

### **Lebih Dekat dengan Vulvagina**

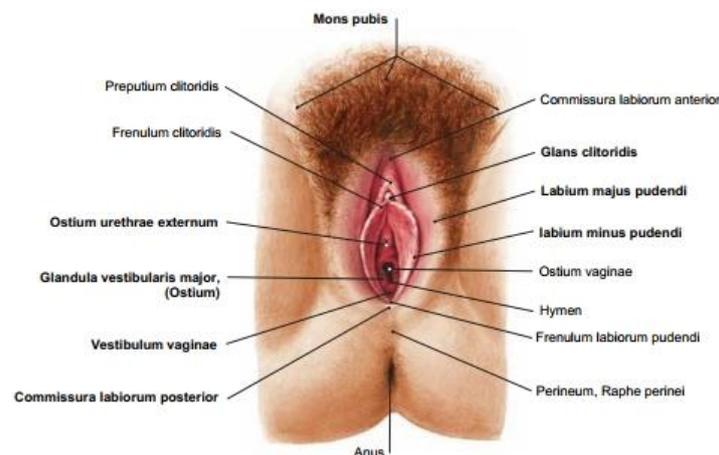


Ketika kamu mendengar kata vagina, apa yang langsung terbesit di pikiranmu? Mungkin bagi sebagian orang langsung beranggapan kepada hal yang tidak pantas ataupun hal-hal negatif lainnya. Mari buang stigma seperti itu untuk saat ini dan menjadikan hal tersebut menjadi sesuatu yang positif. Namun apakah selama ini organ yang kita sebut sebagai vagina ini benar vagina atau ternyata malah teman dekatnya yang salah kita sebut? Wah, kasihan sekali jika selama ini ternyata kita salah menyebut dirinya dengan temannya. Supaya kita tidak keliru lagi mari kita ulas lebih lanjut mengenai vagina dan teman dekatnya ini.

#### **Vagina dan Vulva? Apa bedanya?**

Seperti yang kita ketahui, vagina merupakan organ intim yang terdapat pada wanita. Namun apakah kalian tahu bahwa selama ini persepsi kita mengenai vagina ternyata bukanlah vagina yang selama ini kita maksud? Bagian yang selama ini kita anggap sebagai vagina ini ternyata teman dekat dari vagina, yaitu vulva. Tentu vagina dan vulva ini merupakan dua bagian yang berbeda dan tidaklah sama meski letak mereka berdekatan.

Secara definisi, vulva merupakan organ seksual wanita bagian luar yang terdiri dari dua pasang bibir luar dan dalam (labia). Sedangkan vagina sendiri merupakan suatu saluran yang terletak setelah vulva sebagai pintu gerbang ke saluran reproduksi wanita bagian dalam. Jadi dapat kita simpulkan bahwa vulva adalah bagian terluar dari organ intim wanita yang selama ini disebut-sebut sebagai vagina dan vagina merupakan lanjutan dari vulva yang berbentuk saluran.



Jika dilihat secara anatomi, vagina merupakan suatu tabung memanjang dari bagian servikal uterus sampai ke bagian vestibulum, suatu celah antara labia minora ke arah terbukanya vagina dan uretra. Sebagai organ reproduksi, vagina akan menerima penis pada saat melakukan hubungan seksual dan juga berfungsi sebagai jalan keluarnya darah menstruasi serta jalur keluarnya bayi ketika proses persalinan.

### **Bagaimana dengan ukurannya? Apakah berbeda?**

Beberapa wanita mungkin sedikit khawatir mengenai ukuran “vagina” mereka. Namun itu bukanlah sesuatu yang harus dikhawatirkan karena pada dasarnya tiap wanita memiliki ukuran yang berbeda-beda dan jangan menjadikan milik seseorang menjadi suatu patokan pada diri sendiri. Menurut dr. Suzy Elneil, Konsultan Uroginekologi dan Uroneurologi di University College Hospital, London, seperti halnya manusia, bentuk vagina dari tiap individu itu tidak ada yang sama sehingga jangan membandingkan dengan orang lain karena belum tentu apa yang menurut mereka normal itu belum tentu normal untuk kita. Perbedaan ukuran bukanlah masalah namun memang untuk beberapa kalangan seperti pesepeda, ukuran dari labia mereka dapat memengaruhi kemampuan dan keseharian mereka meski ini jarang terjadi.

## **Kerap kali mengalami keluhan pada bagian tersebut? Bahaya kah?**

Mungkin tidak sedikit dari para wanita mengeluhkan adanya cairan yang keluar dari kemaluan mereka. Namun ini bukanlah sesuatu hal yang perlu dikhawatirkan karena itu merupakan hal yang normal saja terjadi. Keputihan adalah hal normal pada wanita meski tekstur dan jumlahnya dapat bervariasi di sepanjang siklus. Apabila keputihan menjadi berbeda dengan adanya perubahan warna dan bau, langsung konsultasikan saja kepada dokter untuk penanganan lebih lanjut.

Selain itu, keluhan gatal juga kerap kali dirasakan oleh beberapa wanita. Keluhan gatal ini bisa disebabkan oleh beberapa penyebab seperti adanya sariawan pada kemaluan ataupun infeksi lainnya. Dr. Elneil menyatakan bahwa gatal yang dialami oleh para wanita bisa menjadi bagian dari masalah kulit pada umumnya seperti eksim ataupun kondisi lain seperti *lichen sclerosus*. Jika rasa gatal tersebut berlangsung lebih dari sebulan, dianjurkan untuk segera periksa dan melakukan pengobatan ke dokter.

## **Fakta lain mengenai vagina perlukah kita ketahui?**

Sebagian dari kita baik wanita maupun pria mungkin belum mengetahui beberapa hal mengenai organ intim ini. Faktanya, beberapa informasi masih menjadi suatu hal yang tabu dan kerap kali menjadi misinformasi. Untuk itu, mari kita simak lebih lanjut mengenai fakta-fakta lain terkait organ vagina ini.

### **1. Vagina merupakan organ yang lebih asam dari organ tubuh lainnya**

Mungkin kedengarannya tampak tidak sehat, namun lingkungan vagina yang asam sangat penting untuk menjaga bagian kewanitaan tetap sehat. Keadaan asam pada vagina dapat melindungi dari infeksi dan membantu menjaga pertumbuhan bakteri juga jamur. Lingkungan vagina yang terlalu basa dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi mikroba seperti contohnya vaginosis bakteri.

Untuk menjaga kondisi tersebut, sebaiknya hindari penggunaan produk yang dapat memengaruhi flora normal pada vagina, seperti produk sabun atau wewangian untuk organ kemaluan wanita. Cara membersihkan bagian vulva (luar) hanya perlu dengan melakukan pencucian lembut dengan air hangat sedangkan untuk vagina tidak perlu dilakukan karena ia dapat membersihkan dirinya sendiri.

### **2. Vulva dan vagina akan berubah sepanjang hidup**

Sama halnya dengan bagian tubuh lainnya, vulva dan vagina dapat mengalami perubahan seiring berjalannya waktu dan tahapan kehidupan yang berbeda. Beberapa perubahan seperti penipisan kulit vulva ataupun perubahan warna pada vulva merupakan hal yang alamiah terjadi karena faktor fisiologis tubuh.

3. Klitoris bukan hanya suatu benda kecil berwarna merah muda

Klitoris merupakan suatu organ kecil berwarna merah muda berukuran kecil yang terletak di bawah tudung klitoris. Meskipun ukurannya kecil dan memanjang ke dalam vagina sekitar 3 inch, organ kecil ini memiliki 8.000 ujung saraf yang berguna untuk rangsangan seksual.

4. Hubungan seksual dapat menjaga vagina tetap sehat terutama pada wanita pascamenopause

Beberapa ahli mengatakan bahwa dengan melakukan hubungan seksual dapat mencegah perubahan pada vagina. Seperti yang dilansir oleh Barnes, kadar estrogen pada wanita membantu menjaga vagina agar tetap sehat dan terlumasi. Namun begitu kadarnya menurun, vagina dapat menjadi kering dan kerap menimbulkan rasa sakit. Sehingga untuk membantu hubungan menjadi lebih nyaman, ia menyarankan untuk menggunakan pelumas. Dan bagi para wanita yang mengalami kekeringan pada daerah kewanitaannya, dapat menggunakan terapi hormonal seperti pil, *patch*, cincin vagina, ataupun krim sebagai pilihan.

5. Suplemen probiotik dapat membantu menjaga keseimbangan

Probiotik atau yang dikenal sebagai “bakteri ramah” sudah menjadi pilihan alternatif dalam pengobatan populer terhadap bakteri yang membahayakan tubuh. Beberapa kutipan bukti menyatakan bahwa bakteri probiotik dapat membantu proses pencernaan dan peradangan usus. Selain itu juga terdapat penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan probiotik dapat membantu melawan infeksi pada vagina seperti infeksi jamur. Meski belum ada bukti yang cukup untuk rekomendasi ini, Barnes mengatakan jika ia memiliki pasien dengan keluhan infeksi vagina berulang ia akan merekomendasikan produk probiotik. Namun penggunaan probiotik juga belum tentu bisa digunakan oleh semua orang karena dibatasi oleh adanya intoleransi laktosa pada sebagian orang.

## 6. Tidak semua bakteri itu jahat

Bakteri dikenal sebagai mikroorganisme yang jahat. Namun tidak semua bakteri yang ada itu bersifat jahat. Ada beberapa bakteri baik yang membantu menjaga keasaman vagina seperti *lactobacilli*. Namun beberapa kondisi dapat menyebabkan keseimbangan bakteri baik dan jahat tersebut terganggu sehingga pada wanita dapat mengalami keluhan berupa keputihan yang berbau, rasa gatal, ataupun rasa seperti terbakar pada organ intimnya.

## REFERENSI

Urban & Fischer. (2011). *Sobotta Atlas of Human Anatomy*. Edisi 15. Munich: Elsevier GmbH.

Smith, Roger P. (2018). *Netter's Obstetrics and Gynecology*. Edisi 3. Philadelphia: Elseiver.

nhs.uk (2018, 28 September). *Is My Vagina Normal?*. Diakses pada 18 Juni 2021 dari

<https://www.nhs.uk/live-well/sexual-health/vagina-shapes-and-sizes/>

sinta.unud.ac.id. BAB II Kajian Pustaka. Diakses pada 18 Juni 2021 dari

[https://sinta.unud.ac.id/uploads/wisuda/1090271009-3-](https://sinta.unud.ac.id/uploads/wisuda/1090271009-3-11.%20BAB%20II%20KAJIAN%20PUSTAKA%20100216.pdf)

[11.%20BAB%20II%20KAJIAN%20PUSTAKA%20100216.pdf](https://sinta.unud.ac.id/uploads/wisuda/1090271009-3-11.%20BAB%20II%20KAJIAN%20PUSTAKA%20100216.pdf)

digilib.unimus.ac.id. BAB II Tinjauan Pustaka. Diakses pada 18 Juni 2021 dari

<https://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/123/jtptunimus-gdl-windaputri-6131-2-babii.pdf>

Thrasybule, L. (2013, 30 Mei). *7 Facts Women (And Men) Should Know About the Vagina*.

Diakses pada 17 Juni 2021 dari [https://www.livescience.com/36516-facts-women-](https://www.livescience.com/36516-facts-women-vagina-health-myths.html)

[vagina-health-myths.html](https://www.livescience.com/36516-facts-women-vagina-health-myths.html)

Jeanhailes.org.au. (2018, 20 November). *Five Things You Didn't Know About Vagina and*

*Vulva*. Diakses pada 18 Juni 2021 dari [https://www.jeanhailes.org.au/news/five-things-](https://www.jeanhailes.org.au/news/five-things-you-didnt-know-about-vaginas-and-vulvas-free-health-article)

[you-didnt-know-about-vaginas-and-vulvas-free-health-article](https://www.jeanhailes.org.au/news/five-things-you-didnt-know-about-vaginas-and-vulvas-free-health-article)