

PENELITIAN

**PERBANDINGAN PENGARUH YOGHURT DENGAN TABLET
VITAMIN C TERHADAP PENURUNAN PH VAGINA PADA
MAHASISWI PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2012**

Penelitian Keperawatan Maternitas



**DIANDRA WANDIRA
0810322024**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2012**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi menurut *World Health Organization* (WHO) adalah kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang utuh dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan, dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsinya serta proses-prosesnya. Kesehatan reproduksi sangat perlu mendapatkan perhatian khusus terutama pada masa awal perubahan sistem reproduksi yaitu dimulai pada masa remaja. Adapun remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. WHO (2007) menyebutkan bahwa batasan usia remaja adalah usia 12 sampai 24 tahun, sedangkan menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia dan BKKBN adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin (Widyastuti, Anita, & Yuliasti, 2009).

Pada era globalisasi dan modernisasi telah terjadi perubahan dan kemajuan disegala aspek dalam menghadapi perkembangan lingkungan, kesehatan dan kebersihan, dimana masyarakat dituntut untuk selalu menjaga kebersihan fisik dan organ tubuh. Salah satu organ tubuh yang penting serta sensitif dan memerlukan perawatan khusus adalah alat reproduksi. Apabila alat reproduksi tidak dijaga kebersihannya maka akan menyebabkan infeksi, yang pada akhirnya menimbulkan penyakit. Pengetahuan dan perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi (Dwiana,

2008). Organ reproduksi kurang mendapat perhatian dalam kehidupan sehari-hari, hal ini disebabkan oleh budaya kita yang terkadang merasa kurang nyaman untuk membicarakan masalah seksual, padahal organ tersebut sangat membutuhkan perhatian, terutama kesehatan dan kebersihannya (Laranti, 2009).

Sebagian besar wanita hanya membiarkan saja jika terjadi perubahan lendir pada vagina. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran terhadap kesehatan reproduksi merupakan masalah remaja saat ini. Orang kurang memperhatikan kesehatan reproduksi vagina bahkan dikalangan mahasiswi kesehatan sekalipun. Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional [BKKBN] 2002, mengatakan sasaran program Kesehatan Reproduksi Remaja [KRR] yang dicanangkan pemerintah adalah agar seluruh remaja memiliki pengetahuan, kesadaran sikap dan perilaku reproduksi sehingga menjadikan remaja siap sebagai keluarga berkualitas pada tahun 2015 (Widyastuti, 2009).

Ekosistem vagina merupakan lingkaran kehidupan yang dipengaruhi oleh dua unsur utama, yaitu estrogen dan bakteri *Lactobacillus* atau flora normal. Di sini estrogen berperan dalam menentukan kadar zat gula sebagai simpanan energi dalam sel tubuh (glikogen). Glikogen merupakan nutrisi dari *Lactobacillus*, yang akan dimetabolisme untuk pertumbuhannya. *Lactobacillus (Doderlans bacillus)* bersifat bakteri anaerob gram (+) yang membantu menjaga vagina dengan memproduksi asam laktat, H_2O_2 , dan zat lain yang menghambat pertumbuhan ragi dan organisme yang tidak diinginkan lainnya (Polatti, Rampino, Magnani & Mascarucci, 2006). Keasaman vagina tergantung pada kadar estrogen yang adekuat dan keberadaan *Lactobacillus*. Konsentrasi *Lactobacillus* penting dalam

menentukan kadar pH vagina. Normal sekret vagina bersifat asam, dengan kadar pH normal tubuh seorang wanita 4 – 5 (Lowdermilk, 2010).

Vagina merupakan organ reproduksi wanita yang sangat rentan terhadap infeksi. Hal ini disebabkan batas antara uretra dengan anus sangat dekat, sehingga kuman penyakit seperti jamur, bakteri, parasit, maupun virus mudah masuk ke liang vagina. Infeksi juga terjadi karena terganggunya keseimbangan ekosistem di vagina. Salah satu gejala dan tanda penyakit infeksi organ reproduksi wanita adalah terjadinya keputihan, yaitu cairan yang dikeluarkan berlebih dari vagina (Dwiana, 2008).

Data keputihan tentang kesehatan reproduksi menunjukkan bahwa 75% wanita di dunia mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidup dan 45% diantaranya mengalami keputihan sebanyak 2 kali atau lebih. Di Indonesia kejadian keputihan semakin meningkat. Berdasarkan hasil penelitian menyebutkan bahwa pada tahun 2002 sebanyak 50% wanita Indonesia pernah mengalami keputihan, kemudian tahun 2004 meningkat menjadi 60% dan pada tahun 2008 meningkat lagi menjadi hampir 70% wanita Indonesia pernah mengalami keputihan setidaknya sekali dalam hidupnya (Katharini, 2009).

Banyak wanita yang tidak tahu tentang keputihan sehingga mereka menganggap keputihan sebagai hal yang umum dan sepele, disamping itu rasa malu ketika mengalami keputihan kerap membuat wanita enggan untuk melakukan pemeriksaan. Padahal keputihan tidak bisa dianggap sepele, karena akibat dari keputihan sangat fatal bila lambat ditangani tidak hanya bisa mengakibatkan kemandulan dan hamil diluar kandungan, keputihan juga bisa

merupakan gejala awal dari kanker leher rahim yang bisa berujung kematian (Dwiana, 2008).

Setiap tahunnya 8.000 perempuan meninggal dunia karena menderita kanker leher rahim. Sebuah fakta yang menakutkan, ini artinya hampir tiap jam, seorang perempuan Indonesia meninggal dunia karena digerogeti kanker leher rahim. Sering kali kanker leher rahim menyerang dan membunuh perempuan pada usia produktif yakni usia 30-50 tahun, namun dapat muncul pula pada perempuan dengan usia yang lebih muda (Laila, 2008).

Vagina yang memiliki pH tinggi merupakan awal dari infeksi pada organ tersebut. Upaya yang bisa dilakukan jika pH vagina tinggi, salah satunya dengan cara pemberian vitamin C. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Polatti, dkk (2006) di University of Pavia, Italia, kepada 13 orang wanita yang diberikan tablet vitamin C 250 mg, efektif menurunkan pH vagina rata-rata sebesar 1,39 dengan melakukan pengukuran 14-16 jam setelah mengkonsumsi vitamin C. Penelitian berbeda yang dilakukan oleh Murdoch (2011), Canada yaitu pasien di instruksikan memasukkan tablet asam ascorbat 250 mg ke dalam vagina ketika akan tidur, pemberian formula asam ascorbat berlebihan dapat juga meiritasi sel epitel vagina karena kering. Asam Ascorbat dapat mengasamkan cairan vagina, dan mengusir mikroorganisme patogen disana, tidak terhadap *Lactobacillus* yang dapat berespon terhadap keasaman vagina.

Vitamin C merupakan vitamin yang larut dalam air dan penting untuk kehidupan serta untuk menjaga kesehatan. Vitamin C termasuk golongan antioksidan karena sangat mudah teroksidasi oleh panas, cahaya, dan logam

(Harryatmi, 2004). Vitamin C dapat ditemukan pada hampir semua tumbuh-tumbuhan dan hewan. Manusia adalah pengecualian karena tidak mempunyai enzim *L-gulono- α -lakonoksidase* akibat adanya mutasi fungsi. Manusia harus mendapatkan asam askorbat melalui nutrisi untuk memenuhi kebutuhan tubuh (Sudjadi, 2008). Kebutuhan vitamin dalam tubuh harus terpenuhi. Dalam aktivitas sehari-hari tubuh sangat memerlukan vitamin yang digunakan sebagai pengatur metabolisme dan meningkatkan sistem imunitas dalam tubuh terutama vitamin C (asam askorbat) (Harryatmi, 2004).

Kekebalan tubuh juga meningkat dengan cara mengonsumsi minuman fermentasi. Yoghurt adalah sebuah produk susu yang dihasilkan oleh bakteri fermentasi susu. Fermentasi susu menjadi yoghurt dilakukan dengan bantuan bakteri asam laktat yaitu *Lactobacillus bulgaricus* dan *Streptococcus thermophilus* (Sarajudin, Fauzy & Dwi. P, 2008). Susu merupakan bahan makanan yang mempunyai nilai gizi tinggi. Hampir semua zat yang dibutuhkan oleh tubuh kita terdapat dalam susu. Susunan yang sempurna ini merupakan media yang sangat baik bagi pertumbuhan organisme, sehingga susu sangat peka terhadap kontaminasi mikroorganisme serta sangat mudah menjadi busuk. Teknologi yang diterapkan untuk mengatasi keadaan tersebut, dengan meningkatkan daya guna susu mencakup usaha-usaha untuk meningkatkan manfaat susu dengan cara mengolahnya menjadi produk lain untuk dapat dipasarkan. Yoghurt adalah salah satu dari hasil pengolahan susu yang mempunyai nilai gizi tinggi (Anonim, 2009).

Yoghurt memiliki kandungan nutrisi yang baik untuk kesehatan. Beberapa keunggulan yoghurt adalah kaya protein, memiliki kandungan kalsium, natrium,

vitamin A dan vitamin E. Selain itu dalam sebuah penelitian kecil, wanita diabetes yang mengonsumsi yoghurt mengalami penurunan tingkat keasaman (pH) serta penurunan infeksi candida dengan meningkatkan flora normal di vagina. Infeksi Candida pada vagina merupakan masalah yang banyak dialami wanita dengan gejala keputihan (Morgan, 2009).

Data rekam medis poli klinik rumah sakit M.Djamil Padang pada tahun 2011 ada 252 pasien yang berkunjung dengan keluhan keputihan. Ini meningkat dari tahun 2010 yang hanya berkunjung 179 pasien. Dari 252 pasien yang mengeluhkan tentang keputihan 18,75 % merupakan usia remaja (12-24 tahun), usia 25-45 sebesar 48,4%, usia lebih dari 45 tahun 32,1 % dan selebihnya usia dibawah 12 tahun sebesar 0,8 %.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 Februari 2012 di poli klinik kebidanan RSUP M.Djamil Padang, dari 24 pasien yang berkunjung yang terdiri dari delapan pasien pemeriksaan kehamilan, delapan pasien bermasalah dengan vaginanya dan delapan pasien dengan masalah yang lain. Delapan pasien yang bermasalah dengan vagina diantaranya tiga pasien datang dengan keluhan keputihan dua diantaranya berusia remaja dan satu pasien dengan usia sudah menopause, tiga pasien terdiagnosa vaginitis dan dua orang pasien dengan diagnosa kanker leher rahim.

Masalah kelebihan sekret vagina juga terjadi pada masa pasca pubertas atau remaja, karena terjadi ketidakseimbangan hormon pada usia ini. Banyak wanita tidak mempedulikan jika mengalami sekret berlebihan pada vaginanya, hal ini bersifat pribadi kalau diperbincangkan. Hasil wawancara terhadap 10

mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas , seluruhnya mengatakan tidak tahu apakah pH vaginanya normal atau tidak, karena tidak pernah mengukurnya. Kesepuluh mahasiswi tersebut mengatakan pernah keluar lendir berlebihan pada vaginanya, baik itu berwarna putih susu ataupun putih kekuning-kuningan. Tindakan yang mereka lakukan sebagian besar hanya membiarkan saja, dua dari mahasiswi tersebut menggunakan air sirih dan pencuci vagina untuk mengatasinya, dan kesepuluh mahasiswi mengatakan tidak pernah mengonsumsi tablet vitamin C dan yoghurt untuk mengatasi hal tersebut.

Berdasarkan fenomena diatas dan manfaat yang ditimbulkan dari mengonsumsi yoghurt dan tablet vitamin C terhadap penurunan pH vagina maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana perbandingan pengaruh pemberian yoghurt dengan tablet vitamin C terhadap penurunan pH vagina pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Andalas Padang 2012.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu bagaimana perbandingan pengaruh pemberian yoghurt dengan tablet vitamin C terhadap penurunan pH vagina pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang 2012 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbandingan pengaruh yoghurt dengan tablet vitamin C terhadap penurunan pH vagina pada mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas Andalas Padang 2012.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Gambaran kadar pH vagina sebelum dan sesudah diberikan minuman yoghurt pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- b. Mengetahui Gambaran kadar pH vagina sebelum dan sesudah diberikan tablet vitamin C pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- c. Mengetahui perbandingan penurunan kadar pH vagina sesudah pemberian yoghurt dengan tablet vitamin C yaitu antara kelompok eksperimen (yoghurt) dengan kelompok pembanding (tablet vitamin C).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan informasi dan referensi kepustakaan untuk menambah ilmu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang hubungannya dengan pemberian vitamin C dan yoghurt terhadap penurunan pH vagina.

2. Bagi Responden

Diharapkan responden mendapatkan informasi tentang pentingnya kesehatan reproduksi dan pendidikan kesehatan reproduksi khususnya mengenai kebersihan organ reproduksi wanita agar terhindar dari berbagai penyakit infeksi.

3. Bagi Peneliti berikutnya

Sebagai data awal untuk penelitian berikutnya terkait cara pencegahan dan pengelolaan masalah kesehatan reproduksi wanita.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menambah wawasan dalam mempersiapkan, mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menginformasikan data, meningkatkan pengetahuan dalam bidang keperawatan serta dapat menjadi bahan masukan bagi peneliti lain.

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini maka dapat di simpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat perbedaan kadar pH vagina sebelum dan sesudah di berikan yoghurt dan tablet vitamin C
2. Terdapat pengaruh pemberian minuman yoghurt dan tablet vitamin C terhadap penurunan derajat pH vagina.
3. Terdapat perbandingan tingkat penurunan pH vagina antara kelompok eksperiment yang diberi minuman yoghurt dengan kelompok pembanding yang diberi tablet vitamin C dan tablet vitamin C lebih berpengaruh menurunkan pH vagina dibandingkan dengan minuman yoghurt.

B. Saran

1. Bagi profesi keperawatan

Dijadikan sebagai pertimbangan untuk mengambil kebijakan dalam upaya meningkatkan kesehatan system reproduksi sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya penyakit infeksi pada system reproduksi tersebut.

2. Bagi wanita

Menyarankan kepada wanita untuk mengkonsumsi makanan atau minuman yang mengandung vitamin C dan yoghurt sehingga dapat

menjaga keseimbangan pH vagina serta menurunkan derajat pH vagina yang tinggi agar kembali ke rentang normal serta responden lebih memperhatikan tentang kebersihan organ reproduksi. Pengkonsumsian vitamin C lebih efektif daripada yoghurt terhadap penurunan pH vagina, disamping itu harga vitamin C lebih murah dan mudah didapat dibandingkan dengan yoghurt.

3. Bagi Peneliti lain

Peneliti menyarankan pada penelitian berikutnya dapat membandingkan antara tablet Vitamin C dengan buah-buahan yang sama mengandung Vitamin C terhadap penurunan pH vagina pada pasien yang terinfeksi vaginistis maupun yang tidak terinfeksi. Dan Melihat pengaruh Yoghurt terhadap penurunan pH vagina dengan jenis yoghurt lain seperti set yoghurt atau stir yoghurt dan waktu pemberian yang lebih lama. Pengkonsumsian yoghurt dan vitamin C baik digunakan pada ibu hamil yang mengalami ketidakseimbangan hormone sehingga dapat mempengaruhi lingkungan vagina serta dapat mencegah pertumbuhan pathogen dilingkungan vagina ibu hamil, untuk ini perlu penelitian selanjutnya.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadikan bahan informasi dan referensi kepustakaan untuk menambah ilmu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang hubungannya dengan pemberian yoghurt dan tablet vitamin C.