari stres dapat mengurangi keputihan.⁽¹⁵⁾

2.1.6 Pengertian Stres

Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi.⁽¹⁶⁾

2.1.7 Penyebab Stres

Faktor-faktor yang dapat menimbulkan stres disebut stresor. Secara umum Prawirohusodo menggolongkan stresor dalam tiga golongan, yaitu:

- a. Stresor fisik-biologik, misalnya : kondisi dingin, panas, infeksi, rasa nyeri, pukulan.
- b. Stresor psikologi, misalnya : perasaan takut, khawatir, cemas, marah, kecewa, kesepian, jatuh cinta.
- c. Stresor sosial budaya, misalnya : menganggur, perceraian, perselisihan, kondisi ekonomi yang tidak stabil, keamanan yang rawan. ⁽¹²⁾

Rice mengatakan bahwa penyebab stres atau yang sering disebut stresor dapat berasal dari dalam diri individu (internal) dan dapat pula berasal dari luar diri individu (eksternal). ⁽¹⁷⁾

a. Stresor internal

Stresor internal merupakan faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu yang dapat menjadi penyebab timbulnya stres. Penyebab stres yang berasal dari dalam diri individu, misalnya kepribadian, harga diri dan konsep diri. Sesuatu yang menimbulkan stres tergantung bagaimana individu menilai dan menginterpretasikan suatu kejadian secara kognitif. Penilaian secara kognitif adalah istilah untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam, dan keyakinan mereka dalam menghadapi kejadian tersebut secara efektif. ⁽¹⁷⁾

b. Stresor eksternal

Stresor eksternal merupakan faktor-faktor luar yang dapat menyebabkan individu mengalami stres. Selanjutnya, menurut Maramis lingkungan merupakan salah satu sumber stres pada individu. Sebagai contoh seorang mahasiswa

dihadapkan pada beban tuntutan dari lingkungan. Selain itu, mahasiswa seringkali memiliki konflik permasalahan dengan teman sebaya. Berbagai macam permasalahan pada akhirnya dapat memicu timbulnya stres. Morgan mengemukakan bahwa perubahan dalam lingkungan, seperti kelahiran anak, kematian pasangan, pernikahan yang tidak bahagia, perceraian, hubungan interpersonal dengan orang-orang yang ada di sekitar dapat menimbulkan stres.⁽¹⁷⁾

2.1.8 Klasifikasi stres

Para peneliti membedakan antara stres yang merugikan atau merusak yang disebut sebagai *distress* dan stres yang menguntungkan atau membangun, yang disebut sebagai *eustress*.⁽¹⁷⁾

a. *Eustress*

Eustress merupakan stres yang menghasilkan respon individu bersifat sehat, positif, dan membangun. Respon positif tersebut tidak hanya dirasakan oleh individu tetapi juga oleh lingkungan sekitar individu, seperti dengan adanya pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat *performance* yang tinggi. *Eustress* juga merupakan situasi atau kondisi apapun yang dapat memberikan inspirasi dan memberikan motivasi untuk bertindak positif. Biasanya situasi yang termasuk dalam situasi yang membangkitkan semangat individu untuk bertindak laku secara positif dan mengoptimalkan seluruh fungsi fisik dan psikisnya. Situasi ini dimasukkan ke dalam stres, karena menimbulkan reaksi fisik dan psikologis yang sama, dengan peningkatan hormon dari kelenjar adrenalin dan adanya gejolak emosi. Dapat dikatakan bahwa stres yang baik berasal dari situasi yang dapat dikendalikan.⁽¹⁷⁾

b. *Distress*

Distress adalah stres yang berlawanan dengan *eustress*, yaitu tidak sehat, negatif, dan merusak. Hal tersebut termasuk konsekuensi individu dan juga organisasi seperti tingkat ketidakhadiran yang tinggi, sulit berkonsentrasi, sulit menerima hasil yang didapat. Stres buruk ini banyak dibahas oleh para ahli karena dampaknya yang begitu besar terhadap kehidupan individu. Distres atau stres negatif ini dapat dibagi menjadi dua macam yaitu: Pertama, stres akut, muncul cukup kuat, tapi menghilang dengan cepat. Misalnya ketika mendapat tekanan atau ancaman dari orang lain, atau ketika terlambat ke tempat kuliah dan lain-lain. Kedua, stres kronis kemunculannya tidak terlalu kuat, tapi bisa bertahan lama sampai berhari-hari, berminggu-minggu, atau berbulan-bulan. Stres ini apabila berulang-ulang terjadi pada diri kita maka kesehatan tubuh dan produktivitas akan terpengaruh. Inti dari stres ini yaitu dapat menyebabkan kesakitan baik itu secara mental, spiritual, dan lain sebagainya.⁽¹⁷⁾

2.1.9 Tingkat Stres

Menurut Rasmun, stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu stres ringan, sedang dan berat.

a. Stres ringan

Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres ringan umumnya dirasakan dan dihadapi oleh setiap orang secara teratur seperti lupa, kebanyakan tidur, kemacetan, dikritik. Situasi seperti ini biasanya berakhir dalam beberapa menit atau beberapa jam dan biasanya tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

b. Stres sedang

Stres sedang adalah stres yang terjadi lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari seperti pada waktu perselisihan, kesepakatan yang belum selesai, sebab kerja yang berlebih, mengharapkan pekerjaan baru, permasalahan keluarga. Situasi seperti ini dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang.

c. Stres berat

Stres berat merupakan stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial dan penyakit fisik yang lama.⁽¹⁸⁾

2.1.10 Gejala Stres

Taylor menyatakan tanda-tanda atau gejala stres, yaitu:

- 1) Aspek emosional, meliputi: merasa cemas, merasa ketakutan, merasa mudah marah, merasa suka murung dan merasa tidak mampu menanggulangi.
- 2) Aspek kognitif, meliputi: penghargaan atas diri rendah, takut gagal, tidak mampu berkonsentrasi, mudah bertindak memalukan, khawatir akan masa depannya, mudah lupa dan emosi tidak stabil.
- 3) Aspek perilaku sosial, meliputi; jika berbicara gagap atau gugup dan kesukaran bicara lainnya, enggan bekerja sama, tidak mampu relaks, menangis tanpa sebab yang jelas, bertindak impulsif atau bertindak sesuka hati, mudah kaget atau terkejut, menggertakan gigi, frekuensi merokok meingkat, penggunaan obat-obatan dan alcohol meningkat, mudah mengalami kecelakaan dan kehilangan nafsu makan atau makan berlebihan.

- 4) Aspek fisiologis, meliputi: berkeringat, detak jantung meningkat, menggigil atau gemetaran, gelisah atau gugup, mulut dan kerongkongan kering, mudah letih, sering buang air kecil, bermasalah tidur, diare atau ketidakmampuan mencerna atau muntah, perut melilit atau sembelit, sakit kepala, tekanan darah tinggi, sakit leher dan sakit punggung bawah. ⁽¹²⁾

2.1.11 Pengertian *Vulva Hygiene*

Vulva hygiene terdiri atas dua kata, yaitu *vulva* atau kelamin luar, dan *hygiene* yang berarti kebersihan. Jadi *vulva hygiene* itu mencakup cara menjaga dan merawat kebersihan organ kelamin bagian luar. ⁽¹⁹⁾

2.1.12 Tujuan *Vulva Hygiene*

Tujuan *vulva hygiene* antara lain, yaitu:

- a) Menghindari adanya infeksi pada vulva
- b) Menjaga kesehatan dan kebersihan organ reproduksi
- c) Membersihkan bekas keringat dan bakteri yang ada disekitar vulva dan luar vagina
- d) Mempertahankan ph derajat keasaman vagina yang normal yaitu 3,5-4,5
- e) Mencegah munculnya keputihan (*fluor albus*). ⁽¹³⁾

2.1.13 Frekuensi Perawatan *Vulva Hygiene*

Vulva hygiene dapat dilakukan minimal dua kali sehari dan waktu yang lebih baik adalah pada pagi dan sore hari sebelum dan sesudah mandi. ⁽¹³⁾

2.1.14 Cara Melakukan *Vulva Hygiene*

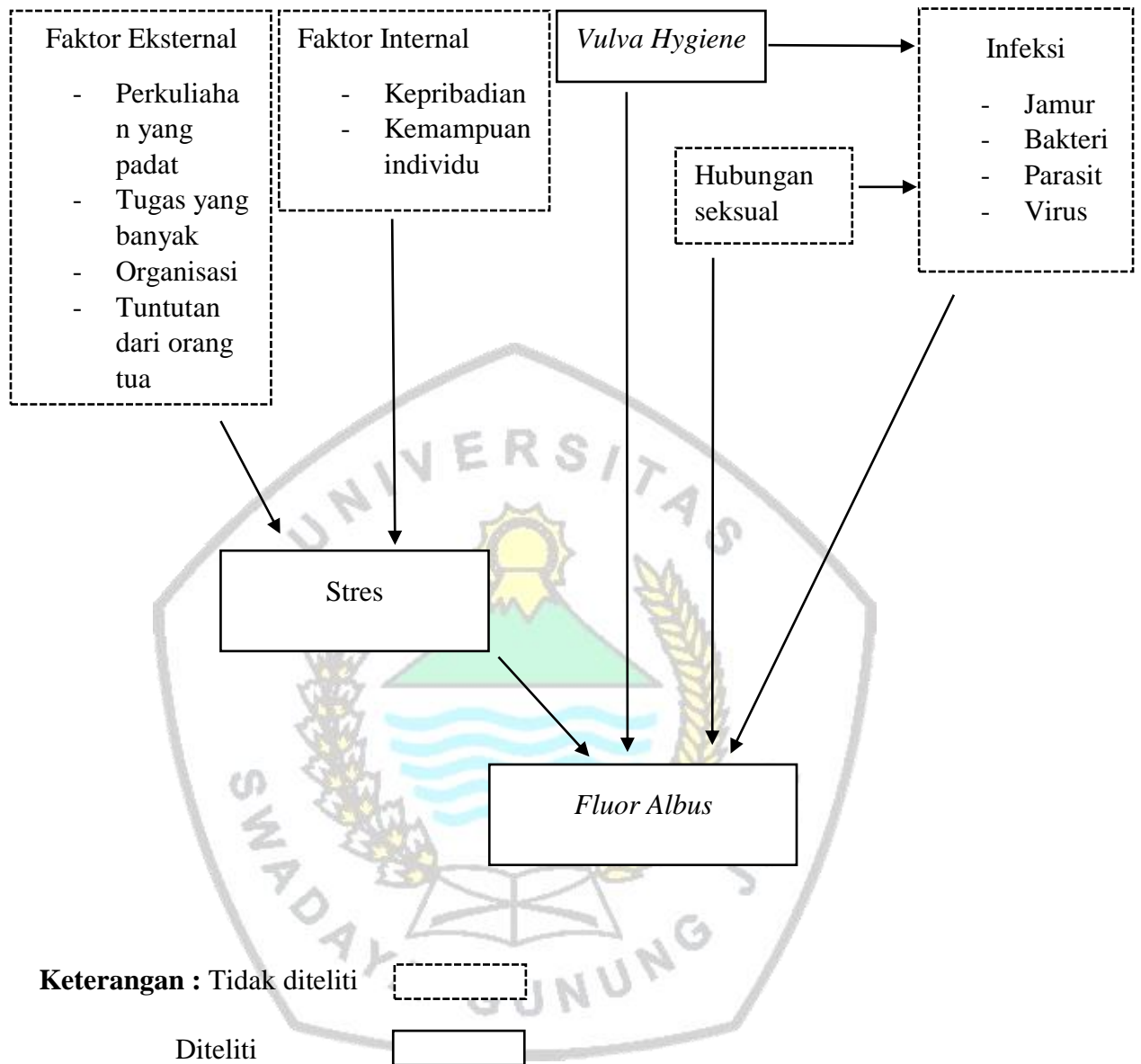
Cara melakukan *vulva hygiene* dengan benar yaitu:

- a) Ganti celana dalam 2-3 kali sehari, terutama bagi mereka yang aktif dan sangat mudah berkeringat sebagai pencegahan agar tidak lembab
- b) Membersihkan daerah kewanitaan menggunakan air bersih dan hangat
- c) Apabila menggunakan sabun untuk memberikan daerah intim, sebaiknya gunakan sabun yang lunak dengan ph 3,5, misalnya sabun bayi yang biasanya ber-ph netral
- d) Keringkan vagina setelah buang air kecil
- e) Gunakan celana dalam yang bersih dan berbahan katun agar dapat menyerap cairan lebih cepat
- f) Hindari penggunaan celana dalam yang ketat
- g) Cuci tangan sebelum menyentuh vagina. Tangan yang berada diluar secara bebas menjadi tempat baik untuk menempelnya berbagai bakteri
- h) Jangan menggunakan handuk milik orang lain untuk mengeringkan vagina. Bawa tissue apabila hendak berpergian
- i) Cukurlah rambut vagina setidaknya 7 hari sekali dan maksimal 40 hari sekali untuk mengurangi kelembapan didalam vagina.⁽¹³⁾

2.1.15 Definisi Mahasiswi

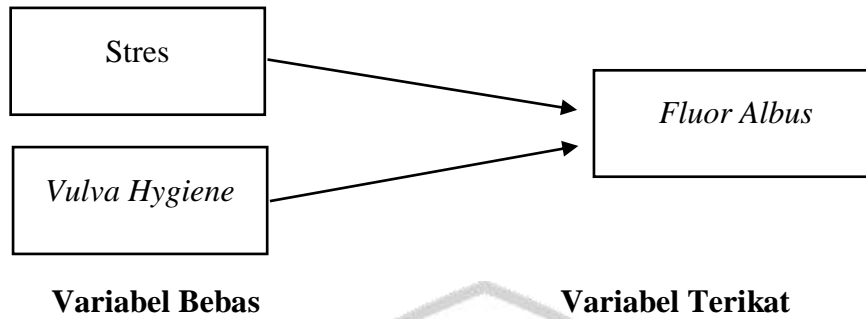
Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institusi atau akademi. Kamus Besar Bahasa Indonesia mengatakan bahwa mahasiswi merupakan mahasiswa wanita, sedangkan mahasiswi FK UGJ merupakan mahasiswa wanita yang sedang belajar di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati.⁽²⁰⁾

2.2 Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori.

2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep.

2.4 Hipotesis

Terdapat hubungan antara stres dan *vulva hygiene* dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati.