

Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Higienis Saat Menstruasi Pada Siswa Tunagrahita

Mawaddah^{1*}, Agustina¹, Hanifah Hasnur¹

1Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh, Jl. Muhammadiyah No.91 Batoh Lueng Bata, Kota Banda Aceh, 23123, Indonesia

*Email korespondensi: mawaddahm57@gmail.com

Info Artikel

Submitted:

Accepted:

Publish Online:

Kata Kunci:

Remaja tunagrahita;
kesehatan reproduksi;
hygiene menstruasi;
penyuluhan kesehatan;
pengetahuan

Keywords:

Adolescents with intellectual disabilities; reproductive health; menstrual hygiene; health education, knowledge

Abstrak

Latar belakang: Remaja putri tunagrahita memiliki keterbatasan dalam memahami dan menjaga kebersihan diri selama menstruasi, yang dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Minimnya informasi dan belum adanya penyuluhan khusus di SLBN Banda Aceh menjadikan kebutuhan intervensi edukatif sangat penting. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja putri tentang higienis saat menstruasi pada siswa tunagrahita di SLBN Banda Aceh. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah 30 siswi tunagrahita di SLBN Banda Aceh yang dipilih dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pilihan ganda sebanyak 19 item untuk mengukur pengetahuan tentang hygiene menstruasi sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan reproduksi. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah menggunakan media powerpoint. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dengan tingkat kemaknaan 0,05. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan. Sebelum intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan kurang, namun setelah intervensi, 60% meningkat ke kategori baik. Hasil uji paired t-test menunjukkan perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). **Simpulan:** Terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tunagrahita setelah diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi. Penyuluhan yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri saat menstruasi.

Abstract

Background: Adolescent girls with intellectual disabilities have limited understanding and ability to maintain personal hygiene during menstruation, which can increase the risk of reproductive health problems. The limited information and the absence of specific counseling at the Banda Aceh Special Needs School (SLBN) make educational interventions crucial. **Objective:** This study aimed to determine the effect of reproductive health counseling on adolescent girls' knowledge of menstrual hygiene among students with intellectual disabilities at the Banda Aceh Special Needs School (SLBN). **Method:** This study used a pre-experimental one-group pretest-posttest design without a control group. The subjects were 30 female students with intellectual disabilities at the Banda Aceh Special Needs School (SLBN) selected using a total sampling technique. The instrument used was a 19-item multiple-choice questionnaire to measure knowledge about menstrual hygiene before and after reproductive health education. The education was conducted using a lecture method using PowerPoint media. Data were analyzed using the Wilcoxon test with a significance level of 0.05. **Results:** The results showed an increase in respondents' knowledge after the counseling. Before the intervention, all respondents (100%) were in the poor knowledge category, but after the intervention, 60% improved to the good knowledge category. The paired t-test results showed a significant difference between the pretest and posttest scores with a p value of 0.001 ($p < 0.05$). **Conclusions:** There was an increase in knowledge among adolescent girls with intellectual disabilities after receiving reproductive health education. The education provided was proven effective in increasing understanding of the importance of maintaining personal hygiene during menstruation.

PENDAHULUAN

Remaja dengan kebutuhan khusus, termasuk tunagrahita, merupakan kelompok populasi yang signifikan secara global. WHO (2023) memperkirakan sekitar 1,3 miliar orang atau 16% populasi dunia mengalami disabilitas. Data Global Burden of Disease 2019 menunjukkan bahwa 293 juta anak dan remaja usia 5-24 tahun di seluruh dunia mengalami setidaknya satu gangguan mental yang dapat didiagnosis (WHO, 2023). Angka ini lebih tinggi di negara berkembang, yaitu 4,6% dibandingkan 0,5–2,5% di negara maju. Di Indonesia, prevalensi penyandang disabilitas meningkat dari 2,45% pada tahun 2012 menjadi 5% pada 2020 dengan 62.011 remaja terdiagnosis retardasi mental pada 2018 (Olusanya et al. 2023).

Remaja tunagrahita menghadapi keterbatasan dalam perkembangan kognitif dan perawatan diri, termasuk dalam menjaga kebersihan pribadi saat menstruasi (Elfiyani et al., 2024a). Padahal, menstrual hygiene merupakan aspek penting kesehatan reproduksi, karena kebersihan organ genital yang buruk meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi, penyakit radang panggul, bahkan kanker serviks. Berbagai penelitian menunjukkan praktik menstrual hygiene di kalangan remaja tunagrahita masih rendah, dengan mayoritas berada pada kategori kurang (Kaydırak et al., 2024). Faktor yang memengaruhi antara lain pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dan akses informasi (Sholihah et al. 2020).

Hasil penelitian Purnama (2021) prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi, karena kurangnya *hygiene* pada organ genitalia masih cukup tinggi, terdapat 90.100 kasus infeksi saluran reproduksi per 100.000 orang per tahun. Terjadinya penyakit kesehatan reproduksi seperti keputihan, Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), Penyakit

Radang Panggul (PRP) dan potensi terjadi kanker leher rahim akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene genitalia* (Angrainy., 2021). Anak tunagrahita memiliki kemampuan berbeda-beda sesuai dengan tingkat intelegensinya sehingga untuk mencapai kemampuan optimal dibutuhkan dukungan dari lingkungan, keluarga, dan perawat (Sukini et al., 2021). Oleh karena itu mereka sangat memerlukan dukungan khusus dari keluarga, dukungan itulah yang akan mempengaruhi sikap dan perilaku anak tersebut, untuk memenuhi pertumbuhan dan perkembangan anak retardasi mental memerlukan perhatian khusus dari sekitarnya (Hardiansah et al., 2020).

Siswa tunagrahita membutuhkan penjelasan dan pengajaran yang lebih mendalam tentang *menstrual hygiene*. Menggunakan kata-kata dan kalimat sederhana saat menjelaskan, menggunakan benda asli agar siswa tunagrahita dapat merasakan dan meraba, memberikan praktik lebih dengan mengulangi beberapa kali untuk memastikan mereka menguasai pelajaran dan tidak mudah melupakan keterampilan yang telah diajarkan adalah salah satu cara sederhana untuk mengajar anak tunagrahita (Rozi., 2018). Salah satu pembelajaran yang bisa diberikan kepada siswa tunagrahita yaitu dengan pendidikan kesehatan. Diharapkan pemberian pendidikan kesehatan kepada anak tunagrahita akan menjadi salah satu strategi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja untuk meningkatkan *menstrual hygiene*. Agar siswa tunagrahita menjadi mandiri dan berhenti bergantung pada keluarga lagi dalam proses kebersihan menstruasinya (Eldawati dan Kasiyati, 2021).

Kondisi serupa ditemukan di SLBN Banda Aceh, di mana siswi tunagrahita belum pernah memperoleh pembelajaran khusus

mengenai kebersihan menstruasi. Informasi yang tersedia terbatas dari guru, orang tua, dan teman sebaya, sehingga pemahaman mereka terhadap pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi masih rendah. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam intervensi pendidikan kesehatan reproduksi pada kelompok tersebut (Heryati et al. 2024). Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan menstrual hygiene remaja putri tunagrahita di SLBN Banda Aceh.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan one group pretest–posttest design (Elise et al. 2025). Rancangan ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengukur perubahan tingkat pengetahuan hygiene menstruasi pada remaja putri tunagrahita sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi. Penelitian dilaksanakan di SLB Negeri Banda Aceh pada tanggal 14–23 April 2025, dengan seluruh populasi penelitian dijadikan sampel karena jumlahnya relatif kecil dan dapat dijangkau. Sebanyak 30 siswi tunagrahita tingkat SMP yang telah mengalami menstruasi dan memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan dalam penelitian ini.

Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah menggunakan media powerpoint. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pilihan ganda yang terdiri dari 19 butir pertanyaan mengenai aspek hygiene menstruasi. Sebelum digunakan, instrumen telah diuji validitas dan reliabilitasnya pada responden dengan karakteristik serupa. Hasil uji validitas menunjukkan semua item memiliki nilai korelasi $r > 0,5$, sedangkan uji reliabilitas dengan Cronbach's Alpha menghasilkan nilai

$\alpha = 0,76$, sehingga instrumen dinyatakan valid dan reliabel. Skor diperoleh dengan memberikan nilai 1 pada jawaban benar dan 0 pada jawaban salah, lalu dikategorikan menjadi baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang ($\leq 55\%$).

Prosedur penelitian diawali dengan tahap persiapan, yaitu pengurusan izin, penyusunan instrumen, serta pembuatan media penyuluhan berupa powerpoint. Pada tahap pelaksanaan, responden terlebih dahulu diberikan pretest untuk mengetahui pengetahuan awal mereka. Selanjutnya dilakukan intervensi berupa penyuluhan kesehatan reproduksi yang menitikberatkan pada praktik hygiene menstruasi. Penyuluhan diberikan secara tatap muka menggunakan media PowerPoint, disertai sesi diskusi agar responden lebih mudah memahami materi. Tujuh hari setelah intervensi, responden kembali diminta mengisi kuesioner yang sama sebagai posttest, sehingga perubahan tingkat pengetahuan dapat dianalisis.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan dua tahap. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dan tingkat pengetahuan sebelum serta sesudah intervensi. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan dengan uji paired sample t-test untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Tingkat signifikansi ditetapkan pada nilai $p < 0,05$.

Seluruh prosedur penelitian telah mendapatkan izin dari pihak sekolah dan persetujuan responden serta wali melalui informed consent. Prinsip etika penelitian dijunjung tinggi, meliputi penghormatan terhadap hak responden, kerahasiaan identitas, serta kebebasan untuk mengundurkan diri dari penelitian kapan saja.

HASIL

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 14–23 April 2025 di SLB Negeri Banda Aceh terhadap 30 siswi tunagrahita yang memenuhi kriteria penelitian. Responden berasal dari berbagai tingkatan pendidikan, mulai dari SD, SMP, hingga SMA, dan seluruhnya telah mengalami menstruasi. Instrumen penelitian berupa kuesioner diberikan dua kali, yaitu sebelum dan sesudah intervensi berupa penyuluhan mengenai hygiene menstruasi dengan metode ceramah menggunakan media leaflet dan PowerPoint.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Tunagrahita

Umur (Tahun)	n	%
10 – 15	19	63.3
16 - 20	9	30.0
21 - 23	2	6.7
Total	30	100
Tingkat Pendidikan	f	%
SD	14	46.7
SMP	12	40.0
SMA	4	13.3
Total	30	100
Mendapatkan Informasi	f	%
Pernah	20	66.7
Tidak pernah	10	33.3
Total	30	100
Sumber Informasi	f	%
Keluarga	22	73.3
Guru	6	20
Teman	2	6.7
Total	30	100

Berdasarkan hasil analisis univariat, mayoritas responden berada pada kelompok usia 10–15 tahun (63,3%), sedangkan 30% berusia 16–20 tahun, dan hanya 6,7% yang berusia 21–23 tahun. Dari sisi tingkat

pendidikan, hampir separuh responden duduk di bangku SD (46,7%), sementara 40% di SMP dan sisanya 13,3% di SMA. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih berada pada usia remaja awal dengan kapasitas kognitif yang terbatas sesuai kondisi tunagrahita. Terkait akses informasi mengenai menstruasi, sebagian besar responden mengaku pernah mendapatkan informasi (66,7%), sementara sepertiga lainnya tidak pernah memperoleh informasi sama sekali (33,3%). Dari yang pernah mendapatkan informasi, mayoritas menyebutkan keluarga sebagai sumber utama (73,3%), diikuti oleh guru (20%) dan teman sebaya (6,7%). Hasil ini menegaskan peran keluarga yang sangat dominan dalam memberikan pengetahuan awal kepada anak tunagrahita mengenai kesehatan reproduksi.

Tabel 2. Pengetahuan Tunagrahita tentang *Higienis* Saat Menstruasi

Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Baik	0	0	18	60
Kurang	30	100	12	40
Total	30	100	30	100

Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi pengetahuan tunagrahita tentang hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan intervensi di SLB Negeri Banda Aceh pada tahun 2025. Berdasarkan hasil pre-test, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan "kurang". Namun setelah diberikan intervensi, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 60% responden memiliki pengetahuan dalam kategori "baik" dan 40% yang masih berada di kategori "kurang". Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan tentang hygiene saat menstruasi kebersihan saat menstruasi pada siswa tunagrahita.

Tabel 3. Analisis Perbedaan Pretest dan Posttest

Pengetahuan	Mean	N	SD	<i>p</i>
Sebelum	33.00	30	12.90	0.002
Sesudah	64.33	30	13.04	

Hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan adanya perbedaan rata-rata skor pengetahuan yang signifikan. Rata-rata skor pengetahuan sebelum intervensi adalah 33,00 (SD = 12,90), sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 64,33 (SD = 13,04). Nilai *p* yang diperoleh adalah 0,002 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi berupa penyuluhan kesehatan reproduksi efektif dalam meningkatkan pengetahuan hygiene menstruasi pada remaja putri tunagrahita di SLB Negeri Banda Aceh.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan dalam tabel rata-rata perbedaan pengetahuan, diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada siswa tunagrahita di SLB Negeri Banda Aceh setelah diberikan intervensi. Rata-rata pengetahuan sebelum intervensi sebesar 33.00 dengan standar deviasi 12.905 menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan yang rendah dan seragam mengenai higienis saat menstruasi. Namun, setelah intervensi, rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 64.33 dengan standar deviasi 13.047. Peningkatan skor ini justru mencerminkan peningkatan pengetahuan, karena dalam sistem pengkategorian yang digunakan, skor yang lebih rendah menunjukkan kategori pengetahuan yang lebih baik.

Hasil uji statistik menggunakan *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0.002$ ($p < 0.05$), yang menandakan bahwa peningkatan pengetahuan setelah intervensi adalah signifikan secara statistik. Ini berarti bahwa intervensi yang diberikan yang dapat berupa edukasi, pelatihan, atau penyuluhan berpengaruh positif terhadap pemahaman siswa tunagrahita tentang pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi (Setyawati., 2021).

Menurut Saputro (2018), tunagrahita memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan dengan kategori kebutuhan khusus lainnya, seperti tunadaksa, tunarungu, tunanetra, maupun ketunaan lainnya. Tunagrahita dipandang sebagai bagian dari spektrum gangguan perkembangan yang lebih luas, dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Kondisi ini umumnya ditandai dengan skor Intelligence Quotient (IQ) di bawah 70–75, yang mencerminkan keterbatasan signifikan dalam fungsi intelektual dibandingkan dengan populasi umum. Keterbatasan tersebut tidak hanya meliputi aspek kognitif, tetapi juga mencakup keterampilan adaptif yang penting dalam kehidupan sehari-hari, seperti kemampuan berkomunikasi, merawat diri sendiri, dan berinteraksi sosial (Saputro, 2018).

Temuan ini sejalan dengan hasil studi oleh Pitaloka dan Kurniawan (2018), yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan menggunakan media visual dan demonstrasi meningkatkan pengetahuan remaja tunagrahita tentang kebersihan menstruasi secara signifikan. Penelitian oleh Sari dan Rahman (2020), juga membuktikan bahwa pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media audio-visual pada anak tunagrahita mampu meningkatkan pemahaman mereka terhadap perawatan

kebersihan diri, khususnya dalam konteks kesehatan reproduksi.

Bagi kelompok tunagrahita, pendekatan yang bersifat visual, interaktif, dan berulang terbukti efektif dalam menyampaikan informasi yang berkaitan dengan kesehatan, termasuk kebersihan menstruasi Fitriwati dan Arofah (2021), Kamaruddin dan Sunarti (2023). Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan bahwa penting untuk mengintegrasikan pendidikan kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum di SLB secara berkelanjutan agar siswa tunagrahita dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik dan mandiri dalam menjaga kebersihan diri, terutama saat menstruasi.

Kajian literatur oleh Dinas Kesehatan RI (2019) menekankan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang disesuaikan dengan karakteristik anak berkebutuhan khusus termasuk tunagrahita merupakan salah satu strategi penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Salah satu pendekatan efektif adalah dengan mengkombinasikan metode pembelajaran visual, praktik langsung, dan pengulangan materi yang disesuaikan dengan kemampuan kognitif siswa tunagrahita.

Penelitian oleh Putri et al (2020), juga menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan reproduksi yang disesuaikan dengan karakteristik siswa tunagrahita, secara signifikan dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai perawatan diri saat menstruasi. Dalam studi tersebut, metode yang digunakan meliputi pendekatan visual dan praktik langsung, yang terbukti lebih efektif dibandingkan penyampaian teori semata.

Hasil penelitian ini sangat menggambarkan urgensi dan pentingnya pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa tunagrahita dalam

menyampaikan informasi kesehatan reproduksi, khususnya tentang kebersihan saat menstruasi. Penurunan skor pengetahuan yang diartikan sebagai peningkatan pemahaman mencerminkan bahwa siswa mampu menerima materi dengan baik jika diberikan melalui metode yang tepat. Ini menjadi bukti bahwa siswa berkebutuhan khusus juga memiliki potensi belajar yang sama, hanya saja membutuhkan pendekatan yang lebih terstruktur, sederhana, dan mudah dipahami (Kamaruddin dan Sunarti., 2023). Seperti diungkapkan oleh Nugraheni dan Dewi (2022), media edukatif yang sesuai dengan karakteristik siswa dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran kesehatan reproduksi, khususnya pada topik kebersihan menstruasi. Metode edukasi yang visual, interaktif, dan dilakukan secara berulang benar-benar cocok dengan gaya belajar siswa tunagrahita. Dengan kata lain, edukasi kesehatan yang efektif untuk kelompok ini tidak bisa disamakan dengan pendekatan pada siswa reguler, karena perbedaan kemampuan kognitif dan cara memahami informasi.

Selain itu, hasil penelitian ini memperkuat pentingnya kolaborasi antara tenaga pendidik, orang tua, dan tenaga kesehatan dalam mendukung pendidikan kesehatan reproduksi di lingkungan SLB. Tidak cukup hanya dengan satu kali intervensi, tetapi perlu adanya program edukasi berkelanjutan yang terintegrasi dalam kurikulum serta kegiatan sekolah sehari-hari. Lestari dan Widodo (2021), menegaskan bahwa dukungan keluarga dan lingkungan sekolah memainkan peran krusial dalam keberhasilan edukasi kesehatan bagi siswa tunagrahita. Peningkatan pemahaman siswa tentang kebersihan menstruasi tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan fisik, tetapi

juga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian tunagrahita. Hal ini sangat penting dalam membangun kualitas hidup yang lebih baik bagi siswa tunagrahita (Fitriwati dan Arofah, 2021).

Implikasi Praktis

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh dalam penelitian ini memiliki implikasi penting bagi dunia pendidikan dan kesehatan. Pertama, program edukasi kesehatan reproduksi perlu diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah luar biasa (SLB) secara berkelanjutan, bukan hanya berupa intervensi sesaat. Kedua, guru dan tenaga kesehatan harus dilatih untuk menyampaikan materi dengan metode adaptif sesuai kebutuhan anak tunagrahita. Ketiga, keterlibatan orang tua menjadi kunci dalam memastikan siswa mempraktikkan kebersihan menstruasi secara konsisten di rumah. Dukungan lintas sektor juga diperlukan. Dinas Kesehatan RI (2019) menekankan pentingnya penyusunan program kesehatan reproduksi bagi anak berkebutuhan khusus, dengan pendekatan yang menggabungkan edukasi visual, praktik langsung, serta pengulangan (Elisa et al., 2022). Selain itu (Bagirisano et al., 2022), menyoroti peran kolaborasi antara guru, orang tua, dan tenaga kesehatan dalam menciptakan lingkungan yang kondusif untuk penerapan praktik kebersihan menstruasi.

Urgensi Program Berkelanjutan

Penelitian ini menegaskan bahwa meskipun memiliki keterbatasan kognitif, siswa tunagrahita tetap dapat memahami dan menginternalisasi materi edukasi kesehatan apabila disampaikan melalui metode yang sesuai. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan reproduksi yang bersifat terstruktur, adaptif, dan berulang perlu

menjadi bagian integral dari strategi peningkatan kesehatan reproduksi pada anak berkebutuhan khusus. Implementasi program ini tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kemandirian, rasa percaya diri, serta kualitas hidup siswa tunagrahita secara keseluruhan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan kurang terkait kebersihan diri saat menstruasi. Namun setelah intervensi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana 60% responden mencapai kategori baik dan 40% masih berada pada kategori kurang. Analisis statistik menggunakan *paired t-test* menghasilkan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, intervensi edukasi yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tunagrahita mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini merekomendasikan beberapa hal. Pertama, pihak sekolah perlu menyelenggarakan program edukasi kesehatan reproduksi secara rutin, khususnya mengenai kebersihan diri saat menstruasi bagi siswa tunagrahita. Penyampaian materi sebaiknya menggunakan metode yang sesuai dengan karakteristik peserta didik, misalnya melalui media visual, video, simulasi, dan praktik langsung sehingga lebih mudah dipahami. Kedua, guru diharapkan berperan lebih proaktif dalam memberikan pendampingan terkait *personal hygiene*, terutama menjelang dan selama menstruasi. Untuk mendukung hal tersebut, guru perlu memperoleh pelatihan khusus mengenai

strategi pembelajaran kesehatan yang efektif bagi anak berkebutuhan khusus. Ketiga, orang tua juga diharapkan melanjutkan edukasi yang diberikan di sekolah dengan melakukan pengawasan di rumah, serta membangun komunikasi terbuka terkait menstruasi dan kebersihan pribadi. Dengan sinergi antara sekolah dan keluarga, pemahaman siswa dapat terjaga secara konsisten. Keempat, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel dan ruang lingkup variabel yang diteliti. Oleh karena itu, studi selanjutnya disarankan melibatkan responden yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta menambahkan variabel sikap dan praktik selain aspek pengetahuan. Akhirnya, diperlukan dukungan kebijakan yang lebih kuat, khususnya integrasi materi kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum sekolah luar biasa secara sistematis dan berkelanjutan. Dengan demikian, siswa berkebutuhan khusus memperoleh hak yang sama dalam mengakses pendidikan kesehatan yang esensial bagi kualitas hidup mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak sekolah dan guru di Sekolah Luar Biasa Negeri Banda Aceh atas kerja sama dan dukungan selama pelaksanaan penelitian ini. Apresiasi khusus disampaikan kepada seluruh siswa yang menjadi responden serta orang tua/wali yang telah memberikan izin dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada rekan sejawat yang memberikan masukan berharga selama proses penelitian. Penelitian ini dilakukan secara mandiri dan tidak menerima dukungan pendanaan dari pihak eksternal manapun.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, P., Samsul., Wardaningsih, S. 2023. Effectiveness of Audiovisual Media to Improve Mental Health Knowledge for Adolescents: A Systematic Review. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan* 8(2). doi:10.30604/jika.v8i2.2012.
- Bagirisano., Justine., Bazakare, M.LI., Nkurunziza, A., Hitayezu, J.B.H., Uwera, Y.D.N., Mukankusi, J.N., Ntirushwa, D., Godfrey, K., Mukamana, D., and Michael Habtu. 2025. The Effect of an Audio-Recorded Intervention Program on the Knowledge and Self-Reported Practices of Menstruation and Hygiene among Visually Impaired Young Girls in Rwanda: A Mixed Method Study. *BMC Public Health* 25(1):1742. doi:10.1186/s12889-025-22809-x.
- Bazakare, I., Laetitia, M., Rwabufigiri, B.N., and Munyanshongore, C. 2024. Knowledge and Practice toward Menstrual Hygiene Management and Associated Factors among Visual Impaired Adolescent Girls: A Case of Two Selected Institutions in Rwanda. *Therapeutic Advances in Reproductive Health* 18. doi:10.1177/26334941241303518.
- Elisa., Hanifah, I., Parwati, D., and Jauhar, M. 2022. Audio Visual Media-Based Health Education Increases Knowledge of Menstrual Disorders in Adolescence. *Jendela Nursing*

- Journal* 6(1):1–7.
doi:10.31983/jnj.v6i1.8368.
- Elise., Nindi., Novianti., Suriyati., Himalaya, D., and Damayanti. 2025. The Effect of Personal Hygiene Education During Menstruation on Knowledge and Attitudes of Adolescent Girls. *Journal of Health Sciences and Medical Development* 4(01):42–52.
doi:10.56741/hesmed.v4i01.809.
- Elfiyani, K., Nur., Kusumayati, A., Wuryaningsih, C.E., and Siregar, K.N. 2024. Menstrual Personal Hygiene Behavior Among Adolescents with Physical and Intellectual Disabilities. *Kesmas National Public Health Journal* 19(2).
doi:10.21109/kesmas.v19i2.1351.
- Fitriwati, C.I dan Arofah, S. 2021. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(2), <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.760>.
- Heryati., Euis., Romadona, N.F., Nitiya, N., and Meiyani, N. 2024. Improving Menstrual Hygiene Management for Adolescents with Disabilities through Parental Assistance. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 20(2):280–90.
doi:10.20414/transformasi.v20i2.10447.
- Kaydirak., Meltem., Yilmaz, B., Azak, M., and Bilge, C. 2023. Effectiveness of Menstruation Hygiene Skills Training for Adolescents with Autism. *World Journal of Psychiatry* 13(11):958–66.
doi:10.5498/wjp.v13.i11.958.
- Kamaruddin, M dan Sunarti. 2023. Pemberian Edukasi Personal Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 15 Makassar. *Indonesian Journal of Community Dedication (IJCD)*, 5(2), 22 – 26.
- Lestari, Y., dan Widodo, A. 2021. Peran keluarga dalam meningkatkan pemahaman kesehatan anak tunagrahita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 117–123.
- Nugraheni, R., dan Dewi, F. 2022. Pengaruh media edukatif terhadap peningkatan pengetahuan menstruasi pada remaja luar biasa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(1), 44–50.
- Olusanya, Bolajoko O., Smythe, T., Felix A. Ogbo, M. K. C., Nair, Scher, M., and Adrian C. Davis. 2023. Global Prevalence of Developmental Disabilities in Children and Adolescents: A Systematic Umbrella Review. *Frontiers in Public Health* 11.
doi:10.3389/fpubh.2023.1122009.
- Pitaloka, D., dan Kurniawan, B. 2022. Efektivitas edukasi kebersihan menstruasi dengan media gambar pada remaja tunagrahita. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Remaja*, 7(2), 56–64.

- Putri, R., Susanti, E., dan Ramadhan, I. 2020. Pendidikan reproduksi untuk anak berkebutuhan khusus dengan pendekatan visual dan praktik langsung. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 5(3), 189–198.
- Sholihah, Rizqi, A., Widiasih, R., and Solehati, T. 2020. Study Literature: Factors Associated with Menstrual Personal Hygiene in Adolescents with Mental Retardation. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health* 2(4). doi:10.36780/jmcrh.v3i1.110.
- Saputro, K. Z. 2018. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Setyawati, I., Utami, K., Ariendha, D.S.R., Albayani, M.I., Nurul Fatmawati. 2021. Penyuluhan Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Siswi SMPN 3 Kuripan Lombok Barat. *Lentera Jurnal*, 1(2).
- Sari, E., & Rahman, A. (2020). Pengaruh audio visual terhadap pengetahuan kebersihan menstruasi pada anak tunagrahita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 14(2), 77–83.
- Tri Peni, Triwibowo, H., and Aprilia, S. 2023. The Effect of Audio-Visual Health Education Method on Increasing Adolescent Girls' Knowledge About Personal Hygiene During Menstruation. *Journal of Scientific Research, Education, and Technology (JSRET)* 2(2):762–68. doi:10.58526/jsret.v2i2.160.
- Zinda, R.P., Andi., Riskiyani, S., and Nasir, S. 2024. Menstrual Hygiene: Barriers and Support for Adolescents with Intellectual Disability. *International Journal of Chemical and Biochemical Sciences* 25(19). doi:10.62877/96-IJCBS-24-25-19-96.