

PENCEGAHAN IRITASI ALAT REPRODUKSI WANITA MENOPAUSE DI DESA SUMBERPORONG KECAMATAN LAWANG KABUPATEN MALANG

Nurul Hidayah^{1*}, Kasiati², Nurul Pujiastuti³, Esti Widiani⁴, Lucia Retnowati⁵, Agus Setyo Utomo⁶

^{1,2,3,4,5,6} Nursing Department, Poltekkes Kemenkes Malang

Correspondence author's email (CA): nurul_hidayah@poltekkes-malang.ac.id

Abstrak

Wanita usia 50 tahun sudah mengalami atau memasuki fase menopause. Akibat penurunan hormon estrogen muncul permasalahan antara lain vagina kering, atrofi urogenital yang bisa menyebabkan terjadinya iritasi alat reproduksi. Iritasi alat reproduksi adalah iritasi pada kulit vagina yang menimbulkan cedera. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana pencegahan iritasi alat reproduksi pada wanita menopause dengan cara vulva hygiene di Desa Sumberporong Kecamatan Lawang Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kasus deskriptif. Peneliti melakukan pengambilan data dengan cara wawancara dan observasi menggunakan lembar observasi yang telah dibuat peneliti. Penelitian dilakukan pada tanggal 23-25 Januari 2024. Jumlah subjek penelitian adalah dua orang. Analisis data menggunakan analisis kualitatif. Hasil penelitian dari observasi alat reproduksi subjek setelah dilakukan vulva hygiene adalah tidak adanya tanda-tanda iritasi. Vagina subjek tidak lagi mengalami keputihan dan tidak mengalami iritasi alat reproduksi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pencegahan iritasi alat reproduksi pada wanita menopause dapat dilakukan dengan cara melakukan vulva hygiene dengan benar dan sesuai anjuran. Kata Kunci : Iritasi alat reproduksi, Pencegahan dengan Vulva Hygiene

Abstract

Women aged 50 years have experienced or entered the menopause phase. Due to the decrease in estrogen hormones, problems such as dry vagina, urogenital atrophy, which may cause irritation of the reproductive organs. Irritation of the reproductive organs is an irritation of the vaginal skin that causes injury. The purpose of this research is to know how to prevent of reproductive organs irritation in post menopausal women by way of vulva hygiene at Sumerporong Village, Lawang Sub-District, Malang Regency. This research uses descriptive case study. The researcher collected data by interview and observation using observation sheet that has been made by the researcher. The study was conducted on January 23-25, 2024. The number of research subjects was two people. Data analysis using qualitative analysis. The result of observation of subject reproduction after vulva hygiene is no signs of irritation. The subject's vagina is no longer whitish and does not irritate the reproductive organs. The conclusion of this study is the prevention of reproductive irritation in menopausal women can be done by doing vulva hygiene correctly and as recommended.

Keywords: Irritation of reproductive organs, Prevention with Vulva Hygiene

PENDAHULUAN

Wanita yang mencapai umur sekitar 45 tahun mengalami penuaan indung telur sehingga tidak sanggup memenuhi hormon estrogen. Sistem hormonal seluruh tubuh mengalami kemunduran dalam mengeluarkan hormonnya. Pada saat ini terjadilah Fase Menopause. (Manuaba & Manuaba, 2009)

Menopause adalah haid terakhir, atau saat terjadinya haid terakhir. Menopause terjadi karena penurunan fungsi indung telur sehingga produksi hormon estrogen berkurang yang mengakibatkan terhentinya atau matinya haid untuk selamanya. Usia terjadi menopause sangat bervariasi, dipengaruhi oleh keturunan, kesehatan umum dan pola hidup. (Pinem, 2009)

Akibat penurunan hormon estrogen, wanita menopause mengalami berbagai keluhan fisik dan psikologis. Keluhan fisik yang timbul diantaranya kekeringan pada vagina, sakit dan nyeri, atrofi urogenital. Sedangkan keluhan psikologis yang timbul di antaranya depresi, kecemasan, lekas marah, dan kelelahan mental. (Andalas, 2015)

Sebuah penelitian tentang menopause yang dilakukan pada tahun 2006 di Canada didapatkan hasil 38% mengalami gangguan tidur, 30%-50% mengalami gangguan urogenital, 50% mengalami kekeringan vagina yang disertai rasa sakit.

Keadaan hipoeestrogen menyebabkan terjadinya atrofi vagina dan vestibulum vulva. Jaringan menjadi lebih tipis, mudah terjadi iritasi dan juga lebih rawan untuk terjadinya infeksi sekunder. PH vagina perempuan premenopause kurang dari 4,5, yang disebabkan adanya produksi asam laktat oleh organisme laktobasilus. PH tersebut akan meningkat menjadi 6 atau lebih pada perempuan postmenopause akibat menurunnya koloni laktobasilus di vagina yang terjadi sekunder akibat berkurangnya sel superfisial, dengan dampak kemudian berupa menurunnya produksi glikogen serta penipisan epitel vagina. Akibat kejadian ini vagina perempuan postmenopause akan dihadapkan pada peningkatan risiko terhadap infeksi dan iritasi. (Archer et al., 2010)

Permasalahan yang terjadi akibat iritasi dan infeksi pada umumnya wanita akan merasakan kering pada vagina, gatal, iritasi, rasa panas dan dispareunia. Mereka juga sering mengeluhkan gangguan urinaria seperti urgensi, peningkatan frekuensi berkemih, nokturia, disuria, inkontinensia, dan infeksi traktus urinaria berulang (RUTI). Apabila gejala-gejala ini tidak diobati maka mereka akan mengalami penurunan kualitas hidup yang dipicu oleh ketidaknyamanan pada vagina, nyeri, dan disfungsi seksual. (Goldstein *et al.*, 2013).

Maka dari itu agar tidak terjadi permasalahan akibat vagina iritasi dan infeksi perlu dilakukan pencegahan pada alat reproduksi wanita menopause akibat penipisan dinding sel epitel vagina yang menyebabkan vagina kering, mudah terinfeksi dan iritasi. Menjaga kebersihan alat reproduksi adalah hal utama yang perlu dilakukan. Vulva hygiene adalah tindakan menjaga kebersihan organ reproduksi khususnya daerah vagina. (Winaris, 2010)

Perawatan organ-organ reproduksi sangatlah penting. Jika tidak dirawat dengan benar, maka dapat menyebabkan berbagai macam

akibat yang dapat merugikan (Kusmiran, 2011). Kebersihan kelamin memiliki peran penting dalam mencegah infeksi. Infeksi genitalia banyak terjadi pada wanita, karena prinsip kebersihan kelamin yang benar tidak diketahui secara memadai, maka perlu pengetahuan tentang kebersihan yang baik bagaimana cara menjaga kebersihan organ genitalia (Sevil, et al. 2013). Selain itu upaya

pencegahan lain yang perlu dilakukan adalah pemeriksaan alat kelamin, mengkonsumsi nutrisi yang mengandung fito-estrogen (kedelai, tahu, tempe) dapat membantu menggantikan hormon estrogen yang menurun. (Sibagariang, Pusmaika, & Rismalinda, 2010)

Pada tahap kemunduruan, segala kesempurnaan mulai berakhir, baik dari segi biologis- jasmaniah, maupun mental rohaniah. Perubahan yang menonjol dan sangat dirasakan adalah dari segi jasmaniah. Perubahan jasmani tersebut pada dasarnya tidak hanya terjadi pada tubuh bagian luar saja, akan tetapi terjadi juga pada alat-alat dan berbagai kelenjar dari dalam, yang mengakibatkan berbagai alat yang tak sanggup lagi menjalankan fungsinya. (Karenina, Nurjanah, & dyah ernawati, 2015)

Desa Sumberporong Kecamatan Lawang Kabupaten Malang memiliki posyandu khusus usia lanjut (posyandu Lansia) dengan jumlah wanita 30 orang dan laki-laki 20 orang. Dari 30 wanita tersebut usianya diatas 47 tahun dan sudah memasuki masa menopause, namun hanya 15% yang mengetahui tentang menopause namun sebagian besar tidak mengetahui cara menjaga kebersihan alat reproduksi dengan benar. Mereka juga belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang menopause dan vulva hygiene.

Selain itu di desa tersebut pada 3 sebelumnya kematian wanita postmenopause akibat infeksi alat reproduksi (kanker serviks) cukup tinggi yaitu 20%.

Dalam hal ini peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pencegahan Iritasi Alat Reproduksi pada Wanita Menopause di Desa Sumberporong Kecamatan Lawang Kabupaten Malang”

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif studi kasus. Penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat. Dalam bidang kesehatan survei deskriptif digunakan untuk menggambarkan atau memotret masalah kesehatan. (Notoadmodjo, 2012)

Jenis penelitian studi kasus ini menggunakan observasi partisipatif. Observasi partisipatif adalah observasi dimana pengamat (*observer*) benar-benar mengambil bagian dalam kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh sasaran pengamatan (*observee*), dengan kata lain pengamat (*observer*) ikut aktif berpartisipasi pada aktivitas dalam kontak sosial yang tengah diselidiki. (Notoatmodjo, 2012 : 133)

Dalam desain penelitian ini peneliti menggambarkan keadaan dari alat reproduksi wanita menopause setelah dilakukan Pencegahan Iritasi Alat Reproduksi Wanita Menopause di Desa Sumberporong dengan mengambil 2 subjek penelitian yang akan diteliti dan diobservasi lalu dicatat pada lembar observasi yang disiapkan peneliti.

SUBJEK PENELITIAN

Subyek penelitian merupakan sumber utama data penelitian, yaitu yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang diteliti. Subjek penelitian dalam

penelitian ini adalah wanita menopause usia 50 tahun di Desa Sumberporong Kecamatan Lawang Kabupaten Malang pada tanggal 23-25 Januari 2024

TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Pada penelitian ini menggunakan metode wawancara dengan jenis observasi partisipatif.

Wawancara bebas terpimpin digunakan untuk memperoleh data yang diambil dari subjek dengan berpedoman pada lembar wawancara untuk memperdalam data secara rinci mengenai upaya pencegahan iritasi alat reproduksi wanita menopause.

Observasi partisipatif adalah observasi dimana pengamat (*observer*) ikut aktif berpartisipasi pada aktivitas dalam kontak sosial yang tengah diselidiki. (Notoatmodjo, 2012 : 133)

Penelitian ini menggunakan observasi berupa daftar check list dalam penggalan data tentang keadaan vagina wanita menopause setelah dilakukan pencegahan iritasi alat reproduksi dengan vulva hygiene.

PENGOLAHAN DATA

Pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data disajikan secara tesktual/narasi. Hasil yang diperoleh menguraikan tentang bagaimanakah vulva hygiene dapat mencegah iritasi alat reproduksi pada wanita menopause selama 14 hari.

Kesimpulan ini diambil terhadap keadaan vagina setelah dilakukan pencegahan iritasi alat reproduksi dengan cara vulva hygiene.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Umum Subjek

Studi kasus ini dipilih dua responden sebagai subjek penelitian Subjek I dan Subjek II. Kedua subjek studi kasus diberikan penjelasan tentang pencegahan iritasi alat reproduksi dengan cara vulva hygiene. Subjek studi kasus bersedia menandatangani lembar informed consent.

Peneliti melakukan kontrak waktu selama 2 minggu. Subjek studi kasus dikenalkan mengenai vulva hygiene. Intervensi pelaksanaan vulva hygiene dilakukan setiap hari. Subjek hendaknya melakukan vulva hygiene setiap mandi, setelah buang air kecil dan buang air besar.

Selanjutnya peneliti melakukan observasi keadaan alat kelamin subjek diruang tertutup yang hanya ada peneliti dan subjek saja dengan menjaga privasi dan kenyamanan subjek menggunakan lembar observasi yang telah dibuat peneliti. Observasi dilakukan setiap hari selama 14 hari.

1. Subjek I

Subjek studi kasus pertama (Subjek I) berusia 50 tahun beragama Islam bersuku Jawa dengan pendidikan terakhir yang ditempuh adalah SMP (Sekolah Menengah Pertama). Subjek I tinggal bersama suami keduanya. Suami pertama

telah meninggal dunia. Kedua anaknya telah berkeluarga dan tinggal di rumah masing-masing.

Pekerjaan Subjek I adalah pedagang makanan. Subjek I merupakan anggota posyandu lansia di dusun watugel. Subjek I baru saja menopause sekitar 6 bulan yang lalu. Setelah menopause terkadang masih keputihan namun tidak gatal. Ia terbiasa cebok dengan menggunakan sabun untuk membasuh alat kelaminnya. Selain itu Subjek I juga belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang vulva hygiene.

2. Subjek II

Subjek studi kasus kedua (Subjek II) berusia 50 tahun beragama Islam bersuku Jawa dengan tingkat pendidikan terakhir SD. Subjek II tinggal bersama anak dan suami beserta 2 orang anak, serta 1 orang cucu. Ia adalah ibu rumah tangga. Subjek II menopause sekitar 1 tahun yang lalu. Ia masih mengalami keputihan yang terkadang disertai gatal namun tidak panas.

Subjek II juga merupakan anggota posyandu lansia di dusun watugel. Kebiasaan ceboknya menggunakan air bersih saja namun setelah itu alat kelamin tidak dikeringkan menggunakan handuk bersih. Subjek II mengatakan belum pernah mendapat penyuluhan tentang vulva hygiene.

PEMBAHASAN

Berikut pembahasan studi kasus tentang pencegahan iritasi alat reproduksi pada wanita menopause setelah dilakukan vulva hygiene

Menurut Sibagariang,dkk 2010, Menopause adalah haid terakhir yang dialami oleh wanita yang masih dipengaruhi oleh hormon reproduksi yang terjadi pada usia menjelang atau memasuki 50 tahun. Menopause adalah haid terakhir yang dialami seorang wanita. Pada studi kasus ini subjek I merupakan wanita usia 50 tahun yang sudah mengalami menopause, subjek II juga merupakan wanita usia 50 tahun yang sudah mengalami menopause.

Menurut Pinem,2009, wanita menopause juga berpotensi mengalami kekeringan vagina, vagina terasa kering, gatal, mudah luka, sering keputihan, pH vagina meningkat dan rentan terhadap infeksi bakteri. Subjek I merupakan wanita menopause yang mengalami keputihan divagina berupa gumpalan putih. Subjek I belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang vulva hygiene. Subjek II merupakan wanita menopause yang mengalami keputihan berupa lendir putih dan terkadang terasa gatal. Subjek II juga belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang vulva hygiene.

Seperti yang diketahui, menurut Setiawan 2017 tanda-tanda iritasi alat reproduksi meliputi gatal-gatal, kemerahan, rasa terbakar, banyak lendir/keputihan, ada luka/perdarahan, nyeri saat/sesudah BAK. Subjek I merupakan wanita menopause yang mengalami keputihan berupa gumpalan putih dan beresiko mengalami iritasi alat reproduksi. Subjek II juga mengalami keputihan berupa lendir putih dan disertai rasa gatal yang beresiko terjadi iritasi alat reproduksi.

Menurut Winaris, 2010 pencegahan iritasi alat reproduksi dapat dilakukan dengan cara vulva hygiene. Vulva hygiene adalah tindakan menjaga kebersihan organ reproduksi. Kedua subjek telah mendapatkan penyuluhan tentang vulva hygiene. Kemudian kedua subjek telah menerapkan vulva hygiene selama 2 minggu. Menurut Feerer 2001, sebaiknya Vulva hygiene dilakukan setiap mandi, setelah BAK, setelah BAB.

Vulva hygiene yang digunakan sesuai SOP yang diajarkan peneliti kepada subjek adalah vulva hygiene menggunakan air matang. Karena dengan menggunakan air matang adalah salah satu usaha untuk mengurangi/membunuh bakteri yang ada didalam air. Sehingga efektif digunakan untuk membersihkan daerah vagina.

Sebelum dilakukan vulva hygiene keadaan alat reproduksi subjek I mengalami keputihan berupa gumpalan putih disekitar vaginanya. Tidak ada luka / perdarahan pada vagina. Setelah dilakukan Vulva Hygiene dengan air matang, Subjek I pada hari 1-5 masih mengalami keputihan berupa gumpalan putih disekitar vagina. Selanjutnya keputihan tidak muncul lagi pada observasi hari 6-14..

Pada Subjek II, sebelum dilakukan vulva hygiene keadaan alat reproduksi mengalami keputihan berupa lendir putih dan subjek mengatakan disertai rasa gatal. Subjek pernah sesekali menggaruk vaginanya namun saat diobservasi tidak terdapat luka / perdarahan pada vagina. Setelah dilakukan vulva hygiene dengan air matang pada hari 1-5 adanya keputihan berupa lendir putih disertai rasa gatal, hari 6-7 keputihan saja tanpa disertai rasa gatal. Selanjutnya didapatkan bahwa keputihan berkurang dan tidak muncul lagi pada observasi hari ke 8-14 serta didapatkan tidak adanya iritasi alat reproduksi.

Dengan dilakukannya vulva hygiene yang rutin oleh subjek, tanda-tanda iritasi alat reproduksi menurut Setyawan 2017 berupa gatal-gatal, kemerahan, rasa terbakar, rasa tidak nyaman setelah BAK, banyak lendir/keputihan, perdarahan tidak muncul pada kedua subjek.

Dari hasil studi kasus, vulva hygiene menggunakan air matang dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dan dalam penerapan harus sesuai SOP dan anjuran yang diberikan yaitu vulva hygiene dilakukan setiap saat mandi, setiap selesai BAK, setiap selesai BAB. Sehingga vulva hygiene selama 2 minggu kedua subjek menunjukkan hasil berupa tidak adanya tanda-tanda terjadinya iritasi alat reproduksi.

KESIMPULAN

Pada subjek I dilakukan vulva hygiene secara rutin selama 2 minggu didapatkan keputihan tidak muncul lagi mulai hari-6 sampai hari-14. Setelah 2 minggu melakukan vulva hygiene didapatkan tidak adanya tanda-tanda iritasi alat reproduksi. Hal ini disebabkan subjek I melakukan vulva hygiene sesuai anjuran setiap mandi, setelah buang air kecil dan setelah buang air besar,

Pada subjek II dilakukan vulva hygiene secara rutin selama 2 minggu didapatkan keputihan tidak muncul lagi mulai hari-8 sampai hari-14. Setelah 2 minggu melakukan vulva hygiene didapatkan tidak adanya tanda-tanda iritasi

alat reproduksi. Subjek II melakukan vulva hygiene sesuai anjuran yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, A. (2007). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. (Nurchasanah, Ed.) (2nd ed.). jakarta: Salemba Medika.
- Andalas, U. (2015). kualitas hidup wanita menopause, 1-7.
- Aqila. (2010). *kesehatan reproduksi wanita*. Jakarta: Penerbit buku kedokteran EGC
- Archer, D. F., Baber, R., Branco, C. C., Villiers, T. J. De, Gompel, A., Guidozzi, F., ... Villaseca, P. (2010). Rekomendasi penanganan atrofi vagina perempuan postmenopause, 1-31.
- Hamid, A. Y. S. (2007). *Buku Ajar Riset Keperawatan Konsep, Etika, & Instrumental*. (M. Ester & D. Widiarti, Eds.) (2nd ed.). jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Karenina, pizka rizky, Nurjanah, & dyah ernawati. (2015). Perilaku Lansia Menopause Dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi Di Posyandu Lansia Mawar Putih RW IX Kelurahan Gajah Mungkur Semarang.
- Maita, L., Pitriani, R., Studi, P., Sekolah, K., Ilmu, T., Hang, K., ... Pekanbaru, K. (2013). Karakteristik Wanita dengan Keluhan Masa Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari, 2(5), 2010-2013.
- Manuaba, I. A. C., & Manuaba, I. B. G. F. (2009). *memahami kesehatan reproduksi wanita*. (M. Ester, Ed.) (2nd ed.). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Notoadmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Rev. 2). jakarta: Rineka Cipta.
- Pinem, S. (2009a). *kesehatan reproduksi dan kontrasepsi*. (nata wijaya, Ed.) (1st ed.). jakarta.
- Pinem, S. (2009b). *pinem*. (nata wijaya, Ed.) (1st ed.). jakarta: cv. trans info media.
- Setiadi. (2007). *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan* (1st ed.). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sibagariang, eva elly, Pusmaika, R., & Rismalinda. (2010a). *kesehatan reproduksi wanita*. (Jusirm@n, Ed.) (1st ed.). jakarta: cv. trans info media.
- Sibagariang, eva elly, Pusmaika, R., & Rismalinda. (2010b). *kesehatan repproduksi wanita*. (H. Pramono, Ed.) (1st ed.). jakarta: cv. trans info media.
- Stanley, M., & Beare, patricia gauntlett. (2006). *buku ajar keperawatan gerontik edisi 2*. (E. Meiliya & M. Esther, Eds.) (2nd ed.). jakarta: EGC.
- Wahyunita, vina dwi, & Fitrah. (2010). *memahami kesehatan pada lansia*. (jusirm@n, Ed.) (1st ed.). jakarta: cv. trans info media.