

Pendampingan Pada Siswi Tunagrahita dalam Praktik Perawatan Menstruasi Di SLB-C Rindang Kasih

Tuti Sukini¹, Bektı Yuniyanti², Sri Winarsih,³ Nuril Nikmawati⁴

^{1,2,3,4}Prodi D III Kebidanan Magelang Poltekkes Kemenkes Semarang
 Jl. Perintis Kemerdekaan No.143 Magelang Kode Pos 56115 Tlp.(0293)363054
 Email: tutisukini@yahoo.com
 DOI: 10.18196/jppm.311.163

Abstrak

Anak tunagrahita harus mempunyai perhatian yang khusus, motivasi dari orang tua dan harus mendapatkan pendidikan di tempat yang khusus pula. Kebiasaan menjaga kebersihan dan berperilaku higienis, termasuk membersihkan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan. Tujuan Pengabdian: Untuk mendampingi kebiasaan menjaga kebersihan dan berperilaku higienis, termasuk membersihkan organ-organ seksual. Manfaat kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental di SLB Rindang Kasih terutama anak-anak perempuan yang sudah menstruasi. Metode dengan dilaksanakan oleh 4 orang dosen dengan melibatkan 5 orang mahasiswa dengan cara ceramah, diskusi, demonstrasi, dan tanya jawab tentang perawatan menstruasi pada anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental. Hasil Pengabdian 90% siswi tunagrahita setelah diberi pendampingan memiliki kemampuan perawatan menstruasi dalam kategori mandiri. Evaluasi yang dilaksanakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah pre-test yang dilaksanakan secara lisan dari masing-masing siswi tunagrahita. Post-test dilaksanakan dengan cara melihat demonstrasi praktik perawatan menstruasi yang dilakukan oleh siswi tunagrahita.

Kata Kunci: pendampingan siswi tunagrahita, perawatan menstruasi, berperilaku higienis

PENDAHULUAN

Angka kejadian retardasi mental menurut Mutaqqin (2011) angka prevalensinya di Indonesia adalah 3%. Statistik menunjukkan bahwa di Indonesia didapatkan 10-30 dari 1000 penderita yang mengalami tuna grahita. Melalui data demologi dilaporkan bahwa 34,39% pengunjung Puskesmas berusia 5-15 tahun menunjukkan gangguan mental emosional. Anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental harus mempunyai perhatian yang khusus, motivasi dari orang tua dan harus mendapatkan pendidikan di tempat yang khusus pula (Muttagin, 2011). Penderita tunagrahita perlu mendapatkan perhatian khusus dengan cara membantu penderita tunagrahita agar timbul sikap percaya diri, mampu merawat diri, menjadi manusia produktif, memiliki kehidupan yang baik, dan aman terlindungi serta bahagia lahir batin. Anak-anak tunagrahita seperti anak-anak lainnya akan mengalami tumbuh kembang baik secara jasmani maupun rohani. Perkembangan tidak dapat dihentikan karena berjalan sesuai dengan tahap perkembangan yang harus dilalui oleh setiap insan. Ketika anak-anak memasuki masa puber, dimana pada tahap ini mulai terjadi pematangan kehidupan kelaminnya (Hurlock, 2004). Pada tahap ini untuk pertama kalinya anak wanita mengalami haid atau menstruasi, begitu pula dengan anak wanita tunagrahita.

Pada remaja wanita menstruasi merupakan suatu tanda mulai matangnya organ reproduksi pada remaja. Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Hari pertama keluarnya darah menstruasi ditetapkan sebagai hari pertama siklus endometrium. Lama rata-rata menstruasi adalah 5 hari (rentang 3-6 hari) dan jumlah darah rata-rata yang hilang adalah 50 ml (rentang 20-80 ml), namun hal ini sangat

bervariasi (Bobak, 2005). Menstruasi dikatakan normal apabila siklusnya 21-35 hari (rata-rata 28 hari), lamanya 2-7 hari sebanyak 20-60 ml (2 sampai 5 pembalut perhari) (Progestian. P, 2010). Kemampuan anak tunagrahita berbeda-beda sesuai dengan tingkat intelegensi sehingga untuk mencapai kemampuan optimal yang dimiliki anak tersebut dibutuhkan dukungan dari lingkungan, keluarga, dan perawat (Muttaqin, 2011). Kebiasaan menjaga kebersihan dan berperilaku *hygienis*, termasuk membersihkan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan. Namun perilaku *hygienes* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Astuti, 2013).

SLB Rindang Kasih Magelang merupakan salah satu yayasan sosial yang membina anak-anak tunagrahita yang ada di wilayah Kabupaten Magelang. Berdasarkan pembagian kelas di SLB Rindang Kasih dibagimenjadi 3 kelas, yaitu kelas A dengan anak yang masih mampu untuk diajari dan tanpa bantuan, kelas B dengan anak yang masih mampu diajari tetapi dengan bantuan dan kelas C dengan anak yang tidak dapat diajari dan sepenuhnya memerlukan bantuan. Berdasarkan data jumlah murid pada bulan September 2017 tercatat sebanyak 100 siswi berada dalam binaan SLB Rindang Kasih dengan 43 siswi (43%) diantaranya telah mengalami menstruasi, yang terdiri dari kelas A sebanyak 2 (5,65%) siswi dengan 1 siswi telah mampu secara mandiri melakukan perawatan secara mandiri pada saat menstruasi dan kelas B sebanyak 33 (76,74%) siswi dengan 2 (5,65%) siswi mampu secara mandiri melakukan perawatan secara mandiri pada saat menstruasi sedangkan 8 siswi dari kelas C semuanya tidak mampu secara mandiri melakukan perawatan secara mandiri pada saat menstruasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 18-23 September 2019 berdasarkan informasi dari guru-guru di SLB Rindang Kasih didapatkan sebanyak 35 (81,39%) siswi yang telah mengalami menstruasi belum mampu melakukan perawatan diri pada saat menstruasi seperti menggunakan pembalut wanita dengan benar, membuang bekas pembalut wanita dengan tepat dan melakukan kebersihan diri pada saat menstruasi. Berdasarkan uraian di atas, pengabdian tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat mengenai “Pendampingan Pada Siswi Tunagrahita dalam Praktik Perawatan Menstruasi di SLB-C Rindang Kasih”

Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan adalah dengan cara ceramah, tanya jawab, diskusi, demonstrasi, permainan dan pendampingan tentang definisi menstruasi, cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi, cara menggunakan pembalut, cara membersihkannya, dan cara cuci tangan. Kegiatan diawali dengan apersepsi secara lisan dan diakhiri dengan tes praktik menggunakan pembalut, cara membersihkannya, dan cara cuci tangan. dengan cara tutorial, pendampingan, demonstrasi dan tanya jawab.

Tabel. 1. Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

No.	Metode	Kegiatan	JKEM	Jumlah Mahasiswa yang Terlibat
1	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab	<i>Pre-test</i> , membentuk kelompok dan menentukan pendamping dari masing-masing kelompok	100 menit	5 mahasiswa
2	Ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi	Penyampaian materi tentang menstruasi, cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi, cara menggunakan pembalut	100 menit	5 mahasiswa
3.	Ceramah, diskusi, tanya jawab, permainan dan demonstrasi	Penyampaian materi tentang cara mencuci tangan, membersihkan pembalut, dan membuang pembalut	100 menit	5 mahasiswa
4	Pendampingan dan praktik	Pendampingan Siswi SLB untuk praktik cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi, dan cara menggunakan pembalut	100 menit	5 mahasiswa
5	Pendampingan dan praktik	Pendampingan siswi SLB untuk praktik cara cuci tangan, membersihkan pembalut dan membuang pembalut, dan <i>post-test</i>	100 menit	5 mahasiswa

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat berupa “Pendampingan Pada Siswi Tunagrahita Menghadapi Menstruasi Di SLB-C Rindang Kasih” menghasilkan peningkatan tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam pelaksanaan praktik perawatan menstruasi. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilaksanakan sebelum dan setelah kegiatan selesai dilakukan. Penilaian *pre-test* terhadap pengetahuan dan sikap tidak bisa menggunakan kuesioner karena banyak siswi yang tidak dapat membaca sehingga apersepsi/*pre-test* dilakukan secara lisan. Penilaian dilakukan pada pertemuan pertama pada pertengahan waktu dengan membentuk kelompok-kelompok kecil yang terdiri dari 3-4 siswi. Masing-masing kelompok didampingi dari tim pengabdian dosen dan mahasiswa. Pelaksanaan *post-test* dilakukan pada pertemuan terakhir yaitu pertemuan ke lima dengan mengobservasi praktik yang dilakukan oleh siswi SLB-C Rindang Kasih yang pelaksanaannya sama dengan *pre-test* yaitu dengan membentuk kelompok-kelompok kecil yang didampingi dari tim pengabdian dosen dan mahasiswa.

Hasil *pre-test* diperoleh hasil sebesar 10%, yaitu 2 di antara 20 siswi yang mengetahui tentang menstruasi, dan cara menggunakan pembalut, sedangkan untuk cara membersihkan alat genital ketika menstruasi hanya sejumlah 1 siswa (5%) yang sudah bisa menyebutkan cara membersihkan alat genital ketika menstruasi. Dari 20 siswi tersebut masih belum bisa melakukan pembuangan pembalut habis pakai dan cara mencuci tangan.

Setelah dilakukan pendampingan, diperoleh hasil sebesar 75 %, yaitu 15 di antara 20 siswi yang sudah mengetahui tentang menstruasi dan 80% yaitu 16 siswi sudah dapat mempraktikkan secara mandiri cara menggunakan pembalut. Untuk cara membersihkan alat genital ketika menstruasi 75%, yaitu 15 di antara 20 siswi sudah dapat melakukannya, walaupun 5 diantaranya membutuhkan bantuan. 80% yaitu 16 siswi sudah dapat mempraktikkan melakukan pembuangan pembalut habis pakai, dan di antaranya ada 2 siswi yang membutuhkan bantuan. Untuk cara mencuci tangan hampir seluruh siswi (90%) dapat melakukannya walaupun tidak sempurna. Menurut Astaty (2012) perubahan paradigma

mengenai pendidikan luar biasa termasuk pendidikan anak tunagrahita dari penyelenggaraan yang berupa khusus (segregasi) ke penyelenggaraan saat ini menghendaki bahwa anak tunagrahita diberi kesempatan seluas-luasnya untuk belajar, bermain, berkerja dan bergaul di masyarakat pada umumnya yang sesuai dengan keadaannya. Hal ini tentu menuntut kemampuan anak tunagrahita agar dapat menyatakan dan menyesuaikan diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya.



Gambar 1. Kegiatan Pre Test, Membentuk Kelompok dan Menentukan Pendamping dari Masing-Masing Kelompok



Gambar 2. Penyampaian Materi Tentang Menstruasi, Cara Membersihkan Alat Kelamin Saat Menstruasi, dan Cara Menggunakan Pembalut



Gambar 3. Penyampaian Materi Tentang Cara Cuci Tangan



Gambar 4. Pendampingan Siawi SLB Untuk Mempraktikkan Membersihkan Pembalut, Membuang Pembalut, dan *Post-Test*

Sebagaimana diketahui bahwa anak tunagrahita mengalami hambatan dalam kecerdasan maka target kemandiriannya tentu harus dirumuskan sesuai dengan potensi yang mereka miliki, sehingga dapat dikatakan bahwa mandiri bagi anak tunagrahita adanya kesesuaian antara kemampuan yang aktual dengan potensi yang mereka miliki. Jadi pencapaian kemandirian bagi anak tunagrahita tidak dapat diartikan sama dengan pencapaian kemandirian anak normal pada umumnya (Astati, 2012). Dengan peningkatan tingkat pengetahuan ini diharapkan mereka mampu untuk mempraktikkan secara mandiri cara menggunakan pembalut, cara membersihkan alat genital ketika menstruasi, dan dapat mempraktikkan melakukan pembuangan pembalut habis pakai, serta cara mencuci tangan sesudah dari toilet.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang guru pendamping dan keluarga pendamping diperoleh jawaban bahwa mereka sangat terbantu dengan adanya kegiatan ini, sehingga siswi tunagrahita (SLB-C) bertambah pengetahuan dan mampu melaksanakan tindakan perawatan menstruasi secara benar. Bahkan, ada 1 orang siswi dengan didampingi

ibunya yang awalnya belum memiliki gambaran tentang perawatan menstruasi serta cara menjaga kebersihan dirinya merasa sangat senang dengan adanya tambahan pengetahuan ini.

Kesimpulan dan Saran

Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa “Pendampingan Pada Siswi Tunagrahita Menghadapi Menstruasi Di SLB-C Rindang Kasih” mampu meningkatkan tingkat pengetahuan, sikap, dan ketrampilan dalam perawatan saat menstruasi pada Siswi SLB-C Rindang Kasih Payaman Kabupaten Magelang. Luaran yang dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah tersusunnya “Modul Pembelajaran Perawatan Menstruasi” yang dapat digunakan oleh guru pendamping dan keluarga pendamping dalam upaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja pada Siswi SLB-C Rindang Kasih .

Saran

Tenaga kesehatan khususnya yang terlibat aktif dalam upaya promosi kesehatan sekolah bekerja sama dengan institusi sekolah agar terus membina serta memantau kegiatan Pendampingan Pada Siswi Tunagrahita Menghadapi Menstruasi pada anak-anak yang berkebutuhan khusus sehingga dapat secara terus menerus dan berkelanjutan untuk mendampingi siswi dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja.

Tim pengabdian masyarakat perlu memberikan pendampingan dan evaluasi berkala terkait kegiatan “Pendampingan Praktik Perawatan Menstruasi”. Hal ini dapat dilaksanakan dengan melakukan koordinasi dengan tenaga kesehatan dan pihak sekolah. Selain itu juga diperlukan kegiatan refreshing pengetahuan, sikap dan ketrampilan konsultan secara berkala agar kemampuan mereka semakin bertambah dan mampu melakukannya secara mandiri.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih tim pengabdian haturkan kepada Bapak Direktur Poltekkes Kemenkes Semarang yang telah memfasilitasi dari segi pendanaan sehingga dapat terlaksananya kegiatan pengabdian ini. Terima kasih juga kami haturkan kepada Bapak Kepala Sekolah SLB Rindang Kasih beserta guru-guru pengampu yang telah bekerjasama dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Astati. (2012). *Menuju Kemandirian Anak Tuna Grahita*. [Diakses tanggal : 08 Desember 2013]. Diambil dari : http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/194808011974032-ASTATI/BAHAN_AJAR-KEMANDIRIAN.pdf
- Astuti. (2013). *Pembelajaran Penggunaan Pembalut Wanita Untuk Meningkatkan Keterampilan Merawat Diri Remaja Wanita Tunagrahita*. [Diakses tanggal : 08

Desember 2013). Diambil dari :
http://repository.upi.edu/2111/4/T_PKKH_1104018_Chapter1.pdf

- Bobak, Lowdermilk, Jensen. (2005) *Buku ajar keperawatan maternitas edisi 4*. Jakarta : EGC
- Behrman, Kliegman, Arvin. (2000) *Ilmu kesehatan anak nelson edisi 15 volume 3*. Jakarta : EGC
- Hurlock, Elizabeth, B., (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.
- Mubarak, Wahit Iqbal. dan Chayatin, Nurul. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mutaqqin. (2011). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persyarafan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam dan Efendy. (2008). *Pendidikan dalam Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Prawirohardjo. (2008). *Ilmu Kandungan*. Jakarta : YBPSP.
- Progestian. P.(2010) *Panduan ingin hamil : cara menentukan masa subur*. Swarna Bumi : Jakarta.