



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, DAN *PERSONAL*  
*HYGIENE* DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN FISILOGIS PADA  
MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**SASMAYA PUSPITA INDRASWARI**

**2110211001**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2024**



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, DAN *PERSONAL*  
*HYGIENE* DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN FISILOGIS PADA  
MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar**

**Sarjana Kedokteran**

**SASMAYA PUSPITA INDRASWARI**

**2110211001**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2024**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sasmaya Puspita Indraswari

NRP : 2110211001

Tanggal : 03 Januari 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 03 Januari 2025

Yang menyatakan,



Sasmaya Puspita Indraswari

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

---

Sebagai *civitas* akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sasmaya Puspita Indraswari  
NRP : 2110211001  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana (PSKPS)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan, dan *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan Fisiologis pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2024”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 03 Januari 2025

Yang menyatakan,



Sasmaya Puspita Indraswari

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

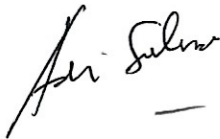
Nama : Sasmaya Puspita Indraswari

NIM : 2110211001

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan, dan *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan Fisiologis pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



dr. Adi Sukrisno, SpOG, FMAS  
NIP. 196703112021211003  
**Penguji**



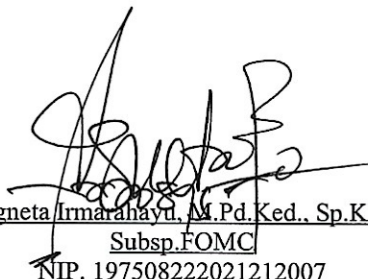
dr. Fachri Razi, SpOG(K), MARS  
NIK. 221112064  
**Pembimbing 1**



Dr. dr. Abdul Kolib, MH  
NIP. 197808192010011009  
**Pembimbing 2**



Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, Mkes., M.Pd.I  
NIP. 19700129200031001  
**Dekan Fakultas Kedokteran**



dr. Agneta Irmahayu, M.Pd.Ked., Sp.KKLP,  
Subsp.FOMC  
NIP. 197508222021212007  
**Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana**

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 28 Oktober 2024

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**Skripsi, Oktober 2024**

**SASMAYA PUSPITA INDRASWARI, No. NRP 2110211001**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, DAN *PERSONAL HYGIENE* DENGAN KEJADIAN KEPUTIHAN FISILOGIS PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2024**

RINCIAN HALAMAN (xv + 79 halaman, 15 tabel, 3 bagan, 10 gambar, 5 lampiran)

**ABSTRAK**

**Tujuan:** Keputihan didefinisikan sebagai sekret yang berlebihan dari vagina selain darah haid. Keputihan bagi sebagian perempuan membuat rasa cemas bagi yang mengalaminya. Mereka akan khawatir jika keputihan berarti terjadi sesuatu pada kesehatan reproduksinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa mengetahui faktor risiko dan perbedaan jenis keputihan yang terjadi menjadi sangat penting. Jika keputihan yang dialami adalah keputihan fisiologis tentunya bukan suatu hal yang perlu dikhawatirkan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan aktivitas fisik, pola makan, dan *personal hygiene* dengan keputihan fisiologis pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ tahun 2024. **Metode:** Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif asosiatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang digunakan terdiri dari sebagian mahasiswi aktif Fakultas Kedokteran UPNVJ yang dipilih menggunakan metode *total sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji *Fisher*, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik ( $p = 0,225$ ), pola makan ( $p = 1,000$ ), dan *personal hygiene* ( $p = 1,000$ ) dengan kejadian keputihan fisiologis pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ. **Kesimpulan:** Kesimpulan dari penelitian ini adalah aktivitas fisik, pola makan, dan *personal hygiene* tidak memengaruhi kejadian keputihan fisiologis pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ tahun 2024. Hal tersebut bisa dikarenakan keputihan yang dialami oleh responden terjadi karena penyebab di luar ketiga variabel tersebut.

**Daftar Pustaka** : 35 (2011-2024)

**Kata Kunci** : Aktivitas Fisik, Keputihan Fisiologis, *Personal Hygiene*, Pola Makan

**FACULTY OF MEDICINE**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

*Undergraduate Thesis, October 2024*

**SASMAYA PUSPITA INDRASWARI, No. NRP 2110211001**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY, DIETARY PATTERN, AND PERSONAL HYGIENE WITH PHYSIOLOGICAL LEUKORRHEA IN FEMALE MEDICAL STUDENTS OF UPNVJ IN 2024***

*PAGE DETAIL (xv + 79 pages, 15 tables, 3 charts, 10 images, 5 appendices)*

**ABSTRACT**

**Objective:** *Leukorrhoea is defined as excessive discharge from the vagina other than menstrual blood. Leukorrhoea for some women causes anxiety for those who experience it. They will worry if leukorrhoea means something is happening to their reproductive health. This shows that knowing the risk factors and the different types of leukorrhoea that occur is very important. If the leukorrhoea experienced is physiological vaginal discharge, it is certainly not something to worry about. This study aimed to explore the relationship between physical activity, diet, and personal hygiene with physiological leukorrhoea in female medical students of UPNVJ in 2024. Method:* *The method used in this study is an associative quantitative method with a cross-sectional approach. The samples used consisted of some active female medical students of UPNVJ who were selected through the total sampling method according to the inclusion and exclusion criteria. Result:* *Based on the results of the Fisher's test, there is no significant relationship between physical activity ( $p = 0.225$ ), dietary pattern ( $p = 1.000$ ), and personal hygiene ( $p = 1.000$ ) with the incidence of physiological leukorrhoea in female medical students of UPNVJ. Conclusion:* *The conclusion of this study is that physical activity, diet, and personal hygiene do not affect the incidence of physiological leukorrhoea in female medical students of UPNVJ in 2024. This may be due to leukorrhoea experienced by respondents due to causes outside the three variables.*

**Reference** : 35 (2011-2024)

**Keywords** : *Dietary Pattern, Personal Hygiene, Physical Activity, Physiological Leukorrhoea*



## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Penulis panjatkan puji dan syukur atas nikmat dan kehadiran-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan, dan *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan Fisiologis pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2024”. Penyusunan skripsi ini sebagai suatu rangkaian perjalanan akademis penulis sebagai upaya untuk meraih gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Penulis sadar bahwa dalam perjalanan menyusun skripsi ini hingga skripsi ini telah usai dibuat masih banyak sekali kekurangan. Namun, penulis berharap bahwa dengan adanya skripsi ini dapat menambah wawasan serta informasi terutama dalam bidang kesehatan yang dapat membantu orang banyak. Dalam penyusunan skripsi ini tidak mungkin dapat selesai tepat waktu tanpa adanya doa, dukungan, semangat, nasihat dan bimbingan dari berbagai pihak dalam menyusun skripsi ini. Maka dari itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih dari hair terdalam yang setulus-tulusnya kepada:

1. Allah yang telah memberikan kelancaran selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi, telah memberikan kesehatan fisik dan mental, keberkahan, dan nikmat kepada penulis,
2. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta,
3. dr. Mila Citrawati, M. Biomed selaku Kepala Program Studi,



4. dr. Fachri Razi, SpOG(K), MARS selaku dosen pembimbing utama penulis yang telah memberikan arahan, bimbingan, nasihat, semangat, pikiran, waktu, dan bantuan dalam menghadapi berbagai kendala dalam penulisan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan tepat waktu,
5. Dr. dr. Abdul Kolib, MH selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan waktu, arahan, bimbingan, nasihat, dan semangat dalam penulisan skripsi sehingga dapat diselesaikan tepat waktu,
6. dr. Adi Sukrisno, SpOG, FMAS selaku penguji sidang skripsi yang telah memberikan arahan dan masukan yang membangun kepada penulis untuk membantu dalam kelancaran penyelesaian skripsi ini,
7. Seluruh Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ yang telah bersedia membantu penulis sebagai responden dalam penelitian ini.
8. Seluruh dosen pengajar, staff, dan beserta jajarannya di Fakultas Kedokteran UPNVJ yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan, arahan, dukungan, serta bantuan dari awal proses perkuliahan hingga penyelesaian penyusunan skripsi ini.
9. Kedua orang tua penulis, Danang Indra Buana dan Dewi Anggraiyani (alm.), yang senantiasa memberikan doa, nasihat, masukan, kasih sayang, usaha, dan dukungan, serta dengan sabar mendengarkan segala keluh kesah penulis dalam menyusun skripsi ini,
10. Kakak penulis Sekar Kirana Anggarani yang selalu memberikan semangat, bantuan, doa, hiburan, pengalaman, masukan, dan dukungan agar penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik mungkin.

11. Seluruh dosen pengajar dan staff di FK UPN Veteran Jakarta yang telah memberikan ilmu dan kesempatan kepada penulis untuk belajar serta berkembang selama melalui masa perkuliahan ini,
12. Sahabat penulis di kampus: Dita, Inay, Marsha, Marsya, Fiska, Ina, Firo dan sahabat penulis di luar kampus: Fildza, Mutiara, Kyla, dan Lea yang dari awal menemani, memberi motivasi, waktu, dan menyemangati penulis serta tidak lelah untuk mendengarkan keluhan saya.
13. Clara Florance Siswandi selaku teman satu bimbingan departemen Obgyn, yang telah bersama berjuang, selalu membantu, dan saling menyemangati selama proses penyusunan dan penyelesaian skripsi.
14. Teman-teman FK UPNVJ Angkatan 2021 yang telah berjuang, saling memberi dukungan, dan menghabiskan waktu selama 3,5 tahun menjalani pre-klinik,
15. Seluruh pihak lain yang tidak dapat penulis tulis satu per satu.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari kalau masih banyak aspek yang dapat ditingkatkan dan diperbaiki dalam penyusunan skripsi ini. Baik dari segi penulisan maupun dari isi materi. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun untuk perbaikan pada penulisan dan penyusunan skripsi ini. Penulis berharap bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan yang berharga bagi banyak pihak.

Jakarta, 03 Januari 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISTILAH/SINGKATAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Perumusan Masalah .....</b>	<b>3</b>
<b>1.3 Tujuan Penelitian .....</b>	<b>3</b>
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
<b>1.4 Manfaat Penelitian .....</b>	<b>5</b>
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Keputihan .....</b>	<b>6</b>
2.1.1 Definisi Keputihan .....	6
2.1.2 Klasifikasi Keputihan.....	7
2.1.3 Faktor Risiko Keputihan .....	13
<b>2.2 Aktivitas Fisik.....</b>	<b>13</b>
2.2.1 Definisi Aktivitas Fisik .....	13
2.2.2 Klasifikasi Aktivitas Fisik.....	14
<b>2.3 Pola Makan .....</b>	<b>15</b>
2.3.1 Definisi Pola Makan.....	15
<b>1.4 Personal Hygiene .....</b>	<b>18</b>
1.4.1 Definisi <i>Personal Hygiene</i> .....	18
1.4.2 Tujuan Perawatan <i>Personal Hygiene</i> .....	19
1.4.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Personal Hygiene</i> .....	19
1.4.4 Perilaku <i>Personal Hygiene</i> .....	21
1.4.5 Dampak <i>Personal Hygiene</i> .....	24
<b>2.5 Penelitian yang terkait.....</b>	<b>25</b>
<b>2.6 Kerangka Teori .....</b>	<b>29</b>
<b>2.7 Kerangka Konsep.....</b>	<b>30</b>
<b>2.8 Hipotesis .....</b>	<b>30</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
<b>3.1 Jenis Penelitian .....</b>	<b>32</b>
<b>3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....</b>	<b>32</b>
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	32
3.2.2 Waktu Penelitian .....	32

<b>3.3</b>	<b>Subjek Penelitian.....</b>	<b>32</b>
3.3.1	Populasi Penelitian.....	32
3.3.2	Sampel Penelitian.....	32
<b>3.4</b>	<b>Kriteria Restriksi .....</b>	<b>33</b>
3.4.1	Kriteria Inklusi .....	33
3.4.2	Kriteria Eksklusi .....	34
<b>3.5</b>	<b>Identifikasi Variabel Penelitian .....</b>	<b>34</b>
<b>3.6</b>	<b>Definisi Operasional Variabel.....</b>	<b>34</b>
<b>3.7</b>	<b>Batasan Penelitian.....</b>	<b>36</b>
<b>3.8</b>	<b>Intrumen Penelitian .....</b>	<b>36</b>
<b>3.9</b>	<b>Protokol Penelitian.....</b>	<b>44</b>
3.9.1	Teknik Pengambilan Data .....	44
3.9.2	Pengolahan Data .....	44
<b>3.10</b>	<b>Analisis Data.....</b>	<b>45</b>
<b>3.11</b>	<b>Alur Penelitian.....</b>	<b>46</b>
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>47</b>
<b>4.1</b>	<b>Hasil penelitian .....</b>	<b>47</b>
4.1.1	Deskripsi Hasil Penelitian .....	47
4.1.2	Hasil Analisis Univariat .....	47
4.1.3	Hasil Analisis Bivariat dengan Uji <i>Fisher</i> .....	49
<b>4.2</b>	<b>Pembahasan Hasil Penelitian .....</b>	<b>51</b>
4.2.1	Pembahasan Hasil Analisis Univariat .....	51
4.2.2	Pembahasan Hasil Analisis Bivariat .....	54
4.2.3	Pembahasan Hasil Analisis Multivariat .....	58
<b>4.3</b>	<b>Keterbatasan Penelitian .....</b>	<b>58</b>
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP.....</b>	<b>59</b>
<b>5.1</b>	<b>Kesimpulan .....</b>	<b>59</b>
<b>5.2</b>	<b>Saran .....</b>	<b>60</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN</b>	<b>.....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terkait .....	25
Tabel 2. Definisi Operasional .....	34
Tabel 3. Petunjuk Kuesioner GPAQ Versi 2 .....	37
Tabel 4. <i>Global Physical Activity Questionnaire</i> (GPAQ) .....	38
Tabel 5. <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> .....	39
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Personal Hygiene</i> .....	42
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Kuesioner Keputihan.....	43
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas .....	44
Tabel 9. Karakteristik Responden Mahasiswi Fakultas Kedokteran UPNVJ .....	47
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik .....	48
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Pola Makan .....	48
Tabel 12. Distribusi Frekuensi <i>Personal Hygiene</i> .....	48
Tabel 13. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Keputihan Fisiologis .....	49
Tabel 14. Hubungan Pola Makan dengan Keputihan Fisiologis.....	50
Tabel 15. Hubungan <i>Personal Hygiene</i> dengan Keputihan Fisiologis .....	50

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teori .....	29
Bagan 2. Kerangka Konsep.....	30
Bagan 3. Alur Penelitian .....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Anatomi Genitalia Wanita.....	6
Gambar 2. <i>Causes of Vaginal Discharge</i> .....	8
Gambar 3. Fotomikrograf sediaan basah salin menunjukkan “ <i>clue cells</i> ”.....	9
Gambar 4. Vaginosis Bakteri .....	10
Gambar 5. Kandidiasis .....	11
Gambar 6. Trikomoniasis.....	12
Gambar 7. Trikomoniasis dan “Serviks Stroberi” .....	12
Gambar 8. <i>Characteristics of Common Vaginal Infections</i> .....	13
Gambar 9. Tumpeng Gizi Seimbang.....	16
Gambar 10. Isi Piringku .....	16



## DAFTAR ISTILAH/SINGKATAN

BV	<i>Bacterial Vaginosis</i>
CDC	<i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
HIV	<i>Human Immunodeficiency Virus</i>
KOH	Kalium Hidroksida
pH	<i>Potential of Hydrogen</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian .....	64
Lampiran 2. Surat Persetujuan Etik oleh KEPK UPNVJ.....	65
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i> .....	66
Lampiran 4. Instrumen Penelitian .....	67
Lampiran 5. Hasil Analisis Data .....	73
Lampiran 6. Riwayat Hidup Penulis .....	78