



INTISARI SAINS MEDIS

Published by Intisari Sains Medis

## Personal hygiene genitalia wanita

Made Hermina Laksmi<sup>1</sup>, Ni Made Dwi Puspawati<sup>2\*</sup>,  
Aurelia Stephanie<sup>1</sup>, Putu Gde Hariwangsa<sup>1</sup>



CrossMark

<sup>1</sup>Residen Departemen Dermatologi dan Venereologi, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/ RSUP Prof. dr. I G. N. G. Ngoerah, Denpasar, Bali;

<sup>2</sup>Departemen Dermatologi dan Venereologi, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/RSUP Prof. dr. I G. N. G. Ngoerah, Denpasar, Bali;

\*Korespondensi:

Ni Made Dwi Puspawati;  
Departemen Dermatologi dan Venereologi, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/ RSUP Prof. dr. I G. N. G. Ngoerah, Denpasar, Bali;  
[dwipuspawati@unud.ac.id](mailto:dwipuspawati@unud.ac.id)

Diterima: 25-06-2022  
Disetujui: 12-08-2022  
Diterbitkan: 19-09-2022

### ABSTRACT

Since the beginning, genital hygiene has become a concern for women susceptible to infections of the urinary tract and reproductive system where the vagina is an unsterile organ related to external exposure and close to the anus. Several problems related to the personal hygiene of female genitalia arise due to a lack

of understanding and literature discussing this matter. This literature review will discuss the normal flora of the female genitalia and procedures for daily vaginal care, which aims to increase understanding of female genital personal hygiene.

**Keywords:** Personal hygiene, female genitalia, female reproductive organ.

**Cite This Article:** Laksmi, M.H., Puspawati, N.M.D., Stephanie, A., Hariwangsa, P.G. 2022. *Personal hygiene genitalia wanita*. *Intisari Sains Medis* 13(3): 542-546. DOI: [10.15562/ism.v13i3.1461](https://doi.org/10.15562/ism.v13i3.1461)

### ABSTRAK

Sejak dahulu *hygiene* genitalia sudah menjadi perhatian kaum wanita, karena wanita sangat rentan terkena infeksi traktus urinarius dan sistem reproduksi dimana vagina merupakan organ yang tidak steril yang berhubungan dengan dunia luar serta berdekatan dengan anus. Beberapa masalah terkait *personal hygiene* genitalia wanita timbul akibat kurang

pemahaman dan sedikitnya literatur yang membahas tentang hal ini. Tinjauan pustaka ini akan membahas mengenai flora normal genitalia wanita dan tata cara perawatan vagina sehari-hari yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman terhadap *personal hygiene* genitalia wanita.

**Kata kunci:** *Personal hygiene*, genitalia wanita, organ reproduksi wanita.

**Sitasi Artikel ini:** Laksmi, M.H., Puspawati, N.M.D., Stephanie, A., Hariwangsa, P.G. 2022. *Personal hygiene genitalia wanita*. *Intisari Sains Medis* 13(3): 542-546. DOI: [10.15562/ism.v13i3.1461](https://doi.org/10.15562/ism.v13i3.1461)

## PENDAHULUAN

Organ genitalia merupakan bagian dari anatomi tubuh manusia yang terlibat dalam sistem reproduksi dan seksual.<sup>1</sup> Organ reproduksi wanita terdiri atas organ genitalia eksternal dan genitalia internal.<sup>1,2</sup> Sejak dahulu *hygiene* genitalia sudah menjadi perhatian kaum wanita contohnya penggunaan siring, ratus vagina, air lemon, air cuka, bawang putih maupun anggur dalam praktek kebersihan vagina sehari-hari.<sup>3</sup>

Secara alami vagina telah memiliki mekanisme pertahanan vagina dengan adanya asam laktat yang menjaga pH dalam vagina berkisar antara 3,5-4,5, suasana asam ini tidak memungkinkan terjadinya pertumbuhan dari jamur, protozoa dan bakteri patogen lainnya dengan cara produksi hydrogen peroksida

(H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>) serta substansi bakterisidal (*bacteriocins*) lainnya.<sup>4</sup>

Kesehatan genitalia pada perempuan perlu di jaga karena sangat rentan terkena infeksi traktus urinarius dan sistem reproduksi dimana vagina merupakan organ yang tidak steril yang berhubungan dengan dunia luar serta berdekatan dengan anus.<sup>5</sup> Saat ini banyak wanita diseluruh dunia yang menggunakan berbagai produk kebersihan organ genitalia sebagai bagian dari rutinitas harian yang bertujuan untuk menjaga kebersihan organ genitalia serta mengurangi bau tidak sedap. Pemilihan dan cara pemakaian produk untuk *hygiene* organ genitalia wanita dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu oleh keinginan pribadi, norma budaya, praktek keagamaan, pengaruh sosial serta saran dari praktisi kesehatan.<sup>6</sup>

Beberapa masalah terkait *personal hygiene* genitalia wanita timbul akibat kurang pemahaman dan sedikitnya literatur yang membahas tentang hal ini. Tinjauan pustaka ini membahas mengenai flora normal genitalia wanita, tata cara perawatan vagina sehari-hari untuk meningkatkan pemahaman terhadap *personal hygiene* genitalia wanita.

## FLORA NORMAL GENITALIA WANITA

Pada tubuh manusia terdapat kurang lebih 1000 bakteri flora mikrobial yang disebut dengan flora normal. Pada tahun 1982 Albert doderlein pertamakali melaporkan bahwa flora mikrobial pada vagina terdiri dari koloni batang gram positif yang disebut juga dengan *doderlein's bacilli*. Bakteri ini disebut dengan *lactobacillus*

*species* yang merupakan spesies dominan pada genital mikrobial, bersama dengan bakteri areobik dan anaerobik. Perkembangan jumlah dan aktivitas metabolik laktobasilus memegang peranan penting pada pencegahan dan penanganan beberapa penyakit infeksi, bersama dengan terapi intervensi yang diberikan.<sup>6</sup>

Prevalensi flora mikrobial dari traktus genital wanita terdiri dari *Lactobacillus spp.*, *Lactobacillus crispatus*, *Lactobacillus jensenii* dan *Lactobacillus iners*. Hubungan simbiosis antara *Lactobacillus* dan *host* diatur oleh kadar hormon pada tubuh yang dapat menstimulasi sel epitel vagina untuk memproduksi glikogen. Glikogen tersebut akan dirubah menjadi asam laktat oleh *Lactobacillus* yang dapat menyebabkan suasana asam dengan pH kurang dari 4,5, sehingga dapat mencegah pertumbuhan dari beberapa patogen. Selain *Lactobacillus* flora mikrobial yang terdapat pada traktus genitalia wanita adalah mikolasma dan ureaplasma. Kemudian *Lactobacillus* akan membentuk biofilm yang secara erat menempel pada epitel vagina membuat pertahanan pertama melawan patogen yang potensial. Flora abnormal memproduksi *muclin dregading enzyme* yang memfasilitasi masuknya patogen dan menyebabkan infeksi. Cairan vagina juga mengandung *organic acid peroxide* dan *polypeptide* yang mempunyai fungsi sebagai antibakterial melawan mikroba abnormal atau patogen. *Lactobacillus* juga dapat memproduksi substansi yang dapat menghambat pertumbuhan bakteri gram positif dan negatif, substansi tersebut terdiri dari bakteriosin (komponen antimikroba), *hydrogen peroxide* dan *organic acid*. Substansi ini bukan hanya mengurangi sel bakteri tetapi juga mempengaruhi metabolisme bakterial dan produksi dari toksin. *Lactobacillus* memiliki mekanisme inhibisi secara kompetitif untuk *bacterial adhesion* pada epitel genitalia. Flora mikrobial dari taktus genitalia wanita juga mempunyai peran dalam pencegahan infeksi bakteri melalui imunitas bawaan dan didapat.<sup>4,5,7</sup>

## PERSONAL HYGIENE GENITALIA WANITA SECARA UMUM

Cara untuk membersihkan organ genitalia wanita memiliki perbedaan pada

berbagai daerah serta agama. Beberapa studi menemukan pada imigran Afrika-Caribbean lebih sering membersihkan vulva dengan menggunakan sabun atau antiseptik dibandingkan wanita Kaukasian dan mereka percaya bahwa pembersihan badan yang baik akan memberi dampak yang baik untuk kesehatan dan kesejahteraan. Kemudian pada wanita Yahudi melakukan ritual pembersihan vagina saat periode menstruasi. Pada daerah Mozambique dan Afrika Selatan beberapa wanita membersihkan vagina mereka dengan air lemon dan cuka untuk mengurangi *vaginal discharge* dan mengobati penyakit menular seksual. Pada beberapa studi yang meneliti kebiasaan *personal hygiene* di Indonesia, Mozambique, Afrika Selatan dan Thailand menemukan bahwa para wanita menggunakan beberapa produk seperti pembersih berbahan herbal, *douche*, sabun dan krim vagina untuk menjaga kebersihan genitalia. Pada wanita post menopause setengah dari wanita tersebut mempergunakan *barrier treatment*, bedak dan anti jamur.<sup>8,9</sup>

Pada tahun 2011 *Royal college of obstetricians and gynecologist* (RCOG) dan *Middle East and Central Asia* (MECA) membuat dan mengembangkan panduan *hygiene genitalia* wanita berbasis bukti (*evidence base guidelines*) yang dapat digunakan secara umum. Hasil dari kajian tersebut adalah sebagai berikut: (1) membersihkan menggunakan air yang bersih dengan sedikit campuran sabun untuk membersihkan vulva, (2) disarankan membersihkan sekali sehari oleh karena apabila membersihkan lebih dari itu dapat menyebabkan dermatitis kontak, hindari membersihkan vulva menggunakan *sponge*, hanya menggunakan tangan lalu mengeringkan menggunakan handuk yang lembut, (3) penggunaan pakaian dalam yang tidak ketat, serta tidur sebaiknya tanpa menggunakan pakaian dalam, (4) menghindari mempergunakan pelembut dan pewangi pada pakaian dalam, serta mengganti secara rutin, (5) menghindari mempergunakan *shower gel*, *scrub*, *bubble bath*, deodorant, tisu basah, pembersih atau *douches* pada vulva, beberapa krim termasuk *baby cream* dan krim herbal karena dapat menyebabkan iritasi, (6) hindari menggunakan *panty*

*liner* secara rutin, (7) menghindari penggunaan antiseptik (tambahan ke air mandi) didaerah vulva (8) arah pembersihan area genitalia selalu dari arah depan kebelakang.<sup>10</sup>

## Douching vagina

*Douching* vagina merupakan proses pembersihan pada intravaginal dengan menggunakan campuran cairan. *Douching* dipergunakan untuk kebersihan personal dan juga untuk alasan *aesthetic*, terutama digunakan untuk membersihkan setelah menstruasi atau setelah melakukan hubungan seksual serta dapat mencegah kehamilan. Produk *douching* vagina diklasifikasikan lebih lanjut sesuai dengan indikasi dan bahan aktifnya, indikasi pertama adalah untuk meringankan iritasi kecil pada vagina. Bahan yang dianggap aman dan efektif (kategori 1) adalah *douching* yang mengandung 0,5%-0,3% povidon iodin atau 1%-3% kalium sorbat. Kemudian untuk (katagori 2) adalah memiliki tegangan permukaan yang lebih rendah sehingga menghasilkan efek mukolitik dan proteolitik.<sup>11</sup>

*Douching* vagina berhubungan dengan beberapa risiko kesehatan pada wanita. *Douching* membuang beberapa bakteri normal pada vagina dan menyebabkan risiko terjadinya bakterial vaginosis. *Douching* dengan menggunakan air atau asam asetat menyebabkan perubahan mikroflora pada vagina selama 10 menit, floral mikrobial pada vagina membutuhkan waktu kurang lebih 72 jam untuk kembali pada kondisi normal sebelum dilakukan *douching*. Ketika cairan bakterisidal digunakan pada *douching* terjadi perubahan jangka pendek maupun jangka panjang pada floral mikrobial sehingga menyebabkan pertumbuhan yang berlebih pada organisme patogen yang menekan *Lactobacillus*. Perubahan komposisi mikroflora setelah dilakukannya *douching* menyebabkan terjadinya kondisi bakterial vaginosis (BV). BV meningkatkan risiko kelahiran preterm dan berhubungan dengan bayi lahir dengan berat badan rendah.<sup>12,13</sup>

Beberapa penelitian mendapatkan komplikasi ginekologi yang berhubungan dengan *douching* vagina antara lain bakterial vaginosis, meningkatkan risiko infeksi HIV dan klamidia, dan *pelvic*

*inflammatory disease*. Komplikasi obstetri antara lain kelahiran prematur, bayi lahir dengan berat badan rendah, mengurangi fertilitas, dan kehamilan ektopik.<sup>13</sup>

### **Panty liner**

*Panty liner* bentuknya seperti pembalut tetapi memiliki ukuran yang jauh lebih kecil dan tipis dari pembalut biasa. Penggunaan *panty liner* menjadi kebiasaan diantara wanita yang menginginkan proteksi terhadap sisa darah menstruasi, cairan vagina dan aroma genital yang tidak diinginkan. Semakin tinggi aktivitas dari wanita tersebut semakin sering menyebabkan keluarnya cairan dan aroma pada vagina. Ada beberapa pendapat mengatakan bahwa penggunaan *pantyliner* secara rutin dapat meningkatkan rata-rata suhu kulit 1,1<sup>0</sup>C sehingga mengakibatkan daerah kewanitaan menjadi semakin lembab dapat menyebabkan terjadinya infeksi bakteri dan jamur. Kontes et al. melakukan *systematic review* untuk mengklarifikasi efek dari penggunaan *panty liner* pada traktus genitalia wanita, tidak menemukan perbedaan yang signifikan terhadap *vaginal discharge*, vulva hiperemi, gatal pada vulva, bakterial vaginosis, flora normal vagina (*bacilli*). Baik pada kelompok grup *panty liner* maupun kontrol pada penelitian ini juga didapatkan tidak adanya perbedaan signifikan dalam pH, kejadian iritasi kulit, hilangnya cairan epidermis pada sebelum dan sesudah penggunaan *panty liner*.<sup>14,15</sup>

### **Lactacid acid (asam laktat)**

Terdapat beberapa jenis pembersih vagina yang mengandung asam laktat dan telah terdapat banyak penelitian terhadap pembersih-pembersih vagina tersebut. Bahamondes melakukan studi tentang penggunaan asam laktat dan sabun laktoserum yang diberikan setelah pengobatan metronidazol oral selama 7 hari pada pasien yang didiagnosa BV dengan jumlah partisipan adalah 123 orang kemudian pada pasien-pasien tersebut diberikan 7,5- 10ml asam laktat dan sabun laktoserum sehari sekali untuk kebersihan dari genital eksterna selama 90 hari, hanya 42 wanita yang rutin kontrol hingga akhir studi dan faktor-faktor yang dinilai adalah kenyamanan pada genitalia, bau tidak sedap pada genitalia,

kenyamanan pada saat hubungan seksual, kepuasan terhadap organ genitalia serta kepercayaan diri. Dari ke 42 wanita tersebut memiliki perbaikan signifikan dalam 5 hal yang dinilai dan pada 5 wanita didapatkan kandidiasis vaginal.<sup>16</sup>

Bruning dkk melakukan studi terhadap pemakaian sabun yang mengandung asam laktat (pH 4,2), dimana sabun tersebut digunakan diseluruh badan termasuk di area genitalia eksterna setiap hari selama 48 hari. Hal-hal yang dinilai adalah kelembaban kulit, pH kulit didaerah vulva dan vulva mikrobium. Setelah pemakaian 28 hari pada kulit tidak didapatkan tanda kekeringan, kemerahan, edema, gatal atau rasa terbakar, tidak ada perubahan signifikan pada pH kulit vulva, dan juga tidak ditemukan adanya efek terhadap mikrobium vulva alami juga tidak dijumpai munculnya bakteri atau jamur patogen.<sup>17</sup>

Ver dkk melakukan studi intravaginal *douching* yang mengandung asam laktat pada 25 wanita, semua peserta melakukan *douche* 3 kali dalam 1 minggu (1 bulan), pada akhir studi hanya 19 wanita yang menyelesaikan hingga waktu yang ditentukan, hasil yang didapatkan etos *douche* tidak secara signifikan mempunyai efek terhadap pH vagina dan komposisi vagina mikrobium, meskipun terdapat peningkatan anerobik vaginal mikrobium terutama ketika *douche* dilakukan saat menstruasi dan didapatkan peningkatan *candida albican*.<sup>18</sup>

## **PERSONAL HYGIENE VAGINA DALAM KONDISI TERTENTU**

### **Menstruasi**

Siklus menstruasi menyebabkan perubahan pada lingkungan vagina dimana saat ovulasi, dan menstruasi terjadi perubahan level estrogen dan progesteron sehingga akan mempengaruhi perlekatan bakteri pada epitel vagina, produksi mukus, pH dan level glikogen. Ketika siklus menstruasi, darah menstruasi akan menyebabkan perubahan pH vagina, tetapi jumlah *lactobacillus* tetap dalam batas normal. Bakterial non *lactobasillus* meningkat ketika fase proliferasi dari siklus menstruasi dan konsentrasi *Candida albican* meningkat pada periode menstruasi.<sup>19</sup>

Tantangan pada penanganan

menstruasi adalah bagaimana mengatur aliran darah menstruasi dan memberi edukasi pada wanita yang tidak dapat mengatasi hal ini secara baik. Menurut WHO dan UNICEF definisi *Menstrual Hygiene Management* (MHM) pada wanita dewasa dan remaja adalah penggunaan material *menstrual management* yang bersih untuk menyerap dan untuk mengumpulkan darah yang dapat diganti sesering mungkin pada saat periode menstruasi. Penggunaan sabun dan air untuk membersihkan bagian genitalia sangat dibutuhkan dan adanya akses ke fasilitas untuk membuang atau mempergunakan material untuk penanganan menstruasi. Beberapa masalah yang dapat muncul pada penggunaan material penyerap menstruasi adalah bakterial vaginitis, infeksi saluran kemih dan juga infeksi dari *candida*, hal ini disebabkan oleh rendahnya frekuensi membersihkan material penyerap menstruasi, rendahnya frekuensi pengganti material tersebut serta jarang dilakukannya pembersihan genitalia eksternal ketika menstruasi. Sedangkan infeksi *candida* sering ditemui pada wanita yang mengeringkan barang penyerap tersebut didalam rumah.<sup>20</sup>

Berbagai intervensi dilakukan untuk memperbaiki kebersihan menstruasi pada negara yang belum maju diantaranya edukasi kesehatan menstruasi, melakukan demonstrasi mempergunakan kain yang *reusable pads* yang bersih dan cara membersihkannya. Beberapa produk yang digunakan untuk menyerap darah menstruasi antara lain sebagai berikut: (1) *menstrual cloth* adalah material penyerap darah menstruasi yang dapat dipergunakan kembali, dipergunakan dalam celana dalam atau diikat ke pinggang untuk menyerap cairan menstruasi. *Menstrual cloth* ini harus sering dicuci kemudian dikeringkan dibandingkan dengan *reusable pad*, penggunaan *menstrual cloth* lebih tidak direkomendasikan untuk penanganan kesehatan menstruasi karena penggunaannya berhubungan dengan banyaknya cairan vagina, iritasi pada kulit dan infeksi urogenital. Keuntungan penggunaan kain ini lebih murah, dapat dibuat sendiri dan dapat dipakai kembali, (2) *reusable pad*, dipakai pada celana dalam untuk menyerap darah menstruasi.

*Reusable pad* dibuat dari beberapa bahan alami atau sintesis, setelah digunakan *reusable* dapat dicuci dan dipakai ulang selama 1 tahun. Ada beberapa studi memperlihatkan hubungan antara pemakain *reusable pad* dengan infeksi saluran kemih dan bakterial vaginosis, (3) pembalut sekali pakai dipergunakan didalam celana dalam, pembalut tersebut dibuang setelah maksimal 8 jam, pembalut memiliki beberapa ukuran dan daya serap, material yang berbeda-beda, (4) tampon adalah material yang dapat menyerap darah menstruasi, yang terbuat dari kapas atau rayon yang dimasukan kedalam vagina untuk menyerap aliran menstruasi. Tampon dapat dipakai selama 8 jam dan terdiri dari berbagai ukuran dan disertai aplikator untuk membantu pemasangan tampon. Beberapa wanita sering merasa ketakutan dan nyeri jika tampon tersebut tidak bisa dikeluarkan. (5) *menstrual cup* adalah dari bahan yang tidak diserap berbentuk gel yang dapat diselipkan kedalam vagina untuk menampung cairan menstruasi, terbuat dari *medical-grade silicone*. Menampung darah 3 x lebih banyak dibandingkan dengan pembalut dan tampon. Pemakaiannya harus diganti setiap 6 hingga 12 jam kemudian dibersihkan dan dapat dipasang kembali. Setelah selesai siklus menstruasi cup tersebut harus direbus.<sup>21</sup>

### Kehamilan

Infeksi saluran kencing adalah tipe infeksi bakterial yang umum didapatkan ketika kehamilan hal ini dapat disebabkan karena perubahan fisiologi pada saluran kencing ketika kehamilan, menurunnya tonus kandung kemih, menurunnya tonus uretra yang berkontribusi terhadap meningkatnya stasis urine dan vesikoureteral refluks. Studi Haghdoost dkk. melakukan studi kasus kontrol 97 wanita hamil dengan simptomatik bakteri urin pada kasus dan 90 orang wanita hamil yang sehat pada kontrol pada studi ini menyebutkan bahwa mencuci daerah genitalia dan kencing setelah hubungan seksual dapat mencegah terjadinya infeksi saluran kencing. Pada studi ini dibuktikan juga wanita yang mengganti pakaian dalam kurang dari 3 kali perminggu meningkatkan risiko infeksi saluran

kencing. Cairan vaginal yang banyak oleh karena perubahan hormonal dan fisiologis pada saat kehamilan dapat menyebabkan konsekuensi seperti kelembaban yang tinggi, pertumbuhan kuman dan risiko infeksi urogenital.<sup>22,23</sup>

Prilaku membersihkan vagina dengan cara mempergunakan sabun yang terlalu berlebihan menyebabkan risiko terjadinya infeksi saluran kencing, disarankan untuk membersihkan vagina dengan sabun sehari sekali oleh karena pembersihan vagina yang terlalu sering dapat meningkatkan pH vagina. Beberapa faktor yang menyebabkan insiden BV adalah berbagi penggunaan fasilitas kamar mandi umum dengan tingkat kebersihan yang kurang, tidak mengganti celana dalam setiap hari, mempergunakan celana dalam yang basah, mencuci atau membersihkan genitalia mempergunakan herbal.<sup>24</sup>

### Menopause

Menopause fisiologis terjadi pada wanita yang ditandai dengan berhentinya siklus menstruasi dan hilangnya fungsi dari folikel ovarium. Menopause rata-rata muncul pada usia 52 tahun tetapi 5% wanita mengalami menopause dini pada usia 40 hingga 45 tahun. Pada menopause terjadi penurunan level estrogen akibat dari penurunan estrogen maka akan timbulnya perubahan struktur dan fungsi dari vagina. Mikrobiota pada vagina beradaptasi terhadap perubahan pH vagina dan kadar hormon. Pada pre menopause terjadi penurunan jumlah laktobasilus pada vagina sehingga terjadi penurunan perlindungan terhadap vagina melawan kolonisasi bakteri. Pada menopause terjadi perubahan pH dari asam ke basa sehingga menghasilkan dominasi dari bakteri patogen di vagina. Bakteri tersebut yaitu *G. vaginalis*, *Urealyticum*, *Prevotella*, *Coliform*, *Bacteroides* dan *E. coli*.<sup>25,26</sup>

Penanganan dalam kondisi menopause dengan pemberian lubrikan mengandung gliserin, propilen glycol dan paraben dan pelembab vagina yang mengandung *polymers hydrophilic* selain mempengaruhi kelembaban, juga dapat menurunkan pH. Penanganan lain kondisi menopause adalah dengan pemberian terapi hormonal. Estrogen terapi adalah penanganan standar

terhadap *genito urinary syndrome* pada menopause. Hal ini sudah terbukti berhasil dalam memperbaiki epitel vagina dalam sekresi vagina, menurunkan pH vagina dan memperbaiki keseluruhan gejala vulvo vaginalis. Salah satu jenis obat yang bersifat selektif estrogen reseptor modulator adalah ospenifen, diberikan pada pasien yang bukan kandidat untuk estrogen terapi. Obat ini terbukti efektif dan aman untuk mengobati atrofi vagina, dispareunia dengan cara memperbaiki struktur vagina dan pH.<sup>25,27</sup>

Erekson dkk melakukan suatu studi tentang kebersihan perineal pada 114 wanita menopause, sebanyak 50% mempergunakan setidaknya salah satu dari perawatan vulvo vaginal selama 3 bulan termasuk *douching*, penggunaan panty liner, bedak dan anti jamur. Penggunaan panty liner atau pembalut berfungsi untuk menyerap urin karena keadaan inkontinensia. Vulvitis yang parah sering terjadi akibat kandungan dari pembalut tersebut. *Douching* sering digunakan, *douching* dapat menyebabkan terjadinya gangguan pada flora normal vagina sehingga dapat meningkatkan BV dan infeksi menular seksual.<sup>25,26,27</sup>

### SIMPULAN

Secara alami vagina memiliki mekanisme pertahanan diri. Walaupun demikian banyak wanita tetap menggunakan beberapa produk kebersihan genitalia sebagai bagian dari suatu rutinitas, penggunaan produk-produk tersebut pada beberapa individu kadangkala dapat menimbulkan dampak yang tidak diharapkan seperti bakterial vaginosis, dermatitis kontak iritan, infeksi *Candida Albicans*, abortus dan lain-lain. Sampai saat ini masih sedikit informasi maupun penelitian mengenai *personal hygiene* genitalia wanita sehingga kasus-kasus terkait hal ini masih sering dijumpai pada praktek sehari-hari. Memberi solusi terkait *personal hygiene* genitalia wanita memerlukan pemahaman terhadap, floral mikrobial genitalia wanita, pemahaman terhadap kandungan atau cara kerja dari pembersih atau alat kontrasepsi, serta kajian jurnal atau kepustakaan yang membahas *personal hygiene* genitalia wanita.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan pada publikasi artikel ini.

## PENDANAAN

Tidak ada pendanaan khusus terkait penyusunan dan publikasi tinjauan pustaka ini.

## KONTRIBUSI PENULIS

Penulis MHL berkontribusi pada penyusunan *manuscript* dan penelusuran literatur. Penulis NMDP berkontribusi terhadap ide tinjauan pustaka dan publikasi. Penulis AS dan PGH berkontribusi terhadap pencarian literatur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Moore KL, Dalley AF, Agur AMR. Moore clinically oriented anatomy. Edisi ke-7. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins. 2014
- Drake RL, Vogl AW, Adam WM. Gray's Anatomy for Students. Third Edition. Churchill Livingstone. Elsevier. 2015
- Gonzalez JA, Lemos RV, Cunha-Filho JS, Varghese AC, et al. Overview of the Female Reproductive System. *Exercise and Human Reproduction*. 2016;19-45
- Larsen B, Monif GR. Understanding the Bacterial Flora of The Female Genital tract. *CID*. 2001;69-77.
- Rampersaud R, Randis TM, Ratner AJ. Microbiota of the Upper and Lower Genital Tract. *Semin Fetal Neonatal Med*. 2013;17(1):51-57.
- Dasari S, Anandan SK, Rajendra W, Valluru L. Role of Mikrobial Flora in Female Genital Tract: A Comprehensive Review. *Asian Pac J Trop Dis*. 2016; 6(11): 909-917
- Kumar N. The Female Reproductive System. In: Rosner J, et al, editors. Human Reproduction. Chapter 3. 2016.
- Martinus, Wibawa LP, Effendi EH, Yusharyahya SN, Nilasari H, et al, Vaginal Microbiota on Menopause. *J Gen Pro DVI*. 2016; 1(3):86-92
- Hilber AM, Hull TH, Whyte EP, Bagnol B, et al. A Cross Cultural Study of Vaginal Practices and Sexuality. *Implications for Sexual health: Social Science & Medicine*. 2010; 392-400
- Dasari S. Recent Findings of Lactobacillus Diversity and Their Functional Role in Vaginal Ecosystems. In: Meldhvi K, editor. *Recent Developments in Applied Microbiology and Biochemistry*. Chapter 1. 2019.
- Chen Y, Bruning E, Rubino J. Role of Female Intimate Hygiene in Vulvovaginal Health: Global Hygiene Practices and Product Usage. *Women's Health*. 2017; 1-10
- Jenny L, Martino, Vermud SH. Vaginal Douching: Evidence for Risk or Benefits to Women' Health. *Epidemiol Rev*. 2002; 109-124
- Cottrell BH. Vaginal Douching: *JOGNN*. 2002; 32(1): 12-18
- Pontes AC, Amaral RLG, GiraldoBeghini J, Giraldo HPD, Cordeiro ES. A Systematic Review of the Effect of Daily Panty Liner use on The. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*. 2014; 1-5
- Giraldo PC, Amaral RL, Juliato C, Eleuterio j, Brolazo E, Goncalves AKS. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*. 2011; 61-64
- Bahamondes MV, Portugal PM, Brolazo EM, Simoes JA, et al. Use of Latic Acid Plus Lactoserum Intimate Liquid Soap for External Hygiene in The Prevention of Bacterial Vaginosis Recurrence After Metronidazole Oral Treatment. *Rev Assoc Med Bras*. 2011; 57(4): 415-420
- Bruning E, Cheb Y, McCue KA, Rubino JR, Wilkinson JE. A 28 Day Clinical Assessment of a Latic Acid-Containing Antimicrobial Intimate Gel Wash Formulation on Skin Tolerance and Impact on The Vulvar Microbiome. *Antibiotics*: 2020; 3-21
- Veer CV, Bruisten SM, Houdt RV, Master AA, et al. Effects of an Over the Counter Lactic Acid Containing Intra-Vaginal Douching Product on The Vaginal Microbiota. *BMC Microbiology*. 2019; 19: 168: 1-13
- Kuhlmann AS, Henry K, Wall LL. Menstrual Hygiene Management in Resource-Poor Countries. *CME Review Article*. 2017; 356-375
- Balls E. Menstrual Hygiene Management. *Sanitation and Hygiene Applied Research for Equility*. 2017; 1-33
- Poirier p, Editors. Menstrual Hygiene Material first edition. *Unicef USA*. 2019;1-40
- Haghdooost S, Pazandeh F, Khabazkhoob M, Bhrooz R. *Assocoation Between Sexual and Genital Hygiene Habits with the Urinary Tact Infectin During Pregnancy: A Case-Control Study*. *International Journal of Women's Health and Reproduction Sciences*. 2020; 8(2): 158-163
- Enayat K, Fariba F, Bahram N. Asymptomatic Bacteriuria Among Pregnant Women Referred to Outpatient Clinics in Sanandaj, Iran. *International Barzil Journal Urology*. 2008; 34 (6): 699-700
- Sowole RO, Adegbite AA, Okemakin FY, Sowemimo RO. Correlation Analysis of Bacterial Vaginosis and Hygiene Practices Among Pregnant Women Attending Ante-Natal Clinical at General Hospital Ijebu Ode Ogun Southwestern Nigeria. *International Journal of Medical and Health Research*. 2015; 1(1): 67-74
- Gandhi J, Chen A, Dagur G, Suh Y, Smith N. Genitourinaria Syndrome Of Menopause an Overview Of Clinical Manifestations, Phatophysiology, Etiology, Evaluation And Management. *American JournalOf Obsetric and Gynecology*. 2016; 705-711
- Erekson EA, Martin DK, Brousseau EC, Yip SO, Fried TR. Over-The-Counter Treatments and Perineal Hygiene in Postmenopausal Women. *The Journal of The North American Manapuse Society*. 2014; 21(3): 281-285
- Sherman S, Miller H, Nerukar, Schiff I. Research Oppurtunities for Reducing the Burden of Menopause-Related Symptoms. *The Amrican Journal of Medicine*. 2005; 118(128)1665-1715



This work is licensed under a Creative Commons Attribution