



PERAN GURU DALAM MEMBENTUK PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* MENSTRUASI PADA SISWI TUNAGRAHITA

Kunyati¹, Genta Ikhwansyah², Intan Ayu Amalia³, Nasikhotun Nadiroh⁴, Mikyal Hardiyati⁵

Universitas Nahdlatul Ulama Purwokerto

kuni22812@gmail.com¹, gentaikhwansyah277@gmail.com², intanayumalia07@gmail.com³,
nadiroh@unupurwokerto.ac.id⁴, m.hardiyati@unupurwokerto.ac.id⁵

Diserahkan tanggal 14 Juli 2025 | Diterima tanggal 15 Juli 2025 | Diterbitkan tanggal 1 Juli 2025

Abstract:

This study aims to analyze the role of teachers in shaping personal hygiene behavior during menstruation in Tunagrabita or intellectual disability students at SLB C and C1 Yakut Purwokerto. The research used qualitative approach with case study method. Data collection techniques include in-depth interviews with special assistant teachers, structured observation of the learning process, and documentation of learning activities. The research subjects were companion teachers and female students with mild to moderate intellectual disabilities. The results showed that the teacher acts as: 1) provider of emergency assistance, 2) director 3) motivator, 4) liaison between school and family. The learning strategies applied include: (1) visual and concrete approach through direct demonstration; (2) gradual learning with continuous repetition; (3) individualization of methods according to students' cognitive ability level; and (4) providing positive feedback to build confidence. The findings contribute to the development of an effective self-help learning model for female students with intellectual disabilities in the context of inclusive education.

Keywords: *Personal Hygiene, tunagrabita, intellectual disability, teacher's role, menstruation.*

Abstrak :

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran guru dalam membentuk perilaku personal Hygiene saat menstruasi pada siswi Tunagrabita atau disabilitas intelektual di SLB C dan C1 Yakut Purwokerto. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dengan guru pendamping khusus, observasi terstruktur terhadap proses pembelajaran, dan dokumentasi kegiatan pembelajaran. Subjek penelitian adalah Guru pendamping dan siswi perempuan dengan disabilitas intelektual ringan hingga sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru berperan sebagai: 1) penyedia bantuan darurat, 2) pengarah 3) pemberi motivasi, 4) penghubung antara sekolah dan keluarga. Strategi pembelajaran yang diterapkan meliputi: (1) pendekatan visual dan konkret melalui demonstrasi langsung; (2) pembelajaran bertahap dengan repetisi berkelanjutan; (3) individualisasi metode sesuai tingkat kemampuan kognitif siswa; dan (4) pemberian umpan balik positif untuk membangun kepercayaan diri. Temuan ini berkontribusi pada pengembangan model pembelajaran bina diri yang efektif bagi siswa perempuan dengan disabilitas intelektual dalam konteks pendidikan inklusif.

Kata Kunci: *Personal Hygiene, tunagrabita, disabilitas intelektual, peran guru, menstruasi.*

Copyright © 2023, Author

This is an open-access article under the [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



PENDAHULUAN

Masa pubertas adalah fase penting dalam pertumbuhan remaja perempuan yang membawa perubahan biologis, emosional, dan sosial. Menurut Yusuf dan Budiono, dalam Sari yang menjelaskan bahwa siswi dengan disabilitas intelektual atau anak tunagrahita putri memiliki pengetahuan yang rendah terhadap keterampilan *personal hygiene* (Sari et al., 2022). Adapun maksud dari pemeliharaan *personal hygiene* menurut Tarwoto dan Wartonah adalah menjaga kebersihan serta kesehatan pribadi orang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya (Meliana Fitri et al., 2025). Karakteristik ini termasuk keterbatasan dalam kemampuan konseptual, sosial, dan praktis yang berdampak pada fungsi sehari-hari, seperti merawat diri atau membangun diri sendiri. Ketika siswa perempuan dengan disabilitas intelektual memasuki masa pubertas dan mengalami menstruasi untuk pertama kalinya, masalah ini menjadi lebih sulit.

Disabilitas intelektual atau bisa juga disebut dengan istilah Tunagrahita, merupakan istilah yang berasal dari dua suku kata. Kata "Tuna", yaitu yang berarti 'merugi', sedangkan "grahita" yang berarti 'pikiran'. Istilah ini sering digunakan sebagai kata lain untuk retardasi mental, yang mengacu pada kondisi terbelakang mental (Tuasikal et al., 2024). Anak Tunagrahita merupakan suatu keterbatasan dalam fungsi intelektual. Sementara menurut Sinaga, tunagrahita ialah seorang anak dengan kemampuan intelektual yang berada dibawah rata-rata. Maksudnya ialah anak yang mempunyai tingkat kecerdasan pada level di bawah rata-rata yang memiliki ciri intelegensi dan ketidakcakapan berinteraksi sosial (Sinaga et al., 2023). Tunagrahita biasanya ditandai dengan hasil tes IQ yang berada di angka 70 atau lebih rendah. Anak-anak dengan tunagrahita mengalami tantangan dalam hal kecerdasan dan kemampuan beradaptasi secara sosial, meskipun mereka masih mampu melakukan dasar akademik seperti membaca, menulis, dan menghitung. Anak tunagrahita menghadapi batasan dalam dua aspek yaitu fungsi intelektual dan perilaku adaptif. Mereka mengalami kesulitan dalam memahami keterampilan hidup sehari-hari, baik dari segi konsep, sosial, maupun praktis (Cahyati, 2019).

Namun, meskipun mereka seringkali merasa sukar untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial serta untuk berpikir, anak tunagrahita masih dapat belajar dan berkembang jika didampingi dengan sabar dan konsisten. Salah satu hal penting dalam mengembangkan diri mereka yaitu melalui Keterampilan bina diri, Sebagaimana yang tadi telah disebutkan bahwa bina diri yaitu kemampuan untuk mengurus dan merawat dirinya secara mandiri. Dikutip dari (Pratiwi & Anggraeny, 2025) Bina diri adalah usaha untuk mengembangkan jati diri seseorang, baik sebagai individu maupun sebagai bagian dari komunitas, melalui pembelajaran di lingkungan keluarga, sekolah, dan lingkungan Sekitar. Keterampilan bina diri merupakan bagian penting di dalam Pendidikan bagi anak didik berkebutuhan khusus, khususnya anak dengan disabilitas intelektual atau tunagrahita. Bentuk dari salah satu keterampilannya yang seringkali kurang mendapat perhatian adalah Keterampilan mengelola menstruasi bagi siswa perempuan tunagrahita. Karena Keterampilan ini bukan sebatas kemampuan mengenai menggunakan pembalut dan menjaga kebersihan diri, namun juga mengenai Pemahaman tentang tanda-tanda kedewasaan, perubahan tubuh, serta Kebutuhan mereka selama masa menstruasi.

Mengenai Pendidikan khusus, seorang guru tentunya memiliki peran penting dalam pembelajaran Keterampilan bina diri. Guru di sini bukan hanya sebagai pengajar, namun sebagai model, fasilitator dan motivator serta pendamping setiap siswa. Menurut (Muhlashin, 2022) menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran bina diri pada siswa dengan disabilitas intelektual sangat bergantung pada kompetensi guru dalam menerapkan strategi pembelajaran yang adaptif dan *individualized*. Namun, faktanya orang tua dan guru belum cukup memiliki pengetahuan terkait hal-hal seksualitas. Hal ini disebabkan oleh kurangnya perawatan dan pelayanan kesehatan reproduksi pada remaja perempuan menjadi ketimpangan pada orang dewasa dengan remaja disabilitas intelektual.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Risky, 2022) mengenai metode pengasuhan orang tua dalam membentuk perilaku *personal hygiene* pada remaja putri penyandang

tunagrahita yang sudah mengalami menstruasi di SLB C-1 Putera Asih Kota Kediri, hasilnya yaitu pola asuh orang tua yang diterapkan sangat berpengaruh terhadap pembentukan kebiasaan *personal hygiene* anak, di mana ditemukan tiga gaya pengasuhan (demokratis, otoriter, permisif), serta faktor sosial-ekonomi, pendidikan, dan kepribadian turut mempengaruhi efektivitas pola asuh tersebut tapi penelitian ini tidak membahas langsung mengenai peran guru dalam membangun kolaborasi antara guru dan orangtua. Dan juga dalam penelitian sebelumnya tentang Metode Demonstrasi Berpengaruh pada Perilaku Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi pada Anak Berkebutuhan Khusus Ringan di SLB Negeri Cileunyi, menemukan bahwa Metode demonstrasi terbukti meningkatkan keterampilan penggunaan pembalut (dari 44,4% menjadi 77%) dan pencucian pembalut (dari 33,3% menjadi 76,19%) (Saeputri, 2023). Namun penelitian ini berfokus hanya secara teknis tidak menyinggung peran guru sebagai fasilitator. Selanjutnya, penelitian yang diperoleh (Fitriani et al., 2022) di MTsN 2 Aceh Besar yang membahas tentang keterkaitan antara pengetahuan, sikap, informasi, dan peran pendidik terhadap kebersihan pribadi remaja putri selama menstruasi, terdapat bukti adanya hubungan yang signifikan antara peran pendidik dan penerapan kebersihan pribadi saat menstruasi ($p\text{-value}=0.005$). Guru berfungsi sebagai pemberi informasi, motivator, dan pengawas kebersihan. Dan lagi- lagi penelitian ini tidak spesifik untuk tunagrahita.

Berdasarkan ketiga penelitian tersebut, peneliti menyadari bahwa peran guru maupun orang tua sangat berpengaruh dalam menanamkan perilaku *personal hygiene* pada anak dengan disabilitas intelektual atau tunagrahita, khususnya saat menghadapi masa menstruasi. Namun, penelitian sebelumnya belum banyak yang mengulas mengenai bagaimana proses peran guru dan orang tua terbentuk lalu keduanya berkolaborasi dalam membentuk perilaku tersebut dan dari situ belum adanya penjelasan mengenai bagaimana peran seorang guru pada proses mendampingi siswi tunagrahita selama menstruasi di lingkungan sekolah. Berangkat dari situlah peneliti terdorong untuk meneliti lebih mendalam terkait peran guru dalam membentuk kebiasaan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada siswi tunagrahita. Dari hasil observasi dan wawancara, diketahui bahwa SLB C dan C1 Yakut Purwokerto merupakan bagian dari salah satu institusi pendidikan yang melayani peserta didik dengan Tunagrahita atau disabilitas intelektual di Jawa Tengah. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sekolah ini memiliki banyak diantaranya siswi tunagrahita yang telah mencapai pubertas. Namun, mereka masih membutuhkan bantuan intensif untuk mengelola masa menstruasi mereka. Ada banyak cara yang digunakan guru di sekolah ini untuk mendampingi siswi selama proses tersebut.

Menariknya, hampir seluruh tenaga pendidik di SLB C dan C1 YAKUT Purwokerto memiliki latar belakang berasal dari lulusan program studi pendidikan tingkat S1, namun mayoritas tidak berasal dari jurusan Pendidikan Luar Biasa (PLB). Fakta menunjukkan sebagian besar di sekolah ini bukan berlatar belakang Pendidikan umum atau non-PLB. Hal ini sebenarnya tidak bertentangan dengan Teknik penyelenggaraan pendidikan untuk Anak Berkebutuhan Khusus. Sebaliknya, hal ini memunculkan perhatian peneliti mengenai bagaimana peran guru di sekolah ini dalam mendampingi siswi tunagrahita selama masa menstruasi.

Penelitian ini sangat penting mengingat sebagai wawasan kita Mengetahui peran guru dalam membangun keterampilan kebersihan diri menstruasi pada siswi tunagrahita, terutama di lingkungan sekolah SLB C dan C1 Yakut Purwokerto.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif, yang bertujuan guna memahami secara menyeluruh fenomena alami, seperti mencakup perilaku, sudut pandang, tindakan, serta motivasi, dan yang lainnya secara keseluruhan (holistik). Pendekatan ini mengungkapkan temuan melalui narasi berupa kata-kata dan tulisan, serta bahasa dalam konteks alami tertentu dengan memanfaatkan berbagai teknik metode alami menurut Moleong & J., dalam (Haryono, 2023).

Sementara itu, menurut Sugiyono (2019) pada penelitian yang sama menegaskan bahwa, metode kualitatif berangkat dari pendekatan positivistik dan digunakan untuk meneliti objek dalam situasi alami. Peneliti bertindak sebagai alat utama dalam tahap pengambilan data yang dilakukan secara triangulatif, yakni menggabungkan berbagai sumber informasi. Analisis yang dilakukan bersifat kualitatif dan hasilnya lebih menekankan pemahaman mendalam terhadap makna yang terkandung, bukan pada generalisasi temuan.

Metode penelitian ini dipilih karna diperkuat dari temuan sebelumnya pada (Fitriani et al., 2022) yang menunjukkan hubungan signifikan mengenai peran guru bersamaan dengan praktik *personal hygiene* menstruasi sebanyak ($p\text{-value}=0.005$) dan juga untuk memberikan pemahaman yang mendalam mengenai kontribusi guru pada pengembangan keterampilan *personal hygiene* menstruasi pada siswi perempuan dengan keterbatasan kognitif di SLB C dan C1 YAKUT Purwokerto. Proses penelitian mulai dari serangkaian tahap perencanaan, pengumpulan informasi, sampai pada pengambilan kesimpulan yang didasarkan pada hasil dari analisis data.

Hal yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah kontribusi guru pendamping di SLB C dan C1 Yakut Purwokerto pada pembelajaran *personal hygiene* menstruasi pada siswi tunagrahita. *Personal hygiene* memiliki peran yang sangat penting. *Personal hygiene* saat masa menstruasi ialah upaya menjaga kebersihan dan juga kesehatan organewanitaan selama masa haid, dengan sejumlah indikator tertentu (Diana, 2015). Kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* dapat menimbulkan keluhan, salah satunya adalah pruritus vulva, yaitu penyakit yang ditandai dengan rasa gatal hebat pada area kelamin (Pemiliana, 2019). Penelitian ini berfokus pada bagaimana guru mendampingi dan membimbing siswi tunagrahita agar mampu memahami serta menerapkan kebersihan diri saat menstruasi dengan baik.

Data dikumpulkan lewat wawancara mendalam melalui guru guna menggali pengalaman, strategi, dan tantangan yang dihadapi dalam membimbing siswi tunagrahita. Selain itu, dokumentasi kegiatan wawancara seperti catatan, rekaman audio, dan foto digunakan sebagai bahan pendukung untuk memperkuat hasil wawancara. Data dikumpulkan secara cermat untuk memastikan informasi yang diperoleh benar-benar menggambarkan situasi nyata di lapangan.

Fokus yang utama dari penelitian ini yaitu untuk menelusuri bagaimana guru bisa berkontribusi dalam membantu siswi tunagrahita dengan pembelajaran tentang kebersihan pribadi saat menstruasi. Ini meliputi upaya dari guru dalam memberikan pendidikan, mendukung kegiatan belajar, dan mendorong siswi agar dapat menjaga kebersihan diri selama periode menstruasi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian di SLB dan C1 Yakut Purwokerto menunjukkan bahwa kegiatan di SLB melayani siswa tunagrahita dengan dua kategori: 1) mampu didik, yaitu siswa dengan disabilitas intelektual atau tunagrahita ringan dengan IQ berkisar 50-70 juga dapat mengembangkan Keterampilan akademik dasar seperti membaca, menulis, berhitung, 2) mampu latih, siswa dengan tunagrahita sedang (IQ 30-50) yang fokus pada pelatihan Keterampilan hidup sehari-harinya tanpa tuntutan pada akademik yang berat. (Putri, 2025). Penelitian ini menyoroti penelitian mengenai mampu didik dan mampu latih, yang mana guru memiliki berbagai peran dalam proses perkembangan siswa. Untuk karena itu, penting untuk mengkaji peran guru berdasarkan regulasi dan teori pendidik agar guru dapat mengoptimalkan pengembangan keterampilan pada siswa tersebut.

Menurut Undang-undang Sisdiknas No. 20 tahun 2003, mengartikan pendidik sebagai tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan lain yang sesuai dengan keahliannya serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan. Bab XI Pasal 39 Ayat 2 Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menetapkan bahwa profesi guru adalah Sebagai pendidik, guru adalah orang-orang yang

bertanggung jawab untuk merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, dan menilai hasil pembelajaran (Republik Indonesia. (2003). Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Sekretariat Negara. - Penelusuran Google, n.d.)

Adapun peran guru meliputi: 1) Peran Guru sebagai seorang Pendidik, Sebagai seorang pendidik, guru memiliki peran sebagai sosok, teladan, dan identitas bagi siswa serta lingkungannya. Seorang guru mesti mempunyai nilai seperti rasa bertanggung jawab, independen, martabat, serta kedisiplinan untuk melakukan pekerjaan ini. Aktivitas pembelajaran ditujukan untuk meningkatkan sikap peserta didik. Pendidik bukan hanya harus mendidik, namun juga harus mendidik dengan tulus dan bertanggung jawab sepenuh hati. Mereka juga harus terus menanamkan motivasi agar siswa rajin belajar dan membentuk karakter yang baik seperti kedisiplinan, kemandirian, sopan santun, dan sopan santun. 2) Peran Guru sebagai Pengajar, Sebagai pendidik, guru bertanggung jawab untuk memberikan pengetahuan mereka kepada siswa mereka. Salah satu tanggung jawab utama guru dalam peran ini adalah membantu siswa yang sedang berkembang mempelajari hal-hal baru, membangun keterampilan, dan memahami standar yang diajarkan. Guru harus siap untuk mengajar, yang berarti mereka telah menyiapkan silabus, RPP, media, dan alat peraga. Mereka juga harus memiliki sumber materi pembelajaran yang lengkap, terutama yang terdapat dalam buku kurikulum 2013, namun juga dengan menggunakan internet serta sumber pustaka lainnya. Dalam melakukan tugas ini, guru harus memiliki kemampuan untuk menyampaikan pengetahuan dengan cara yang mudah dipahami kepada siswa melalui berbagai strategi dan metode pembelajar. 3) Peran Guru sebagai Pelatih, Sebagai pelatih, peran guru menekankan pada pengembangan keterampilan intelektual dan motorik siswa. Latihan keterampilan diperlukan dalam proses pembelajaran, yang menuntut guru untuk bertindak sebagai pelatih dalam mengembangkan kemampuan dasar, materi yang dirancang, dan kemampuan siswa. Guru juga bertanggung jawab dalam pengembangan minat dan bakat yang terdapat pada peserta didik sehingga mereka bisa memanfaatkannya untuk mencapai tujuan yang bermanfaat baik di area sekolah maupun diluar. Peran ini sangat berguna pada pengembangan keterampilan peserta didik, melatih keterampilan, minat, dan bakat (Mingkid et al., 2022).

Selain itu, Oemar Hamalik (2010) memperluas peranan guru tidak hanya terfokus sebagai pendidik, pengajar, serta pelatih, namun juga meluas terhadap aspek yang lainnya yang terdapat dalam (Aida, 2024) yaitu: 1) Edukator, memegang peranan penting, terutama untuk siswa di sekolah dasar. Guru berperan sebagai teladan, menunjukkan contoh dalam tindakan dan sikap sehari-hari, sekaligus berperan sebagai pembentuk karakter dan kepribadian peserta didik. Untuk menjalankan peran ini secara optimal, guru dituntut memiliki kestabilan emosional, orientasi kemajuan peserta didik, sikap realistik, kejujuran, keterbukaan, dan kepekaan terhadap perkembangan zaman, khususnya inovasi dalam bidang pendidikan. Kompetensi yang harus dimiliki meliputi pengetahuan yang luas, penguasaan berbagai materi pembelajaran, pemahaman yang mendalam mengenai teori dan praktik dalam pendidikan, serta penguasaan kurikulum dan metode pengajaran yang sesuai. 2) Manajer, Sebagai manajer, guru memiliki tanggung jawab untuk memastikan bahwa semua siswa dapat mengikuti peraturan dan norma yang telah disepakati di sekolah. 3) Administrator, peran administrator mengharuskan guru untuk mengelola berbagai aspek administratif seperti pengisian daftar hadir siswa, buku catatan nilai, laporan kemajuan, pengelolaan kurikulum, serta pengelolaan penilaian. Lebih dari itu, guru juga harus mempunyai perencanaan pembelajaran yang sistematis berupa rencana pembelajaran, program bulanan/semester, dan program tahunan, serta bertanggung jawab kepada orang tua siswa dan masyarakat dengan memberikan laporan mengenai pendidikan mereka. 4) Supervisor, tugas supervisor meliputi pemberian arahan dan pengawasan kepada siswa, pemahaman terhadap permasalahan yang dihadapi oleh siswa, identifikasi masalah-masalah pembelajaran, dan pemberian solusi yang tepat. 5) Pemimpin (Leader), Berbeda dengan peran manajer yang cenderung kaku, peran sebagai leader memberikan pendekatan yang lebih fleksibel

namun tetap bertanggung jawab. Guru sebagai pemimpin lebih menekankan pada pembentukan disiplin hidup daripada sekadar penegakan aturan, memberikan peserta didik kebebasan yang bertanggung jawab selama proses pembelajaran. 6) Inovator, sebagai inovator, guru wajib mempunyai motivasi belajar yang kuat untuk terus meningkatkan wawasan dan kemampuan. Tanpa keterampilan ini, guru tidak akan dapat menciptakan hal baru yang berguna untuk memperbaiki kualitas pembelajaran di institusi pendidikan. 7) Motivator, Peran motivator berkaitan erat dengan fungsi educator dan supervisor, dimana guru bertugas meningkatkan semangat dan dorongan belajar siswa dapat ditingkatkan melalui stimulus, baik yang berasal dari diri siswa sendiri maupun motivasi eksternal yang diberikan guru. 8) Dinamisator, Peran dinamisator berperan dalam mendorong semangat belajar kepada siswa dengan menciptakan suasana kelas yang mendukung serta aktif. 9) Evaluator, sebagai evaluator, guru bertanggung jawab merancang instrumen penilaian, mengimplementasikan berbagai macam dan jenis evaluasi, serta menilai hasil kerja siswa secara objektif dan konstruktif. Sementara itu, 10) peran fasilitator mengharuskan guru memberikan dukungan teknis, panduan, atau instruksi yang diperlukan peserta didik dalam proses pembelajaran, memastikan semua siswa mendapatkan dukungan yang memenuhi kebutuhan pendidikannya. Dari berbagai peran yang telah dipaparkan, terlihat bahwa guru memiliki tanggung jawab yang sangat penting, khususnya dalam konteks pendidikan anak tunagrahita.

Dalam penelitian yang dilaksanakan di SLB Yakut Purwokerto, menunjukkan bahwa guru memiliki peran dalam membentuk perilaku *personal hygiene* masa menstruasi pada siswi tunagrahita meliputi:

Pertama, dalam kondisi darurat, guru memiliki peran sebagai penyedia bantuan langsung yang sangat vital, terutama saat seorang gadis tunagrahita menghadapi masalah mendesak terkait menstruasi. Anak yang memiliki tunagrahita sering kali belum mampu mengenali tanda-tanda atau mengatasi situasi yang sulit secara mandiri, sehingga guru perlu bertindak cepat dan responsif. Salah satu temuan di lapangan yang didapat saat wawancara, ketika seorang guru menyaksikan siswi tunagrahita mengalami menstruasi pertama dan merasa kebingungan di toilet melihat darah yang telah menembus pakaian, guru tersebut kemudian segera memberikan pembalut, membantu siswi tersebut untuk memakainya, dan memastikan bahwa siswi merasa nyaman serta aman. Selain itu, guru juga memiliki peran menenangkan siswa, memberikan penjelasan yang mudah dipahami agar siswa tidak panik, serta menghubungi orang tua jika diperlukan untuk menjamin penanganan yang lebih sesuai. Peran guru ini menjadi penting karena Ketika seseorang menjadi remaja, mereka mengalami banyak perubahan fisik, serta perubahan endokrin dan hormonal yang signifikan. Jika mereka tidak mendapatkan perawatan yang tepat, ini dapat menyebabkan masalah kesehatan reproduksi yang serius (Nasution et al., 2022), misalnya, ketika masalah kesehatan reproduksi pada remaja perempuan selama masa menstruasi jika tidak ditanggulangi dengan sigap serta benar, hal tersebut bisa menimbulkan permasalahan kesehatan yang lebih mendalam yang dapat memicu gangguan fungsi organ reproduksi yang lain. Tindakan guru yang responsif serta memberikan pendidikan secara langsung dapat meningkatkan pengetahuan anak tunagrahita. Bantuan yang diberikan oleh guru dalam situasi ini juga merupakan cara nyata untuk mentransfer pengetahuan melalui pengalaman langsung, sehingga anak dapat belajar menjaga kebersihan diri dengan dukungan konkret yang efektif. Ini sangat mendukung terwujudnya perilaku kebersihan pribadi yang baik pada anak tunagrahita.

Kedua, Peran guru sebagai pengarah dalam kegiatan *personal hygiene* menstruasi pada anak tunagrahita sangat erat kaitannya sebagaimana menurut (Sulistriani et al., 2021) Guru akan berhasil mencapai tujuan pembelajaran ketika mereka dapat membantu siswa dalam hal pengembangan kognitif, pedagogis, dan psikologis. Sebagai pengarah, guru tidak hanya bertugas memberikan petunjuk atau instruksi, tetapi juga membimbing anak tunagrahita secara menyeluruh agar mereka memahami dan mampu melakukan kebersihan diri secara mandiri. Menjaga

kebersihan diri, baik sebelum dan sesudah haid perlu diurus dengan sempurna. Sebab, hal ini berkaitan dengan pengurusan bersuci wanita secara umum dalam perspektif Islam. Berdasarkan Qs. Al-Maidah ayat 6 berikut:

مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُنِيعَ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya: “Allah tidak ingin menjadikan bagimu sedikit pun kesulitan, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu agar kamu bersyukur” (Qs. Al-Maidah:6)

Guru berperan penting dalam pedagogis, yaitu menyampaikan informasi mengenai kebersihan diri dengan bahasa yang mudah dipahami, memberikan penjelasan secara berulang, dan menunjukkan langkah-langkah nyata, seperti cara yang tepat untuk mengganti dan membuang pembalut. Dalam aspek psikologis, guru harus dapat memberikan ketenangan, mendampingi dengan sabar, serta menciptakan suasana yang aman, karena anak tunagrahita sering merasa cemas atau tidak jelas dalam menghadapi proses menstruasi. Sedangkan dalam aspek kognitif, guru berperan dalam membantu anak mengembangkan pemahaman melalui media visual seperti gambar, poster, atau video sederhana, agar anak dapat membangun pemikiran dan mengingat langkah-langkah yang perlu dijalankan. Oleh karena itu, peran guru sebagai pengarah lebih dari sekadar memberikan soal atau instruksi satu arah. Guru berfungsi sebagai pendamping aktif yang membimbing, mengembangkan, dan mengarahkan setiap tahap kegiatan kebersihan pribadi sesuai dengan kebutuhan dan kapasitas anak tunagrahita, sehingga tujuan pembelajaran untuk keterampilan mandiri dapat dicapai dengan maksimal.

Ketiga, Selain menjadi pengarah, pengajar juga memiliki peran penting dalam membangun kesadaran serta kebiasaan positif pada anak dengan tunagrahita. Mereka memberikan dorongan melalui pujian, reward seperti hadiah kecil (stiker atau bintang), atau ungkapan positif setiap kali anak berhasil menjalankan langkah-langkah kebersihan pribadi dengan baik. Menurut (Hanafiah et al., 2024) memberi reward kepada anak untuk mendorong mereka untuk melakukan sesuatu dan mengajarkan mereka cara melakukannya agar mereka dapat melakukannya secara mandiri. Pengajar menciptakan lingkungan yang menyenangkan dan penuh penghargaan, sehingga anak merasa lebih percaya diri dan bangga dengan usaha mereka dalam menjaga kebersihan. Mereka juga berupaya menanamkan pemahaman bahwa menjaga kebersihan saat menstruasi bukan hanya sebuah tanggung jawab, tetapi juga merupakan bagian dari mencintai diri sendiri. Di sisi lain, pengajar berkomunikasi secara aktif dengan orang tua agar kebiasaan baik ini dapat terus diterapkan di rumah.

Keempat, Peranan pengajar tidak hanya terdapat di dalam sekolah. Mereka bertindak sebagai jembatan antara institusi pendidikan dan orang tua untuk memastikan kebersihan pribadi terkait menstruasi anak dengan kebutuhan khusus dapat berlangsung dengan baik. Pengajar menyampaikan informasi secara berkala kepada orang tua mengenai kemajuan siswa, merekomendasikan metode untuk mendukung anak di rumah, serta memberikan pemahaman dasar kepada keluarga agar anak mendapatkan dukungan yang serupa di luar lembaga pendidikan. Pengajar juga dapat mengajak orang tua untuk ikut serta dalam pertemuan khusus yang membahas program kebersihan diri anak secara lebih mendalam.

Orang tua bertanggung jawab untuk mendidik, membimbing, dan membantu anak-anak belajar bekerja sendiri. Masa-masa yang krusial dalam proses awal tumbuh kembang kemandirian anak-anak, di mana cara bagaimana orang tua memahami dan memberikan ruang kepada anak-

anaknya, akan memberikan pengaruh peningkatkan kemandirian yang sangat penting bagi mereka. Lembaga pendidikan yaitu sekolah memainkan peran penting dalam proses pemberian bimbingan dan kesempatan anak guna belajar menjadi individu yang mandiri. Namun, keluarga tetap merupakan sumber utama dalam mendidik anak agar dapat menjadi individu yang tidak tergantung lagi pada orang lain.

Peran pengajar sebagai penghubung antara institusi pendidikan dan orang tua sejalan dengan betapa pentingnya fungsi keluarga dalam mendidik anak agar dapat mandiri. Orang tua memiliki peranan krusial dalam merawat, membimbing, dan memberikan arahan agar anak menjadi mandiri, sehingga kerjasama antara pengajar dan orang tua akan memperkuat usaha dalam mendidik anak untuk mampu menjaga kebersihan diri. Secara mandiri, baik dalam lingkungan sekolah maupun di lingkungan keluarga. Dukungan yang konsisten dari kedua belah pihak inilah yang membantu anak yang memiliki kebutuhan khusus untuk tumbuh tanpa sepenuhnya bergantung kepada orang lain.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dilihat bahwa peran guru dalam mendukung *personal hygiene* saat menstruasi bagi siswi tunagrahita sangatlah kompleks, mencakup peran sebagai penyedia bantuan darurat, pengarah pedagogis, pemberi motivasi, hingga penghubung dengan keluarga. Keterlibatan guru secara aktif dan konsisten menjadi faktor kunci dalam menumbuhkan kemandirian dan kesehatan reproduksi siswi tunagrahita di lingkungan SLB.

SIMPULAN

Hasil penelitian di SLB C dan C1 Yakut Purwokerto menunjukkan bahwa peran seorang guru maupun pengajar sangat penting dalam membangun perilaku kebersihan pribadi saat menstruasi pada siswi tunagrahita kategori mampu didik. Guru tidak hanya mengajar, mereka juga pelatih, pengarah, motivator, dan penghubung antara keluarga dan sekolah. Guru sangat penting untuk meningkatkan keterampilan kebersihan diri anak secara mandiri dengan menggunakan pendekatan yang sabar, responsif, dan komunikatif. Keterlibatan guru dalam situasi darurat, bimbingan praktis, dan dukungan emosional dan kognitif menunjukkan bahwa peran mereka melampaui tugas akademik dan berdampak pada kualitas hidup dan kemandirian anak selama masa pubertas.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian lanjutan disarankan untuk mencakup SLB dari berbagai wilayah guna memperkaya data dan melihat perbandingan konteks. Kemudian, Untuk mengetahui lebih lanjut tentang efektivitas intervensi guru, pendekatan gabungan kualitatif dan kuantitatif juga dapat digunakan. Selain itu, perlu dilakukan penelitian tentang program kolaboratif antara guru, orang tua, dan tenaga kesehatan, serta evaluasi kurikulum dan alat pembelajaran yang digunakan untuk mengajarkan kebersihan pribadi kepada anak tunagrahita.

Penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan kepada Kepala Sekolah serta semua pengajar di SLB C dan C1 Yakut Purwokerto karena dukungan serta kerjasama yang telah mereka berikan, dan juga atas kesediaan mereka untuk berbagi informasi yang sangat berharga. Ungkapan terima kasih juga diperuntukkan terhadap dosen pembimbing yang sudah memberikan bimbingan serta dorongan selama proses penelitian berlangsung, juga kepada teman-teman yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan hal lain sebagainya dalam melakukan penelitian ini. Kontribusi dari berbagai pihak inilah yang memungkinkan penelitian ini terselenggara dengan baik dan diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan pendidikan bagi peserta didik berkebutuhan khusus.

DAFTAR PUSTAKA

- Aida, N. (2024). Peran Guru dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa: Strategi, Metode, dan Dampak terhadap Pembelajaran. *Al-Am: Journal Of Interdisciplinary Research*, 1(1), Article 1.
- Cahyati, N. (2019). Permainan Ritmik Bagi Perkembangan Sosial Emosional Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Golden Age Universitas Hamzanwadi*, 3(0), 116–125.
- Fitriani, F., Hermansyah, H., & Ahmad, A. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Informasi dan Peran Guru dengan Personal Hygiene Remaja Putri pada Saat Menstruasi di MTsN 2 Aceh Besar Tahun 2022. *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(6), Article 6. <https://doi.org/10.55123/insologi.v1i6.1080>
- Hanafiah, H., Malik, A., Nursyam, A., Mokay, M. M., & Smas, M. H. (2024). Pengembangan pendidikan karakter di sekolah dasar: Analisis peran guru dan kurikulum. *Academy of Education Journal*, 15(1), 939–947. <https://doi.org/10.47200/aoej.v15i1.2340>
- Haryono, E. (2023). Metodologi Penelitian Kualitatif Di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam. *An-Nuur*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.58403/annuur.v13i2.301>
- Meliana Fitri, Lina Eta Safitri, Nur Arifatus Sholihah, & Putri Adekayanti. (2025). Pemberian Edukasi dan Praktek Personal Hygiene dalam Meningkatkan PHBS pada Remaja di SMPN 5 Sumbawa Besar. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 3(2), 41–49. <https://doi.org/10.59024/jnb.v3i2.552>
- Mingkid, A. S. M. F., Tuerah, R. M. S., Pinontoan, M., Mangantung, J., & Tiwa, T. M. (2022). Peran Guru Dalam Pembelajaran Pada Sekolah Dasar Negeri 70 Manado. *Jurnal Ilmiah Wabana Pendidikan*, 8(7), Article 7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6529795>
- Muhlashin, N. (2022). *Strategi bimbingan vokasional mengelas untuk mempersiapkan karir anak tunagrahita di slb abcd simo boyolali* [PhD Thesis, UIN Raden Mas Said Surakarta]. http://eprints.iain-surakarta.ac.id/3530/1/full%20teks_181221197.pdf
- Nasution, L. K., Siregar, R. J. S., & Suryani, E. (2022). PENYULUHAN PENTINGNYA KESADARAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DI SMA NEGERI 8

- PADANGSIDIMPUNAN TAHUN 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*, 1(2), Article 2.
- Pemiliana, P. D. (2019). PERILAKU REMAJA PUTRI DENGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMA ETIDLANDIA MEDAN TAHUN 2018. *Gaster*, 17(1), 62–76. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Pratiwi, A. L., & Anggraeny, D. (2025). PENGARUH PENERAPAN ANALISIS TUGAS BERMEDIA VIDEO TUTORIAL TERHADAP KEMAMPUAN MERAWAT DIRI ANAK TUNAGRAHITA SEDANG. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 20(02). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-khusus/article/view/68216>
- Republik Indonesia. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Sekretariat Negara. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved 24 June 2025
- Risky, A. A. (2022). *Pola Asuh Orang Tua Dalam Membentuk Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Penyandang Tunagrahita Yang Sudah Mengalami Menstruasi Di SLB C-1 Putera Asih Kota Kediri* [Undergraduate, IAIN Kediri]. <https://etheses.iainkediri.ac.id/5256/>
- Saeputri, C. Z. (2023). *PENGARUH METODE DEMONSTRASI TERHADAP PENINGKATAN PERILAKU KEBERSIHAN DIRI SAAT MENSTRUASI PADA ANAK TUNAGRAHITA RINGAN DI SLB NEGERI CILEUNYI* [PhD Thesis]. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sari, P., Ningsih, V. R., Hulaila, S., & Sayuti, S. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi pada Saat Menstruasi di MTS Negeri 05 Kerinci. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.548>
- Sinaga, T. P. B., Hutahaean, R., Tobing, R. W., & Herlina, E. S. (2023). IMPLEMENTASI PENDIDIKAN BAGI ANAK TUNAGRAHITA. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(3). <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/330>

Sulistriani, S., Santoso, J., & Oktaviani, S. (2021). PERAN GURU SEBAGAI FASILITATOR DALAM PEMBELAJARAN IPA DI SEKOLAH DASAR. *Journal Of Elementary School Education (Jouese)*, 1(2), 57–68. <https://doi.org/10.52657/jouese.v1i2.1517>

Tuasikal, J. M. S., Jamila, J., Lestari, C., & Konio, N. I. (2024). EDUCATION STRATEGY MEMBANTU ANAK TUNAGRAHITA DALAM MEMPEROLEH KETERAMPILAN HIDUP MANDIRI. *Superior Education Journal*, 2(1), Article 1.