



Hubungan pola aktivitas dan kecemasan dengan kejadian leukorea pada remaja

Andri Nur Sholihah¹

¹Program Studi DIV Kebidanan Program Sarjana Terapan Universitas Aisyiyah Yogyakarta – Indonesia

Abstract

Biological changes in adolescents exert a very dominant influence on hormonal mechanisms. One of them is the occurrence of leukorrhea as a result of biological changes in adolescents. But this leukore also can not be ignored, because leukore can be a sign of certain diseases. The purpose of this study was to identify the incidence of leukorrhea in adolescents, anxiety in adolescents, and patterns of adolescent activity, and the relationship between patterns of activity and anxiety with leukorrhea in adolescents. Research design using observational analytic research with cross sectional approach. The population was students of Aisyiyah University in Yogyakarta. Samples of 71 girls were taken by random sampling technique. Data collection techniques used to collect primary data using a structured questionnaire. The data obtained were then analyzed using the univariate formula (frequency distribution formula) and bivariate (Chi square formula). The results of Leukore occurrences in adolescent girls by 79% and those without vaginal discharge by 21%. 49 adolescents experienced a 67% abnormal activity pattern and the remaining 24 adolescents experienced a 33% normal activity pattern. 26% of students experienced anxiety and moderate anxiety 36%, mild anxiety 11% and those without anxiety as much as 17%. The results of the analysis stated that the most respondents with abnormal activity patterns and experienced vaginal discharge as much as 48%. From the results of the analysis with the chi-square test, the level of closeness of the relationship between the two variables showed a significant value of 0.014 ($p < 0.05$). There is a correlation between activity patterns with the incidence of vaginal discharge in adolescents and most respondents with severe anxiety and experiencing vaginal discharge as much as 34%. From the results of the analysis with the chi-square test, the level of closeness of the relationship between the two variables showed a significant value of 0.01 ($p < 0.05$). There is a relationship between anxiety level and the incidence of vaginal discharge in young women.

Keywords: adolescents; leukorrhea; patterns of activity; anxiety

Perubahan biologis pada remaja memberikan pengaruh yang sangat dominan dalam mekanisme hormonalnya. Salah satunya adalah terjadinya leukorea sebagai akibat dari perubahan biologis pada remaja. Namun leukore ini juga tidak dapat dihiraukan begitu saja, karena leukore bisa jadi merupakan tanda penyakit tertentu. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi kejadian leukorea pada remaja, kecemasan pada remaja, dan pola aktivitas remaja, serta adanya hubungan pola aktivitas dan kecemasan dengan kejadian leukorea pada remaja. Desain penelitian dengan menggunakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*). Populasi adalah mahasiswa Universitas Aisyiyah Yogyakarta Sampel sebanyak 71 remaa putri diambil dengan teknik *random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data primer dengan

¹Korespondensi Penulis: Andri Nur Sholihah (email: andrisholihah@unisayogya.ac.id), Jl. Ringroad Barat No. 63, Mlangi Nogotirto. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55592.

menggunakan kuesioner terstruktur. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan rumus *univariat* (rumus distribusi frekuensi) dan *bivariat* (rumus *Chi square*). Hasil kejadian Leukorea pada remaja putri sebesar 79% dan yang tidak mengalami keputihan sebesar 21%. Sebesar 49 remaja mengalami pola aktivitas yang tidak normal 67% dan sisanya sebesar 24 remaja mengalami pola aktivitas normal 33%. Sebesar 26% mahasiswa mengalami Cemas dan Cemas Sedang 36%, Cemas ringan 11% dan yang tidak kecemasan sebanyak 17%. Hasil analisis menyatakan bahwa paling banyak responden dengan pola aktivitas tidak normal dan mengalami kejadian keputihan sebanyak 48%. Dari hasil analisis dengan uji *chi-square*, tingkat keeratan hubungan kedua variabel menunjukkan nilai signifikan 0,014 ($p < 0,05$). Ada hubungan pola aktivitas dengan kejadian keputihan pada remaja dan yang paling banyak responden dengan tingkat kecemasan berat dan mengalami kejadian keputihan sebanyak 34%. Dari hasil analisis dengan uji *chi-square*, tingkat keeratan hubungan kedua variabel menunjukkan nilai signifikan 0,01 ($p < 0,05$). Ada hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian keputihan pada remaja putri.

Kata Kunci: remaja; leukorea; pola aktivitas; kecemasan

Pendahuluan

Masa remaja merupakan salah satu periode perkembangan manusia yang mana masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Perubahan biologis ini memberikan pengaruh yang sangat dominan dalam hormonal pada remaja, salah satunya adalah terjadinya *leukorea* sebagai akibat dari perubahan biologis remaja.

Leukorea atau yang sering disebut juga *flour albus* merupakan sekresi vagina normal pada wanita. Dalam keadaan yang normal, vagina yang sehat memproduksi cairan untuk membersihkan vagina dari benda-benda asing yang tidak diinginkan. Sekresi *leukorea* fisiologis tersebut bisa cair seperti air atau kadang-kadang agak berlendir, umumnya cairan yang keluar sedikit, jernih, tidak berbau dan tidak gatal. Sedangkan *leukorea* yang tidak normal disebabkan oleh infeksi biasanya disertai dengan rasa gatal di dalam vagina dan disekitar bibir vagina bagian luar, kerap pula disertai bau busuk, dan menimbulkan rasa nyeri sewaktu berkemih atau bersenggama (Shadine, 2012). Menurut per-

kiraan, tiga perempat wanita didunia pasti pernah mengalami *leukorea*, setidaknya sekali seumur hidup (Bahari, 2012).

Dampak *leukorea* yang tidak ditangani dengan baik, seringkali menimbulkan infeksi yang terus berjalan dan menginfeksi alat-alat reproduksi lainnya misalnya daerah leher rahim (*cervitis*), daerah tuba (*salpingitis*), bahkan sampai menimbulkan peradangan pada daerah panggul (*PID/Pelvic inflammatory disorder*). Peradangan daerah panggul bisa disertai nyeri dan demam, sehingga resiko infertilitas (penurunan kesuburan) juga meningkat (Shadine, 2012).

Banyak perempuan merasa malu mengutarakan penyakitnya. Penyakit ini (*leukorea*) tidak hanya terjadi pada mereka yang telah menikah, tetapi mereka yang belum menikah, khususnya yang telah mengalami haid. Selama ini *leukorea* cenderung dianggap wajar oleh perempuan sehingga menganggap tidak perlu diobati. Padahal *leukorea* bisa menjadi tanda awal penyakit berat seperti *vaginal candidiasis* sampai kanker (Shadine, 2012). *Leukorea* pada perempuan dewasa dikarenakan adanya bakteri yang disebut dengan *basil doderlain*. Dalam keadaan normal jumlah basil ini cukup dominan membuat

lingkungan vagina bersifat asam sehingga vagina mempunyai daya proteksi yang cukup kuat. Disamping itu vagina juga mengeluarkan sejumlah cairan yang berguna untuk melindungi diri dari infeksi. *Leukorea* yang normal seperti cairan bening tidak berbau menyengat, tidak kehijauan, terjadi pada perempuan pada masa ovulasi yaitu kurang lebih 12-14 setelah menstruasi, dalam keadaan terangsang atau birahi dan dalam keadaan stres atau emosional (Aulia, 2012).

Berbagai hal mungkin saja jadi penyebab terjadinya *leukorea* pada wanita, terutama remaja. Aktivitas yang berlebih membuat sering lupa pada kondisi diri, apalagi pada kebersihan daerah paling sensitive dari wanita ini. Dengan aktivitas berlebih pun kemudian memberikan dampak yang secara tidak langsung pada aktivitas hormon yang kurang teratur.

Penelitian tentang Leukora sebelumnya diantaranya dilakukan oleh Sari, (2012), yang mengkaji hubungan pengetahuan dan perilaku remaja putri dengan kejadian keputihan di kelas XII SMA Negeri 1 Seunuddon Kabupaten Aceh Utara Tahun 2012.

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi kejadian *leukorea* pada remaja, mengidentifikasi kecemasan pada remaja, mengidentifikasi pola aktivitas remaja, mengidentifikasi adanya keerat-an hubungan pola aktivitas dan kecemasan dengan kejadian *leukorea* pada remaja.

Metode Penelitian

Desain penelitian dengan menggunakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan potong lintang (cross sectional). Populasi adalah mahasiswa TLM semester 2 Universitas

Aisyiyah Yogyakarta. Sampel sebanyak 71 remaja putri diambil dengan teknik random sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data primer dengan menggunakan kuesioner terstruktur. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan rumus univariat (rumus distribusi frekuensi) dan bivariat (rumus Chi square).

Hasil dan Pembahasan

Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk memberikan gambaran tentang karakteristik masing-masing variabel yang diteliti yang meliputi variabel bebas dan variabel terikat. Berikut hasil penelitian analisis univariat:

1) Kejadian Leukore pada remaja putri

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui kejadian keputihan pada remaja putri Teknik Laboratorium Medik semester 2 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dapat dilihat pada Tabel 1.

Leukorea adalah cairan yang keluar terlalu banyak, warnanya putih seperti sagu kental dan agak kekuning-kuningan tidak berupa darah yang kadang merupakan sebuah manifestasi klinik dari infeksi yang selalu menimbulkan iritasi, rasa gatal, dan gangguan rasa tidak nyaman pada penderitanya (Aulia, 2012). Yang sering menimbulkan leukorea ini antara lain bakteri, virus, jamur, atau juga parasit. Infeksi ini dapat menjalar dan menimbulkan peradangan ke saluran kencing, sehingga menimbulkan rasa pedih saat menderitanya buang air kecil (Shadine, 2012).

Kejadian *leukorea* yang terjadi pada remaja dapat disebabkan oleh karena beberapa kondisi, diantaranya: pengaruh stress/kecemasan, men-

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Kejadian Leukore pada Mahasiswa TLM Universitas Aisyiyah Yogyakarta

No	Keterangan	Persentase (%)
1	Tidak Keputihan	21
2	Keputihan	79
Total		100.0

Tabel 2.
Distribusi Pola Aktivitas pada Remaja Putri

Nomor	Pola Aktivitas	Persentase (%)
1	Tidak Normal	67
2	Normal	33
Total		100

jelang dan sesudah menstruasi, masa ovulasi, ada masalah hormon dalam tubuh, dan, infeksi bakteri dari pembalut, dan berbagai bahan kimia pada pakaian dalam (Maulana, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian Sari (2012) diketahui bahwa dari 65 responden yang berpengetahuan baik dengan tidak adanya kejadian keputihan pada remaja putri sebanyak 31 responden (47,6%) sedangkan responden yang berpengetahuan kurang dengan kejadian keputihan pada remaja putri sebanyak 34 responden (52,3%).

2) Frekuensi Pola Aktivitas pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui pola aktivitas pada Tabel 2.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil pola aktivitas remaja putri Teknik Laboratorium Medik semester 2 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, menunjukkan bahwa pemahaman sebagian besar yaitu dalam kategori tidak normal sebanyak 49 responden (67%) dan sebagian kecil

pada kategori normal sebanyak 22 responden (33%).

Aktivitas fisik normal dikategorikan apabila memiliki intensitas ringan hingga sedang setiap harinya. Dan dikategorikan tidak normal apabila memiliki intensitas berat setiap harinya yang memiliki pengaruh dalam hal lain di kehidupan, termasuk diantaranya munculnya ketidakstabilan hormonal dalam tubuh (Gibney, Margetts, Kearney, & Arab, 2009).

Dalam kondisi aktivitas yang tidak normal ini menyebabkan otak bekerja dengan keras hingga mengalami kelelahan fisik, hingga menyebabkan terganggunya mekanisme menjadi kacau dalam koordinasinya dengan pengaturan hormonal (Maulana, 2008).

3) Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui kejadian keputihan pada remaja putri dapat dilihat pada Tabel 3.

Berdasarkan tabel 3, distribusi tingkat kecemasan pada remaja putri sebesar 26 mahasiswa mengalami Cemas dan Cemas Sedang (36%), Cemas ringan sebesar (11%) dan yang tidak kecemasan sebanyak (17%).

Dampak dari kecemasan yang berlebih mampu mempengaruhi kinerja fisiologis, diantaranya: sistem kardiovaskuler, sistem respiratory, sistem neuromuskuler, sistem gastrointestinal, sistem urinary, dan sistem reproduksi (Stuart, Laraia, & Sundeen, 1998).

Analisis Bivariat

Untuk mengetahui hubungan kejadian Leukore atau keputihan pola aktivitas dan tingkat kecemasan pada remaja putri maka dilakukan analisis menggunakan statistik uji korelasi *chi-square*. Hasil penelitian mengenai hubungan kejadian Leukore atau keputihan dengan pola aktivitas dan tingkat kecemasan pada remaja putri dapat dilihat pada Tabel 4.

Berdasarkan tabel 4, tabulasi silang menyatakan bahwa paling banyak responden dengan pola aktivitas tidak normal dan mengalami kejadian keputihan sebanyak 46%. Dari hasil analisis dengan uji chi-square, tingkat keeratan hubungan kedua variabel menunjukkan nilai signifikan 0,014 ($p < 0,05$). Ada hubungan pola aktifitas dengan kejadian keputihan pada remaja putri.

Hasil penelitian di atas sesuai dengan pernyataan Maulana (2008), yaitu dalam kondisi aktivitas yang tidak normal menyebabkan otak bekerja dengan keras hingga mengalami kelelahan fisik, hingga mengakibatkan terganggunya mekanisme hormonal, termasuk munculnya gejala keputihan di luar kebiasaan (Maulana, 2008).

Dalam teori lain disebutkan, semakin tinggi tingkat aktivitas fisik (misalnya lebih dari 150 menit per minggu) diperkirakan akan memberikan manfaat lebih untuk kesehatan. Akan tetapi

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri

No	Tingkat Cemas	Persentase (%)
1	Tidak ada	17
2	Cemas Ringan	11
3	Cemas Sedang	36
4	Cemas Berat	36
	Total	100

Tabel 4.
Tabel Silang Hubungan Pola Aktivitas dengan Kejadian Leukore pada Remaja Putri

Pola Aktivitas	Leukore (%)		Total	(p)
	Tidak Keputihan	Keputihan		
Tidak Normal	20	46	66	0,014
Normal	2	32	34	
Total	15	56	100	

fakta menunjukkan terdapat penurunan *marginal* manfaat tersebut jika peningkatan aktivitas fisik tersebut melebihi jumlah kombinasi 300 menit per minggunya dari aktivitas fisik intensitas sedang sedang dan dapat meningkatkan resiko cedera (Paterson, Jones, & Rice, 2007). Gangguan ini meliputi gangguan adanya kelelahan yang berlebih hingga mempengaruhi kinerja hormonal yang ditandai dengan adanya keputihan atau leukorea.

Berdasarkan Tabel 5 tabulasi silang menyatakan bahwa paling banyak responden dengan tingkat kecemasan berat dan mengalami kejadian keputihan sebanyak 34%. Dari hasil analisis dengan uji chi-square, tingkat keeratan hubungan kedua variabel menunjukkan nilai signifikan 0,01 ($p < 0,05$). Ada hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian keputihan pada remaja putri Teknik Laboratorium Medik semester 2 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Tingkat kecemasan yang cenderung berat akan mengakibatkan ketidakstabilan dalam mekanisme hormon pada tubuh hingga berdampak munculnya keputihan, dan ini sesuai dengan teori Maulana (2008) menyatakan bahwa keputihan tersebut disebabkan otak mempengaruhi kerja semua organ tubuh, jika

reseptor otak mengalami stress maka hormon di dalam tubuh mengalami perubahan keseimbangan dan dapat menimbulkan keputihan. Dampak dari kecemasan yang berlebih mampu mempengaruhi kinerja fisiologis, diantaranya: sistem kardiovaskuler, sistem respiratory, sistem neuromuskuler, sistem gastrointestinal, sistem urinary, dan sistem reproduksi (Stuart et al., 1998). Dalam kondisi kecemasan pula kemampuan untuk menjaga personal hygiene menjadi hal yang sangat sulit dilakukan, karena adanya pengendalian diri yang sulit dikendalikan. Dan hal ini sesuai dengan penelitian dengan penelitian yang dilakukan oleh Suliwati (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan Perilaku remajatentang kebersihan organ genitalia luar dengan kejadian keputihan di SMA Negeri 14 bandar lampung.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri. Maka penulis menarik beberapa kesimpulan sebagian berikut: Distribusi frekuensi kejadian Leukore pada remaja putri sebesar 79% dan yang tidak mengalami keputihan sebesar 21%. Distribusi

Tabel 5.
Tabel Silang Hubungan Jenis Kecemasan dengan Kejadian Leukore pada Remaja Putri

Tingkat Kecemasan	Leukore		Total	(p)
	Tidak Keputihan	Keputihan		
	%	%	%	
Tidak ada	6	11	18	0,01
01Ringan	7	4	11	
Sedang	6	30	36	
Berat	3	34	37	
Total	21	79	100	

pola aktivitas pada remaja putri mengalami pola aktivitas yang tidak normal sebesar 67% dan sisanya mengalami pola aktivitas normal (33%). Distribusi tingkat kecemasan pada remaja putri mengalami Cemas dan Cemas Sedang (36%), Cemas ringan sebesar 11% dan yang tidak kecemasan sebanyak 17%. Tabulasi silang menyatakan bahwa paling banyak responden dengan pola aktivitas tidak normal dan mengalami kejadian keputihan sebanyak (48%). Dari hasil analisis dengan uji chi-square, tingkat keeratan hubungan kedua variabel menunjukkan nilai signifikan 0,014 ($p < 0,05$). Ada hubungan pola aktivitas dengan kejadian keputihan pada remaja, Tabulasi silang menyatakan bahwa paling banyak responden dengan tingkat kecemasan berat dan mengalami kejadian keputihan sebanyak 24 responden (34%). Dari hasil analisis dengan uji chi-square, tingkat keeratan hubungan kedua variabel menunjukkan nilai signifikan 0,01 ($p < 0,05$). Ada hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian keputihan pada remaja putri.[]

Daftar Pustaka

- Aulia. (2012). Penyakit-penyakit khas wanita paling sering terjadi. Yogyakarta: Buku Biru.
- Bahari, H. (2012). Cara mudah atasi leukorea. Yogyakarta: Buku Biru.
- Gibney, M. J., Margetts, B. M., Kearney, J. M., & Arab, L. (Eds.). (2009). Gizi Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC - Penerbit Buku Kedokteran.
- Maulana, M. (2008). Penyakit kehamilan dan pengobatannya. Yogyakarta: Kata Hati.
- Paterson, D. H., Jones, G. R., & Rice, C. L. (2007). Ageing and physical activity: evidence to develop exercise recommendations for older adults. *Canadian Journal of Public Health*, 98(Suppl 2), 69-108.
- Sari, R. P. (2012). Hubungan pengetahuan dan perilaku remaja putri dengan kejadian keputihan di kelas XII SMA Negeri 1 Seunuddon Kabupaten Aceh Utara Tahun 2012. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Retrieved from <http://www.ejournal.uui.ac.id/>
- Shadine, M. (2012). Penyakit Wanita. Yogyakarta: Mitra Setia.
- Stuart, G. W., Laraia, M. T., & Sundeen, S. J. (1998). *Stuart & Sundeen's principles and practice of psychiatric nursing*. Michigan: Mosby. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=ErFrAAAAMAAJ>

This page is intentionally left blank