

## Peningkatan Kemampuan Perawatan Vulva Hygiene Saat Menstruasi Bagi Siswi Berkebutuhan Khusus Di SLB Samarinda

Rini Ernawati<sup>1</sup>, Siti Khoiroh Muflihatin<sup>2</sup>, Marjan Wahyuni<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program studi keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Farmasi Universitas

Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>3</sup>Program studi kesehatan Lingkungan, Fakultas Kesehatan dan Farmasi Universitas

Muhammadiyah Kalimantan Timur

e-mail: \*1re840@umkt.ac.id

**Abstract.** Every teenage girl experiences menstruation, this is normal, but requires some knowledge so that she does not experience difficulties especially about menstruation (Aryani, 2010). Adolescent girls with special needs need more information on how to care for themselves during menstruation such as how many times to change pads, how to clean the intimate organs properly, so that infections do not occur easily in genital organs. One way to provide information to students with special needs is to provide reproductive health education about hygiene vulva care during menstruation. In connection with the limitations of students with disabilities, in delivering the material it was done using puppet media and videos to clarify the material, also assisted by the accompanying teacher from SLB who explained in sign language (non verbal). This dedication activity was carried out for 50 students with disabilities in SLB Samarinda. Schoolgirls are gathered in the hall making it easier to attend for students who have motor limitations (using a wheelchair). This activity lasts 3 hours. The results obtained are students understanding about the concept of menstruation, self-care during menstruation, how to get rid of pads, and understand how to clean intimate organs properly. This also motivates teachers to activate UKS in order to provide health services to students.

**Keywords:** *vulva hygiene, menstruation, disability*

**Abstrak.** Setiap remaja putri mengalami menstruasi, hal ini normal, namun memerlukan suatu pengetahuan agar tidak mengalami kesulitan khususnya soal menstruasi (Aryani, 2010). Remaja putri dengan berkebutuhan khusus lebih membutuhkan informasi tentang bagaimana perawatan diri saat menstruasi seperti berapa kali ganti pembalut, bagaimana cara membersihkan organ intim yang benar, agar tidak mudah terjadi infeksi pada organ genitalia. Salah satu cara memberikan informasi kepada siswa berkebutuhan khusus adalah dengan cara memberikan pendidikan kesehatan reproduksi tentang perawatan vulva hygiene saat menstruasi. Sehubungan dengan keterbatasan siswi disabilitas, maka dalam menyampaikan materi dilakukan menggunakan media boneka dan video untuk memperjelas materi juga dibantu oleh guru pendamping dari SLB yang menjelaskan dengan bahasa isyarat (non verbal). Kegiatan pengabdian ini dilakukan kepada 50 siswi disabilitas yang ada di SLB Samarinda. Siswi dikumpulkan di aula sehingga memudahkan untuk hadir bagi siswa yang memiliki keterbatasan motorik (menggunakan kursi roda). Kegiatan ini berlangsung 3 jam. Hasil yang diperoleh adalah siswi memahami tentang konsep menstruasi, perawatan mandiri saat menstruasi, bagaimana membuang pembalut ,

dan memahami cara membersihkan organ intim dengan benar. Hal ini juga memberi motivasi kepada para guru untuk mengaktifkan UKS dalam rangka memberikan pelayanan kesehatan kepada para murid.

*Kata kunci: vulva hygiene, menstruasi, disabilitas*

## **Pendahuluan**

Remaja merupakan masa seorang individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda – tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan, biologik, psikologik, dan sosiologik yang saling terkait antara satu dengan lainnya. Secara biologik ditandai dengan percepatan pertumbuhan tulang, secara psikologik ditandai dengan akhir perkembangan kognitif dan pematangan kepribadian, dan secara sosiologik ditandai dengan intensifnya persiapan dalam menyongsong peranannya kelak sebagai seorang dewasa muda (Wiknjosastro, 2008). Remaja merupakan generasi penerus bangsa, dimana remaja memiliki peran yang sangat penting dalam kelangsungan kehidupan berbangsa dan bernegara. Remaja yang ada di dunia tidak hanya remaja normal tanpa keterbatasan, tetapi remaja dengan kebutuhan khusus juga merupakan populasi yang tidak sedikit. Remaja yang termasuk dalam kategori berkebutuhan khusus atau sering juga disebut dengan difabel, (disabilitas), atau keterbatasan diri dapat bersifat fisik, kognitif, mental, sensorik, emosional, perkembangan atau beberapa kombinasi dari ini. Kondisi difabel antara lain disabilitas merupakan istilah umum yang menunjukkan kesulitan mendengar dari ringan sampai berat, Autisme gangguan perkembangan otak yang memengaruhi kemampuan penderita dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, dan Retardasi mental adalah kondisi yang ditandai dengan rendahnya kecerdasan (biasanya nilai IQ-nya di bawah 70) dan sulit beradaptasi dengan kehidupan sehari-hari (Haenudin, 2013). Remaja dengan disabilitas dimasyarakat banyak dianggap sebagai masalah karena keterbatasan mereka dalam sistem sosial kemasyarakatan, tidak terkecuali dalam hal memperoleh informasi dan pelayanan kesehatan termasuk kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit dan kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya

Program tentang kesehatan reproduksi memiliki tujuan antara lain untuk meningkatkan kesehatan reproduksi dan untuk memenuhi hak-hak reproduksi secara terpadu serta memperhatikan keadilan dan kesetaraan gender sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup individu, meningkatkan kemandirian dalam pengaturan fungsi dan proses reproduksi dan kehidupan seksualnya, dengan demikian hak-hak dalam reproduksi dapat terpenuhi. Hak terhadap kesehatan reproduksi bagi remaja disabilitas diperlukan karena pemahaman kesehatan reproduksi dapat menjadi bekal dalam berperilaku sehat dan bertanggung jawab. Undang-Undang No.8 pasal 5 ayat 2 tahun 2016 tentang hak atas kesehatan reproduksinya

*Disability Discrimination Act (DDA)* mendefinisikan penyandang cacat sebagai seseorang yang memiliki gangguan fisik atau mental yang memiliki efek buruk substansial dan jangka panjang pada kemampuannya untuk melakukan kegiatan sehari-hari yang normal, disebutkan juga terdapat 15 % penduduk dunia mengalami disabilitas, 85 % nya berada di negara berkembang. 90 % anak yang mengalami disabilitas tidak sekolah dan hanya 1 % anak perempuan disabilitas yang bisa membaca (ILO, 2013). Data Dinas Sosial Provinsi Kalimantan Timur 2017 melaporkan jumlah penyandang disabilitas sebanyak 6.847 jiwa.

Akses informasi tentang kesehatan reproduksi bagi seseorang berkebutuhan khusus masih sangat rendah, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Haryono dkk, (2013) bahwa masih banyak perempuan penyandang disabilitas yang tidak mengerti merawat organ reproduksi, sehingga berpengaruh terhadap kesehatannya. Pendidikan kesehatan reproduksi untuk remaja disabilitas di Indonesia masih jarang mendapatkan perhatian pemerintah dan pendidik khususnya, ini dapat dilihat dari minimnya literatur untuk membahas masalah kesehatan reproduksi remaja disabilitas secara komprehensif, padahal informasi tentang kesehatan reproduksi sangat diperlukan karena remaja disabilitas juga memiliki perkembangan dan dorongan seksual yang sama dengan remaja normal pada umumnya (Aziz, 2014).

Pedoman pelayanan kesehatan anak di Sekolah Luar Biasa (2013) menyebutkan bahwa anak penyandang cacat memerlukan pelayanan yang khusus sehingga perlu untuk mengenali dan mengidentifikasi kebutuhan mereka, layanan tersebut dapat berupa

pendidikan khusus, layanan medik yang khusus, maupun pelatihan khusus, sehingga dapat mengurangi ketergantungan dan hidup mandiri tanpa membebani orang sekitarnya. Hak untuk mendapatkan standar kesehatan yang tinggi sesungguhnya milik semua anak tanpa terkecuali, sehingga penyandang cacat juga berhak untuk mendapatkan informasi serta pelayanan kesehatan reproduksi dan seksual selama masa remaja dan saat menginjak dewasa (Kemenkes RI, 2010).

Pada remaja dengan berkebutuhan khusus membutuhkan penjelasan dan pengajaran yang lebih mendalam tentang perilaku vulva hygiene saat menstruasi. Cara sederhana untuk pengajaran anak tunagrahita adalah menggunakan kata-kata dan kalimat sederhana saat menjelaskan, menggunakan benda nyata agar anak dapat merasakan dan menyentuh, memberikan praktik ekstra dengan mengulangi beberapa kali guna memastikan anak menguasai pengajaran dan mencegah terlupakannya ketrampilan yang telah diajarkan. Pengajaran yang dilakukan kepada anak disabilitas dengan memberikan pendidikan kesehatan Unesco memperkirakan bahwa sepertiga dari 75 anak usia 6-11 tahun adalah penyandang disabilitas, dan setengahnya yang bisa sekolah, maka banyak Negara mulai menyusun kebijakan pendidikan yang menentang pendidikan eksklusif dan lebih pro kepada pendidikan inklusif (Unesco, 2008 )

Permasalahan terkait kesehatan reproduksi yang dialami remaja disabilitas adalah mengenai akses informasi yang harus sesuai dengan keadaan mereka saat ini, dimana media informasi dan cara penyampaian informasi tentang kesehatan reproduksi diperlukan agar pengertian dan pemahaman konsep kesehatan reproduksi bagi remaja disabilitas dapat ditingkatkan. Hal ini karena jika tidak segera dilakukan maka akan menimbulkan masalah yang cukup serius terkait kesehatan reproduksi bagi remaja disabilitas. Pemberian informasi terkait kesehatan reproduksi bagi para remaja disabilitas secara umum lebih mudah dilakukan di sekolah karena di sekolah dalam proses belajar menggunakan bahasa isyarat sebagai bahasa pengantar, sedangkan di rumah bagi orang tua hal ini sangat sulit dilakukan karena orang tua remaja disabilitas sangat jarang yang dapat berkomunikasi penuh dengan menggunakan bahasa isyarat, sehingga menyebabkan pemberian informasi dan pemahaman terkait kesehatan reproduksi bagi remaja disabilitas sangat sulit untuk dilakukan ketika remaja disabilitas berada dirumah, tetapi pemberian pendidikan kesehatan reproduksi tetap memerlukan dukungan dan peran orang tua dirumah agar

remaja disabilitas memperoleh informasi yang tepat dan lengkap sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami remaja itu sendiri.

### **Metode**

Jenis metode pengabdian yang dilakukan adalah pendidikan kesehatan kepada siswi siswi disabilitas yang ada di SLB kota Samarinda sejumlah 50 orang. Media dalam kegiatan ini dilakukan dengan media video dan phantom / model organ reproduksi untuk praktik vulva hygiene. Langkah langkah pelaksanaan pengabdian ini antara lain :

1. Pembukaan
2. Perkenalan dengan tim pengabdian, guru guru SLB beserta siswi2 SLB
3. Pemberian materi oleh tim pengabdi yang didampingi guru SLB untuk menterjemahkan arti dan maksud dari materi yang disampaikan.
4. Pemutaran video disertai penjelasan oleh pemateri dan guru SLB
5. Melakukan praktik vulva hygiene dengan model alat reproduksi oleh tim pengabdian didampingi oleh guru SLB untuk menterjemahkan penjelasan pemateri.
6. Penilaian pemahaman siswi terhadap materi yang disampaikan dengan memberi soal melalui guru SLB, serta meminta siswi untuk mencoba / mempraktikkan cara membersihkan organ reproduksi dengan benar.
7. Penutup

### **Hasil dan Pembahasan**

Hasil yang diperoleh dalam kegiatan ini adalah bahwa siswi siswi SLB kota samarinda sudah memahami pentingnya perawatan vulva hygiene dengan cara yang benar saat menstruasi dan juga sudah bisa mempraktikkan cara vulva hygiene yang benar. Hal ini dilihat dengan semua pertanyaan yang disampaikan pemateri melalui guru SLB dapat dijawab dengan benar oleh siswi dan juga saat siswi diminta mencoba / mempraktekkan cara membersihkan organ reproduksi dengan phantom siswi bisa melakukan dengan benar.



Gambar 1. Kegiatan pengabdian

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaan, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya ( KPPPA RI, 2013 )

Manunsong,F ( 2009 ) Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) atau Anak Luar Biasa adalah anak yang menyimpang dari rata-rata anak normal dalam hal; ciri-ciri mental, kemampuan-kemampuan sensorik, fisik dan neuromaskular, perilaku sosial dan emosional, kemampuan berkomunikasi, maupun kombinasi dua atau lebih dari hal-hal diatas; sejauh ia memerlukan modifikasi dari tugas-tugas sekolah, metode belajar atau pelayanan terkait lainnya, yang ditujukan untuk pengembangan potensi atau kapasitasnya secara maksimal.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah diberikan oleh para tokoh di atas, ABK dapat didefinisikan sebagai individu yang memiliki karakteristik fisik, intelektual, maupun emosional, di atas atau di bawah rata-rata inividu pada umumnya. istilah anak difabel yang merupakan kependekan dari *diference ability*. Istilah ini digunakan untuk menyebut mereka yang memiliki kemampuan di atas atau dibawah rata-rata orang pada umumnya. Misalnya pada anak tunagrahita dan *gifted*. Anak berkebutuhan khusus berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Mereka berproses dan tumbuh tidak dengan modal fisik yang wajar. Karenanya mereka cenderung defensif (menghindar), rendah diri, atau mungkin agresif, serta memiliki semangat belajar yang rendah .Karena karakteristik dan hambatan yang dimiliki, ABK memerlukan bentuk pelayanan pendidikan khusus yang disesuaikan dengan

kemampuan dan potensi mereka, contohnya bagi tunanetra mereka memerlukan modifikasi teks bacaan menjadi tulisan braille (tulisan timbul) dan tunarungu berkomunikasi menggunakan bahasa isyarat (bahasa tubuh). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Muji Lestari ( 2017) bahwa metode latihan / praktik dapat meningkatkan ketrampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

Pada saat menstruasi seorang remaja beresiko untuk terkena infeksi, karena saat menstruasi jumlah bakteri jahat di daerah kewantaan akan bertambah , oleh Karena itu diperlukan perawatan saat menstruasi dengan cara yang baik dan benar. Bagi anak remaja yang berkebutuhan khusus memerlukan perhatian yang lebih dari pada remaja normal. Hal ini merupakan tanggung jawab pendamping anak yaitu, guru, orang tua dan masyarakat. Maka tugas pendamping adalah menyampaikan dan memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan vulva hygiene saat menstruasi dengan metode yang dapat diterima remaja disabilitas, agar remaja terhindar dari berbagai penyakit yang dapat menyerang organ reproduksi.

Dalam memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan reproduksi khususnya perawatan vulva hygiene saat menstruasi kepada siswi disabilitas dengan menggunakan metode visual , bahasa non verbal , dan praktik ,melalui pemutaran video dan penjelasan dengan guru SLB dan praktik dengan menggunakan phantom organ reproduksi, sangat efektif , terbukti saat diberikan beberapa pertanyaan tentang manfaat dan tujuan vulva hygiene para siswa dapat menjawab dengan benar dengan menggunakan bahasa isyarat, dan siswi juga bisa mendemonstrasikan kepada phantom / alat peraga organ reproduksi bagaimana gerakan membersihkan daerah organ vulva dengan benar.



Gambar 2 . Penyerahan modul kepada guru SLB

## Simpulan

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah selama kegiatan dilaksanakan , siswi remaja sangat bersemangat untuk mendengarkan, dan melihat kegiatan pendidikan kesehatan ini , dimulai dari awal sampai dengan akhir, bahkan siswi yang memiliki keterbatasan motorik juga hadir dengan menggunakan kursi roda Selama kegiatan guru pendamping dari sekolah juga ikut serta dan membantu dalam menterjemahkan bahasa isyarat. Diawal kegiatan dilakukan penjelasan tentang vulva hygiene dengan bahasa isyarat, kemudian pemutaran video cara perawatan saat menstruasi dilanjutkan dengan praktik dengan menggunakan phantom / alat peraga organ reproduksi wanita tentang cara membersihkan organ dengan benar dari arah depan kebelakang. Hal ini sesuai dengan yang dinyatakan oleh Notoatmodjo (2012) bahwa media seagai alat bantu menyampaikan pesan kesehatan, alat bantu tersebut mempunyai fungsi agar membangkitkan minat sasaran, membantu dalam mengatasi banyak hambatan dalam pemahaman .Menstimulasi sasaran untuk meneruskan pesan yang diterima orang lain , mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan.

## Daftar Pustaka

- Aryani,R. (2010). *Kesehatan Remaja : Problem dan solusinya*, Salemba Medika Jakarta.
- Aziz. (2014) *Psikologi Pendidikan : Model Pengembangan kreativitas dalm praktik pembelajaran*. Malang.
- Data Dinas Sosial Kaltim. (2017). Jumlah Penyandang disabilitas. Diunduh dari [www.Dinas Sosial Kaltim](http://www.Dinas Sosial Kaltim)
- Haenudin. (2013). *Pendidikan anak berkebutuhan khusus tunarungu*, Jakarta. PT Luxima Metro media
- Haryono,dkk. (2013). Akses informasi bagi penyandang disabilitas dalam pelayanan kesehatan reproduksi dan seksualitas . *Jurnal masyarakat, kebudayaan dan poltik* vol 26 no 2 ( 65-79)
- ILO. (2013). International Labour Organization. Inklusi Penyandang disabilitas di Indonesia. Diunduh dari <https://ILO.org.publication>
- Kemenkes. (2010). Pelayanan Kesehatan Anak di Sekolah Luar Biasa (SLB) bagi petugas kesehatan. Diunduh dari <https://www.Kemkes.go.id>
- KPPPA. (2013). Panduan Penanganan ank berkebutuhan khusus bagi pendamping ( orang

- tua, keluarga dan masyarakat ) .Diunduh dari [https://Deputi Bidang perlindungan Anak RI, Jakarta](https://Deputi.Bidang.perlindungan.Anak.RI.Jakarta). Diunduh dari <https://www.Kemenpppa.go.id>
- Lestari, M. (2017). Peningkatan ketrampilan pra menstruasi melalui metode latihan untuk anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. *Jurnal Widia Ortodidaktika* vol 6.no 4
- Manunsong, F. (2009). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus* , jilid 1 . Jakarta. LPPS 3 Fakultas Psikologi UI
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* ,Rineka cipta Jakarta
- Unesco. (2008). *inclusive education . The way of the future. Conclusions and recommendations of 48<sup>th</sup> session of the international conference on education (ICE) geneva*. Diunduh dari <https://unesco.org>
- Wiknjosastro. (2008). *Ilmu Kandungan*, Jakarta. PT. Bina Pustaka