

Nama : Nabila Aulia Zwageri  
Nim : 2110101004  
Matkul : Komunikasi Dan Konseling  
Tema : Asuhan Remaja & Kesehatan Repro  
Judul : Konseling Asuhan Remaja dengan Keluhan Keputihan

Dinda : “Assalamualaikum buk.”  
Bidan Nabila : “Walaikumsalam. Silahkan masuk.”  
Dinda : “Permisi”  
Bidan Nabila : “Iya. Silahkan duduk.”  
Dinda : “Benar ini dengan bu bidan Nabila?”  
Bidan Nabila : “Iya, perkenalkan saya bidan Nabila. Nama adek siapa?”  
Dinda : “Nama saya Dinda buk, siswi dari SMA N 3 Yogyakarta.”  
Bidan Nabila : “Oh..iya, Bagaimana adek ada yang bisa saya bantu?”  
Dinda : “Kedatangan saya kesini, saya ingin berkonsultasi tentang masalah reproduksi yang ada pada diri saya. Akhir-akhir ini, saya mengalami keputihan buk. Jadi, keputihan yang saya alami itu, saya rasa kurang normal. Mungkin ada faktor-faktor tertentu yang mungkin ibu lebih tau dan bisa menjelaskan juga memberi solusi kepada saya?”  
Bidan Nabila : “Oh..iya. Sebelumnya, kalo keputihan kaya gitu dek ya, itu biasanya yang pertama itu tergantung dengan pola makan. Misalnya, pola makannya itu udah bener atau belum. Misal kan kadang makanannya itu kotor atau tidak sehat itu bisa mempengaruhi, terus yang kedua itu gaya hidup kita dek. Misalnya, mohon maaf adek mungkin tidak mengganti celana dalam, biasanya habis pipis itu kan lembab.”  
Dinda : “Oh..Jadi, keputihan yang normal itu seperti apa sih buk?”  
Bidan Nabila : “Jadi begini, keputihan yang normal itu, dia itu seperti ingus, warnanya putih, dan juga bening, dan baunya itu tidak menyengat. Dia itu elastis, pada saat dia di jari , dia itu akan nyatu dan dia itu

akan ketarik. Sedangkan keputihan yang tidak normal itu, dia itu berwarna kuning dan baunya juga menyengat. Jadi, dia seperti gumpalan gitu, warnanya kuning kehijauan.”

Dinda : “Oh..Jadi, keputihan yang saya alami itu normal?”

Bidan Nabila : “Emang keputihan yang adek alami itu seperti apa?”

Dinda : “Jadi, keputihan yang saya alami itu berwarna putih, seperti ingus, dan elastis.”

Bidan Nabila : “Oh..berarti sama seperti yang sudah saya jelaskan tadi ya, ciri-cirinya keputihan yang normal itu. Kan tadi berwarna putih, bening dan juga elastis. Itu normal kok dek, adek tidak usah takut”.

Dinda : “Oh..Alhamdulillah. Jadi, penyebab keputihan itu apa sih buk?”

Bidan Nabila : “Jadi begini, penyebab keputihan itu, yang pertama. Adek suka pakai panty liner atau tidak biasanya? yang pertama itu satu faktor panty liner, yang kedua itu mohon maaf mungkin adek sering menggaruk di area kewanitaannya, itu juga bisa memicu timbulnya keputihan, terus yang ketiga itu tidak mengganti celana dalam apabila sudah terasa lembab, kan biasanya sehabis buang air kecil itu kan lembab. Nah, itu harus di ganti.

Dinda : “Tapi buk biasanya saya kalau pakai panty liner sehari cuma sekali.”

Bidan Nabila : “Oh..dalam sehari itu pakai panty liner nya cuma sekali? Ya panty liner adek mengalami keputihan. Kan saya tadi sudah menjelaskan kalau faktor panty liner itu mempengaruhi timbulnya keputihan. Karena kan di dalam panty liner itu dia mengandung seperti gel, nah gel nya itu berfungsi untuk menyerap cairannya tersebut. Apabila panty liner nya itu sudah penuh, sudah full otomatis dia akan terasa lembab, dan mungkin celana dalamnya pun ikut lembab, jadi bakteri dan virusnya itu mudah masuk dan menyerang vagina. Itu yang menimbulkan rasa gatal dek.”

Dinda : “ Oh..kalau boleh tau cara mencegah keputihan itu bagaimana sih buk?”

Bidan Nabila : “Cara mencegah keputihan ya. Yang pertama itu, adek harus rajin mengganti panty liner, 4 jam sekali itu panty liner nya harus di ganti. Terus yang kedua itu, hindari menggaruk area kewanitaannya

karena itu juga pemicu timbulnya keputihan. Terus yang ketiga itu, biasanya kan kalau sehabis buang air kecil itu kan lembab dan basah, nah di area vaginanya itu di lap terlebih dahulu sebelum menggunakan celana dalam supaya tidak basah dan lembab. Terus selanjutnya, pola makannya harus di atur dek. Selanjutnya itu, gaya hidup dek, adek harus rajin menjaga kebersihan diri. Yang paling penting yang harus kamu ingat-ingat kamu harus perbanyak minum air putih dan rajin berolahraga dek.”

Dinda : “Oh..iya. terimakasih ya buk, sudah membantu saya mengatasi masalah pada diri saya. Mungkin, kalau lain kali ada yang bisa saya tanyakan tentang reproduksi ke ibuk, saya bisa kan datang kesini lagi?”

Bidan Nabila : “Oh..boleh sekali dek. Datang saja ya, apabila ada yang perlu dikonsultasikan lagi.’

Dinda : “Oh..iya buk. Terimakasih ya buk, saya pamit dulu.  
Assalamualaikum ”

Bidan Nabila : “Iya. Sama-sama dek. Waalaikumsalam”