



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: February, 08, 2026

Revised: February, 16, 2026

Available: February, 16, 2026

at : <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/qlt>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

Abstract

Background: Vaginal discharge (flour albus) is a common reproductive health problem among adolescents, and if pathological, can lead to serious complications. Lifestyle factors such as a high-sugar diet and poor personal hygiene practices are strongly suspected to be the main triggers for imbalances in normal vaginal flora.

Purpose: To analyze the relationship between a high-sugar diet and personal hygiene habits and the incidence of vaginal discharge in adolescent girls.

Method: This quantitative study used a correlational analytic design with a cross-sectional approach. A sample of 98 adolescent girls was selected using a total sampling technique in Banun Rejo Village, Deli Serdang. The research instruments included a questionnaire on knowledge, hygiene practices, and a Food Frequency Questionnaire (FFQ) for sugar intake. Data were analyzed univariately and bivariate.

Results: The majority of respondents had insufficient knowledge (59.20%) and poor personal hygiene (62.25%). A total of 35.71% of adolescents had a high-sugar diet. The analysis showed a significant correlation between a high-sugar diet (80% of pathological cases) and poor personal hygiene (85% of pathological cases) and the incidence of vaginal discharge.

Conclusion: There is a significant relationship between a high sugar diet and personal hygiene habits and the incidence of vaginal discharge.

Keywords: Adolescent; Diet; Sugar; Personal Hygiene; Vaginal Discharge.

Pendahuluan: Keputihan (flour albus) merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja yang jika bersifat patologis dapat memicu komplikasi serius. Faktor gaya hidup seperti pola makan tinggi gula dan praktik personal hygiene yang buruk diduga kuat sebagai pemicu utama ketidakseimbangan flora normal vagina.

Tujuan: Untuk menganalisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri.

Metode: Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Sampel sebanyak 98 remaja putri dipilih menggunakan teknik total sampling di Desa Banun Rejo, Deli Serdang. Instrumen penelitian meliputi kuesioner pengetahuan, praktik hygiene, dan Food Frequency Questionnaire (FFQ) untuk asupan gula. Data dianalisis secara univariat dan bivariat.

Hasil: Mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang (59.20%) dan personal hygiene tidak baik (62.25%). Sebanyak 35.71% remaja memiliki pola makan tinggi gula. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi signifikan antara pola makan tinggi gula (80% kasus patologis) dan personal hygiene yang buruk (85% kasus patologis) dengan kejadian keputihan.

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan.

Kata Kunci: Gula; Keputihan; Personal Hygiene; Pola Makan; Remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi kritis yang ditandai oleh pematangan organ reproduksi serta perubahan hormonal yang signifikan. Perubahan tersebut sering disertai dengan munculnya berbagai keluhan kesehatan reproduksi, salah satunya adalah keputihan (fluor albus) (Sebtalesy & Widyaningrum, 2022). Secara global, keputihan merupakan masalah kesehatan reproduksi yang umum terjadi, dan apabila tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan komplikasi serius seperti infeksi saluran kemih, radang panggul, hingga gangguan kesuburan di masa mendatang (Yulfitria, 2017).

Kesehatan reproduksi remaja didefinisikan sebagai kondisi sehat yang mencakup sistem, fungsi, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Konsep sehat tidak hanya terbatas pada ketiadaan penyakit atau kecacatan, tetapi juga meliputi kesehatan mental serta sosial-kultural (Aji, Sumarmi, Wijayanti, & Tyarini, 2024). Berbagai masalah kesehatan reproduksi dapat dialami oleh remaja, baik laki-laki maupun perempuan, dan salah satu masalah yang sering dialami oleh remaja putri adalah keputihan (Ni Putri & Negeri, 2022).

Prevalensi keputihan pada remaja putri di Indonesia masih tergolong tinggi. Salah satu faktor utama pemicu terjadinya keputihan patologis adalah perawatan genitalia eksterna yang kurang tepat (Wardani, Irmayani, & Sundayani, 2022). Kondisi ini diperparah oleh rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi. Temuan di Pesantren Mawaridussalam menunjukkan bahwa sebagian besar santriwati (59.20%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang terkait gejala dan pencegahan keputihan (Sebtalesy & Widyaningrum, 2022).

Pengetahuan remaja merupakan faktor penting yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Remaja putri perlu memahami keputihan secara komprehensif, meliputi penyebab, tanda dan gejala, serta perbedaan antara keputihan fisiologis dan patologis. Pemahaman ini diharapkan dapat

membantu remaja dalam melakukan pencegahan, penanganan dini, serta segera mencari pelayanan kesehatan apabila mengalami keputihan yang tidak normal (Farahdiba, 2022).

Keputihan merupakan salah satu keluhan paling umum pada wanita usia reproduksi dengan sekitar 80% kasus terjadi pada rentang usia 15-45 tahun. Wanita dalam kelompok usia ini memiliki risiko lebih tinggi mengalami infeksi seperti kandidiasis, trikomoniasis, gonore, dan bacterial vaginosis (BV) (Pratiwi, 2023). Keputihan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain penggunaan pakaian dalam yang terlalu ketat, tidak menyerap keringat, serta kebiasaan tidak mengeringkan area genital setelah buang air kecil yang mencerminkan praktik vaginal hygiene yang buruk (Sukmawati, Anisa, & Handayani, 2024).

Perilaku personal hygiene merupakan kombinasi dari pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan diri yang dilakukan sehari-hari untuk menjaga kesehatan, meningkatkan rasa percaya diri, serta mencegah penyakit (Ginting & Astarie, 2013; Darma, Yusran, & Fachlevy, 2017). Personal hygiene memiliki peran penting dalam pencegahan infeksi organ intim. Praktik kebersihan yang kurang baik, seperti jarang mengganti pembalut saat menstruasi dan cara membasuh vagina yang tidak higienis dapat menciptakan lingkungan lembap yang mendukung pertumbuhan jamur *Candida albicans* (Akweley, Isaac, Benjamin, Melody, & Forson, 2023). Data observasi menunjukkan bahwa 62.25% santriwati di lingkungan pesantren memiliki kebiasaan personal hygiene yang tidak baik, sehingga berkontribusi terhadap tingginya angka keluhan keputihan (Sitompul, Sinaga, Situmorang, Tarigan, Sirait, Zai, & Panjaitan, 2025).

Selain kebersihan, pola konsumsi juga berperan dalam menjaga keseimbangan mikroflora vagina. Konsumsi makanan tinggi gula secara berlebihan dapat meningkatkan kadar glukosa dalam sekresi vagina yang menjadi media pertumbuhan jamur dan

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

ragi serta mengganggu aktivitas bakteri baik *Lactobacillus* (Pradina, Yulianti, & Putri, 2025; Sitompul et al., 2025). Meskipun sebagian besar santriwati memiliki pola makan teratur, terdapat 35.71% remaja yang terbiasa mengonsumsi makanan siap saji dan minuman manis yang berisiko menyebabkan ketidakseimbangan pH vagina (Lubis, 2020).

Gaya hidup remaja saat ini cenderung mengarah pada konsumsi makanan cepat saji atau junk food yang tinggi kandungan glikogen dan pemanis buatan. Asupan gula yang berlebihan dapat meningkatkan kadar glukosa dalam urin dan cairan vagina, sehingga menyediakan substrat nutrisi bagi pertumbuhan *Candida albicans* yang menyebabkan kandidiasis (Siallagan, Desmiati, & Nofita, 2025). Fenomena ini banyak ditemukan pada remaja di lingkungan pesantren yang memiliki akses mudah terhadap jajanan manis, namun masih minim edukasi terkait dampak gizi terhadap kesehatan organ intim (Rahmadhani, 2023).

Fenomena keputihan pada remaja di wilayah pedesaan memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan dengan wilayah perkotaan, terutama terkait keterbatasan akses informasi dan ketersediaan air bersih. Desa Bangun Rejo di Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, memiliki aktivitas masyarakat yang cukup dinamis, namun pemahaman remaja putri mengenai kesehatan reproduksi masih tergolong rendah. Observasi awal menunjukkan bahwa banyak remaja putri menganggap keputihan sebagai kondisi yang wajar dan cenderung melakukan pengobatan mandiri tanpa memahami penyebab yang mendasarinya, baik akibat infeksi jamur maupun ketidakseimbangan nutrisi (Sirait, Dewi, Armayanti, Fristika, 2025).

Pola makan remaja di wilayah Deli Serdang mengalami pergeseran seiring meningkatnya akses terhadap makanan olahan dan minuman manis instan di sekitar lingkungan rumah dan sekolah. Konsumsi gula berlebih tidak hanya berdampak pada obesitas, tetapi juga dapat memicu kondisi hiperglikemia lokal pada area vagina yang menekan peran sistem imun mikro, khususnya bakteri *Lactobacillus*. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengonsumsi gula lebih dari 50 gram per hari

memiliki risiko tiga kali lebih tinggi mengalami keputihan berulang dibandingkan dengan remaja yang membatasi asupan gula (Sukmawati et al., 2024).

Selain pola makan, kebiasaan personal hygiene remaja juga dipengaruhi oleh ketersediaan fasilitas sanitasi dan kebiasaan sehari-hari. Praktik seperti penggunaan pembersih kewanita secara berlebihan atau tidak segera mengganti pakaian dalam setelah aktivitas fisik masih sering dijumpai. Kondisi ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa kelembapan area genital yang tidak terjaga merupakan faktor predisposisi utama terjadinya kolonisasi bakteri patogen pada remaja putri (Kas, 2023).

Sejalan dengan proyeksi kesehatan remaja tahun 2025 yang menekankan pentingnya kemandirian dalam menjaga kesehatan reproduksi, maka identifikasi faktor risiko di tingkat desa menjadi sangat penting. Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian spesifik di yang mengkaji secara simultan hubungan antara faktor nutrisi, khususnya konsumsi gula dan perilaku personal hygiene terhadap kejadian keputihan pada remaja putri (Sinaga, & Silalahi, 2025).

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain Analitik Korelasional menggunakan pendekatan Cross Sectional. Berbeda dengan penelitian deskriptif sebelumnya, pendekatan ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan secara bersamaan dalam satu waktu. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri berusia 12-20 tahun yang berdomisili di Desa Bangun Rejo. Selanjutnya, teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportionate Stratified Random Sampling* agar setiap dusun di Desa Bangun Rejo terwakili secara adil yang berjumlah 98 responden. Apabila populasi kecil, maka dapat menggunakan Sampling Jenuh seperti pada penelitian sebelumnya.

Variabel penelitian terdiri dari variabel independen yaitu pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene. Selain itu, variabel dependen yang digunakan adalah kejadian

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

keputihan pada remaja putri. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang butir soalnya telah lulus dari tahap normalitas dan reliabilitas sampel. Indikator penilaian pada variabel tingkat pengetahuan adalah domain kognitif dengan skala likert. Kategori variabel ini mencakup tingkat baik, cukup, dan kurang yang didasarkan pada persentase total skor jawaban benar. Tingkat pengetahuan responden dikatakan baik apabila mampu menjawab 76%-100%, cukup apabila menjawab 56-75%, dan dikatakan kurang apabila <56% dari total pertanyaan benar.

Selain itu, indikator penilaian variabel personal hygiene terbagi menjadi dua kategori, yaitu baik dan tidak baik. Indikator personal hygiene mencakup kebiasaan membersihkan organ intim dari arah depan ke belakang, mengganti celana dalam minimal 2x sehari, menggunakan bahan katun yang menyerap keringat, menghindari celana ketat, dan perilaku menjaga kebersihan saat menstruasi (mengganti pembalut secara rutin). Responden dikatakan personal hygiene dalam kategori baik apabila memperoleh nilai >75% dari total nilai, sedangkan responden yang dikatakan buruk mendapat nilai <75%.

Selanjutnya indikator penilaian variabel pola makan terbagi menjadi dua bentuk yaitu baik dan tidak. Responden dikatakan memiliki pola makan yang baik apabila memperoleh nilai >75% dan dikatakan buruk apabila memperoleh nilai <75% dari total nilai keseluruhan.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui data distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan, *personal hygiene*, dan pola makan. Sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan tiap variabel menggunakan Uji Chi-Square.

HASIL

Tabel 1. Data Karakteristik Responden (N=98)

Variabel	Hasil
Tingkat Pengetahuan (n/%)	
Baik	16/16.32
Cukup	24/24.48
Kurang	58/59.20
Personal Hygiene (n/%)	
Baik	37/37.75
Tidak Baik	61/62.25
Pola Makan	
Pola Makan Baik	63/64.28
Pola Makan Tidak Baik	35/35.71

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong kurang, yaitu sebanyak 58 orang (59.20%) dengan aspek personal hygiene mayoritas menunjukkan perilaku yang tidak baik yaitu sebanyak 61 orang (62.25%), sementara pola makan responden berada pada kategori baik yaitu sebanyak 63 orang (64.28%).

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

Tabel 2. Hubungan Pola Makan Tinggi Gula dan Kebiasaan Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan (N=98)

Variabel	Keadian Keputihan		p value
	Keputihan Patologis (Tidak Normal) (n/%)	Keputihan Fisiologis (Normal) (n/%)	
Pola Makan			
Tidak	28/28.7	7/7.14	0.000
Baik	15/15.31	48/48.98	
Personal Hygiene			
Tidak	52/53.06	9/9.18	0.014
Baik	4/4.08	33/33.67	

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada responden. Remaja dengan pola makan tidak baik atau tinggi gula lebih banyak mengalami keputihan patologis yaitu sebanyak 28 orang (28.57%), dibandingkan dengan keputihan fisiologis sebanyak 7 orang (7.14%), dan uji statistik menunjukkan nilai $p = 0.000$. Sementara itu, pada responden dengan pola makan baik atau rendah gula, sebagian besar mengalami keputihan fisiologis yaitu 48 orang (48.98%) dengan keputihan patologis hanya pada 15 orang (15.31%). Selain itu, personal hygiene yang tidak baik juga didominasi oleh kejadian keputihan patologis sebanyak 52 orang (53.06%) dibandingkan keputihan fisiologis sebanyak 9 orang (9.18%) dengan nilai $p = 0.014$, sedangkan responden dengan personal hygiene baik sebagian besar mengalami keputihan fisiologis, yaitu 33 orang (33.67%). Nilai p pada hasil uji *Chi-Square* pada masing-masing variabel menunjukkan nilai <0.05 yang artinya ada pengaruh secara signifikan pada tiap variabel.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian keputihan pada remaja tidak terjadi secara kebetulan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor perilaku dan gaya hidup. Analisis statistik membuktikan adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dan personal hygiene dengan kejadian keputihan, baik fisiologis maupun patologis. Remaja dengan pola makan tinggi gula dan personal hygiene yang buruk cenderung mengalami keputihan patologis dalam proporsi yang lebih besar dibandingkan remaja dengan perilaku sehat. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa kesehatan reproduksi remaja sangat dipengaruhi oleh keseimbangan antara faktor internal dan eksternal.

Hubungan antara pola makan tinggi gula dengan kejadian keputihan patologis terlihat sangat signifikan dalam penelitian ini. Sebagian besar responden dengan pola makan tidak baik atau tinggi gula mengalami keputihan patologis, sedangkan responden dengan pola makan rendah gula lebih banyak mengalami keputihan fisiologis. Hal ini menunjukkan bahwa asupan nutrisi, khususnya gula, berperan penting dalam menjaga keseimbangan ekosistem vagina. Kondisi tersebut sejalan dengan mekanisme biologis yang menjelaskan bahwa konsumsi gula berlebih dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan mikroorganisme patogen (Akweley et al., 2023).

Secara biokimia, konsumsi gula yang berlebihan akan meningkatkan kadar glikogen pada sel epitel vagina. Glikogen yang tinggi akan diubah menjadi glukosa, sehingga menciptakan kondisi hiperglikemia lokal yang sangat ideal bagi pertumbuhan jamur *Candida albicans*. Selain itu, kadar gula yang tinggi dapat mengganggu fungsi bakteri baik *Lactobacillus* yang berperan menjaga pH vagina tetap asam. Ketika keseimbangan pH terganggu, mekanisme pertahanan alami vagina melemah, maka meningkatkan risiko terjadinya keputihan patologis (Akweley et al., 2023).

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

Selain pola makan, personal hygiene juga terbukti memiliki hubungan yang kuat dengan kejadian keputihan. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan praktik personal hygiene yang tidak baik mengalami keputihan patologis. Perilaku kebersihan diri yang buruk menjadi faktor determinan utama yang mempercepat terjadinya infeksi pada organ reproduksi remaja. Temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa personal hygiene memiliki kontribusi signifikan terhadap kesehatan reproduksi remaja (Suka, 2025).

Selain itu di Desa Bangun Rejo, praktik personal hygiene yang kurang baik masih sering dijumpai seperti cara membasuh organ intim dari belakang ke depan dan penggunaan pakaian dalam berbahan sintetis yang tidak menyerap keringat. Cara membasuh yang tidak tepat dapat menyebabkan perpindahan bakteri *Escherichia coli* dari anus ke vagina, sehingga meningkatkan risiko infeksi. Selain itu, kondisi lembap akibat jarang mengganti pakaian dalam menciptakan lingkungan yang ideal bagi pertumbuhan mikroorganisme patogen. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa remaja dengan personal hygiene buruk memiliki risiko 3.8 kali lebih besar mengalami keputihan dibandingkan remaja dengan kebersihan organ intim yang baik (Mambaus, Di, & Manyar, 2024).

Meskipun pola makan dan personal hygiene merupakan faktor langsung, tingkat pengetahuan remaja yang masih rendah menjadi faktor akar permasalahan dalam penelitian ini. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi, sehingga menganggap keputihan sebagai kondisi yang normal, dan tidak memerlukan perhatian khusus. Kurangnya pengetahuan ini menyebabkan remaja tidak mampu memilih pola makan yang sehat serta tidak memahami teknik perawatan organ intim yang benar. Kondisi tersebut sesuai dengan teori perilaku Lawrence Green yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi utama dalam pembentukan perilaku kesehatan.

Interaksi antara faktor nutrisi dan personal hygiene menjadi temuan penting dalam penelitian ini. Remaja dengan pola makan tinggi gula akan memiliki risiko yang jauh lebih besar mengalami keputihan patologis apabila disertai dengan praktik

personal hygiene yang buruk. Hal ini menunjukkan bahwa keputihan tidak dapat dipandang sebagai akibat dari satu faktor tunggal, melainkan hasil dari interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Sehingga, upaya pencegahan harus dilakukan secara holistik melalui edukasi gizi seimbang dan pelatihan praktik kebersihan organ intim yang benar (Sirait et al., 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat teori kesehatan reproduksi yang menyatakan bahwa kejadian keputihan dipengaruhi oleh kombinasi faktor kebersihan dan metabolisme tubuh. Temuan bahwa sebagian besar remaja dengan konsumsi gula tinggi mengalami keputihan patologis memberikan dasar ilmiah yang kuat untuk memasukkan aspek nutrisi dalam program edukasi kesehatan reproduksi remaja. Sehingga, intervensi kesehatan tidak hanya berfokus pada personal hygiene, tetapi juga pada pengendalian asupan gula. Pendekatan terpadu ini diharapkan mampu menurunkan angka kejadian keputihan patologis pada remaja secara berkelanjutan (Batubara, 2022).

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan patologis pada remaja putri dengan sebagian besar responden mengalami gejala keputihan tidak normal seperti gatal, bau tidak sedap, dan perubahan warna cairan vagina. Kondisi ini dipengaruhi oleh rendahnya tingkat pengetahuan remaja yang mayoritas berada pada kategori kurang, sehingga berdampak pada pemilihan pola makan tidak sehat serta praktik kebersihan diri yang tidak tepat. Kombinasi antara konsumsi makanan tinggi gula dan personal hygiene yang buruk terbukti menjadi faktor dominan yang meningkatkan risiko infeksi *flour albus*.

DAFTAR PUSTAKA

Aji, S. P., Sumarmi, S., Wijayanti, Y. T., & Tyarini, I. A. (2024). Increasing community nutrition awareness through balanced nutrition education program. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 33-39.

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

- Akweley, Q. F., Isaac, N., Benjamin, M., Melody, A. D., & Forson, M. K. (2023). *Knowledge and Attitudes of Female Adolescents on the Causes, Effects and Prevention of Vaginal Candidiasis in the Adenta Municipality of the Greater Accra Region of Ghana*. academia.edu
- Batubara, A. R. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian keputihan (*flour albus*) pada remaja putri di Pesantren Modern Al-Zahrah Bireuen. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 1435–1446.
- Farahdiba, I. (2022). Hubungan kebersihan genitalia terhadap kejadian keputihan pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 6, 1574–1581.
- Darma, M., Yusran, S., & Fachlevy, A. F. (2017). *Hubungan pengetahuan, vulva hygiene, stres, dan pola makan dengan kejadian infeksi flour albus (keputihan) pada remaja siswi sma negeri 6 kendari 2017* (Doctoral dissertation, Haluoleo University).
- Kas, S. R. (2023). Determinan Tingkat Stres Remaja Putri Dengan Keluhan Keputihan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 12(2), 120-127.
- Lubis, P. N. (2020). Diagnosis dan tatalaksana mioma uteri. *Cermin Dunia Kedokteran*, 47(3), 196-200.
- Mambaus, P., Di, S., & Manyar, K. (2024). Edukasi genital hygiene dan kemampuan deteksi dini keputihan patologis bagi santriwati pondok pesantren. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(4), 433–442.
- Ni Putu, N., & Negeri, S. M. K. (2022). Hubungan pengetahuan dan perilaku vulva hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 5, 20-27.
- Pradina, G., Yulianti, S., & Putri, Y. (2025). Hubungan personal hygiene genetalia dengan kejadian keputihan pada remaja santri putri di Pondok Pesantren Al-Qur'an Harsallakum Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 4(4), 941–948.
- Pratiwi, A. Y. (2023). Hubungan perilaku genetalia hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMA Negeri 6 Padangsidempuan tahun 2023 (Skripsi). Program Studi Kebidanan, Indonesia. repository.unar.ac.id
- Puspitasari, D., Ginting, A. S. B., & Astarie, A. D. (2023). efektivitas rebusan daun sirsak (*annona muricata* L) terhadap keputihan pada wanita usia subur Di PMB NY. D Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 4095-4106.
- Rahmadhani, S. (2023). Determinan literasi kesehatan reproduksi pada siswi SMP Negeri 10 Fajar Harapan Kota Banda Aceh. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 4, 820–827.
- Sebtalezy, C. Y., & Widyaningrum, D. A. (2022). Hubungan Perilaku Personal Hygiene Terhadap Kejadian Fluor Albus Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Sabilil Muttaqien Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 7(1), 1-7.
- Siallagan, D., Desmiati, H., & Nofita, R. (2025). Hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan*, 8, 55–62.
- Sinaga, M., & Silalahi, S. B. (2025). Association Of Vulvar Hygiene Practices With Vaginal Discharge In Reproductive-Age Indonesian Women. *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains*, 5(4), 856-861.
- Sirait, S. H., Dewi, A. R., Armayanti, L, Y., & Fristika, Y. O. (2025). *Reproduksi dan kesehatan ibu-anak*. Sumatera Barat: Get Press Indonesia.
- Sitompul, J. S., Sinaga, S. N., Situmorang, F. N. S., Tarigan, R., Sirait, M., Zai, F., & Panjaitan, C. D. O. (2025). Health Education Fluor Albus (Keputihan) In Pregnant Women With Excellent Education Services At PMB Shinta Medan Polonia In 2024. In *Mitra Husada Health Internasional Conference (MIHHICo)* (Vol. 5, No. 1, pp. 229-234).

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>

Analisis hubungan antara pola makan tinggi gula dan kebiasaan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri

- Suka, K. (2025). Hubungan personal hygiene dengan kejadian keputihan pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 221–226.
- Sukmawati, O., Anisa, D. N., & Handayani, D. S. (2024). Faktor-faktor penyebab terjadinya leukhorea (keputihan) pada remaja putri usia 13–19 tahun: Literature review. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 2(9), 659–668.
- Wardani, K., Irmayani, I., & Sundayani, L. (2022). Faktor yang mempengaruhi kejadian keputihan pada wanita usia subur pekerja batu apung. *Midwifery Student Journal (MS Jou)*, 1(1), 1-14.
- Yulfitria, F. (2017). Pengaruh pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan pencegahan *flour albus* patologis. *Jurnal Bidan*, 3(2).

Erin Padilla Siregar*, Diah Pitaloka, Sri Rezeki, Damayanty S, Henny Rista, Misno

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Korespondensi penulis: Erin Padilla Siregar. *Email: erinpadilla@mitrahusada.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2554>