

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Minuman Kunyit Asam Kombinasi Daun Sirih Hijau

Minuman jamu kunyit asam banyak dikonsumsi masyarakat, terbuat dari rimpang kunyit, buah asam Jawa, air, gula dan dengan atau tanpa penambahan ekstrak daun sirih hijau. Dalam penyajiannya, minuman jamu kunyit asam ada yang ditambahkan ekstrak daun sirih hijau dan dipercaya akan lebih meningkatkan manfaatnya bagi kesehatan. Minuman jamu kunyit asam kombinasi daun sirih hijau merupakan minuman jamu yang memiliki kualitas sebagai antioksidan, anti tirosinaktivitas dan aktioksidan lebih tinggi dibandingkan jenis minuman jamu kunyit asam lainnya. Minuman tersebut berkhasiat untuk mengurangi keputihan (Qurota et al., 2019)



Gambar 2.1 Minuman Kunyit Asam Kombinasi Daun Sirih Hijau

2.2 Kunyit

2.2.1 Klasifikasi Kunyit

Kunyit merupakan tanaman yang tumbuh pada lingkungan dataran rendah hingga dataran dengan ketinggian 2.000 m diatas permukaan laut. Kunyit memiliki ketinggian mencapai 1,0-1,5 m dengan batang yang tumbuh tegap dan membentuk rumpun yang bergerombol. Kunyit adalah tanaman yang habitat aslinya meliputi wilayah Asia, khususnya Asia Tenggara dan kemudian menyebar ke daerah Malaysia, Indonesia, Australia bahkan Afrika (Rohmah, 2024).

Tabel 2.1 Kingdom Kunyit

Kerajaan	Plantae
<i>Klad</i>	<i>Tracheophyta</i>
<i>Klad</i>	<i>Angiospermae</i>
<i>Klad</i>	<i>Monokotil</i>
<i>Klad</i>	<i>Komelinid</i>
Ordo	<i>Zingiberales</i>
Famili	<i>Zingiberaceae</i>
Genus	<i>Curcuma</i>
Spesies	<i>C. longa</i>

Sumber : Wikipedia

Kunyit memiliki kandungan zat aktif yang terdiri dari minyak atsiri dan kurkumin yang terdapat pada rimpangnya. Minyak atsiri pada kunyit dapat memberi efek anti mikroba dan kurkumin sebagai anti inflamasi dan meningkatkan kerja organ pencernaan (Rohmah, 2024).



Gambar 2.2 Kunyit

Sumber : (*Kenalan Dengan Temulawak, Tanaman Rimpang Yang Berkhasiat Bagi Manusia*, n.d.)

2.2.2 Kandungan Kunyit

Rimpang kunyit mengandung minyak atsiri, kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, dan bidesmetoksikurkumin, damar, gom, lemak, protein, kalsium, fosfor dan besi. Kandungan kurkuminoid berkisar antar 3-5% yang terdiri dari demetok sikurmin dan bisdemetoksikurkumin. Minyak atsiri kunyit dapat menentukan aroma, dan cita rasa pada kunyit. minyak atsiri yang terdapat pada rimpang kunyit berkisar antara 2,5-6% yang terdiri dari komponen artumeron, alfa dan betatumeron, tumerol, alfa atlanton, beta kariofilen, dan linalol. Selain kurkuminoid dan minyak atsiri rimpang kunyit mengandung senyawa lain seperti pati, lemak, protein, kamfer, resin, damar, gom, kalsium fosfor, dan zat besi (Rohmah, 2024).

2.2.3 Manfaat Kunyit

Kunyit tidak hanya murah dan mudah didapat, tetapi juga memiliki banyak manfaat kesehatan. Salah satunya adalah dapat mengurangi keputihan

atau *flour albus*, karena mengandung senyawa utama yang menghambat pertumbuhan bakteri yang dapat digunakan untuk mengurangi keputihan. Selain itu kunyit dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional seperti menyembuhkan luka, antibakteri, mengurangi motilitas usus, menghilangkan bau badan, menurunkan demam, meredakan diare dan beberapa pengobatan lainnya. Tidak hanya digunakan sebagai tanaman obat kunyit juga dapat dimanfaatkan sebagai pewarna alami pada makanan (Rohmah, 2024).

2.2.4 Mekanisme Mengurangi Keputihan

Kunyit mengandung senyawa aktif di dalamnya antara lain yaitu minyak atsiri dan kurkumin. Kandungan kurkumin pada rimpang kunyit sebagai antibakteri mirip senyawa fenol lainnya yang menghambat metabolisme bakteri dengan cara merusak membran sitoplasma dan mendenaturasi protein sel yang menyebabkan kebocoran dalam membran nutrisi dari sel sehingga sel bakteri mati atau terhambat pertumbuhannya (Fenny & Desriva, 2020).

Kandungan minyak atsiri mekanisme kerjanya menghambat sintesis protein karena terakumulasi dan menyebabkan perubahan komponen-komponen penyusun sel bakteri (Jannah et al., 2024).

2.2.5 Dampak Kunyit Terhadap Psikologi

Kurkumin, Senyawa aktif dalam kunyit, telah menunjukkan hasil dalam meningkatkan kesehatan mental. Manfaatnya meliputi perbaikan suasana hati, dukungan fungsi kognitif, dan pengurangan stres. Sifat anti-inflamasi kurkumin sangat penting; senyawa ini diyakini efektif melawan

neuroinflamasi, yang merupakan faktor umum dalam berbagai gangguan kesehatan mental. Dengan mengurangi peradangan di otak, kurkumin dapat membantu meringankan gejala yang berkaitan dengan kondisi kesehatan mental, menawarkan pendekatan alami untuk kesehatan mental(El-Saadony et al., 2023)

2.3 Asam

2.3.1 Klasifikasi Asam Jawa

Indonesia merupakan negara agraris yang memiliki lahan yang subur serta dapat ditanami dengan berbagai jenis tanaman. Suburnya lahan menjadikan hasil tanam dari bibit tanaman semakin melimpah dan menguntungkan masyarakat. Untuk itu, seringkali kita menemukan tanaman yang keberadaannya melimpah sekaligus memiliki manfaat bagi kesehatan. Salah satu dari tanaman tersebut yaitu asam jawa. Asam jawa atau *Tamarindus indica* merupakan tanaman asli dari Afrika yang kaya akan manfaat dan telah ternaturalisasi di Indonesia, terutama di Pulau Jawa.

Tabel 2.2 Kingdom Asam Jawa

Kerajaan	Plantae
Klad	<i>Tracheophyta</i>
Klad	<i>Angiospermae</i>
Klad	<i>Eudikotil</i>
Klad	<i>Rosid</i>
Ordo	<i>Fabales</i>
Famili	<i>Fabaceae</i>
Subfamili	<i>Detarioideae</i>
Tribus	<i>Amherstieae</i>

Genus	<i>Tamarindus</i>
Spesies	<i>T. Indica</i>

Sumber : *Wikipedia*

Kandungan senyawa bioaktif, ekstrak buah asam jawa menunjukkan adanya kandungan senyawa saponin, fenol, terpenoid, alkaloid, flavonoid, dan tanin. Semua senyawa bioaktif tersebut umumnya memiliki mekanisme antibakteri yang hampir sama pada setiap sel bakteri.



Gambar 2.3 Asam Jawa

Sumber : (5 Manfaat Asam Jawa Yang Ampuh Untuk Kecantikan Kulit, n.d.).

2.3.2 Kandungan Asam

Kandungan senyawa bioaktif, ekstrak buah asam jawa menunjukkan adanya kandungan senyawa saponin, fenol, terpenoid, alkaloid, flavonoid, dan tanin. Semua senyawa bioaktif tersebut umumnya memiliki mekanisme antibakteri yang hampir sama pada setiap sel bakteri. Zat antibakteri akan menghambat sintesis peptidoglikan yang merupakan komponen terbesar dari dinding sel bakteri gram positif, akibatnya dinding sel tidak terbentuk secara utuh dan memudahkan senyawa antibakteri untuk masuk ke dalam sel yang

mengakibatkan tekanan osmotik di dalam sel lebih besar dan menyebabkan sel lisis (I Gusti Agung Ayu Anjani Kartika Dewi et al., 2020).

2.3.3 Manfaat Asam

Asam Jawa tidak hanya murah dan mudah didapat, tetapi juga memiliki banyak manfaat kesehatan. Salah satunya adalah dapat mengurangi keputihan atau *flour albus*, karena mengandung senyawa utama yang menghambat pertumbuhan bakteri yang dapat digunakan untuk mengurangi keputihan. Selain itu, manfaat dari asam jawa sendiri tidak hanya sebagai rempah-rempah atau resep bumbu dapur, melainkan asam jawa dapat dijadikan sebagai obat tradisional, bahan arang, dan kayu bakar. Cita rasa yang khas dari asam jawa yaitu asam manis sehingga dapat memberikan efek segar baik sebagai minuman, bumbu dapur, dan obat-obatan. Pada buah asam jawa memiliki kandungan yang tinggi akan asam tartarat dan gula pereduksi. Selain itu, pada daunnya merupakan salah satu sumber vitamin C dan α -karoten serta memiliki kandungan mineral yang tinggi, terutama P, K, Ca, dan Mg (Fagbemi et al., 2022).

2.3.4 Mekanisme Mengurangi Keputihan

Adanya senyawa alkaloid yang hanya ditemukan dalam ekstrak buah asam jawa menghasilkan daya antibakteri yang lebih tinggi. Senyawa alkaloid yang ditemukan dalam kandungan ekstrak buah asam jawa juga berperan besar sebagai antibakteri. Alkaloid dapat mengganggu permeabilitas dinding sel bakteri, menyebabkan kebocoran dinding sel, denaturasi dan lisis protein sel sehingga bakteri yang terpapar senyawa tersebut menjadi terhambat

pertumbuhannya dan mati. Alkaloid sebagai antibakteri memiliki mekanisme kerja dengan cara mengganggu komponen penyusun peptidoglikan pada sel bakteri, sehingga lapisan dinding sel tidak terbentuk secara utuh dan menyebabkan kematian sel tersebut (I Gusti Agung Ayu Anjani Kartika Dewi et al., 2020).

2.2.5 Dampak Asam Terhadap Psikologi

Asam jawa kaya akan antioksidan, seperti polifenol, flavonoid, dan prosianidin. Antioksidan ini penting dalam melindungi tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas dan mengurangi stres oksidatif, yang mana peradangan kronis dan stres oksidatif dapat memengaruhi hati dan organ lain, serta berhubungan dengan kondisi psikologis seperti kelelahan. Kandungan antioksidan pada asam jawa dapat membantu melawan radikal bebas dan mengurangi peradangan. Kondisi peradangan kronis sering dikaitkan dengan depresi, sehingga mengurangi peradangan secara umum dapat meningkatkan *mood* dan kesejahteraan (Firdausi et al., 2022)

2.4 Daun Sirih Hijau

2.4.1 Klasifikasi Daun Sirih Hijau

Tanaman Sirih tumbuh di daerah Asia tropis hingga Afrika Timur dan menyebar hampir di seluruh wilayah Indonesia, Thailand, Malaysia, India, Sri Lanka dan Madagaskar. Sirih merupakan salah satu tanaman obat yang potensial dan diketahui secara empiris memiliki khasiat dalam menyembuhkan berbagai penyakit (Sadiah et al., 2022). Daun sirih hijau, juga dikenal sebagai lada *betlle lin*, adalah tanaman beraneka ragam asli Indonesia

yang sangat berbeda penampilannya dengan daun sirih merah. Daunnya berwarna hijau, dan tanaman ini tumbuh merambat.

Tabel 2.3 Kingdom Daun Sirih Hijau

Kerajaan	Plantae
Klad	<i>Tracheophyta</i>
Klad	<i>Angiospermae</i>
Klad	<i>Magnoliid</i>
Ordo	<i>Piperales</i>
Famili	<i>Piperaceae</i>
Genus	<i>Piper</i>
Spesies	<i>P. betle</i>

Sumber : *Wikipedia*

Keunggulan daun sirih hijau (*pipper betlle lin*) dibandingkan daun sirih lainnya adalah kemampuan antibakterinya yang besar, yang digunakan secara eksperimental untuk menyembuhkan berbagai macam penyakit. Di antara sifat antibakteri tanaman daun sirih hijau (*pipper betlle lin*) adalah minyak atsiri yang ditemukan di dalamnya, yang meliputi *betlephenol*, *kavikol*, *seskuiterpen*, *hidrosikavikol*, *kavibetol*, *estragol*, *eugenol*, dan *karvakrol*. Sebagai antioksidan dan agen anti-inflamasi, saponin dan tanin, masing-masing melawan mikroba dan virus (Aisyah & Lestari, 2021).



Gambar 2.4 Daun Sirih Hijau

Sumber : (*Klasifikasi Dan Morfologi Tanaman Daun Sirih*, n.d.)

2.4.2 Kandungan Daun Sirih Hijau

Daun sirih hijau memiliki kandungan lain yang memiliki aktivitas sebagai antibakteri yaitu senyawa *fenol*, *kavikol*, *alkaloid*, *flavonoid*, *saponin*, *tanin*, *steroid*, dan *minyak atsiri* yang menyebabkan menghambat sintesis dinding sel bakteri, mengganggu permeabilitas membran sel, mengganggu metabolisme sel, merusak asam nukleat, dan menghambat sintesis protein sel (Sadiah et al., 2022)

Komponen utama daun sirih hijau mengandung zat yang dapat mengobati keputihan, zat tersebut yaitu minyak atsiri dan ekstrak etanol yang mempunyai aktifitas anti jamur terhadap *Candida Albicans* sebagai salah satu penyebab terjadinya keputihan (Nuken Rochmadiyah Aprianti & Khamidah Khamidah, 2023)

2.4.3 Manfaat Daun Sirih Hijau

Daun sirih hijau tidak hanya murah dan mudah didapat, tetapi juga memiliki banyak manfaat kesehatan. Salah satunya adalah dapat mengurangi keputihan atau *flour albus*, karena mengandung senyawa utama yang menghambat pertumbuhan bakteri yang dapat digunakan untuk mengurangi keputihan. Selain itu, Sirih (*Piper Betle* Linn) merupakan tumbuhan merambat, daun sirih sering digunakan sebagai obat. Daun sirih bermanfaat sebagai mengatasi keputihan, mengobati diare, mengatasi alergi/biduran, mengobati gigi berlubang, mengatasi mimisan, mengatasi bau badan, mengatasi diabetes, menghilangkan jerawat, menghilangkan bau badan dan bau mulut (Miskiyah Tamar, 2024)

2.4.4 Mekanisme Mengurangi Keputihan

Daun sirih hijau memiliki kandungan yang memiliki anti jamur terhadap *Candida Albicans* sebagai salah satu penyebab terjadinya keputihan aktivitas zat tersebut yaitu minyak atsiri dan ekstrak etanol (Nuken Rochmadiyah Aprianti & Khamidah Khamidah, 2023)

Mekanisme minyak atsiri sebagai anti-bakteri adalah dengan mengganggu proses pembentukan dinding sel sehingga membran sel tidak terbentuk dengan sempurna atau bahkan tidak dapat terbentuk. Selain itu minyak atsiri dapat menghambat biosintesa asam nukleat dan protein, adanya gangguan dalam pembentukan asam nukleat dan protein dapat menyebabkan kerusakan total pada sel (Sadiah et al., 2022)

Menurut Kurniawati, 2023 Hasil Uji Antifungi Ekstrak Etanol Daun Sirih Hijau (*Piper Betle L.*) terhadap Jamur *Candida albicans* dapat menunjukkan bahwa ekstrak etanol daun sirih hijau mampu menghambat pertumbuhan jamur *Candida albicans*.

2.2.5 Dampak Daun Sirih Hijau Terhadap Psikologi

Daun sirih hijau memiliki potensi psikologis karena ekstrak etanolnya memiliki efek antidepresan dengan meningkatkan kadar serotonin, yang penting untuk mengendalikan gejala depresi. Dengan meningkatkan serotonin, daun sirih berpotensi membantu menstabilkan suasana hati dan mengurangi perasaan sedih atau putus asa yang berkaitan dengan depresi. Daun sirih mengandung banyak antioksidan, termasuk flavonoid,

terpenoid, tanin, alkaloid, saponin, dan lainnya yang dapat mengurangi stres oksidatif yang berpengaruh pada fungsi otak dan mood (Abraham et al., 2012)

2.4.6 Pembuatan Minuman Kunyit Asam dan Daun Sirih Hijau

a. Alat dan bahan pembuatan minuman kunyit asam kombinasi daun sirih hijau :

- 1) Panci
- 2) Sendok Kayu
- 3) Parutan
- 4) Saringan
- 5) Siapkan 400 ml air
- 6) 4 Lembar daun sirih hijau
- 7) Rimpang kunyit : 50 gram
- 8) Asam jawa: 15 gram
- 9) Gula (gula pasir, gula aren, atau gula kelapa): 8 gram

b. Langkah-langkah pembuatan minuman kunyit asam kombinasi daun sirih hijau

1. Cuci dan bersihkan semua bahan terlebih dahulu, lalu parut kunyit, peras ambil airnya.
2. Kemudian gula jawa diiris terlebih dahulu
3. Panaskan Air hingga mendidih di atas api sedang, kemudian masukkan daun sirih hijau, gula jawa, asam jawa.
4. Diaduk dan diamkan rebusan Rimpang kunyit dan Daun Sirih hingga hangat kuku

5. Rebusan Rimpang Kunyit dan Daun Sirih siap dihidangkan
6. Konsumsi Rebusan Rimpang Kunyit dan Daun Sirih selama satu minggu berturut-turut (Emi et al., 2023)

2.5 Remaja

2.5.1 Pengertian Remaja

Remaja atas “adolescence” berasal dari Bahasa latin “adolescere” dapat diartikan sebagai tumbuh kearah kematangan mental, emosional ,sosial dan fisik. Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun Masa remaja (masa pubertas) merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dapat diartikan masa remaja diawali dengan berfungsinya ovarium serta masa remaja diakhiri pada saat ovarium sudah berfungsi dengan mantap dan teratur. (Ekawati, 2019)

Remaja merupakan seorang individu yang akan mengalami situasi pubertas yang akan mengalami perubahan mencolok secara fisik maupun emosional atau psikologis. Secara psikologis masa remaja merupakan masa persiapan terakhir dan menentukan untuk memasuki tahap perkembangan kepribadian selanjutnya yaitu menjadi dewasa. Masa remaja adalah transisi antara masa anak dan dewasa ,dalam masa ini terjadi paku tumbuh, timbul ciri-ciri seks sekunder ,terjadi fertilitas dan terjadi perubahan psikologik serta kognitif (Annisa Budi Pratiwi, 2022)

2.5.1 Tahap perkembangan Remaja

Menurut (Istiqamah, 2018) Tahapan Perkembangan Remaja ada tiga tahapan perkembangan remaja dalam proses adaptasi menuju masa dewasa, antara lain:

a. Masa remaja awal (early adolescence)

Masa remaja awal, antara usia 10 - 13 tahun, ditandai dengan peningkatan pesat dalam pertumbuhan dan kematangan fisik, oleh karena itu masa intelektual dan emosional masa remaja sebagian besar merupakan proses penilaian ulang dan restrukturisasi identitas. Pada awal masa remaja, penerimaan oleh teman sebaya dalam kelompok merupakan hal yang sangat penting.

b. Masa Remaja Pertengahan (Middle Adolescence)

Masa remaja pertengahan pada kelompok umur 14 - 16 tahun ditandai dengan perkembangan hampir sempurna pada masa pubertas, yaitu munculnya kemampuan berpikir, peningkatan kesiapan memasuki masa dewasa serta keinginan untuk memaksimalkan hubungan emosional dan psikologis dengan orang lain.

c. Masa remaja akhir (late adolescence)

Masa remaja akhir adalah antara usia 17 - 19 tahun. Tahap ini merupakan masa pematangan menuju masa dewasa dan ditandai dengan tercapainya lima hal, yaitu:

1. Minat menunjukkan kematangan fungsi intelektual.

2. Ego lebih cenderung mencari peluang untuk bersatu dengan orang lain untuk mencari pengalaman baru.
3. Identitas gender terbentuk secara permanen atau tidak berubah lagi.
4. Egoisme (fokus berlebihan pada diri sendiri) digantikan oleh keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dan kepentingan orang lain.
5. Semakin besarnya hambatan antara individu dan masyarakat.

Menurut (Sarwono, 2011) masa remaja mempunyai tiga tahapan yaitu :

a. Masa remaja awal (10-12 tahun)

- 1) Tampil dan merasa lebih dekat dengan teman sebaya.
- 2) Merasa bebas.
- 3) Perhatikan dan sungguh-sungguh lebih perhatikan keadaan tubuhmu dan mulailah berpikir secara imajinatif (abstrak)

b. Pertengahan remaja (13-15 tahun)

- 1) Keluar dan mencari jati diri
- 2) Adanya keinginan untuk berpacaran atau tertarik dengan lawan jenis
- 3) Mengembangkan perasaan yang mendalam

c. Masa remaja akhir (16-19 tahun)

- 1) Menunjukkan kemandirian
- 2) Lebih selektif dalam mencari teman sebaya
- 3) Memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya.
- 4) Dapat mewujudkan perasaan cinta.

Perkembangan masa remaja difokuskan kepada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku dewasa. Menurut (Gusti Sayu Ratih Kusuma Dewi, 2022) adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja adalah sebagai berikut:

- a) Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- c) Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlawanan jenis.
- d) Mencapai kemandirian emosional.
- e) Mencapai kemandirian ekonomi.
- f) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang penting untuk memenuhi peran anggota masyarakat.
- g) Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
- h) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia orang dewasa.
- i) Bersiaplah untuk menikah.
- j) Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

2.5.2 Ciri-ciri Remaja

Ciri-ciri yang khas pada remaja sebagai akibat dari terjadinya perubahan, baik secara fisik maupun psikologis antara lain:

- a. Terjadinya peningkatan emosional secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal dengan masa badai dan stres. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak serta diharapkan lebih mandiri dan bertanggung jawab.
- b. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis dan dengan orang dewasa.
- c. Perubahan nilai, di mana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa.
- d. Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan

tersebut, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab tersebut.

- e. Perubahan yang cepat secara fisik juga disertai dengan kematangan seksual. Kadang-kadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
- f. Remaja perempuan akan menghadapi masalah yang rumit diantaranya berhubungan dengan masalah reproduksi. Keputihan merupakan masalah reproduksi yang sering dialami remaja perempuan. Keputihan ini berkaitan dengan hormon dan fungsi reproduksi.

2.6 Keputihan

2.6.1 Definisi Keputihan

Leukorea berasal dari kata *Leuco* yang berarti benda putih yang disertai dengan akhiran *-rrhea* yang berarti aliran atau cairan yang mengalir. Leukorea atau *flour albus* atau keputihan atau vaginal discharge merupakan semua pengeluaran dari kemaluan yang bukan darah. Keputihan bukan penyakit tersendiri, tetapi merupakan manifestasi gejala dari hampir semua penyakit kandungan. Keputihan dapat terjadi secara normal (fisiologis) dan abnormal (patologis) (Rusmita & Herawati, 2024).

2.6.2 Klasifikasi Keputihan

Keputihan terbagi atas dua jenis yaitu keputihan fisiologis (normal) dan keputihan patologis (abnormal)

1. Keputihan Fisiologis

Keputihan yang normal memiliki ciri-ciri berwarna bening seperti warna putih telur mentah, perubahan warna menjadi putih pekat atau kecoklatan biasanya terjadi mendekati jadwal menstruasi, setiap bulan terjadi antara fase menstruasi, saat ovulasi, dan siklus menstruasi, konsistensi kental atau encer dengan tekstur licin dan lengket, tidak berbau, muncul cukup banyak serta tidak menimbulkan keluhan lain seperti gatal atau nyeri pada vagina.

2. Keputihan Patologis

Keputihan patologis memiliki ciri-ciri berwarna beragam (putih, kekuningan, kehijauan, abu-abu, dan kemerahan karena mengandung darah), konsistensinya menggumpal, jumlahnya lebih banyak daripada keputihan normal, berbau kuat dan tidak sedap, seperti amis dan busuk, Buang Air Kecil (BAK) disertai nyeri panggul, kemerahan pada vulva atau vagina karena iritasi, terjadi pendarahan tiba-tiba di luar siklus menstruasi atau saat berhubungan seks, disertai keluhan penyerta, seperti gatal dan rasa seperti terbakar pada vagina (Puspawarna et al., 2024)

2.6.3 Tanda dan Gejala Keputihan

- a. Keputihan fisiologis atau keputihan normal biasanya cairan yang keluar sedikit, jernih, kadang cair seperti air tapi bisa juga berlendir, tidak berbau, tidak menular, tidak gatal, muncul ketika ovulasi dan setelah haid, PH berkisar 3,5-4,5.
- b. Keputihan patologis seringkali berbau busuk dan amis (*fishy odor*), jumlah banyak, berwarna putih/ kekuningan/ kehijauan/ keabuan, cairannya mengandung leukosit, disertai rasa gatal didalam genitalia dan disekitar bibir vagina bagian luar, serta menimbulkan rasa nyeri saat berkemih (*dysuria*) atau nyeri saat bersenggama (*dyspareunia*) (Arifah et al., 2025)

2.6.4 Patofisiologi Keputihan

Interaksi hormon estrogen dan progesterone selama siklus menstruasi mengatur keputihan alami yang terjadi sebelum menstruasi. Proses menstruasi pada wanita terjadi dalam tiga tahapan, yaitu proliferasi, sekresi, dan menstruasi. Pada masing-masing proses mempunyai pengaruh yang berbeda terhadap endometrium. Keputihan secara fisiologis terjadi sebelum menstruasi karena pengaruh dari proses menstruasi yang melibatkan hormon estrogen dan progesteron. Pada proses proliferasi terjadi pembentukan hormon estrogen oleh ovarium yang menyebabkan pengeluaran sekret yang berbentuk seperti benang, tipis dan elastis.

Hormon estrogen berperan dalam produksi sekret pada fase sekretorik, merangsang pengeluaran sekret pada saat wanita terangsang serta menentukan kadar zat gula dalam sel tubuh (glikogen). Glikogen digunakan

untuk proses metabolisme pada bakteri *Lacto bacillus doderlein*. Sisa dari proses metabolisme ini akan menghasilkan asam laktat yang menjaga keasaman vagina yaitu 3,8-4,2. Pada saat ovulasi terjadi proses sekresi pada endometrium yang dipengaruhi oleh hormon progesteron. Hormon progesteron menyebabkan pengeluaran sekret yang lebih kental seperti jeli.

Hormon estrogen dan progesteron juga menyebabkan lendir servik menjadi lebih encer sehingga timbul keputihan selama proses ovulasi. Sebaliknya, progesteron menyebabkan mukus menjadi tebal, kental, dan pada saat ovulasi menjadi elastis. Keputihan fisiologis terdiri atas cairan yang kadang-kadang berupa mukus yang mengandung banyak epitel dengan leukosit yang jarang (Marhaeni, 2016).

2.6.5 Etiologi Keputihan

1. Keputihan Fisiologis

Menurut (Marhaeni, 2016) keputihan fisiologis disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu :

- a. Bayi yang baru lahir kira- kira 10 hari, keputihan ini disebabkan oleh pengaruh hormon estrogen dari ibunya;
- b. Masa sekitar menarche atau pertama kalinya haid datang, keadaan ini ditunjang oleh hormon estrogen;
- c. Masa di sekitar ovulasi karena produksi kelenjar- kelenjar rahim dan pengaruh dari hormon estrogen serta progesterone;
- d. Seorang wanita yang terangsang secara seksual. Rangsangan seksual ini berkaitan dengan kesiapan vagina untuk menerima penetrasi

senggama, vagina mengeluarkan cairan yang digunakan sebagai pelumas dalam senggama;

- e. Kehamilan yang mengakibatkan meningkatnya suplai darah ke vagina dan mulut rahim, serta penebalan dan melunaknya selaput lendir vagina;
- f. Akseptor kontrasepsi pil yang mengandung hormon estrogen dan progesteron yang dapat meningkatkan lendir servik menjadi lebih encer;
- g. Pengeluaran lendir yang bertambah pada wanita yang sedang menderita penyakit kronik.

2. Keputihan Abnormal

Keputihan abnormal dapat terjadi pada semua infeksi alat kelamin (infeksi bibir kemaluan, liang senggama, mulut rahim, jaringan penyangga, dan pada infeksi karena penyakit menular seksual). Ciri-ciri keputihan patologik adalah terdapat banyak leukosit, jumlahnya banyak, timbul terus menerus, warnanya berubah (biasanya kuning, hijau, abu-abu, dan menyerupai susu), disertai dengan keluhan (gatal, panas, dan nyeri) serta berbau (apek, amis, dan busuk).

2.6.6 Faktor Penyebab Keputihan

a. Infeksi

Keputihan abnormal dapat terjadi pada semua infeksi alat kelamin (infeksi bibir kemaluan, liang senggama, mulut rahim, jaringan penyangga, dan pada infeksi karena penyakit menular seksual). Ciri-ciri

keputihan patologis adalah terdapat banyak leukosit, jumlahnya banyak, timbul terus menerus, warnanya berubah (biasanya kuning, hijau, abu-abu, dan menyerupai susu), disertai dengan keluhan (gatal, panas, dan nyeri) serta berbau (apek, amis, dan busuk). Keputihan abnormal dapat berlangsung secara terus menerus dapat mengakibatkan komplikasi penyakit infeksi genitalia lainnya seperti *vaginitis*, *kandidiasis*, *servicitis* yang jika dialami dalam waktu yang lama dapat menyebabkan terjadinya kemandulan karena terganggunya fungsi organ reproduksi wanita (Nugrahmi et al., 2024)

b. Non Infeksi

1) Kelelahan fisik

Kelelahan fisik merupakan kondisi yang dialami oleh seseorang akibat meningkatnya pengeluaran energi karena terlalu memaksakan tubuh untuk bekerja berlebihan dan menguras fisik. Meningkatnya pengeluaran energi menekan sekresi hormon estrogen. Menurunnya sekresi hormon estrogen menyebabkan penurunan kadar glikogen. Glikogen digunakan oleh *Lactobacillus* *doderlein* untuk metabolisme. Sisa dari metabolisme ini adalah asam laktat yang digunakan untuk menjaga keasaman vagina. Jika asam laktat yang dihasilkan sedikit, bakteri, jamur, dan parasit mudah berkembang (Marhaeni, 2016).

2) Ketegangan psikis

Ketegangan psikis merupakan kondisi yang dialami seseorang akibat dari meningkatnya beban pikiran akibat dari kondisi yang tidak menyenangkan atau sulit diatasi. Meningkatnya beban pikiran memicu peningkatan sekresi hormon adrenalin. Meningkatnya sekresi hormon adrenalin menyebabkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi elastisitas pembuluh darah. Kondisi ini menyebabkan aliran hormon estrogen ke organ- organ tertentu termasuk vagina terhambat sehingga asam laktat yang dihasilkan berkurang. Berkurangnya asam laktat menyebabkan keasaman vagina berkurang sehingga bakteri, jamur, dan parasit penyebab keputihan mudah berkembang (Marhaeni, 2016).

3) Kebersihan diri (*Personal Hygiene*)

Kebersihan diri merupakan suatu tindakan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan untuk kesejahteraan fisik dan psikis, Keputihan yang abnormal banyak dipicu oleh cara wanita dalam menjaga kebersihan dirinya, terutama alat kelamin. Kegiatan kebersihan diri yang dapat memicu keputihan adalah penggunaan pakaian dalam yang ketat dan berbahan nilon, cara membersihkan alat kelamin (cebok) yang tidak benar, penggunaan sabun vagina dan pewangi vagina, penggunaan pem- balut kecil yang terus menerus di luar siklus menstruasi. Personal hygiene yang kurang pada area genitalia menyebabkan kuman, parasit, dan virus berkembang dengan

pesat di daerah sekitar kemaluan wanita. Selain itu pemakaian panty liner dapat meningkatkan populasi Eubacterium species di vagina dan menurunkan jumlah Lactobacillus species di vagina sebagai flora normal sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya keputihan. Remaja yang mempunyai pengetahuan rendah, sikap yang jelek dan perilaku buruk dalam menjaga kebersihan akan memperburuk kondisi keputihan abnormal (Marhaeni, 2016).

4) Peningkatan Berat Badan

Obesitas atau yang biasa dikenal dengan nama kegemukan merupakan keadaan dimana jumlah lemak dalam tubuh melebihi kebutuhan lemak yang dibutuhkan. Penumpukan lemak tubuh yang berlebih menjadikan berat badan seseorang juga berlebih bahkan diatas normal dan juga dapat membahayakan kesehatan. Keputihan yang berulang dapat dipicu oleh obesitas. Infeksi jamur adalah penyebab keputihan yang paling umum terjadi pada individu yang kelebihan berat badan. Hal ini terjadi karena daerah vagina cenderung lembab. Keputihan berwarna putih susu adalah salah satu ciri-ciri keputihan yang disebabkan oleh infeksi jamur

2.6.7 Dampak Keputihan

Menurut (Marhaeni, 2016), Keputihan fisiologis dan patologis mempunyai dampak pada wanita diantaranya :

- a. Keputihan fisiologis menyebabkan rasa tidak nyaman pada wanita sehingga dapat mempengaruhi rasa percaya dirinya.

- b. Keputihan patologis yang berlangsung terus menerus akan mengganggu fungsi organ reproduksi wanita khususnya pada bagian saluran indung telur yang dapat menyebabkan infertilitas. Pada ibu hamil dapat menyebabkan keguguran, Kematian Janin dalam Kandungan (KJDK), kelainan kongenital, lahir premature. Kemudian ada infeksi pada alat genitalia yaitu Vulvaginitis merupakan infeksi pada kulit berbulu. Bulu yang terinfeksi akan menyebabkan perubahan warna, bengkak, nyeri, terkadang muncul nanah dan menyebabkan kesulitan bergerak. Infeksi kelenjar Bartholini terletak di bagian bawah bulva, perubahan warna kulit, bengkak, nanah menumpuk di kelenjar, pasien sulit berjalan dan duduk karena nyeri.

2.7 Penatalaksanaan Keputihan

Untuk mengatasi keputihan (*Flour Albus*) sebagian wanita lebih memilih melakukan *vulva hygiene* bahkan sampai menggunakan obat yang berfungsi kuratif. Untuk mengatasi keputihan (*Flour Albus*) terdapat 2 terapi yaitu terapi farmakologi dan Non farmakologi.

2.7.1 Terapi Farmakologi

Menurut mengatakan bahwa upaya pengobatan secara medis untuk mengurangi dan menghilangkan keputihan dilakukan dengan memberikan obat seperti clindamycin, nystatin, fluconazole, dan metronidazole. Obat keputihan tersedia dalam bentuk kapsul, tablet, dan ovula (tablet vagina) (Novi Rida Eriyani & Tri Restu Handayani, 2024).

2.7.2 Terapi Non Farmakologi

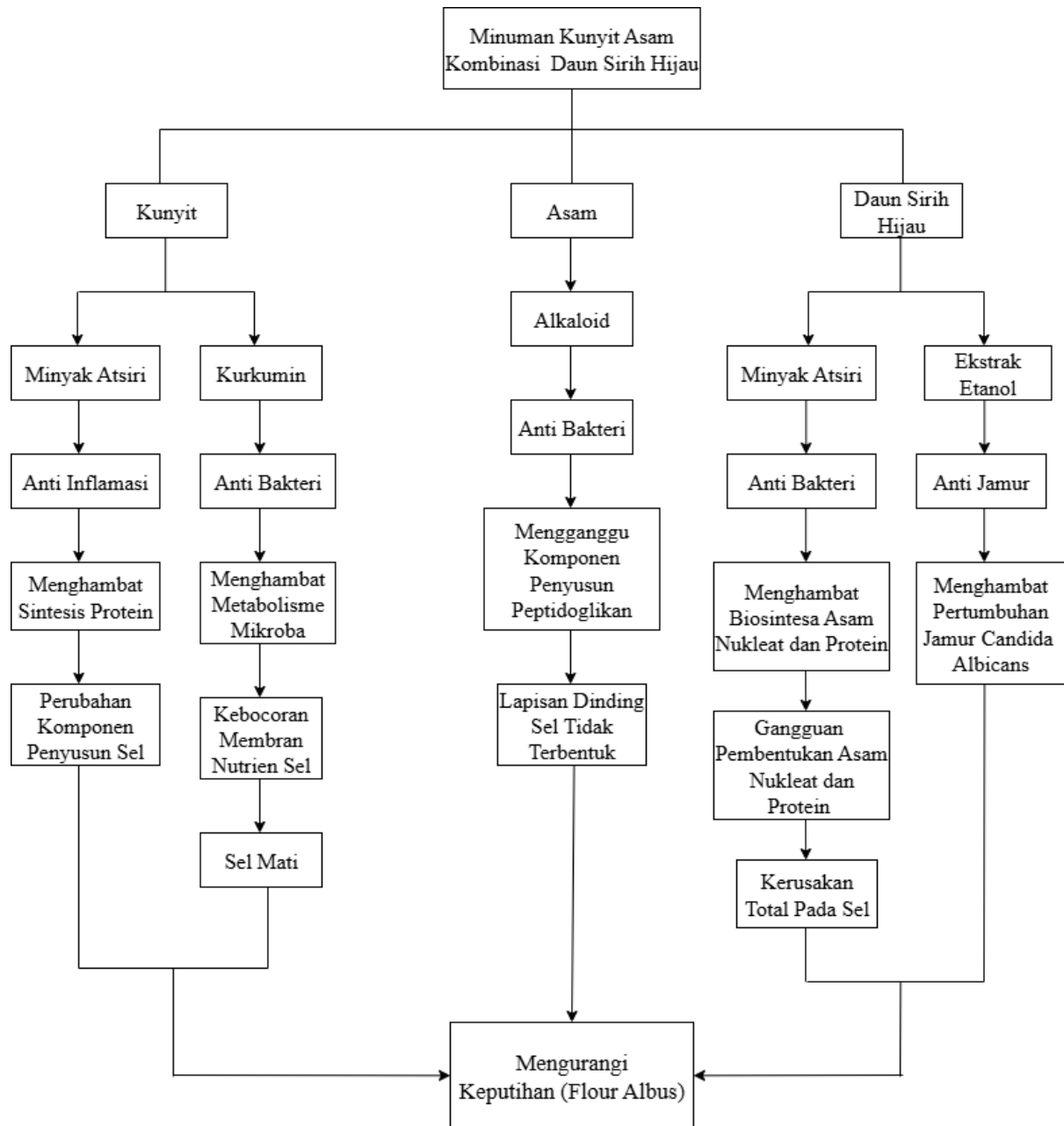
Penatalaksanaan non farmakologi bisa dilakukan dengan cara *personal hygiene* dan juga bisa dengan terapi komplementer yaitu obat alami seperti minuman kunyit asam kombinasi dengan daun sirih hijau. Pada kunyit mengandung minyak atsiri dan kurkumin yang menyebabkan menghambat pertumbuhan bakteri. Pada asam jawa menunjukkan adanya kandungan senyawa *alkaloid* dengan cara mengganggu komponen penyusun peptidoglikan pada sel bakteri, sehingga lapisan dinding sel tidak terbentuk secara utuh dan menyebabkan kematian sel tersebut. Pada daun sirih hijau mengandung minyak atsiri dan ekstrak etanol memiliki aktivitas sebagai anti jamur sebagai salah satu penyebab terjadinya keputihan.

2.8 Kerangka Teori

Minuman kunyit asam kombinasi daun sirih hijau mengandung banyak sekali senyawa atau zat salah satunya adalah minyak atsiri dan kurkumin yang menyebabkan menghambat pertumbuhan bakteri terdapat pada kandungan kurkuminoid dan juga minyak atsiri menghambat sintesis protein karena terakumulasi dan menyebabkan perubahan komponen-komponen penyusun sel bakteri.

Kandungan lain yaitu terdapat dalam buah asam jawa menunjukkan adanya kandungan senyawa *alkaloid* dengan cara mengganggu komponen penyusun peptidoglikan pada sel bakteri, sehingga lapisan dinding sel tidak terbentuk secara utuh dan menyebabkan kematian sel tersebut.

Kandungan lain yaitu terdapat dalam daun sirih hijau dan memiliki aktivitas sebagai anti jamur sebagai salah satu penyebab terjadinya keputihan aktivitas zat tersebut yaitu minyak atsiri dan ekstrak etanol. Minyak atsiri mengganggu proses pembentukan dinding sel sehingga membran sel tidak terbentuk dengan sempurna atau bahkan tidak dapat terbentuk, Sedangkan ekstrak etanol daun sirih hijau mampu menghambat pertumbuhan jamur *Candida albicans*.



Bagan 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Fenny & Desriva, 2020; I Gusti Agung Ayu Anjani Kartika Dewi et al., 2020; Jannah et al., 2024; Kurniawati, 2023; Sadiah et al., 2022)