

Article

Ketidaknyamanan pada Perempuan Fluor Albus Fisiologis dengan Intervensi Air Rebusan Sirih Merah

Anita Carolina¹, Sari Wahyuni², Aprilina³, Nurul Komariah⁴, Rohaya⁵, Rita Kamalia⁶

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Poltekkes Kemenkes Palembang

⁴ Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palembang

^{5, 6} Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palembang

SUBMISSION TRACK

Received: March 02, 2025

Final Revision: March 10, 2025

Available Online: March 13, 2025

KEYWORDS

Fluor Albus, Red Betel Leaf, Comprehensive Midwifery Care

CORRESPONDENCE

E-mail: sariwahyuniplg@gmail.com

ABSTRACT

Physiological fluor albus, or normal vaginal discharge, is a common phenomenon experienced by women, playing a role in maintaining vaginal cleanliness and moisture. However, limited public understanding often leads to misconceptions and inappropriate management. This study aims to analyze comprehensive midwifery care in a case of physiological fluor albus in Nn. A 16 years old using an intervention of red betel leaf decoction at Puskesmas Tanjung Kerang, Musi Banyuasin, South Sumatera. The study employed a case study method with a descriptive qualitative approach. Data were collected through interviews, SOAP (Subjective, Objective, Assessment, Plan) assessment, observation, and documentation. Interventions included reproductive health education, improved personal hygiene, the use of red betel leaf decoction as a natural antiseptic, recommendations for a nutritious diet, and psychological support. The results indicated that the intervention effectively reduced complaints of vaginal discharge and improved the patient's understanding and healthy habits. The use of red betel leaf decoction proved safe, accessible, and effective in managing physiological fluor albus. This study highlights the importance of local wisdom-based midwifery care approaches in enhancing women's quality of life, especially in rural areas with limited access to healthcare services.

I. LATAR BELAKANG

Fluor albus, atau yang lebih dikenal dengan istilah keputihan, merupakan salah satu fenomena fisiologis yang sering dialami oleh perempuan. Dalam kondisi normal, keputihan berperan sebagai mekanisme alami untuk menjaga kebersihan dan kelembapan area vagina, serta melindungi dari infeksi (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Keputihan atau fluor albus adalah kondisi umum yang dialami perempuan di seluruh dunia. Secara global, diperkirakan sekitar 75% perempuan pernah mengalami keputihan selama hidup mereka, baik yang bersifat fisiologis maupun

patologis. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa keputihan adalah salah satu keluhan utama pada kunjungan layanan kesehatan reproduksi perempuan, dengan lebih dari 50 juta kasus tercatat setiap tahunnya, terutama di negara berkembang (WHO, 2024).

Di Indonesia, prevalensi fluor albus fisiologis sangat tinggi, terutama pada perempuan usia reproduksi. Data dari Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022 mencatat bahwa sekitar 75% perempuan usia 15-49 tahun pernah mengalami fluor albus fisiologis, namun hanya 35% yang memahami bahwa

kondisi tersebut tidak selalu memerlukan penanganan medis (Kemenkes RI, 2022). Selain itu, pola hidup, kebersihan pribadi, dan kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi turut menjadi faktor penyebab utama meningkatnya keluhan keputihan di Indonesia.

Minimnya pemahaman masyarakat tentang fluor albus sering kali menyebabkan salah persepsi, di mana kondisi fisiologis ini dianggap sebagai masalah kesehatan yang memerlukan intervensi medis. Minimnya pemahaman masyarakat mengenai kondisi ini sering kali memicu kekhawatiran berlebih dan penanganan yang kurang tepat, termasuk penggunaan produk pembersih kewanita-an yang mengandung bahan kimia berpotensi iritatif (WHO, 2018).

Di Sumatera Selatan, khususnya di wilayah pedesaan seperti Musi Banyuasin, prevalensi keputihan juga tinggi. Berdasarkan laporan UPTD Puskesmas Tanjung Kerang tahun 2023, sebanyak 68% kunjungan pasien perempuan terkait keluhan keputihan. Dari angka tersebut, 75% adalah kasus fluor albus fisiologis yang tidak memerlukan pengobatan khusus tetapi memerlukan edukasi mengenai perawatan kebersihan area kewanita-an. Tingginya angka ini menunjukkan masih kurangnya pemahaman masyarakat tentang perbedaan keputihan fisiologis dan patologis, serta kebutuhan akan pendekatan berbasis komunitas untuk meningkatkan edukasi kesehatan reproduksi (Puskesmas Tanjung Kerang, 2023).

Di wilayah pedesaan seperti Musi Banyuasin, Sumatera Selatan, tantangan ini semakin besar karena terbatasnya akses terhadap edukasi kesehatan yang memadai (BKKBN, 2020). Wilayah UPTD Puskesmas Tanjung Kerang, yang terletak di Musi Banyuasin, merupakan daerah dengan populasi perempuan usia reproduksi yang cukup besar. Berdasarkan laporan kesehatan wilayah tahun 2023, ditemukan bahwa 68% kunjungan pasien perempuan terkait keluhan keputihan, di mana mayoritas di antaranya adalah fluor albus fisiologis (Puskesmas Tanjung Kerang, 2023). Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang komprehensif, tidak hanya dalam pengelolaan kondisi tetapi juga edukasi kepada masyarakat.

Melihat tingginya prevalensi dan dampak fluor albus fisiologis pada kualitas hidup perempuan, baik secara fisik maupun psikologis, intervensi berbasis kearifan lokal

seperti penggunaan air rebusan sirih merah dapat menjadi solusi yang efektif. Intervensi ini tidak hanya mudah diakses, tetapi juga sejalan dengan praktik budaya masyarakat di Sumatera Selatan.

Sirih merah (*Piper crocatum*) merupakan tanaman obat tradisional yang telah lama digunakan oleh masyarakat Indonesia untuk menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi perempuan. Kandungan aktif seperti flavonoid, tannin, dan saponin dalam sirih merah memiliki sifat antiseptik alami yang dapat membantu mengurangi risiko infeksi dan menjaga keseimbangan mikroflora vagina (Lestari et al., 2021). Studi menunjukkan bahwa penggunaan air rebusan sirih merah sebagai pembersih kewanita-an dapat membantu mengurangi keluhan fluor albus fisiologis tanpa efek samping yang signifikan (Rahmawati et al., 2020).

Asuhan kebidanan komprehensif memegang peranan penting dalam memberikan layanan yang terintegrasi, mulai dari langkah promotif, preventif, kuratif, hingga rehabilitatif. Studi oleh Handayani et al. (2023) menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas dapat meningkatkan pemahaman perempuan tentang kesehatan reproduksi hingga 40%. Penerapan asuhan kebidanan yang terstruktur di tingkat layanan primer, seperti di puskesmas, dapat meningkatkan kualitas hidup perempuan dan mengurangi beban psikologis akibat salah persepsi terhadap fluor albus (Hidayati et al., 2022).

Pemilihan intervensi menggunakan air rebusan sirih merah didasarkan pada ketersediaan bahan yang mudah diakses, efektivitasnya sebagai antiseptik alami, dan dukungan budaya masyarakat lokal yang telah lama memanfaatkan sirih merah untuk pengobatan tradisional. Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan asuhan kebidanan komprehensif pada perempuan dengan fluor albus fisiologis, dengan intervensi penggunaan air rebusan sirih merah sebagai salah satu metode promotif dan preventif. Hasilnya diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan layanan kesehatan berbasis kearifan lokal dan meningkatkan kualitas hidup perempuan di wilayah pedesaan.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (*case study*) dengan desain deskriptif kualitatif. Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis dan mendeskripsikan asuhan kebidanan yang diberikan kepada remaja putri berusia 16 tahun (Nn. A) dengan keluhan keputihan fisiologis (fluor albus fisiologis). Pendekatan ini bertujuan untuk mendokumentasikan proses asuhan kebidanan secara komprehensif berdasarkan pengkajian, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi sesuai standar manajemen kebidanan.

Subyek Penelitian

Subjek pada studi kasus ini adalah seorang remaja putri berusia 16 tahun bernama Nn. A, yang datang ke puskesmas dengan keluhan keputihan fisiologis. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan kriteria yakni Perempuan berusia remaja (10–19 tahun) dan mengalami keluhan keputihan dengan diagnosis fluor albus fisiologis yang ditegakkan berdasarkan pengkajian dan pemeriksaan kebidanan

Lokasi dan Waktu Penelitian

Studi Kasus ini dilaksanakan di UPTD Puskesmas Tanjung Kerang, Musi Banyuasin, Sumatera Selatan, pada bulan September 2024.

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui metode wawancara dengan Nn. A dan ibunya untuk menggali riwayat keluhan, pola hidup, kebiasaan personal hygiene, dan pola makan. Pengkajian kebidanan menggunakan pendekatan SOAP (Subjective, Objective, Assessment, Plan) untuk memperoleh data subjektif, objektif, diagnosis, dan rencana asuhan kebidanan. Observasi langsung terhadap kondisi fisik Nn. A dan kebiasaan personal hygiene yang dilaporkan. Selanjutnya menegakkan diagnosa berdasarkan hasil pengkajian data subjektif dan objektif kemudian melakukan intervensi terhadap diagnosa yang ditegakkan dengan memberikan penatalaksanaan untuk mengatasi keluhan dan masalah yang dialami oleh Nn. A serta melakukan dokumentasi untuk mencatat temuan selama pengkajian serta hasil intervensi yang diberikan.

Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan menjelaskan hubungan antara kondisi Nn. A, intervensi yang diberikan, dan hasil yang dicapai. Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi dengan dukungan data yang diperoleh selama pengkajian, implementasi, dan evaluasi

III. HASIL

Kasus dalam asuhan kebidanan ini adalah Nn. A. Nn. A adalah seorang remaja putri berusia 16 tahun yang tinggal di Desa Supat Timur. Ia seorang pelajar SMA, anak kedua dari dua bersaudara, dan merupakan anak dari pernikahan pertama kedua orang tuanya. Ibunya, Ny. Y, berusia 46 tahun dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Nn. A datang ke fasilitas kesehatan dengan keluhan utama keluarnya lendir bening, cair, dan tidak berbau dari kemaluannya sejak kemarin. Ia merasa terganggu dan tidak nyaman karena lendir tersebut kadang menimbulkan rasa gatal.

Dari hasil pengkajian, diketahui bahwa menarche terjadi pada usia 13 tahun dengan siklus menstruasi teratur setiap 30 hari. Durasi menstruasinya berlangsung selama tujuh hari dengan warna darah merah kehitaman dan jumlah darah sekitar tiga kali ganti pembalut sehari. Kadang-kadang ia mengalami dismenore ringan. Tidak ada riwayat penyakit menular, menahun, atau penyakit keturunan yang pernah diderita baik oleh Nn. A maupun keluarganya. Selain itu, ia tidak memiliki riwayat operasi sebelumnya.

Dalam kebiasaan sehari-hari, pola makan Nn. A terbilang cukup baik karena ia mengonsumsi nasi, lauk pauk, dan sayuran untuk setiap waktu makan. Namun, ia sering minum minuman kemasan seperti soda atau teh. Pola eliminasi berjalan normal dengan frekuensi buang air besar satu kali sehari tanpa keluhan dan buang air kecil lima hingga enam kali sehari dengan warna urin kuning jernih. Tidur malamnya berlangsung selama 7–8 jam per hari, meskipun tidur siang hanya dilakukan sesekali. Aktivitas hariannya mencakup sekolah dan membantu orang tua, dengan kebiasaan mandi dua kali sehari, mengganti pakaian dalam dua kali sehari, dan mengganti pakaian luar sebanyak dua hingga tiga kali sehari.

Secara psikososial, hubungan Nn. A dengan keluarganya baik, meskipun

pengetahuannya tentang kesehatan reproduksi terbatas hanya pada informasi yang diperoleh dari internet. Ia merasa tidak nyaman akibat rasa gatal yang kadang muncul.

Hasil pemeriksaan objektif menunjukkan bahwa keadaan umum Nn. A baik dengan kesadaran compos mentis. Tanda vitalnya berada dalam batas normal, yaitu tekanan darah 110/70 mmHg, nadi 82 kali per menit, suhu tubuh 36,4°C, pernapasan 24 kali per menit, tinggi badan 152 cm, dan berat badan 47 kg. Pemeriksaan fisik juga menunjukkan kondisi yang baik. Kepala simetris dengan rambut bersih, muka tidak pucat atau edematosa, mata dengan konjungtiva merah muda dan sklera putih, hidung bersih tanpa penyumbatan, serta telinga bersih tanpa infeksi. Pada mulutnya, bibir tidak pecah-pecah, tidak ditemukan stomatitis, dan kondisi gigi baik tanpa karies atau lubang. Leher tidak menunjukkan adanya pembengkakan kelenjar tiroid atau vena jugularis. Abdomen tidak nyeri tekan dan tidak ada pembesaran organ.

Pemeriksaan genitalia tidak dilakukan, namun berdasarkan pengakuan Nn. A, lendir yang keluar berwarna bening, tidak berbau, dan kadang menimbulkan rasa gatal. Ekstremitas atas dan bawah tampak simetris tanpa edema atau pembengkakan. Tidak ada pemeriksaan penunjang yang dilakukan pada kunjungan ini.

Berdasarkan hasil pengkajian, Nn. A didiagnosis mengalami *fluor albus fisiologis* atau keputihan normal. Tidak ditemukan masalah kesehatan lain yang menyertai kondisi ini.

Dalam penatalaksanaan, langkah pertama adalah menyampaikan hasil pemeriksaan kepada Nn. A. Dijelaskan bahwa hasil pemeriksaan menunjukkan kondisi kesehatannya berada dalam batas normal, meskipun terdapat keputihan fisiologis. Hal ini bertujuan untuk memberikan hak pasien dalam mengetahui hasil pemeriksaannya, dan setelah penjelasan ini, Nn. A menyatakan mengerti. Selanjutnya, dilakukan edukasi mengenai keputihan fisiologis, termasuk karakteristiknya seperti cairan berwarna bening hingga putih, tidak berbau, dan tidak menimbulkan keluhan berat. Dijelaskan pula perbedaan dengan keputihan patologis yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Setelah penjelasan ini, Nn. A memahami bahwa kondisi yang dialaminya adalah normal.

Keluhan rasa gatal yang dirasakan oleh Nn. A juga dijelaskan sebagai akibat dari

kelembapan yang disebabkan oleh keputihan. Solusi yang diberikan adalah meningkatkan kebersihan diri (*personal hygiene*). Kebersihan yang baik, seperti mengganti pakaian dalam secara teratur dan membasuh organ kewanitaan dengan cara yang benar, dapat membantu mengurangi kelembapan dan rasa gatal. Nn. A menyatakan akan menerapkan anjuran tersebut.

Sebagai terapi tambahan, Nn. A diajarkan cara membasuh organ kewanitaannya menggunakan air rebusan daun sirih merah. Untuk membuat air rebusan sirih merah, diperlukan bahan berupa 7–10 lembar daun sirih merah segar yang masih utuh dan tidak layu, serta 1 liter air bersih. Langkah pertama adalah mencuci daun sirih merah di bawah air mengalir untuk memastikan semua kotoran atau debu yang menempel terangkat. Setelah itu, rebus 1 liter air hingga mendidih, kemudian masukkan daun sirih merah ke dalam air mendidih tersebut. Biarkan daun sirih merah direbus selama 10–15 menit agar senyawa aktif seperti flavonoid, alkaloid, dan minyak atsiri yang terkandung dalam daun larut ke dalam air. Setelah proses perebusan selesai, angkat panci dan diamkan air rebusan hingga suhunya menurun menjadi hangat atau dingin. Air rebusan ini digunakan dengan cara membasuh area kewanitaan atau vulva menggunakan cairan yang sudah dingin atau hangat. Pembasuhan dilakukan dari arah depan ke belakang untuk mencegah kontaminasi bakteri dari anus ke vagina. Penggunaan dianjurkan dilakukan satu kali sehari, terutama saat area kewanitaan terasa lembab atau gatal. (Prasetyaningrum, 2020; Wulandari, 2018, Anggraeni, 2019, Fikri, 2021, Suryani, 2022)

Untuk menjaga keseimbangan flora normal di area kewanitaan, penggunaan air rebusan sirih merah tidak disarankan dilakukan setiap hari dalam jangka waktu panjang. Disarankan untuk membatasi penggunaannya hingga keluhan keputihan berkurang atau hilang, yang biasanya memerlukan waktu sekitar 3–5 hari. Dengan cara ini, manfaat antiseptik dan antimikroba dari daun sirih merah dapat dimanfaatkan secara optimal tanpa mengganggu keseimbangan alami tubuh. Nn. A menerima informasi ini dengan baik dan berkomitmen untuk mencobanya.

Asupan makanan juga menjadi perhatian dalam penatalaksanaan. Nn. A dianjurkan untuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang yang rendah gula dan kaya vitamin

serta mineral, seperti sayuran hijau, wortel, dan tomat. Hal ini dilakukan untuk menjaga kondisi tubuh tetap sehat dan mendukung pengendalian keputihan. Nn. A menyatakan kesediaannya untuk mengikuti pola makan yang dianjurkan.

Dari aspek psikologis, Nn. A diminta untuk tidak khawatir atau cemas dengan kondisinya. Ia diajarkan melakukan *self-hypnosis* untuk menciptakan sugesti positif dan relaksasi, yang diharapkan dapat membantu mengurangi stres yang dapat memperburuk kondisi keputihan. Nn. A merasa nyaman dengan teknik ini dan bersedia mencobanya.

Sebagai langkah akhir, Nn. A dianjurkan untuk melakukan kunjungan ulang dalam waktu satu minggu jika tidak ada perubahan atau jika muncul keluhan baru. Hal ini bertujuan untuk memantau kondisi dan mencegah perkembangan keputihan menjadi patologis yang membutuhkan penanganan lebih lanjut. Semua penatalaksanaan telah didokumentasikan dengan baik untuk memastikan keberlanjutan asuhan.

Pendekatan komprehensif ini tidak hanya memberikan solusi jangka pendek tetapi juga mendorong peningkatan kebiasaan sehat untuk mencegah keluhan serupa di masa depan.

IV. PEMBAHASAN

Keputihan atau fluor albus merupakan kondisi yang umum dialami oleh remaja perempuan, termasuk pada kasus Nn. A, seorang remaja putri berusia 16 tahun yang mengalami fluor albus fisiologis. Berdasarkan hasil pengkajian, keputihan yang dialami Nn. A bersifat normal atau fisiologis, ditandai dengan lendir bening, cair, tidak berbau, serta hanya menimbulkan rasa gatal ringan akibat kelembapan di areaewanitaan. Keputihan fisiologis ini sering kali terjadi sebagai bagian dari respons hormonal, terutama pada remaja yang baru mengalami pubertas, dan tidak menimbulkan dampak kesehatan serius jika dikelola dengan baik (Sari, 2016).

Dalam penatalaksanaan kasus ini, pendekatan yang komprehensif dilakukan dengan melibatkan aspek edukasi, intervensi kebersihan diri, terapi alternatif, nutrisi, serta dukungan psikologis. Pemberian edukasi tentang keputihan fisiologis bertujuan meningkatkan pemahaman Nn. A terhadap kondisi yang dialaminya, sehingga ia dapat membedakan antara keputihan normal dan patologis. Hal ini penting untuk mencegah

kecemasan yang tidak perlu dan mendorong perilaku sehat dalam menjaga kebersihan areaewanitaan (Yuyun Christyanni, 2022).

Kebersihan diri merupakan langkah utama dalam mengatasi keputihan. Pada kasus ini, Nn. A dianjurkan untuk meningkatkan personal hygiene, seperti mengganti pakaian dalam secara teratur, membasuh organewanitaan dari depan ke belakang, serta menggunakan air rebusan sirih merah. Sirih merah dikenal memiliki sifat antiseptik alami yang efektif dalam mengurangi pertumbuhan bakteri atau jamur yang dapat menyebabkan iritasi. Kandungan aktif seperti flavonoid, alkaloid, dan minyak atsiri berperan sebagai antimikroba yang aman digunakan selama tidak berlebihan (Hidayanti & Pascawati, 2021).

Penggunaan air rebusan sirih merah ini melibatkan proses pembuatan yang sederhana, dengan merebus 7–10 lembar daun sirih merah segar dalam 1 liter air hingga mendidih selama 10–15 menit. Cairan yang dihasilkan digunakan untuk membasuh areaewanitaan secara teratur selama 3–5 hari hingga keluhan berkurang. Langkah ini telah terbukti efektif dan aman berdasarkan literatur sebelumnya, asalkan penggunaannya tidak dilakukan secara berlebihan yang dapat mengganggu flora normal vagina (Hidayanti & Pascawati, 2021).

Asupan makanan bergizi seimbang juga memainkan peran penting dalam mengendalikan keputihan. Konsumsi makanan rendah gula dan kaya serat, seperti sayuran hijau, wortel, tomat, dan sumber vitamin lainnya, dianjurkan untuk menjaga keseimbangan hormonal dan daya tahan tubuh. Penelitian menunjukkan bahwa pola makan yang baik dapat memengaruhi kualitas kesehatan reproduksi remaja, termasuk mengurangi risiko keputihan berlebihan (Andolina et al., 2022).

Keputihan fisiologis sering kali dapat diperburuk oleh tingkat stres yang tinggi. Oleh karena itu, Nn. A diajarkan teknik *self-hypnosis* untuk membantu menurunkan kecemasan dan menciptakan sugesti positif. Relaksasi ini dapat mengurangi dampak stres terhadap tubuh, termasuk regulasi hormonal yang memengaruhi produksi cairan vagina (Maudhyta, 2017).

Sebagai bagian dari asuhan kebidanan yang berkelanjutan, Nn. A dianjurkan untuk melakukan kunjungan ulang setelah satu minggu untuk memastikan kondisi membaik dan memantau kemungkinan berkembangnya

keputihan patologis. Semua langkah penatalaksanaan ini telah didokumentasikan dengan baik, sehingga dapat menjadi referensi untuk asuhan lanjutan. Pendekatan holistik ini tidak hanya menyelesaikan keluhan saat ini tetapi juga mendorong kebiasaan sehat yang bermanfaat untuk jangka panjang.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengkajian dan penatalaksanaan, kasus keputihan fisiologis yang dialami oleh Nn. A, seorang remaja berusia 16 tahun, telah dikelola secara komprehensif dengan edukasi, peningkatan personal hygiene, terapi air rebusan sirih merah, anjuran pola makan bergizi, dan dukungan psikologis. Intervensi ini efektif mengatasi keluhan, meningkatkan pemahaman pasien, dan mendorong kebiasaan sehat. Pendekatan holistik ini

menegaskan pentingnya asuhan kebidanan yang menyeluruh dan preventif.

Disarankan agar edukasi mengenai kesehatan reproduksi terus ditingkatkan, khususnya bagi remaja, untuk memperluas pemahaman mereka tentang kondisi fisiologis seperti keputihan. Peningkatan kesadaran mengenai kebersihan pribadi dan pentingnya pola makan sehat harus menjadi bagian dari pendekatan preventif untuk mencegah masalah kesehatan reproduksi di masa depan. Selain itu, penggunaan terapi alami seperti air rebusan sirih merah perlu diawasi agar tidak berlebihan, demi menjaga keseimbangan flora normal. Terakhir, kunjungan rutin setelah intervensi penting dilakukan untuk memastikan kondisi pasien membaik dan mencegah perkembangan keputihan menjadi patologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Andolina, V., et al. (2022). *Nutritional Approach in Female Reproductive Health: A Comprehensive Review*. Journal of Nutrition and Dietetics, 35(4), 204-212.
- Anggraeni, R., & Putri, W. R. (2019). Pengaruh air rebusan daun sirih merah terhadap penurunan keputihan patologis. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 65-72.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2020). *Laporan Kesehatan Reproduksi di Indonesia*. Jakarta: BKKBN.
- Fikri, A. R., & Nurhayati, S. (2021). Perbandingan aktivitas antibakteri daun sirih hijau dan merah terhadap bakteri penyebab keputihan. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 15(4), 112-120.
- Handayani, L., & Susanti, E. (2023). Pemahaman masyarakat desa tentang keputihan fisiologis. *Jurnal Kebidanan Nasional*, 14(2), 65-73.
- Hidayanti, T., & Pascawati, Y. (2021). *Efektivitas Rebusan Daun Sirih Merah dalam Menurunkan Keputihan pada Remaja Putri*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 14(3), 178-185.
- Hidayati, A., & Sutarmi, T. (2022). Pendekatan komprehensif dalam pengelolaan kesehatan reproduksi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 15-24.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Reproduksi di Fasilitas Primer*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, W., & Andayani, F. (2021). Efek sirih merah (*Piper crocatum*) sebagai antiseptik alami dalam menjaga kesehatan vagina. *Jurnal Tanaman Obat Indonesia*, 6(3), 65-73.
- Maudhyta, F. (2017). *Hypnosis Therapy in Stress Management for Adolescents: A Case Study*. Journal of Psychology and Behavior, 22(2), 145-153.
- Puskesmas Tanjung Kerang. (2023). *Laporan Tahunan Puskesmas Tanjung Kerang Tahun 2023*. Musi Banyuasin: UPTD Puskesmas Tanjung Kerang.
- Prasetyaningrum, L. D., & Lestari, D. A. (2020). Kandungan flavonoid pada daun sirih merah (*Piper crocatum*) dan aktivitas antibakteri terhadap *Candida albicans*. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 45-50.
- Rahmawati, D., & Arsyad, R. (2020). Efektivitas air rebusan sirih merah untuk mengurangi keluhan keputihan fisiologis. *Jurnal Kesehatan Tradisional Indonesia*, 7(4), 35-42.
- Sari, D. (2016). *Karakteristik Keputihan pada Remaja Putri: Studi Epidemiologi*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 11(1), 55-62.
- Suryani, D., & Kartika, A. (2022). Sifat antijamur ekstrak daun sirih merah terhadap *Candida albicans*: Studi eksperimental. *Jurnal Ilmu Biologi*, 8(1), 51-59.

- WHO. (2018). *Guidelines for Vaginal Discharge Management in Primary Care*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2024). *Reproductive Health Report: Southeast Asia Region*. Geneva: World Health Organization.
- Wulandari, R., & Setyaningsih, D. (2018). Efektivitas rebusan daun sirih merah terhadap pengurangan keputihan pada wanita usia subur. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), 34-40.
- Yulianti, A., Firmansyah, D., & Setiawan, E. (2021). Pemanfaatan bahan herbal dalam pengelolaan kesehatan reproduksi. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(2), 105-113.
- Yuyun Christyanni. (2022). *Peran Personal Hygiene dalam Pengendalian Keputihan pada Remaja Putri*. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 98-105