

**PENGALAMAN REMAJA PUTRI *DIFABEL* DALAM MENGHADAPI
MENSTRUASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN)
HUTAIMBARU KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2022**

SKRIPSI

Oleh :

**SITI TRI LELIANA LUBIS
NIM. 18010070**



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2022**

**PENGALAMAN REMAJA PUTRI *DIFABEL* DALAM MENGHADAPI
MENSTRUASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN)
HUTAIMBARU KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2022**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan*

Oleh :

**SITI TRI LELIANA LUBIS
NIM. 18010070**



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGALAMAN REMAJA PUTRI *DIFABEL* DALAM MENGHADAPI
MENSTRUASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN)
HUTAIMBARU KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2022**

Skripsi ini telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan tim penguji Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidimpuan

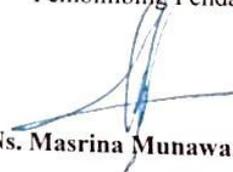
Padangsidimpuan, Agustus 2022

Pembimbing Utama



Ns. Nanda Suryani Sagala, MKM

Pembimbing Pendamping



Ns. Masrina Munawarah T, M.Kep

Ketua Program Studi Keperawatan
Program Sarjana



Ns. Natar Fitri Napitupulu, M.Kep

Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Afa Royhan



Arini Hidayah, SKM. M.Kes

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Siti Tri Leliana Lubis
Nim : 18010070
Program studi : Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengalaman Remaja Putri *Difabel* Dalam Menghadapi Menstruasi Di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Hutaimbaru Kota Padangsidimpuan Tahun 2022**” benar bebas dari plagiat, dan apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padangsidimpuan, Agustus 2022


SITI TRI LELIANA LUBIS
NIM. 18010070

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Siti Tri Leliana Lubis

Nim : 18010070

Program studi : Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengalaman Remaja Putri *Difabel* Dalam Menghadapi Menstruasi Di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Hutaimbaru Kota Padangsidimpun Tahun 2022**” benar bebas dari plagiat, dan apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padangsidimpun, Agustus 2022

Penulis



SITI TRI LELIANA LUBIS
NIM. 18010070

IDENTITAS PENULIS

Nama : Siti Tri Leliana Lubis
NIM : 18010070
Tempat/Tanggal Lahir : Padangsidempuan, 18 Januari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Perumnas Pijorkoling Padangsidempuan
Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri 200515 Perumnas Pijorkoling : Lulus Tahun 2012
2. MTS Negeri 2 Padangsidempuan : Lulus Tahun 2015
3. SMA Negeri 3 Padangsidempuan : Lulus Tahun 2018

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan ke hadirat Allah SWT, karena atas berkatnya dan rahmat-NYA peneliti dapat menyusun skripsi dengan judul **“Pengalaman Remaja Putri *Difabel* dalam Menghadapi Menstruasi di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Hutaimbaru Kota Padangsidempuan”**, sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana keperawatan Program Keperawatan Program Sarjana Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada yang terhormat:

1. Ibu Arinil Hidayah M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Afa Royhan di kota Padangsidempuan.
2. Ibu Ns. Natar Fitri Napitupulu, M.Kep selaku ketua program studi keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan Serta Sebagai Ketua penguji saya yang telah meluangkan waktu untuk menguji skripsi saya ini.
3. Bapak Ns. Ganti Tua, S.Kep MPH selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji skripsi saya ini.
4. Ibu Ns. Nanda Suryani Sagala, MKM selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk membimbing saya selama menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Ns. Masrina Munawarah T, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang selalu sabar memberi saran dan yang telah meluangkan waktu untuk membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Mukhtar Ritonga, M.Pd selaku kepala sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru kota Padangsidempuan sebagai tempat penelitian.
7. Seluruh dosen program studi keperawatan program sarjana fakultas kesehatan universitas Afa royhan di kota Padangsidempuan.

8. Untuk kedua orang tua, kakak, abang dan adik tersayang terima kasih atas doa, dukungan, semangat, perhatian, dan nasehat yang tiada henti yang sangat berarti bagiku sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.
9. Seluruh partisipan yang telah memberikan waktu dan informasi untuk membantu menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah dengan tulus dan ikhlas memberikan doa dan motivasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi saya ini.
11. Terima kasih untuk abanganda Pamrih Sarwedy yang selalu memberi semangat dan dukungan dalam proses pengerjaan skripsi ini.

Kritikan dan saran yang bersifat membangun yang saya harapkan guna perbaikan dimasa mendatang. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat bagi peningkatan proses bimbingan penyusunan skripsi di Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan.

Padangsidempuan, Agustus 2022

Penulis,

Siti Tri Leliana Lubis

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN**

**Laporan penelitian, Agustus 2022
Siti Tri Leliana Lubis**

**PENGALAMAN REMAJA PUTRI DIFABEL DALAM MENGHADAPI
MENSTRUASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN)
HUTAIMBARU KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2022**

ABSTRAK

Menstruasi adalah pengeluaran darah dari vagina yang berasal dari dinding rahim perempuan, definisi lain bisa juga diartikan sebagai siklus alami yang terjadi secara reguler untuk mempersiapkan tubuh perempuan setiap bulannya. Seperti remaja normal menstruasi juga akan dialami oleh remaja dengan *difabel* kecuali bagi mereka yang mengalami gangguan sehingga berefek pada organ reproduksinya maupun terdapat kerusakan pada bagian otaknya yang berpengaruh pada hormon yang mengatur fungsi ovarium. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan desain penelitian fenomenologi deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada 5 partisipan dengan menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan data dengan melakukan wawancara mendalam (*in-depth-interview*) dan dokumentasi. Hasil penelitian didapatkan 6 tema yaitu: Tema 1: Tanda-tanda menstruasi, Tema 2: Pengalaman pertama haid pada remaja *difabel*, Tema 3: Peran ibu mengajarkan *Self Hygiene* remaja *difabel* saat menstruasi, Tema 4: Peran keluarga membantu perawatan diri menstruasi pada remaja *difabel*, Tema 5: Perawatan diri remaja *difabel* saat menstruasi, Tema 6: Perubahan mental pada remaja *difabel* saat menstruasi. Kesimpulan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman remaja putri difabel dalam menghadapi menstruasi dikategorikan menjadi remaja difabel mengetahui menstruasi itu keluarnya darah dari vagina dan remaja difabel memiliki pengalaman yang dirasakan saat pertama kali menstruasi yaitu berupa takut, khawatir, bingung.

Kata Kunci : Remaja, difabel, menstruasi, pengalaman
Daftar Pustaka : 38 (2000-2020)

**NURSE PROGRAM OF HEALTH FACULTY
AT AUFA ROYHAN UNIVERSITY
IN PADANGSIDIMPUAN**

**Report of the Research, August 2022
Siti Tri Leliana Lubis**

**The Experience of Young Women with Disabilities In Facing Menstruation
At the State Special School (SLBN) Hutaimbaru Padangsidimpuan**

Abstract

Menstruation is discharge of blood from vagina from uterine wall of a woman, Another definition can also be interpreted as a natural cycle that occurs regularly to prepare the female body every month. Like a normal teenager, Menstruation will also be experienced by adolescents with disabilities except for those who have trouble so that it affects the reproductive organs or there is damage to the brain which affects hormones that regulate ovarian function. This study used a qualitative research method with a descriptive phenomenological research design. This research was conducted on 5 participants using purposive sampling. Collecting data by conducting in-depth interviews (in-depth-interviews) and documentation. The results obtained 6 themes, namely: Theme 1: Signs of menstruation, Theme 2: The first experience of menstruation in disabled adolescents, Theme 3: The role of mothers in teaching self-hygiene for disabled adolescents during menstruation, Theme 4: The role of the family in helping self-care of menstruation in adolescents with disabilities , Theme 5: Self-care of disabled adolescents during menstruation, Theme 6: Mental changes in disabled adolescents during menstruation. The conclusion of research results show that the experiences of young women with disabilities in dealing with menstruation are categorized into: Disabled teenagers know that menstruation is bleeding from vagina and adolescents with disabilities have experiences that are felt when they first menstruate, namely in the form of fear, worry, confusion.

**Key Words : Adolescents, disabled, menstruation, experience
References : 38 (2000-2020)**



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	ii
IDENTITAS PENULIS	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1. Tujuan Umum.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Pengalaman	8
2.1.1. Defenisi Pengalaman	8
2.1.2. Faktor yang mempengaruhi pengalaman	8
2.2. <i>Difabel</i>	9
2.2.1. Defenisi <i>Difabel</i>	10
2.2.2. Jenis-Jenis <i>Difabel</i>	11
2.3. Remaja <i>Difabel</i>	13
2.3.1. Defenisi Remaja <i>Difabel</i>	13
2.3.2. Klasifikasi <i>Difabel</i>	14
2.3.3. Perubahan Fisik dan Psikologis pada Remaja	15
2.3.4. Tahapan Tumbuh Kembang Remaja.....	16
2.4. <i>Menarche</i>	17
2.4.1. Defenisi <i>Menarche</i>	17
2.4.2. Jenis-Jenis <i>Menarche</i>	18
2.3.3. Faktor yang mempengaruhi <i>Menarche</i>	19
2.5. Menstruasi	19
2.5.1. Defenisi Menstruasi	19
2.5.2. Siklus Menstruasi.....	20
2.5.3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Menstruasi.....	21

2.6. <i>Menstrual Hygiene</i>	22
2.6.1. Defenisi <i>Menstrual Hygiene</i>	22
2.6.2. Manfaat Menjaga <i>Menstrual Hygiene</i>	22
2.6.3. Cara-Cara Menjaga <i>Menstrual Hygiene</i>	23
2.6.4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Menstrual Hygiene</i>	24
2.7. Kerangka Teori	25
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Jenis Desain Penelitian	26
3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	27
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	27
3.2.2 Waktu Penelitian.....	27
3.3 Populasi Dan Sampel.....	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel.....	28
3.4 Alat pengumpulan data.....	29
3.5 Prosedur Pengumpulan Data.....	29
3.6 Defenisi Operasional	31
3.7 Analisa Data.....	31
3.8 Keabsahan Data.....	33
3.9 Etika Penelitian	37
BAB 4 HASIL PENELITIAN	39
4.1. Hasil Penelitian	39
4.1.1. Karakteristik Partisipan	39
4.1.2. Analisa Tematik	40
BAB 5 PEMBAHASAN	51
5.1. Pembahasan Hasil Penelitian	51
5.1.1. Persepsi Remaja <i>Difabel</i> Tentang Menstulasi	51
5.1.2. Perasaan yang dialami remaja <i>Difabel</i> saat menstulasi.....	52
5.1.3. Figur Orang Tua pada Remaja <i>Difabel</i> saat menghadapi menstulasi.....	53
5.1.4. Cara Perawatan diri pada remaja <i>Difabel</i> dengan menstulasi... 55	
5.1.5. Perubahan Emosi.....	56
5.2. Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB 6 PENUTUP	58
6.1 Kesimpulan	58
6.2 Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Waktu Penelitian	27
Tabel 4.1. Karakteristik Partisipan	40
Tabel 4.2. Matriks Tema	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori	25
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Izin Survey Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Balasan Survey Penelitian
- Lampiran 3 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 5 : Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Panduan Wawancara
- Lampiran 8 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9 : Lembar Konsultasi

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu tahapan penting yang harus diperhatikan dalam siklus kehidupan. Pada tahap perkembangan ini, individu selalu ingin tampil maksimal baik tampilan fisik maupun perilaku, akan tetapi sering kali harapan tersebut sirna karena terjadi hal yang tidak terduga (Musfiroh, 2010).

Kejadian tidak terduga seperti adanya kecelakaan ataupun adanya bencana alam yang mengubah kehidupan individu dan dapat menyebabkan kecacatan pada salah satu anggota tubuh. Individu yang mengalami kecacatan ini lebih dikenal dengan istilah *difabel (different abilities people)* atau orang-orang yang mempunyai kemampuan berbeda (Setyawati,2008).

Penyandang disabilitas sering pula disebut *difabel*. *Difabel* adalah orang yang mempunyai ketidakmampuan seperti pada orang dengan tunadaksa, tunarungu, tunanetra, retardasi mental, orang dengan penyakit kronis berat seperti diabetes dan AIDS, defect congenital, dan orang dengan kesehatan yang berhubungan dengan masalah pendidikan dan tingkah laku (Nelson,2009).

Kelompok disabilitas adalah warga negara yang mempunyai hak dan kewajiban yang sama dalam kehidupan sosial, dia harus diperlakukan sebagaimana orang yang normal, sehingga harus mendapatkan akses yang sama sebagaimana orang normal .Selama ini pemahaman terhadap disabilitas dianggap sebagai orang yang tidak mampu, orang yang sering mendapatkan diskriminasi,

bahkan mempunyai persepsi yang negatif. Pada hal setiap warga negara mempunyai hak dan kewajiban yang sama, sebagaimana hak warga negara yang lain.

Berdasarkan Survey penduduk antar sensus (SUPAS) 2015 yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik, jumlah penduduk jumlah penyandang disabilitas sebanyak 255.182.144 orang. Dari jumlah tersebut, jumlah penyandang disabilitas sebanyak 39.050.157 orang. Dari jumlah tersebut dibagi menjadi kelompok penduduk berumur 10 tahun ke atas. Menurut tingkat kesulitan melihat sebanyak 13.221.240 orang. Tingkat kesulitan mendengar sebanyak 6.952.797 orang. Tingkat kesulitan berjalan atau naik tangga sebanyak 2.094.864 orang. Tingkat kesulitan menggunakan/menggerakkan tangan/jari sebesar 2.718.290 orang. Tingkat kesulitan mengingat/berkonsentrasi 5.852.478 orang. Tingkat gangguan perilaku dan emosi 2.927.532 orang. Tingkat kesulitan bicara/memahami/berkomunikasi 3.167.904 orang. Tingkat kesulitan mengurus diri sendiri 2.115.052 orang.

Data tersebut memperlihatkan bahwa 8,56% populasi Indonesia hidup dengan disabilitas, sementara WHO memperkirakan bahwa di seluruh dunia terdapat sekitar 15% wanita, pria dan anak-anak hidup dengan disabilitas.

Hasil Riskesdas 2018 mendapatkan 3,3% anak umur 5-17 tahun yang mengalami disabilitas. Provinsi dengan proporsi disabilitas anak tertinggi adalah Sulawesi Tengah (7,0%), Kalimantan Utara, dan Gorontalo (masing-masing 5,4%), sedangkan proporsi terendah di Provinsi Sulawesi Barat, Lampung dan Jambi (masing-masing 1,4%). Proporsi disabilitas pada umur 18-59 tahun di

Indonesia sebesar 22,0%, tertinggi di Provinsi Sulawesi Tengah (40,6%), Sulawesi Selatan (33,6%), dan DI Yogyakarta (33,2%), terendah di Provinsi Lampung (13,8%), Kepulauan Riau (14,0%) dan Jambi (14,2%).

Jumlah penyandang disabilitas di Sumatera utara berdasarkan rekapitulasi jumlah penyandang cacat berdasarkan jenis kesulitan/gangguan berjumlah 2.011 jiwa. Terbagi pada jenis kecacatan berbeda yaitu gangguan pada penglihatan atau tunanetra sebanyak 293 orang, gangguan untuk berbicara atau tunawicara sebanyak 352 orang, sebanyak 26 orang merupakan gangguan pada pendengaran atau tunarungu, gangguan pada bagian tubuh atau tunadaksa sebanyak 782 orang, gangguan pada mental atau tunagrahita sebanyak 527 orang dan penyakit jiwa sebanyak 31 orang.

Remaja dengan disabilitas mengalami menarche pada usia yang lebih kurang sama dengan remaja lainnya, yakni sekitar 12-14 tahun. Dalam fase kehidupan manusia, masa remaja merupakan fase paling penting karena pada masa tersebut terjadi perubahan-perubahan yang sangat cepat pada ukuran, bentuk, fisiologi tubuh, fungsi psikologis, dan sosialnya sebagai pengantar transisi dari masa kanak-kanak menjadi masa dewasa (Nelson, 2000).

Salah satu tanda dimulainya fase remaja pada wanita adalah terjadinya menstruasi. Menstruasi menjadi pokok permasalahan bagi remaja putri dan akan menimbulkan reaksi positif ataupun negatif dalam menghadapinya. Remaja dengan persiapan yang baik lebih cenderung menunjukkan sikap positif dalam *menarche* begitu pula sebaliknya (Mc. Pherson, 2004).

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari dalam rahim melalui vagina keadaan seperti ini biasanya terjadi sebulan sekali dan mulai pada usia 12-15 tahun. Biasanya masa menstruasi antara 3-7 hari. Perasaan kurang enak biasanya dialami pada masa menstruasi. Jika terasa nyeri yang hebat, Hal ini di sebabkan karena keadaan tidak normal (Errol, 2007).

Seperti remaja normal, menstruasi juga akan dialami oleh remaja dengan difabel ,kecuali bagi mereka yang mengalami gangguan sehingga berefek pada organ reproduksinya maupun terdapat kerusakan pada bagian di otaknya yang berpengaruh pada hormon yang mengatur fungsi ovarium (Walsh, 2000). Bagi remaja putri dengan difabel,masa transisi menjadi suatu pokok permasalahan yang dihadapi membutuhkan dukungan yang kuat untuk mengerti dan mengatur kondisi mereka serta menjalankan perubahan-perubahan menuju kedewasaan (Mc.Manus,2010).

Haid atau menstruasi adalah pengeluaran darah dan sel sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim perempuan secara periodik. Defenisi lain bisa juga diartikan sebagai siklus alami yang terjadi secara regular untuk mempersiapkan tubuh perempuan setiap bulannya. Rata-rata masa haid perempuan 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari pada setiap bulannya. Dan batas maksimal masa haid adalah 15 hari. Selama darah yang keluar belum melewati batas tersebut, maka darah yang keluar adalah darah haid.

SLBN Hutaimbaru Padangsidimpuan adalah salah satu instansi sekolah luar biasa yang memiliki tingkat SD,SMP,SMA dalam satu lingkup sekolah. Di SLBN Hutaimbaru terdapat siswa-siswi dengan berbagai jenis *difabel* yaitu :

Tunanetra, Tunarungu, Tunadaksa, Tunagrahita, Down Sindrom, Autis. Berdasarkan data siswi yang diperoleh dengan usia di mulai 12 tahun terdapat 28 siswi dengan jenis ketunaan yang berbeda-beda. Dari hasil wawancara dari salah satu siswi *difabel*. Saya mendapatkan bahwa siswi tersebut belum memahami cara menghadapi menstruasi apa itu menstruasi, beserta kebersihan diri pada saat menstruasi (*Menstrual Hygiene*). Hasil studi pendahuluan peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka dapat dirumuskan suatu masalah sebagai berikut : “Bagaimana pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di SLBN Hutaimbaru Padangsidempuan?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ingin mengeksplorasi pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa (SLB) Hutaimbaru di kota Padangsidempuan.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Memberikan tambahan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang Promosi Kesehatan mengenai pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Dinas Pendidikan Padangsidempuan

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi bagi dinas pendidikan di Kota Padangsidempuan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan yang terkait dengan kurikulum pendidikan kesehatan pada murid SLB di kota Padangsidempuan khususnya pada saat terjadinya menstruasi

2. Bagi Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi bagi Dinas Kesehatan di Kota Padangsidempuan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan tentang sosialisasi tentang program mengenai pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi terutama pada SLBN Hutaimbaru baik dalam penyuluhan dan konseling hingga pembuatan media promosi kesehatan seperti leaflet pada murid berkebutuhan khusus.

3. Bagi Sekolah SLBN Hutaimbaru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi sekolah SLBN Hutaimbaru bagaimana pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

4. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menabambah wawasan mengenai remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

5. Bagi Peneliti yang lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai literature untuk penelitian selanjutnya dan diharapkan penelitian ini lebih dikembangkan terkait Pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengalaman

2.1.1. Defenisi Pengalaman

Pengalaman dapat diartikan sebagai sesuatu yang pernah dialami, dijalani maupun dirasakan, baik sudah lama maupun yang baru saja terjadi (Saparwati, 2012). Pengalaman dapat diartikan juga sebagai memori episodik, yaitu memori yang menerima dan menyimpan peristiwa yang terjadi atau dialami individu pada waktu dan tempat tertentu, yang berfungsi sebagai referensi otobiografi (Saparwati, 2012).

Pengalaman merupakan peristiwa yang tertangkap oleh panca indra dan tersimpan dalam memori. Pengalaman dapat diperoleh ataupun dirasakan saat peristiwa baru saja terjadi maupun sudah lama berlangsung. Pengalaman yang terjadi dapat diberikan kepada siapa saja untuk digunakan dan menjadi pedoman serta pembelajaran manusia (Notoatmojo, 2012).

2.1.2. Faktor yang Mempengaruhi Pengalaman

Setiap orang mempunyai pengalaman yang berbeda walaupun melihat satu obyek yang sama, hal ini dipengaruhi oleh : tingkat pengetahuan dan pendidikan seseorang, pelaku atau faktor pada pihak yang mempunyai pengalaman, faktor obyek atau target yang dipersepsikan dan faktor situasi dimana pengalaman itu dilakukan. Umur, tingkat pendidikan, latar belakang, sosial ekonomi, budaya, lingkungan fisik, pekerjaan, kepribadian dan pengalaman hidup setiap individu juga ikut menentukan pengalaman.

Pengalaman setiap orang terhadap suatu obyek dapat berbeda-beda karena pengalaman mempunyai sifat subyektif, yang dipengaruhi oleh isi memorinya. Apapun yang memasuki indera dan diperhatikan akan disimpan di dalam memorinya dan akan digunakan sebagai referensi untuk menanggapi hal baru.

2.2. Difabel

2.2.1. Defenisi Difabel

Difabel, berasal dari Bahasa Inggris, *difable (differently able, different ability, different abled people)* yang berarti orang dengan kemampuan yang berbeda. Dalam Kamus Bahasa Indonesia, *difabel* juga berarti penyandang cacat. Maka dapat dipahami istilah ini adalah sebutan lain untuk menunjukkan penyandang cacat. Istilah ini diperkenalkan secara substansi untuk mengganti penggunaan istilah *disabilitas*, di mana kosa kata tersebut dianggap diskriminatif dan mengandung stigma negatif terhadap para penyandang cacat.

Istilah *difabel* menawarkan wacana lebih bijak, karena menempatkan orang yang memiliki hambatan sementara maupun permanen dalam menjalankan keseharian mereka dalam perspektif luar dan luwes, termasuk di dalamnya ibu hamil, anak-anak, lanjut usia, pengguna kursi roda, kruk, tunanetra, tunarungu, tunadaksa, dan sebagainya. Penggunaan istilah *difabel* juga mengajak kita memahami adanya keberagaman berbeda kaum “*difabel*” dalam konotasi positif. Contoh lain, Gus Dur pernah diakui sebagai orang nomor satu Indonesia karena visinya yang luas, walaupun beliau harus “didampingi” ketika berjalan (Ikaputra, 2002).

Ada cukup banyak istilah lain yang digunakan untuk menyebutkan penyandang *difabel* dan masing-masing memiliki kepentingan tersendiri serta berbagai pertimbangan penggunaannya, penyandang cacat terdiri dari dua kata yaitu penyandang dan cacat. Menurut kamus bahasa Indonesia kata penyandang berasal dari kata sandang yang memiliki arti orang yang menderita. Sedangkan kata cacat berarti kekurangan yang menyebabkan nilai atau mutunya kurang baik atau kurang sempurna (yang terdapat pada badan, benda, batin, atau akhlak), lecet (kerusakan, noda yang menyebabkan keadaannya menjadi kurang baik (kurang sempurna), aib (kurang sempurna).

Didalam undang-undang No 08 Tahun 2016, tentang penyandang disabilitas disebutkan bahwa penyandang disabilitas disebutkan bahwa penyandang difabel merupakan orang-orang yang memiliki perbedaan dalam hal keterbatasan fisik, intelektual, mental maupun sensorik, dalam jangka waktu lama, dalam hal ini mereka juga seringkali mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungannya, serta kesulitan secara penuh untuk berpartisipasi di dalam kegiatan kenegaraan sesuai dengan kesamaan hak. Dalam hal ini walaupun mereka memiliki keterbatasan fisik namun tidak menutup kemungkinan mereka juga mampu untuk mendapatkan pelayanan yang sama seperti masyarakat pada umumnya.

2.2.2 Jenis-Jenis *Difabel*

Menurut dermatoto (2007) terdiri dari :

a) Cacat Fisik

Cacat fisik adalah kecacatan yang mengakibatkan gangguan penglihatan atau tuna netra,tuna rungu,tuna wicara dan tuna daksa.

b) Cacat Mental

Cacat mental adalah kelainan mental dan tingkah laku,baik cacat bawaan maupun akibat dari penyakit yang disebut dengan tuna grahita.

c) Cacat Fisik dan Mental

Cacat fisik dan mental adalah keadaan seseorang yang menyandang dua jenis kecacatan sekaligus.

1. Tunanetra

Tunanetra adalah istilah umum yang digunakan untuk kondisi seseorang yang mengalami gangguan atau hambatan dalam indra penglihatannya. Berdasarkan tingkat gangguannya tunanetra dibagi menjadi dua yaitu buta total (total blind) dan yang masih mempunyai sisa penglihatan (*Low Vision*). Alat bantu untuk untuk mobilitasnya bagi tuna netra dengan menggunakan tongkat khusus, yaitu berwarna putih dengan ada garis horizontal. Akibat hilang atau berkurangnya fungsi indra penglihatannya maka tunanetra berusaha memaksimalkan fungsi indra-indra yang lainnya seperti, perabaan, penciuman, pendengaran,dan lain sebagainya sehingga tidak sedikit penyandang tunanetra yang memiliki kemampuan luar biasa misalnya di bidang musik atau ilmu pengetahuan.

2. Tunarungu

Istilah tunarungu diambil dari kata “tuna” dan “rungu” . Tuna artinya kurang dan runggu artinya pendengaran. Tunarungu dapat diartikan sebagai orang yang tidak mampu mendengar atau kurang mampu menangkap suara. Para ahli banyak mengemukakan tentang pengertian tunarungu dalam bahasa asing yakni “*Hearing Impairment*” yang meliputi *The Deaf* (tuli) dan *Hard of Hearing* (kurang dengar).

3. Tunawicara

Tunawicara atau disabilitas wicara adalah individu yang mengalami kesulitan atau hambatan dalam komunikasi verbal sehingga mengalami kesulitan dalam berkomunikasi. Hal ini mungkin disebabkan oleh tidak adanya atau disfungsi organ bicara, seperti rongga mulut dan pita suara, lidah, langit-langit mulut selain tidak adanya atau disfungsi organ pendengaran mengakibatkan keterlambatan perkembangan bahasa.

4. Tunadaksa

Tuna daksa adalah seseorang yang mengalami kesulitan mengoptimalkan fungsi anggota tubuh sebagai akibat dari luka, penyakit, pertumbuhan yang salah perlakuan, dan akibatnya kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan tubuh tertentu mengalami penurunan. Tunadaksa dapat didefinisikan sebagai bentuk kelainan atau kecacatan pada sistem otot, tulang, persendian dan saraf yang disebabkan oleh penyakit virus, dan kecelakaan baik yang terjadi sebelum lahir, saat lahir dan sesudah kelahiran.

5. Tunagrahita

Tunagrahita adalah seseorang yang memiliki intelegensi yang berada dibawah standar dan kesulitan dalam beradaptasi perilaku dalam masa perkembangan. Tunagrahita merupakan seseorang yang mengalami keterbelakngan mental,keadaan ini dikenal juga retardasi mental (*Mental retardation*).

2.3. Remaja Difabel

2.3.1. Defenisi Remaja Difabel

Remaja *difabel* adalah suatu kelompok usia antara 12-25 tahun yang mengalami kekurangan atau ketunaan dalam hal fisik. Seperti halnya dengan kelompok seusianya, remaja ini masih banyak mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun aspek psikologis. Tetapi dengan adanya ketunaan atau kekurangan dalam fisiknya, hal itu dapat menghambat atau memperlambat bahkan menghentikan setiap perkembangan tersebut (Monks dkk., 1991). Seperti yang dinyatakan oleh Damayanti dan Rostina (2003), akibat dari kecacatan yang dialami para *difabel* adalah seringkali mereka menghadapi masalah, baik secara emosi, sosial, dan pekerjaan.

Remaja *difabel* adalah mereka yang berada pada usia sekitar 12-25 tahun yang mengalami kecacatan/ketunaan yang menyebabkan perubahan fisiologis, psikologis, sosial, dan pekerjaan.

2.3.2. Klasifikasi *Difabel*

Menurut Somantri (2006), klasifikasi difabel yaitu kerusakan yang dibawa sejak lahir atau keturunan, kerusakan pada waktu kelahiran, kerusakan karena infeksi, kerusakan traumatik, tumor, dan lain-lain.

Derajat kecacatan menurut WHO (dalam Moersintowarti, 2005) yaitu :

a. *Impairment*

Kehilangan/ ketidaknormalan pada hal-hal yang menyangkut psikis fisiologis baik struktur maupun fungsinya. Misalnya : kehilangan/cacat bagian tubuh, amputasi lengan/kaki, paralisis oleh karena polio, kapasitas pernapasan yang terbatas, rabun dekat, mental retardasi, serta kapasitas pendengaran yang terbatas.

b. *Disability*

Keterbatasan/kekurangan dari kemampuan untuk melaksanakan aktivitas yang biasanya dapat dikerjakan oleh orang normal sebagai akibat dari "impairment". Misalnya : kerusakan berjalan, melihat, berbicara, mendengar, membaca, menulis, menghitung, berkomunikasi dengan orang-orang di sekitarnya. Bila *impairment* bersifat sementara/permanen, *disability* juga dapat berlangsung dalam waktu pendek/lama.

c. *Handicap*

Suatu kerugian yang diderita oleh individu akibat *impairment* dan *disability* yang menghalangi tercapainya keadaan normal. Misalnya : hubungan antara kemampuan seseorang untuk mengerjakan sesuatu yang dapat

dikerjakan oleh orang lain, tidak dapat berinteraksi dengan anak lain, serta mengomunikasikan pikiran dan kehendaknya.

Kecacatan/ketunaan fisik dapat digolongkan menjadi tiga yaitu *impairment*, *disability*, dan *handicap* yang semuanya itu dapat terjadi pada waktu sebelumnya kelahiran, dan sesudah kelahiran.

2.3.3. Perubahan Fisik dan Psikologis Pada Remaja

Beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja yang sekaligus sebagai ciri-ciri masa remaja yaitu :

- 1) Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal sebagai masa *storm & stress*. Peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa-masa sebelumnya.
- 2) Perubahan yang cepat secara fisik juga disertai dengan kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
- 3) Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungannya dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang.

- 4) Perubahan nilai, di mana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting, karena mendekati dewasa.
- 5) Kebanyakan remaja bersikap *ambivalen* dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan itu, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab itu.

2.3.4. Tahap Tumbuh Kembang Remaja

Pertumbuhan dan perkembangan remaja terdiri dari berbagai aspek, tahap serta karakteristik. Menurut Pemenkes No 25 Tahun 2014, yang dikatakan remaja adalah kelompok usia 10-18 tahun .Sementara (2011) dalam Wirenviona (2020) masa remaja dibagi menjadi 3 tahapan,yaitu :

1. Remaja Awal (Usia 11 sampai dengan 13 tahun/ *Early Adolescence*)

Pada masa ini, seseorang merasa lebih dekat dengan teman sebayanya, bersifat egosentris dan memiliki emosi ingin merasa bebas. Pada masa ini, remaja yang memiliki sifat egosentris akan memiliki sesuatu hal hanya dari perspektif dirinya saja tanpa melihat dan mempertimbangkan pendapat orang lain disekitarnya. Remaja yang egosentris akan lebih sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya karena apa yang menurut mereka benar, itulah hal yang benar. Masa remaja awal ini juga sudah mulai terjadi kematangan seksual, meskipun terdapat perbedaan waktu antara putra dan remaja putri. Waltom (1994) mengatakan bahwa kematangan seksual pada remaja putra biasanya terjadi pada

rentang usia 10-13 tahun sedangkan proses kematangan seksual pada remaja putri biasanya terjadi pada rentang usia 9-15 tahun.

2. Remaja Pertengahan (Usia 14-17 tahun/ *Middle Adolescence*)

Pada masa ini, remaja akan mengalami perubahan bentuk fisik yang semakin sempurna menuju kedewasaan . Hal-hal yang sering terjadi adalah pencarian identitas diri, timbulnya keinginan untuk mengenal lawan jenisnya dan biasanya sudah mulai berkhyal tentang seks. Remaja pada masa ini lebih memiliki pengetahuan yang lebih baik dan matang.

3. Remaja Akhir (Usia 18-20 tahun/ *Late Adolescence*)

Pada masa ini, remaja akan mengalami proses konsolidasi menuju masa dewasa yang ditandai dengan beberapa hal, yaitu :

- a. Menunjukkan minat terhadap intelektualitas.
- b. Memiliki ego yang lebih mudah bergaul dengan orang lain dan ingin mencari pengalaman baru.
- c. Sudah memiliki identitas seksual yang tidak berubah.
- d. Sudah mampu menyeimbangkan antara kepentingan pribadi dan orang lain.
- e. Sudah memiliki batasan-batasan dan mampu membedakan baik dan buruk.

2.4. Menarche

2.4.1. Defenisi Menarche

Menarche adalah pengeluaran darah pertama kali, dan juga lendir dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala yang biasanya terjadi setiap 28 hari (Hurlock, 2005). *Menarche* adalah haid yang pertama kali dialami oleh

remaja putri, biasanya hal ini yang akan terjadi pada setiap anak remaja yang berusia 11 sampai 13 tahun. Tetapi ada juga beberapa hal yang dapat mempercepat menstruasi dan kematangan fisik pada remaja yaitu adanya pengaruh iklim, gizi, dan lingkungan (Manuaba, 2008).

Menurut Prawirohardo (2011), sebelum *menarche* terdapat masa *pramenarche* yang terjadi pada usia 11-12 tahun. Menurut Sukarni (2013), *menarche* adalah hal yang wajar pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisakan. Walaupun hal yang wajar, hal ini dapat membuat remaja awal putri bingung, gelisah, dan tidak nyaman ketika akan menghadapi *menarche* (Proverawati, 2009).

Menurut Lestari (2015) *menarche* merupakan menstruasi pertama yang dialami wanita sebagai tanda kedewasaan. Kedewasaan maksudnya ovarium telah dewasa, jadi telah memiliki kemampuan untuk menghasilkan sel telur (dalam fase oosit) untuk dilepaskan ke oviduct melalui peristiwa ovulasi.

Menarche yang diartikan sebagai permulaan haid dan sebagai tanda permulaan pubertas yang merupakan ukuran yang baik karena hal itu menentukan salah satu ciri kematangan seksual yang pokok, yaitu suatu disposisi untuk konsepsi (hamil) dan melahirkan (Cunningham, 2005).

2.4.2. Jenis- Jenis *Menarche*

Jenis *menarche* ada 2 yaitu :

1. *Menarche* prekoks yaitu yang sudah terjadi haid sebelum umur 10 tahun
 2. *Menarche* tarda yaitu *menarche* yang terjadi pada umur 14-16 tahun
- (Winkjosastro, 2005).

2.4.3. Faktor Yang Mempengaruhi *Menarche*

Faktor yang mempengaruhi *menarche* ada 3 tahap yaitu sebagai berikut:

1. Faktor Keturunan

Saat terjadinya *menarche* juga bisa ditentukan oleh pola dalam keluarga.

2. Keadaan Gizi

Memperbanyak mengkonsumsi nutrisi yang baik dapat mempercepat usia *menarche*. Beberapa ahli mengatakan anak perempuan dengan jaringan lemak yang lebih banyak, lebih cepat mengalami *menarche* demikian pula obat-obatan.

3. Kesehatan Umum

Kondisi badan yang lemah dan kekurangan asupan gizi atau adanya penyakit yang dialami oleh seorang gadis seperti penyakit kronis, terutama yang dapat mempengaruhi masukan makanan dan oksigenasi jaringan serta mengkonsumsi obat-obatan hal ini dapat memperlambat *menarche* (Wiknjosastro,2005).

2.5. Menstruasi

2.5.1. Defenisi Menstruasi

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami pertama kali menstruasi (*menarche*) adalah pada usia 12 sampai 16 tahun (Kusmiran, 2012).

Menstruasi yang dialami dinilai sebagai suatu penyakit yang datang sebulan sekali yang mengganggu berbagai aktivitas. Pada saat menstruasi terjadi, setiap perempuan diajarkan untuk menerima sifat pasif sebagai kutukan dan tidak bebas seperti biasanya sehingga proses ini digambarkan sebagai suatu periode yang abnormal.

Menstruasi merupakan proses biologis yang terkait dengan pencapaian kematangan seks, kesuburan, ketidakhamilan, normalitas, kesehatan tubuh, dan bahkan pembaharuan tubuh itu sendiri (Lupton, 1994; 142). Dalam berbagai proses sosial sifat positif menstruasi yang terkait dengan kesehatan tubuh justru telah diberi makna sebaliknya, yakni sebagai suatu penyakit kaum perempuan karena dinilai mengganggu kesehatan dan bahkan memiliki implikasi yang luas dalam berbagai interaksi dan transaksi sosial selanjutnya.

2.5.2. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi terjadi sekitar 28 hari, tetapi terdapat perbedaan yang cukup besar diantara wanita secara umum, dan juga pada lama siklus dari wanita tersebut, Siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula setiap 21 hari dan 30 hari) yaitu sebagai berikut : Pada saat hari ke 1 sampai hari ke 14 akan terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang *haploid*. Folikel berkembang menjadi *Folikel graaf* yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormon estrogen yang merangsang keluarnya LH dari *hipofisis*.

Estrogen yang keluar juga berfungsi merangsang perbaikan dalam dinding uterus yaitu endometrium yang habis terkelupas waktu menstruasi, selain itu

estrogen menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis untuk menghasilkan LH yang berfungsi merangsang *folikel graaf* yang masak dan akan terjadi ovulasi yang terjadi pada hari ke 14, pada saat itu ketika waktu di sekitar terjadinya ovulasi disebut fase *estrus* (Cunningham, 2005).

LH merangsang folikel yang telah kosong untuk berubah menjadi badan kuning (*Corpus luteum*). Badan kuning menghasilkan hormon progesteron yang berfungsi mempertebal lapisan *endometrium* yang kaya dengan pembuluh darah untuk mempersiapkan datangnya embrio. Periode ini disebut fase *luteal*, selain itu progesteron juga berfungsi menghambat pembentukan FSH dan LH, akibatnya *korpus luteum* mengecil dan menghilang, pembentukan progesteron berhenti sehingga pemberian nutrisi pada *endometrium* terhenti, *endometrium* menjadi mengering dan selanjutnya akan terkelupas dan terjadilah pendarahan (menstruasi) pada hari ke 28. Fase ini disebut fase perdarahan atau fase menstruasi. Progesteron tidak ada maka FSH mulai terbentuk lagi dan terjadilah proses *oogenesis* kembali (Cunningham, 2005).

2.5.3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi

Menurut Mulastin (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi diantaranya adalah faktor hormon, psikis, aktivitas, gizi dan pola makan. Terdapat hubungan antara IMT dengan siklus menstruasi. Penurunan IMT berakibat pada peningkatan durasi siklus.

Tingkat stres berhubungan dengan siklus menstruasi karena stres berhubungan menstruasi (Sinha et al., 2011). Dengan tingkat emosi, alur berpikir, dan kondisi batin seseorang. Faktor stres dapat mempengaruhi produksi hormon

kortisol yang berpengaruh pada produksi hormon estrogen wanita (Sherwood, 2007).

2.6. Menstrual Hygiene

2.6.1. Defenisi Menstrual Hygiene

Menstrual hygiene (Hygiene pada saat menstruasi) merupakan komponen personal hygiene (Kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi. Oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan infeksi saluran reproduksi (ISR). Tujuan dari perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang (Wurji, 2010).

2.6.2. Manfaat Menjaga Menstrual Hygiene

1. Meningkatkan derajat kesehatan.
2. Memelihara kebersihan diri.
3. Memperbaiki personal Hygiene yang kurang.
4. Mencegah penyakit.
5. Terciptakan keindahan.
6. Meningkatkan rasa percaya diri.

2.6.3. Cara-Cara Menjaga *Menstrual Hygiene*

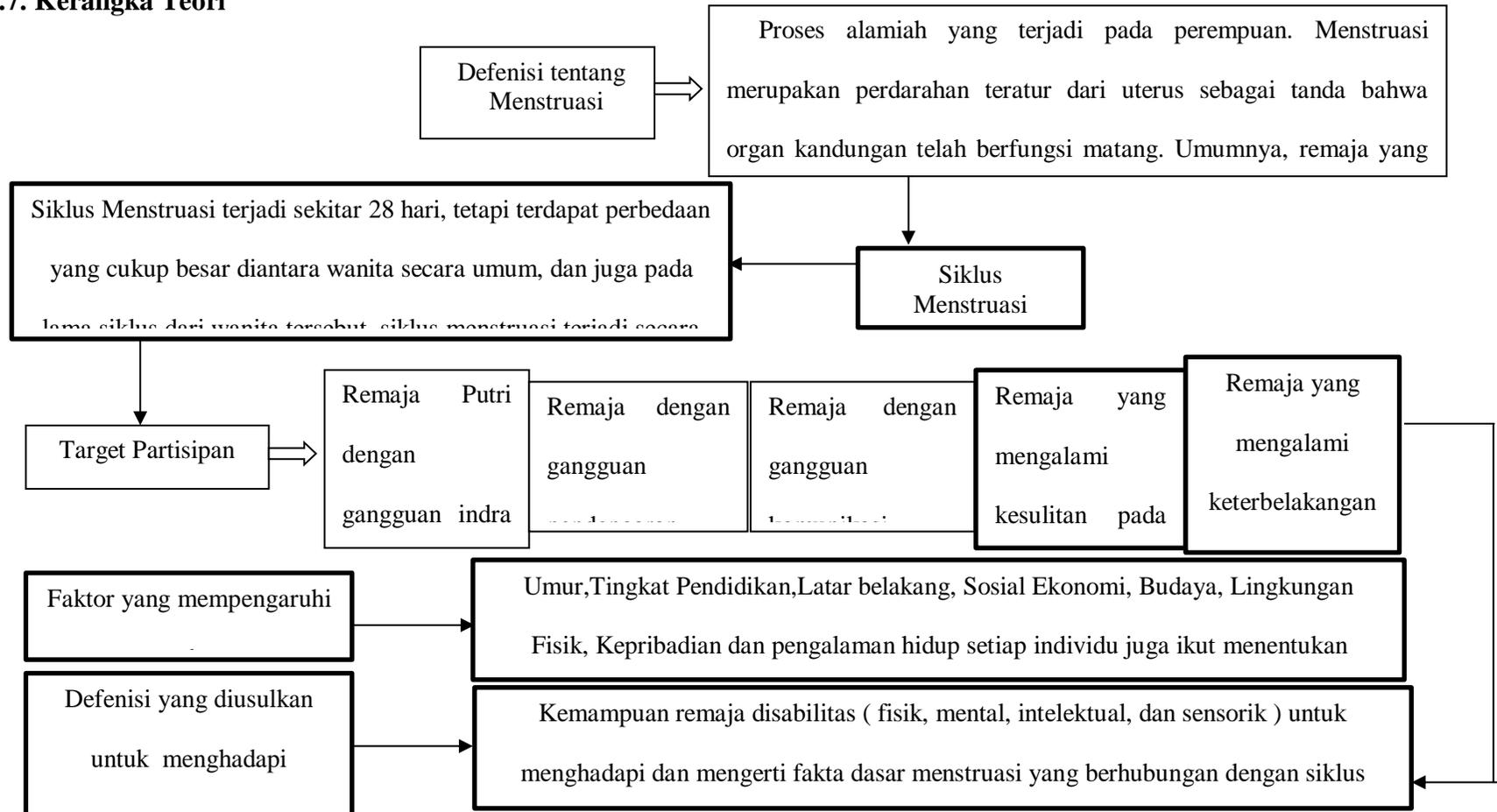
Konsep perawatan genitalia eksternal selama menstruasi menurut Dito konsep perawatan genetalia eksterna pada hari biasa dan selama menstruasi adalah sebagai berikut (Anurogo,2011)

1. Mencuci tangan sebelum dan setelah menyentuh vagina. Tangan yang berada di luar secara bebas menjadi tempat yang baik untuk menempelnya berbagai kotoran dan bakteri.
2. Membasuh vagina dari arah depan (vagina) menuju anus.
3. Menggunakan sabun yang paling lembut setelah buang air kecil apabila alergi atau iritasi terhadap sabun yang paling lembut gunakan air hangat.
4. Mengeringkan daerah vagina dan sekitarnya menggunakan handuk lembut atau tissue tanpa parfum,dan jangan pernah menggunakan handuk milik orang lain untuk mengeringkan vagina.
5. Mengganti celana dalam 2-2 kali sehari, gunakan celana dalam yang bersih dan 100% berbahan vagina.
6. Mencukur rambut vagina setidaknya 7 hari sekali dan maksimal 40 hari sekali untuk mengurangi kelembapan di dalam vagina.
7. Menggunakan pembalut yang nyaman, berbahan lembut, menyerap seluruh darah yang keluar, melekat kuat pada celana dalam, tidak bocor, dan tidak menimbulkan alergi atau iritasi.
8. Saat perdarahan banyak, ganti pembalut setidaknya 4-5 kali dalam sehari.

2.6.4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Menstrual Hygiene*

Untuk mengkaji faktor yang berhubungan dengan praktik *menstrual hygiene* digunakan landasan teori yang sesuai, yaitu menggunakan teori *predisposing, enabling* dan *reinforcing*. Lawrence W Green merupakan salah satu teori modifikasi perubahan perilaku yang dapat digunakan dalam mendiagnosis masalah kesehatan ataupun sebagai alat untuk merencanakan suatu kegiatan perencanaan kesehatan atau mengembangkan suatu model pendekatan yang dapat digunakan untuk membuat perencanaan kesehatan yang dikenal dengan kerangka kerja PRECEDE dan PROCEED (Priyoto,2014).

2.7. Kerangka Teori



Sumber: Alleman & Burgers, 2019; Kemensos, 2016; Arikunto, 2010; Agarwal, 2017

Gambar 2.1. Kerangka Teori

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan desain pendekatan studi fenomenologi deskriptif. Dasar pemikiran digunakannya metode ini adalah karena penelitian ini ingin mengetahui tentang fenomena yang ada dalam kondisi yang alamiah, bukan dalam kondisi terkendali.

Fenomenologi deskriptif adalah yang dibuat secara hati-hati berdasarkan pengalaman sehari-hari, mendeskripsikan bagaimana pengalaman seseorang, hal ini termasuk yang di dengar, yang dilihat, yang dipercaya, yang dirasakan, yang diingat, yang diterima, yang dikeluhkan, yang dilakukan (Polit & Beck, 2012).

Ada tiga langkah proses dalam studi fenomenologi deskriptif yaitu *intuiting*, *analyzing* dan *describing*. Pertama *intuiting*, peneliti terlibat dalam fenomena yang sedang diselidiki dan merupakan proses dimana peneliti mulai mengetahui tentang fenomena tersebut seperti yang dijelaskan oleh peserta. Peneliti menghindari semua kritik evaluasi atau pendapat dan memperhatikan secara ketat fenomenologi yang diteliti. Kedua *analyzing*, dimana peneliti mengidentifikasi esensi fenomena yang sedang diteliti berdasarkan data yang diperoleh dan bagaimana dipresentasikan. Ketiga *describing* yaitu mengomunikasikan dan memberikan gambaran dari elemen yang penting berdasarkan pada klasifikasi atau pengelompokan fenomena tersebut (Streubert & Carpenter, 1999). Penelitian ini ingin mengeksplorasi pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

3.2. Tempat dan Waktu Penelitian

3.2.1. Tempat Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di rumah partisipan sendiri (door to door). Pertimbangan pemilihan lokasi tersebut dengan alasan diantaranya partisipan lebih mudah di jumpai dirumah dari pada di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru tersebut. Dengan demikian penelitian dirumah partisipan sendiri lebih privasi dan cukup memadai untuk mengeksplorasi lebih mendalam terkait pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

3.2.2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dimulai dari persiapan sampai seminar hasil skripsi yaitu dari bulan Desember 2021 sampai Agustus 2022.

Tabel 3.1. Kegiatan dan Waktu Penelitian

Kegiatan	Waktu Pelaksanaan					
	Des 2021	Des-Jan 2021-2022	Feb 2022	Mar 2022	Apr – Jun 2022	Agt 2022
Acc Judul	■					
Pembuatan Proposal		■	■			
Seminar Proposal				■		
Pelaksanaan Penelitian					■	
Pengolahan Data					■	
Seminar Hasil						■

3.3. Populasi Dan Partisipan Penelitian

3.3.1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri *difabel* yang berusia dari 12 tahun yang

sudah menstruasi di sekolah luar biasa hutaimbaru kota padangsidimpuan, dengan jumlah 28 siswi dengan jenis ketunaan yang berbeda-beda.

3.3.2. Sampel Penelitian

Arikunto (Akdon dan Hadi , 2005) mengatakan sampel adalah bagian dari populasi (sebagian atau wakil populasi yang diteliti) sampel penelitian adalah sebagian dari populasi yang diambil sebagai sumber data dan dapat mewakili seluruh populasi.

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Purposive sampling adalah teknik yang digunakan dalam penentuan sampel penelitian dengan pertimbangan tertentu. Penggunaan teknik ini dilakukan dengan cara memilih partisipan yang sesuai atau memenuhi kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya sehingga dapat dipastikan data yang diperoleh akan sesuai dengan konteks penelitian (Ningtyas,2014).

Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri *difabel* di sekolah luar biasa hutaimbaru kota padangsidimpuan. Terdapat beberapa pendekatan dalam penentuan partisipan. Dalam penelitian kualitatif penentuan partisipan tidak didasarkan dengan perhitungan statistik. Jumlah partisipan didasarkan pada kebutuhan informasi yang diinginkan peneliti dengan prinsip saturasi atau *redundancy data* (Ningtyas,2014) (Polit, D.F., & Beck, 2012). Jumlah partisipan dalam penelitian saya berjumlah 6 siswi.

Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini yaitu :

1. Bersedia menjadi partisipan
2. Remaja putri *difabel* yang berusia dari 12 tahun yang sudah menstruasi.

3.4. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data pada penelitian kualitatif yaitu peneliti sendiri (*human instrument*) dan dibantu dengan key informan. Instrumen lain atau alat-alat bantu yang dipakai dalam pengumpulan data ini yaitu *field note*, panduan wawancara, perekam suara (*Handphone*).

3.5. Prosedur Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2010) teknik pengumpulan data merupakan langkah paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka penelitian tidak akan mendapatkan standar data yang ditetapkan. Bila dilihat dari sumber data, maka pengumpulan data dapat menggunakan data primer dan data sekunder.

Data primer adalah data yang langsung diperoleh secara langsung melalui wawancara terhadap para informan, Data sekunder adalah data yang tidak langsung diberikan kepada informan, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data dilakukan pada kondisi yang alamiah, wawancara mendalam (*in-depth interview*) kepada informan dengan berpedoman pada panduan wawancara yang telah dipersiapkan. Teknik pengumpulan data antara lain :

1. Tahap Persiapan

Sebelum melakukan pengumpulan data peneliti mengurus surat izin survei pendahuluan terlebih dahulu kepada pihak kampus. Setelah mendapatkan surat izin survei, peneliti langsung ke lokasi untuk menemui kepala sekolah SLB

Hutaimbaru kota padangsidempuan untuk menjelaskan bahwa peneliti ingin melakukan penelitian di tempat tersebut serta mendapat persetujuan dari pihak sekolah. Setelah mendapatkan persetujuan dari pihak sekolah, peneliti turun ke lapangan dan mendata partisipan sesuai kriteria lalu melakukan penelitian kepada remaja putri *difabel* yang sudah mengalami menstruasi.

2. Tahap Pelaksanaan

Peneliti mulai melakukan pendekatan kepada partisipan peneliti bertemu dengan partisipan dengan di dampingi *key informan* atau yang membantu peneliti pada saat wawancara. Selanjutnya peneliti menyampaikan prosedur dan tujuan peneliti melakukan wawancara lalu peneliti menanyakan kepada partisipan apakah bersedia di wawancara. Setelah partisipan setuju peneliti membina hubungan saling percaya, kemudian peneliti menyampaikan kontrak waktu dan tempat untuk melakukan wawancara.

Tempat wawancara akan dilaksanakan di tempat yang nyaman, privasi dan jauh dari keramaian untuk melakukan perekaman suara. Kemudian peneliti menyiapkan perekam suara (*handphone*) sebagai alat bantu mengumpulkan data dan menyiapkan catatan kecil kemudian peneliti menyampaikan lamanya wawancara 60-90 menit dalam penelitian ini wawancara dilakukan maksimal 6 kali pertemuan (Edwards & Hollen 2013).

3. Tahap Terminasi

Wawancara di akhiri ketika peneliti sudah tidak dapat memperoleh data-data baru lagi. Sebelum mengakhiri wawancara peneliti mengevaluasi kembali dan mengklarifikasi setiap perilaku dan ungkapan partisipan setelah wawancara

dan membuat kontrak untuk pertemuan apabila data belum lengkap dan mengucapkan terimakasih.

3.6. Defenisi Operasional

Defenisi operasional dan pengalaman yang diteliti dalam penelitian ini yaitu mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan pengalaman menstruasi pada remaja putri *difabel*. Remaja putri *difabel* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seseorang yang mengalami kekurangan atau ketunaan dalam hal fisik yang memasuki masa remaja berjenis kelamin perempuan yang sedang pubertas. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang dialami wanita sebagai tanda kedewasaan.

Selain itu pengalaman dapat dilihat dari remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi. Variabel ini akan diungkap melalui wawancara dan observasi. *Guide* wawancara dibuat secara *siskemik* guna menjawab pertanyaan peneliti berdasarkan aspek-aspek pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

3.7. Analisa Data

Penelitian ini dilakukan langsung setelah megumpulkan data dari masing-masing partisipan untuk menganalisis secara kualitatif berdasarkan keterangan serta alasan yang dinyatakan oleh informan dengan menggunakan teknik analisis domain (*domain analysis*), yaitu menjelaskan secara utuh tentang objek penelitian berdasarkan jawaban dan keterangan yang diperoleh dari informan Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Metode Collaiczzi* mencakup 7 langkah :

1. Mendapatkan pengertian umum dari setiap Transkrip peneliti secara pribadi melakukan Membaca kembali secara keseluruhan deskripsi informasi dari partisipan untuk memperoleh perasaan yang sama seperti pengalaman partisipan. Hal ini dapat dilakukan tiga-empat kali untuk memperoleh sumber dari partisipan terkait persepsinya tentang fenomena yang akan diteliti.
2. Mengidentifikasi kata kunci melalui menyaring pertanyaan partisipan yang signifikan dengan fenomena yang diteliti. Pertanyaan-pertanyaan yang merupakan pengulangan dan mengandung makna yang sama atau mirip maka pertanyaan ini diabaikan.
3. Menformulasikan arti dari kata kunci dengan cara mengelompokkan kata kunci yang sesuai pertanyaan peneliti selanjutnya mengelompokkan lagi kata kunci yang sejenis. Peneliti sangat berhati-hati agar tidak membuat penyimpangan arti dari pertanyaan partisipan yang signifikan. Cara yang perlu dilakukan adalah menelaah kalimat satu dengan kalimat yang lain.
4. Organisasi makna yang dirumuskan ke dalam kelompok tema dan sub tema. Setelah mendapatkan makna yang dirumuskan dan pernyataan signifikan peneliti mengaturnya ke dalam kelompok tema. Kumpulan tema-tema ini kemudian menyusut menjadi sub-sub tema yang muncul semua tema ini konvergen secara internal dan divergen secara eksternal yang menyiratkan bahwa setiap makna yang dirumuskan akan datang hanya dari satu cluster tema.

5. Mendeskripsikan fenomena secara menyeluruh pada tahap analisis kelima peneliti mengintegrasikan semua ide yang dihasilkan ke dalam deskripsi yang lengkap tentang fenomena tersebut ini tercapai dengan menggabungkan semua kelompok tema yang muncul dan makna yang dirumuskan ke dalam deskripsi untuk menciptakan struktur keseluruhan.
6. Menggambarkan struktur dasar dari fenomena pada langkah ini temuan dikurangi untuk menghindari pengulangan dan untuk membuat deskripsi fenomena yang jelas dan singkat, Dalam studi penelitian digambarkan sebagai kerangka konseptual yang berisi semua dimensi pengalaman partisipan.
7. Kembali ke peserta untuk memvalidasi temuan dari peserta langkah ini bertujuan untuk memvalidasi studi menggunakan member checking ini adalah tahapan terakhir dari analisis data yang melibatkan kembali ke partisipan untuk wawancara lanjutan, untuk mendapatkan keterwakilan fenomena yang muncul dengan pengalaman mereka.

3.8. Keabsahan Data

Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi uji, *credibility*, *transferability*, *dependability*, dan *confirmability*.

Agar data dalam penelitian kualitatif dapat dipertanggungjawabkan sebagai penelitian ilmiah perlu dilakukan uji keabsahan data. Adapun uji keabsahan data yang dapat dilaksanakan.

1. *Credibility*

Uji credibility (kredibilitas) atau uji kepercayaan terhadap data hasil penelitian yang disajikan oleh peneliti agar hasil penelitian yang dilakukan tidak meragukan sebagai sebuah karya ilmiah dilakukan.

a. Perpanjangan Pengamatan

Perpanjangan pengamatan berarti hubungan antara peneliti dengan sumber akan semakin terjalin, semakin akrab, semakin terbuka, saling timbul kepercayaan, sehingga informasi yang diperoleh semakin banyak dan lengkap.

b. Meningkatkan kecermatan dalam penelitian

Meningkatkan kecermatan atau ketekunan secara berkelanjutan maka kepastian data dan urutan kronologis peristiwa dapat dicatat atau direkam dengan baik, sistematis. Meningkatkan kecermatan merupakan salah satu cara mengontrol/mengecek pekerjaan apakah data yang telah dikumpulkan, dibuat, dan disajikan sudah benar atau belum.

c. Triangulasi

Triangulasi dalam pengujian kredibilitas diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan waktu.

1) Triangulasi Sumber

Untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Data yang diperoleh dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (member check) dengan tiga sumber data.

2) Triangulasi Teknik

Untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya untuk mengecek data bisa melalui wawancara, observasi, dokumentasi. Bila dengan teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda, maka peneliti. Melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan untuk memastikan data mana yang dianggap benar.

3) Triangulasi Waktu

Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber masih segar, akan memberikan data lebih valid sehingga lebih kredibel. Selanjutnya dapat dilakukan dengan pengecekan dengan wawancara, observasi atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda. Bila hasil uji menghasilkan data yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kepastian datanya.

d. Analisis Kasus Negatif

Melakukan analisis kasus negatif berarti peneliti mencari data yang berbeda atau bahkan bertentangan dengan data yang telah ditemukan. Bila tidak ada lagi data yang berbeda atau bertentangan dengan temuan, berarti masih mendapatkan data-data yang bertentangan dengan data yang ditemukan, maka peneliti mungkin akan mengubah temuannya.

e. Menggunakan Bahan Referensi

Yang dimaksud referensi adalah pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti. Dalam laporan penelitian, sebaiknya data-data yang dikemukakan perlu dilengkapi dengan foto-foto atau dokumen autentik, sehingga menjadi lebih dapat dipercaya.

f. Mengadakan Membercheck

Tujuan membercheck adalah untuk mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh pemberi data. Jadi tujuan membercheck adalah agar informasi yang diperoleh dan akan digunakan dalam penulisan laporan sesuai dengan apa yang dimaksud sumber data atau informan.

2. *Transferability*

Transferability merupakan validitas eksternal dalam penelitian kualitatif. Validitas eksternal menunjukkan derajat ketepatan atau dapat diterapkannya hasil penelitian ke populasi di mana sampel tersebut diambil

3. *Dependability*

Reliabilitas atau penelitian yang dapat dipercaya, dengan kata lain beberapa percobaan yang dilakukan selalu mendapatkan hasil yang sama. Penelitian yang *dependability* atau reliabilitas adalah penelitian apabila penelitian yang dilakukan oleh orang lain dengan proses penelitian yang sama akan memperoleh hasil yang sama pula.

4. *Confirmability*

Objektivitas pengujian kualitatif disebut juga dengan uji *confirmability* penelitian. Penelitian bisa dikatakan objektif apabila hasil penelitian telah disepakati oleh lebih banyak orang. Penelitian kualitatif uji *confirmability* berarti menguji hasil penelitian yang dikaitkan dengan proses yang telah dilakukan. Apabila hasil penelitian merupakan fungsi dari proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar *confirmability*.

Validitas atau keabsahan data adalah data yang tidak berbeda antara data yang diperoleh oleh peneliti dengan data yang terjadi sesungguhnya pada objek penelitian sehingga keabsahan data yang telah disajikan dapat dipertanggungjawabkan.

3.9. Etika Penelitian

Setiap penelitian harus menjunjung tinggi etika penelitian. Notoatmojo (2010) mengemukakan prinsip dasar etika penelitian, meliputi :

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*).

Prinsip ini mengedepankan pemberian penjelasan agar partisipan mengetahui maksud, tujuan, maupun manfaat penelitian. Peneliti meminta ijin terlebih dahulu untuk mendapatkan persetujuan partisipan (*inform consent*).

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subyek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*).

Setiap individu memiliki hak privasi, dalam hal ini untuk menjaga kerahasiaan, peneliti akan merahasiakan identitas partisipan. Peneliti menggunakan inisial dalam penyajian data hasil penelitian.

3. Keadilan dan inklusivitas (*respect for justice/inclusiveness*).

Penelitian menjaga prinsip keadilan dengan memberikan perlakuan yang sama setiap partisipan dan tidak membeda-bedakan ras, suku, agama. Prinsip keterbukaan (inklusivitas) dilakukan peneliti dengan terbuka menjelaskan prosedur penelitian.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harm and benefits*).

Peneliti ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang optimal bagi masyarakat maupun partisipan sendiri. Peneliti juga perlu berusaha untuk meminimalkan dampak yang merugikan.

BAB 4

HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data telah dilaksanakan pada bulan April-Juni yang dilakukan di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru di kota Padangsidimpuan. Akan tetapi Pengambilan data wawancara dilakukan dirumah partisipan sendiri. Pada bab ini menjelaskan tentang hasil penelitian yang telah dilakukan, yang bertujuan untuk memperoleh pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru di kota Padangsidimpuan.

Bab ini terdiri dari dua uraian, uraian pertama tentang karakteristik partisipan yang terlibat dalam penelitian ini dan uraian kedua tentang analisis tematik tentang pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru di kota Padangsidimpuan.

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1. Karakteristik Partisipan

Dalam penelitian ini peneliti memperoleh data berupa jawaban wawancara dan observasi terstruktur yang diperoleh dari remaja putri *difabel*. Berdasarkan hasil penelitian dalam hal ini peneliti melakukan wawancara dengan 5 partisipan. Kelima partisipan yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah partisipan yang memenuhi kriteria dan bersedia untuk di wawancarai serta menandatangani persetujuan menjadi partisipan penelitian sebelum wawancara dimulai.

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini meliputi usia, dan jenis *difabel*. Dari kelima partisipan mayoritas partisipan berusia 19 sampai 22 tahun

sebanyak 5 orang (100%), jenis *difabel* tunagrahita sebanyak 2 orang (40%), tunarungu sebanyak 2 orang (40%), dan downsindrom sebanyak 1 orang (20%).

Data demografi dapat dilihat pada tabel 4.1 sebagai berikut

Tabel 4.1. Karakteristik Partisipan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
19-22 tahun	5	100%
Jenis <i>Difable</i>		
Tunagrahita	2	40%
Tunarungu	2	40%
Downsindrom	1	20%
Total	5	100%

4.1.2. Analisa Tematik

Tema yang teridentifikasi dari hasil wawancara sebanyak 6 tema yang memaparkan tematik tentang pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa negeri Hutaimbaru di kota Padangsidimpuan. Tema tersebut adalah (1) Persepsi remaja difabel tentang menstruasi, (2) Perasaan yang dialami remaja difabel saat menstruasi., (3) Figur orang tua pada remaja difabel saat menghadapi menstruasi., (4) Cara perawatan diri pada remaja difabel dengan menstruasi, (5) Perubahan emosi..

Tabel 4.2. Matriks Tema

Tema Penelitian	Subtema	Kategori
Persepsi remaja difabel tentang menstruasi.	1. Keluarnya darah melalui vagina	1. Keluarnya darah dari tempat keluarnya pipis 2. Keluarnya darah kotor dari alat kelamin perempuan 3. Melihat darah di celana saat ingin buang air kecil. 4. Melihat bercak darah di celana dalam saat menjelang mandi

Perasaan yang dialami remaja difabel saat menstruasi.	1. Cara remaja difabel mengekspresikan perasaannya	1. Merasa heran 2. Merasa ketakutan
Figur orang tua pada remaja difabel saat menghadapi menstruasi	1. Mengajarkan cara melakukan perawatan diri saat menstruasi 2. Mengajarkan terapi meredakan nyeri saat menstruasi 3. Kakak perempuannya memegang peran dalam membantu remaja difabel dalam perawatan diri saat menstruasi	1. Membersihkan kemaluan 2. Mengganti celana dalam 3. Menggunakan pembalut 1. Memberikan air hangat ke botol 2. Memberikan minyak kayu putih 3. Memberikan obat 4. Minum air hangat 5. Membawa remaja ke bidan untuk memastikan kondisinya. 1. Yang membantu adalah ibu 2. Yang membantu adalah kakak
Cara perawatan diri pada remaja difabel dengan menstruasi	1. Mengganti rutin pembalut saat menstruasi	1. Ganti pembalut setiap selesai mandi pagi dan sore 2. Ganti pembalut 3 kali sehari
Perubahan emosi	1. Perlakuan remaja <i>difabel</i>	1. Marah-marah 2. Lempar barang

1. Persepsi Remaja Difabel Tentang Menstruasi.

Remaja *difable* memiliki persepsi yang sama mengenai arti dan tanda menstruasi saat ditanyakan tentang pengetahuan remaja *difable* tentang menstruasi. Subtema pada tema ini yaitu (1) Keluarnya darah melalui vagina.

Berikut ini peneliti deskripsikan temuan temuan penelitian yang di dapatkan dari para informan mengenai tanda menstruasi.

a. Keluarnya Darah Melalui Vagina.

Sub tema keluarnya darah vagina diangkat karena beberapa remaja *difable* mengartikan menstruasi adalah adanya darah kotor yang keluar dari tempat mereka pipis atau darah yang keluar dari alat kelamin. Berikut pernyataan partisipan terkait tanda menstruasi menurut remaja *difable*:

“Menstruasi itu ada darah yang keluar kak, keluar darah dari tempat keluarnya pipis kak”

[Partisipan 01]

“Setahuku kak keluarnya kak darah dari tempat ku pipis kak.”

[Partisipan 02]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain dengan mengatakan bahwasanya menstruasi itu darah yang keluar dari lobang pipisnya (partisipan memegang alat kemaluannya). Pernyataan tersebut sesuai dengan kutipan partisipan berikut:

“Setahu anak saya lala menstrasi itu keluarnya darah dari boru harahapnya, saluran pipisnya”

[Partisipan 04]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain dengan mengatakan bahwasanya menstruasi adalah darah kotor yang keluar dari alat kelamin perempuan. Berikut pernyataan partisipan terkait tanda menstruasi menurut remaja

“Yang kuketahui kak tentang menstruasi keluar darah kak dari alat kemaluan”

[Partisipan 03]

“Si Tiara mengatakan sama saudara bahwa menstruasi itu adalah halangan halangan itu adalah keluar darah dari kemaluan kita, itu yang saya bilang sama si Tiara waktu dia mens pertama”

[Partisipan 05]

2. Perasaan Yang Dialami Remaja Difabel Saat Menstruasi.

Alasan mengangkat tema ini karena remaja *difable* mengungkapkan perasaannya saat mengalami menstruasi pertama.. Ada satu sub tema pada yang di temukan pada tema ini terdiri dari (1) cara remaja difabel mengekspresikan perasaannya. Berikut ini peneliti deskripsikan temuan temuan penelitian yang di dapatkan dari para informan :

a. Cara Remaja Difable Mengekspresikan Perasaannya.

Sub tema perasaan yang dialami remaja difabel saat menstruasi diangkat karena remaja *difable* memiliki respon yang spontan saat pertama kali melihat darah menstruasi yaitu merasa heran dan ketakutan. Berikut pernyataan partisipan terkait yang dirasakan partisipan saat melihat darah menstruasi pertama:

“Heran aku kak kenapa ada darah ada merah dicelana dalamku jadi heran aku kak”

[Partisipan 01]

“Takut kak kemaren, takut aku kak kenak sakit”

[Partisipan 02]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain dengan mengatakan bahwasanya mereka merasa ketakutan saat melihat darah menstruasi pertama. Berikut pernyataan partisipan:

“Takut kak awalnya baru kata mama biasanya itu kalau anak gadis”

[Partisipan 03]

“Nangis-nangis lah dia itu pas ibu lagi menggosok”

[Partisipan 04]

3. Figur Orang Tua Pada Remaja Difabel Saat Menghadapi Menstruasi.

Alasan mengangkat tema ini karena remaja *difable* mengatakan bahwa mereka diajarkan oleh ibunya terkait menstruasi. Karena ibu adalah orang terdekat bagi remaja *difable*. Ada beberapa sub tema pada yang di temukan pada tema ini terdiri dari (1) Mengajarkan cara melakukan perawatan diri saat menstruasi, (2) Mengajarkan terapi meredakan nyeri saat menstruasi, (3) perempuannya memegang peran dalam membantu remaja difabel dalam perawatan diri saat menstruasi . Berikut ini peneliti deskripsikan temuan temuan penelitian yang di dapatkan dari para informan peran ibu dalam figure orang tua pada remaja difabel saat menghadapi menstruasi:

a. Mengajarkan Cara Melakukan Perawatan Diri Saat Menstruasi.

Alasan mengangkat sub tema ini dikarenakan remaja *difable* mengatakan yang mengajarkan kebersihan saat menstruasi adalah ibu yaitu dengan membersihkan alat kelamin dan juga mengganti celana dalam. Berikut pernyataan partisipan terkait peran ibu mengajarkan kebersihan diri saat menstruasi.

“Mamak sering bilang kalau pas mama nggak dirumah bersihkan ya cebok yang bersih pake air yang banyak ganti celananya ya..”

[Partisipan 01]

“Kalau mau pipiskan kak kata mama diganti celana nya dibersihkan kemaluan ku sampe bersih”

[Partisipan 03]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain dengan mengatakan bahwasanya ibu menjarkan untuk membersihkan vagina sampai bersih dan mengganti celana yang baru. Pernyataan sesuai dengan kutipan berikut:

Dikata mama disuruhnya aku mandi kan kak baru celana itu dicuci sama boru regarku harus dicuci bersih. Baru ganti celana yang baru”

[Partisipan 02]

Selain itu remaja difable mengatakan ibu mengajarkan memakai pembalut agar nantinya remaja *difable* bisa mengganti pembalut sendiri. Berikut pernyataan partisipan terkait peran ibu mengajarkan remaja *difable* memakai pembalut:

“Ibu beli softexnya ibu ajarkan memasangkannya kecelana dalam, sekarang sudah pande dia sudah lama kan sudah terbiasa dipakainya Sering juga pakai kain lapisnya kalau pas gak sekolah. Ibu ajarain pakainya”

[Partisipan 04]

“Kalua penuh kainnya kata mama dibersihkan baru kak diganti sama yang baru..”

[Partisipan 02]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain yang didukung oleh perkataan ibu partisipan dengan mengatakan bahwasanya ibu menjarkan untuk menggunakan pembalut. Pernyataan sesuai dengan kutipan berikut:

“Ibu mengajarkan si tiara kasih softex sama tiara cara mengajarkan memakai softex cara membersihkan softex, nah cara membersihkannya kemaluannya ibu ajarkanlah sejarah-sejarahnyanya itu ibu ajarkanlah dia membersihkan softex itu dibersihkan di bungkus pelastik dibuang ketempat sampah.”

[Partisipan 05]

b. Mengajarkan Terapi Meredakan Nyeri Saat Menstruasi.

Sub tema ini diangkat karena pada penelitian ini didapatkan bahwa ibu memiliki cara masing-masing dalam menghadapi dan meredakan nyeri haid yang dirasakan remaja *difable* diantaranya menggunakan air hangat, minyak kayu putih, minum obat dan sebagainya. Adapun pernyataan partisipan sebagai berikut:

“Dikasih mama air hangat dikasih ddibotol baru diletakkan dielus-eluskan keperut”

[Partisipan 02]

“Dipijittin mama sama dikasih minum air hangat itu”

[Partisipan 01]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain yang didukung oleh perkataan ibu partisipan dengan mengatakan bahwasanya ibu

memberikan terapi mandiri untuk nyeri haidnya. Pernyataan sesuai dengan kutipan berikut:”

“Hanya minyak kayu putih ibu kasih kalau nggak freshcare ibu belikan ”

[Partisipan 04]

“Kalau udah gak tahannya, Ibu kasih obat sakit perut, obat perda nyeri yang dikasi bidan”

[Partisipan 05]

c. Kakak Perempuannya Memegang Peran Dalam Membantu Remaja Difabel Dalam Perawatan Diri Saat Menstruasi.

Alasan mengangkat tema ini karena remaja *difable* tentunya memiliki keterbatasan untuk melakukan apapun tanpa pendampingan dari keluarga terdekat. Partisipan dan didukung dari perkataan ibu juga mengatakan bahwa mereka keluarga juga ikut membantu melakukan perawatan pada remaja *difable* yang bukan lain yaitu ibu dan kakak perempuan remaja *difable*. Ibu dan kakak perempuannya memegang peran dalam membantu remaja difabel dalam perawatan diri saat menstruasi. Berikut ini peneliti deskripsikan temuan temuan penelitian yang di dapatkan dari para informan terkait peran keluarga membantu perawatan diri menstruasi pada remaja difable saat menstruasi:

“Ya ibu orangtuanya yang mengurusnya, awal-awalnya dulu waktu dia mens belum pandai dia pake softex berseraklah kenak sprej jadi ibu bilanglah pakai softex bikin celananya 2 sudah itu ibu yang memasangkannya”

[Partisipan 04]

“Waktu pertama kali si tiara menstruasi masih ibu yang membantu membersihkan darahnya bahkan sampai saat ini kadang masih juga membantu membersihkan darahnya. Tapi akhir-akhir ini si tiara udah biasa dia membersihkan darahnya sendiri. Walaupun begitu ibu sebagai orantua masih ibu pantau macam mana dia”

[Partisipan 05]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain yang dengan mengatakan bahwasanya selain ibu, kakak juga berperan dalam membantu remaja *difable* dalam melakukan perawatan diri saat menstruasi. Pernyataan sesuai dengan kutipan berikut:

“Dulu kak masih sering kak dibantu sama mama, kadang kalau mama sibuk kerja kakakku kak yang disuruh mama mengurusku kak kalau mama lagi pergi ke kebun jadi kakaklah itu yang bantunya juga tapi lebih sering mama”

[Partisipan 01]

4. Cara Perawatan Diri Pada Remaja Difabel Dengan Menstruasi.

Alasan mengangkat tema ini karena meskipun remaja *difable* memiliki keterbatasan namun seiring berjalannya waktu sekarang remaja *difable* mulai terbiasa melakukan perawatan diri saat menstruasi dengan mandiri. Sub tema pada yang di temukan pada tema ini terdiri dari (1) Mengganti rutin pembalut saat menstruasi Berikut ini peneliti deskripsikan temuan temuan penelitian yang di dapatkan dari para informan terkait perawatan diri remaja *difable* saat menstruasi:

“Kuganti pempers atau kainnya dua kali kadang pas mandi pagi baru mandi sore baru mau tdiur kak”

[Partisipan 01]

“Awal-awal halangan itu kak pake kainnya kak dibuat mamak tapi karna sekarang kan sudah sekolah aku jadi dibuat mama yang softeks itu setiap pagi sore ku ganti kak”

[Partisipan 03]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain yang didukung dengan perkataan ibu dengan mengatakan bahwasanya mereka rutin mengganti pembalut dan sudah bisa menggantinya secara mandiri. Pernyataan sesuai dengan kutipan berikut:

“Mau 3 kali digantinya softeksnya ini pagi bangun tidur kamar mandi ibu tengok diambilnya yang baru nanti siang, sore siap mandi juga diganti lagi”

[Partisipan 04]

“Itu menurut cara pemakaian pembalutnya kalau deras apanya saya kasih 3 kali atau berulang kali dia gitu kan saya apakan minimalnya 3 kali sehari, tapi kalau sudah bocor ganti lagi itu yang ibu bilang sama anak ibu dan dia kadang dilakukannya sendiri..”

[Partisipan 05]

5. Perubahan Emosi.

Alasan mengangkat tema ini karena saat menstruasi remaja *difable* memiliki perubahan emosi yang hal tersebut dirasakan keluarga dan diungkapkan oleh ibu remaja *difable*. Hal ini mungkin terjadi karena remaja *difable* tidak bisa

meluapkan perasaanya saat menstruasi. Sub tema pada yang di temukan pada tema ini terdiri dari (1) Perlakuan remaja *difabel*. Berikut ini peneliti deskripsikan temuan temuan penelitian yang di dapatkan dari para informan terkait perubahan emosi pada remaja *difable* saat menstruasi:

“Suka aku kak marah-marah baru kak jadi sukak aku jajan kalau gak di kasih mamak jadi nangis aku kak mau ngelempar barang (sambil senyum)..”

[Partisipan 01]

Pernyataan tersebut juga mendapatkan dukungan dari partisipan lain yang didukung dengan perkataan ibu dengan mengatakan bahwasanya remaja *difable* memiliki perubahan emosi saat menstruasi seperti melempar barang-barang. Pernyataan sesuai dengan kutipan berikut:

“Ibu tengok sukak naik emosi dia kalau menstruasi sukak dia ngelempari barang sampe banyak piring sama gelas pecah di buat nya”

[Partisipan 04]

“Iya sukak kali dia keliatan marah sampe sampe main lempar barang Nampak nya bantal di lempar dia Nampaknya piring di lemparnya bahkan pernah pecah di buat dia jendela kamar dia gara-gara gak dengar ibu di panggil dia”

[Partisipan 05]

BAB 5

PEMBAHASAN

Pada bab ini bertujuan untuk menjelaskan dan membahas hasil penelitian. Penelitian ini dilakukan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu mengeksplorasi pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru di kota Padangsidempuan.

5.1. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti mengidentifikasi 6 tema dan 7 subtema mengenai pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru kota Padangsidempuan, 6 tema tersebut adalah:

1. Tanda menstruasi dengan 1 sub tema
2. Pengalaman pertama menstruasi pada remaja *difabel* dengan 1 sub tema.
3. Peran ibu mengajarkan *self hygiene* remaja *difabel* saat menstruasi dengan 2 sub tema.
4. Peran keluarga membantu perawatan diri menstruasi pada remaja *difabel* dengan 1 sub tema.
5. Perawatan diri remaja *difabel* saat menstruasi dengan 1 sub tema.
6. Perubahan mental pada remaja *difabel* saat menstruasi dengan 1 sub tema.

5.1.1. Persepsi Remaja Difabel Tentang Menstruasi.

Hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap 5 partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan persepsi remaja *difabel* tentang menstruasi yang

dialami partisipan. Persepsi remaja difabel tentang menstruasi membentuk 1 sub tema yaitu Keluarnya darah melalui vagina, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 5 partisipan yang menunjukkan bahwa partisipan mengetahui menstruasi itu keluarnya darah dari vagina. Sesuai dengan yang di kemukakan oleh (Abdurrahman 2004) persepsi didefinisikan sebagai proses yang menggabungkan dan mengorganisasikan data-data indera kita (penginderaan) untuk dikembangkan sedemikian rupa sehingga kita dapat menyadari di sekeliling kita, termasuk sadar akan diri sendiri. Defenisi lain menyebutkan bahwa persepsi adalah kemampuan membedakan, mengelompokkan, memfokuskan perhatian terhadap satu objek (Abdurrahman 2004).

Sub tema keluarnya darah dari vagina yang disebabkan oleh siklus bulanan yang dialami wanita. Siklus ini terjadi secara alami dan merupakan bagian dari proses organ reproduksi wanita untuk mempersiapkan kehamilan. Menurut (Zacharias & Wurtman, 2017) Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan pendarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi adalah proses alamiah pada perempuan. Normalnya, menstruasi terjadi setiap 22-35 hari.

5.1.2. Perasaan Yang Dialami Remaja Difabel Saat Menstruasi.

Remaja putri memiliki berbagai macam pengalaman saat pertama mengalami haid pertama serta respon yang bervariasi, Perasaan remaja putri dalam menghadapi haid pertama adalah merasa malu, takut kaget cemas. Remaja *difabel* adalah mereka yang berada pada usia sekitar 12-25 tahun yang mengalami

kecacatan/ketunaan yang menyebabkan perubahan fisiologis, psikologis, sosial, dan pekerjaan.

Berdasarkan hasil penelitian Pujiasti, (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang telah mengalami menarche pada usia dini mengalami kecemasan hebat dan rasa takut ketika mengalami menstruasi (Pujiati, 2017). Sedangkan menurut Conger (Sriwindari, 2002), dari 475 remaja putri, kebanyakan merasa biasa saja, cemas, atau takut, dan hanya 10% dari mereka yang merasakan antusias, penasaran dan bangga ketika mengalami menarche. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Bharatwaj, (2014) menyatakan bahwa dari 101 responden remaja putri, hanya 33.6% yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi dan merasa nyaman saat menghadapi menarche, sedangkan 61.3% responden tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Sekitar 49.5% responden dalam penelitian tersebut merasa panik dan 50.49% merasa buruk, terbatas dan depresi. Menurut (Yeung, 2005) pada permulaan menstruasi menunjukkan hampir sebagian remaja putri memberikan respon negatif terhadap menarche, seperti perasaan malu, cemas, takut dan bingung.

Sub tema cara remaja difable mengekspresikan perasaannya menurut (christie & viner 2005) pada umumnya remaja akan mengalami kebingungan saat terjadinya pubertas mengenai pertumbuhan yang dialaminya membuat remaja mengembangkan ketrampilan kognitif seperti berpikir abstrak, mengembangkan tingkat emosional remaja tersebut.

5.1.3. Figur Orang Tua Pada Remaja Difabel Saat Menghadapi Menstruasi.

Ibu merupakan peran dan posisi yang penting dan pusat bagi tumbuh kembang anaknya, khususnya anak perempuan *difabel* apalagi dalam hal menstruasi. Ibu bisa memberikan informasi sederhana ke anak perempuannya yang mengalami menstruasi, misalnya apa itu menstruasi, berapa lama menstruasi terjadi, seberapa banyak darah yang keluar dan bagaimana cara menggunakan pembalut, pentingnya menjaga kebersihan dan cara menjaga kebersihan vulva saat menstruasi, apa saja yang tidak boleh dilakukan saat menstruasi.

Dari tema ini memunculkan 3 sub tema yaitu mengajarkan cara membersihkan kemaluan dari darah haid disebabkan karena remaja *difabel* belum mengetahui cara *self hygiene* pada saat menstruasi. Menurut (Dianawati, 2003) Peran orang tua merupakan pihak pertama yang bertanggung jawab memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi bagi remaja khususnya remaja *difabel* karena remaja *difabel* kurang memahami tentang *self hygiene* seperti membersihkan darah haid di saat menstruasi.

Sementara sub tema kedua mengajarkan cara memakai pembalut dikarenakan partisipan memiliki keterbelakangan mental akan sangat tergantung pada peran orang tua sebagai penuntun, sebagai pengajar dan sebagai pemberi contoh. Menurut Rusmoro, 2000 orangtua perlu memberikan contoh perbuatan tentang bagaimana cara memakai pembalut, menjaga kebersihan diri dan alat genitalia, serta cara membersihkan diri ketika selesai mendapatkan menstruasi kepada remaja putri yang mengalami menstruasi..

Sub tema ibu dan kakak perempuannya memegang peran dalam membantu remaja *difabel* dalam perawatan diri saat menstruasi. Dari hasil penelitian

didapatkan keluarga sudah cukup memberikan dukungan seperti keluarga memberitahu remaja difabel bahwa membersihkan daerah kemaluan saat menstruasi adalah tindakan yang penting, selalu menanyakan keadaan apakah terjadi masalah (keputihan, gatal-gatal, bau tidak sedap, lama menstruasi). Hal ini yang membuat remaja *difabel* mendapatkan dukungan cukup. Remaja putri sangat membutuhkan perhatian dan kepedulian dari keluarga sehingga peran keluarga sangat penting untuk remaja *difabel* saat menghadapi menstruasi.

5.1.4. Cara Perawatan Diri Pada Remaja Difabel Dengan Menstruasi.

Pengetahuan tentang menstrual hygiene pada remaja difabel sama pentingnya untuk diketahui bukan hanya pada remaja normal. Tetapi pada kenyataannya, pengetahuan remaja difabel tentang menstrual hygiene masih kurang akibatnya banyak diantara mereka yang kesulitan melakukan perawatan diri seperti tidak mengetahui saat dirinya menstruasi hingga kesulitan melakukan pembersihan pembalut bekas pakai (daniswari, 2017).

Menurut Rahmadhini (2018) perilaku menstrual hygiene adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari. Sedangkan menurut (Tantry., 2019) menjelaskan bahwa perawatan diri selama menstruasi suatu upaya guna meningkatkan kesehatan selama menstruasi dengan tujuan memelihara kebersihan dan kesehatan guna meningkatkan derajat kesehatan manusia baik fisik maupun psikologis.

Sub tema mengganti rutin pembalut saat menstruasi, untuk mencegah pemakaian pembalut basah atau penuh dengan darah menstruasi yang terlalu lama. Darah menstruasi pada hari pertama dan kedua cenderung sangat banyak, dan apabila terlalu lama tidak mengganti, darah yang ada di pembalut akan lembab yang dapat memicu tumbuhnya bakteri dan jamur penyebab infeksi. Waktu penggantian pembalut minimal maksimal 3-4 jam sekali. (Wahyuni, 2020) Menjelaskan bahwa perawatan diri biasanya minimal mandi 2 kali dalam sehari dan terutama menjaga kebersihan dan kesehatan *perineal* selama menstruasi. Hal ini menjadi sangat penting karena pada saat menstruasi bakteri ataupun kuman mudah masuk yang dapat menginfeksi organ genitalia perempuan.

Perawatan diri selama menstruasi yang dapat dilakukan oleh remaja putri difabel berdasarkan (Wahyuni, 2020) yaitu meliputi: (a) Mengganti celana dalam dan pakaian secara teratur (b) Mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali (c) Mandi dua kali sehari (d) Membersihkan area genitalia setelah BAB dan BAK (e) Melakukan aktivitas sehari-hari (f) Memenuhi kebutuhan nutrisi.

5.1.5. Perubahan Emosi.

Perubahan emosi disebabkan oleh perubahan suasana hati yang terlihat dengan jelas dan terasa. Regulasi emosi sebagai pemikiran atau perilaku yang dipengaruhi oleh emosi. Sehingga, ketika mengalami emosi yang berlebihan, seseorang biasanya tidak dapat berpikir dengan jernih dan melakukan tindakan di luar kesadaran, sebab kemampuan regulasi emosi berhubungan dengan bagaimana seseorang dapat menyadari dan mengatur pemikiran dan perilakunya dalam emosi-emosi yang berbeda-beda, baik negatif maupun positif. Seseorang dengan

kemampuan regulasi emosi yang baik dapat mengembangkan kemampuan dan membantu mereka dalam mengendalikan emosi (Ubaidillah, 2014).

Perubahan perilaku sejajar dengan perubahan fisik dan mental remaja, empat perubahan yang terjadi yaitu emosi meningkat dimana intensitasnya tergantung pada tingkat perubahan fisik dan mental, Perubahan tubuh, Minat dan yang diharapkan oleh kelompok sosial menimbulkan masalah baru, Bersikap ambivalen terhadap semua perubahan. Menurut penelitian Bharatwaj, (2014) menyatakan bahwa hanya 33,6% remaja putri yang merasa nyaman saat menghadapi menstruasi, 49,5% remaja putri merasa cemas, 50,49% merasa buruk, terbatas dan depresi. Hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa sebagian perempuan memberikan respon yang negatif adanya menstruasi seperti munculnya rasa cemas, ketakutan, khawatir dan kebingungan (Hidayah & Palila, 2018).

5.2. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dirasakan masih banyak keterbatasan dan kekurangan diantaranya yaitu komunikasi yang lebih mendalamnya kurang bisa di dapatkan karena partisipannya difabel, peneliti masih menemukan partisipan yang kurang terbuka dalam menceritakan pengalamannya. Mungkin hal ini disebabkan oleh beberapa hal yaitu belum terbina hubungan saling percaya antara partisipan dan peneliti.

Peneliti juga memiliki keterbatasan dalam menemukan jurnal penelitian kualitatif tentang pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi

sehingga peneliti tidak mudah dalam menganalisis penelitian yang telah dilakukan.

BAB 6

PENUTUP

Pada bab ini di uraikan tentang kesimpulan yang mencerminkan refleksi dari temuan penelitian dan saran yang merupakan tindak lanjut dari penelitian ini.

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi di sekolah luar biasa negeri (SLBN) Hutaimbaru di kota Padang sidempuan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian ini mengidentifikasi 6 teman yaitu : (1) Tanda Menstruasi, (2) pengalaman pertama menstruasi pada remaja *difabel*, (3) peran ibu mengajarkan *self hygiene* remaja *difabel* saat menstruasi, (4) peran keluarga membantu perawatan diri menstruasi pada remaja *difabel*, (5) perawatan diri remaja *difabel* saat menstruasi, (6) pengalaman pertama menstruasi pada remaja *difabel*
2. Remaja *difabel* mengetahui menstruasi itu keluarnya darah dari vagina, yang disebabkan oleh siklus bulanan yang dialami oleh wanita.

3. Remaja *difabel* memiliki pengalaman yang dirasakan yaitu berupa takut, khawatir, bingung dan sebagainya, remaja *difabel* takut terjadi sesuatu. Karena anak remaja tersebut memiliki keterbatasan mental.

6.2. Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan remaja *difabel* mengedukasi menstruasi agar bisa meningkatkan pengalaman remaja *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

2. Bagi Mahasiswa Universitas Aufa Royhan

Diharapkan sebagai mahasiswa dapat memberikan informasi bagi remaja *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

3. Bagi Orang Tua

Diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pengalaman remaja putri *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya dalam mengembangkan penelitian kualitatif yang lebih mendalam mengenai pengalaman remaja *difabel* dalam menghadapi menstruasi.

5. Bagi Tenaga Kesehatan

Upaya pendamping dari tenaga kesehatan untuk dilatih memahami perilaku yang menyangkut tentang menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anurogo, D dan Wulandari, A. 2011. Cara Jitu Mengatasi nyeri Haid. Yogyakarta: Andi.
- Bharatwaj , 2014, psikososial terkait dengan perubahan fisiologis menarche pada remaja putri, jurnal internasional kemajuan bedah klinis
- Cunningham F, and Gery,. dkk, 2005 *Obstetri Williams Edisi21*, Jakarta: EGC.
- Damayanti, S. & Rostiana. 2003. Dinamika Emosi Penyandang Tunadaksa Pasca Kecelakaan. Jurnal Ilmiah Psikologi “Arkhe” No 1. p 15-28.
- Edwards & Holland. 2013. *What is Qualitative Interviewing. A&C Black*.
- Errol, dkk. 2007. At a glance obstetri dan ginekologi. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, 2005, *Psikologi perkembangan Ed. 5*, Jakarta: ilmu kedokteran EGC
- Ikaputra, (2002). Tinjauan Pustaka Difabel, Yogyakarta, Departemen ilmu kedokteran
- Kusmiran, E. (2012). Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. Jakarta: Selemba Medika
- McManus, (2010). Masalah Kesehatan Remaja, Washington D.C: Buku Aliance National.
- McPherson, 2004. Sikap pengalaman dan perilaku menstruasi, Jakarta : Buku Ajar Menstruasi EGC.
- Moersintowarti, 2005. Buku Ajar II : Tumbuh Kembang Anak dan Remaja. Jakarta: Sagung Seto.
- Monks dan Haditono, (1991) Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Jogjakarta: Gajah Mada University Press.
- Mulastin, 2013. Faktor-faktor yang Mempengaruhi menstruasi, Jakarta : EGC.
- Musfiroh, (2010). Masa remaja anak difabel, Surakarta : Universitas Muhammadiyah.
- Nelson. (2000). Remaja dengan disabilitas mengalami menarche, Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Nelson. (2009). Pengertian difabel, Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Ningtyas,2014. Teknik pengumpulan data, Semarang : Universitas Diponegoro.

- Notoadmojo, 2012. Metodologi penelitian kesehatan, Jakarta : Balai pustaka.
- Polit & Beck. (2012). Resource Manual for Nursing Research. USA :Lippincott
- Prawirohardjo, (2011). Ilmu Kandungan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Priyoto. 2014. Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverawati, A. (2009). Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riskesdas,2012. Kasus difabel, Medan: Riskesdas Sumatera Utara.
- Saprawati, (2012). Studi Fenomenologi: Pengalaman Kepala Ruangan di RSUD Ambarawa, Depok :Tesis Magister Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Setyawati, (2008). Problematika pembelajaran anak difabel, Yogyakarta : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Somantri, 2006. Psikologi Anak Luar Biasa. Bandung:Refika Aditama.
- Sriwindari, 2002, pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri, *Jurnal psikodinamik*
- Sugiono. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif*, Bandung:Afabeta
- SUPAS. 2015, Badab Pusat Statistik, Jakarta: Fakultas Hukum Universitas Indonesia.
- Suryati (2016). Perilaku kebersihan remaja saat menstruasi, Jakarta: *jurnal health Quality*
- Tantry, (2019). Pengetahuan, sikap, dan perilaku perawatan diri selama menstruasi, Bandung: jurnal keperawatan
- Walsh, 2000. Menstruasi pada remaja, Surakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Wahyudi (2020), Pengetahuan personal hygiene remaja putri saat menstruasi, Aceh: Universitas Muhammadiyah Aceh
- Winkjosastro, 2005 , *Ilmu Kebidanan*, Jakarta: Yayasan Bina Sehat Pustaka Sarwono Prawiraharjo.
- Wirenviona Rima, Istri Dalem Cinthya Riris. 2020 . Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Airlangga University Press: Jawa Timur

Wurji. 2010. Menstruasi Remaja. [http://sits.Kespro.info/Menstruasi htm](http://sits.Kespro.info/Menstruasi.htm). Diakses pada 10 November 2015 pukul 14.30 WIB.

Yeung (2005) Faktor psikososial dan budaya yang Mempengaruhi harapan menarche, Yogyakarta: jurnal penelitian remaja



UNIVERSITAS AFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDEMPUAN

FAKULTAS KESEHATAN

Disahkan SK Menristek/RI No. 481/KU/17019/17 Jua 2017
Jl. Raja Maulana Kas. Hutaimbaru Jua, Kota Padangsidempuan 22733
Telp. (0834) 7366501 Fax. (0834) 73684
e-mail: afa-royhan@padangsidempuan.com http://uar.ac.id

Nomor : 107/FKESUNAR/PMU/2022
Lampiran : -
Perihal : Izin Survey Pendahuluan

Padangsidempuan, 17 Januari 2022

Kepada Yth.
Kepala Sekolah SLB
Di

Padangsidempuan

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Siti Tri Leliana Lubis

NIM : 18010070

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Diberikan Izin Survey Pendahuluan di Sekolah Luar Biasa Hutaimbaru untuk penulisan Skripsi dengan judul "Pengalaman Remaja Putri Difabel Dalam Menghadapi Menstruasi di SLB (Sekolah Luar Biasa) Hutaimbaru Kota Padangsidempuan Tahun 2022".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.



Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN: 0118108703

Lampiran 2



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN

SLB NEGERI PADANGSIDIMPUAN

Jalan : Ompu Sarudak, Psp Hutaimbaru, Padangsidimpuan
Telp./Fax.: (0634)28845, Email: slbnpsp@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor: 421.8/ 23.a/SLBN.PSP/I/2022

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mukhtar Ritonga, M.Pd
NIP : 196908162007011051
Jabatan : Kepala Sekolah
Alamat Sekolah : Jl. Ompu Sarudak, Padangsidimpuan

Menerangkan bahwa:

Nama : Siti Tri Leliana Lubis
NIM : 18010070
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Benar telah mengadakan survey pendahuluan di SLB Negeri Padangsidimpuan guna melengkapi data pada penyusunan Skripsi yang berjudul **“Pengalaman Remaja Putri Difabel Dalam Menghadapi Menstruasi Di SLB (Sekolah Luar Biasa) Hutaimbary Kota Padangsidimpuan Tahun 2022”**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidimpuan, 31 Januari 2022
Kepala Sekolah



Mukhtar Ritonga, M.Pd
NIP. 196908162007011051

Lampiran 3



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN

FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/I/2019, 17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. BatunaduaJulu, Kota Padangsidempuan 22733.

Telp. (0634) 7366507 Fax. (0634) 22684

e-mail: aufa.royhan@yahoo.com http://: unar.ac.id

Nomor : 625/FKES/UNAR/I/PM/III/2022 Padangsidempuan, 22 Maret 2022
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Sekolah SLB
Di

Padangsidempuan

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Siti Tri Leliana Lubis

NIM : 18010070

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Diberikan Izin Penelitian di Sekolah Luar Biasa Hutaimbaru untuk penulisan Skripsi dengan judul "Pengalaman Remaja Putri Difabel Dalam Menghadapi Menstruasi di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Hutaimbaru Kota Padangsidempuan Tahun 2022".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.



Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703

Lampiran 4



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SLB NEGERI PADANGSIDIMPUAN

Jalan : Ompu Sarudak, Psp Hutaimbaru, Padangsidimpuan
Telp./Fax.: (0634)28845, Email: slbnpsp@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor: 421.8/ 28.a/SLBN.PSP/IV/2022

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mukhtar Ritonga, M.Pd
NIP : 196908162007011051
Jabatan : Kepala Sekolah
Alamat Sekolah : Jl. Ompu Sarudak, Padangsidimpuan

Menerangkan bahwa:

Nama : Siti Tri Leliana Lubis
NIM : 18010070
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Benar telah mengadakan Penelitian di SLB Negeri Padangsidimpuan guna melengkapi data pada penyusunan Skripsi yang berjudul "**Pengalaman Remaja Putri Difabel Dalam Menghadapi Menstruasi Di SLB (Sekolah Luar Biasa) Hutaimbary Kota Padangsidimpuan Tahun 2022**"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidimpuan, 04 April 2022

Kepala Sekolah



Mukhtar Ritonga, M.Pd
NIP. 196908162007011051

Lampiran 5

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada yth,

Responden Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : SITI TRI LELIANA LUBIS
Tempat/Tanggal lahir : Padangsidempuan, 18 Januari 2001
Alamat : Perumnas Pijorkoling

Adalah mahasiswa Program studi keperawatan program sarjana universitas Aufa royhan di kota Padangsidempuan yang akan melaksanakan penelitian dengan judul **“Pengalaman Remaja Putri difabel Dalam Menghadapi Menstruasi di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Hutaimbaru Kota Padangsidempuan Tahun 2022”**. Oleh karena itu peneliti memohon kesediaan responden untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Penelitian ini tidak menimbulkan dampak yang merugikan pada responden, serta semua informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya di manfaatkan untuk keperluan penelitian.

Atas perhatian dan kesediaannya untuk menjadi responden saya ucapkan terima kasih.

Peneliti

(Siti Tri Leliana Lubis)

Lampiran 6

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, telah mendapat penjelasan prosedur penelitian ini dan menyatakan bersedia mengikuti penelitian yang dilakukan oleh **SITI TRI LELIANA LUBIS**, mahasiswa Fakultas Kesehatan Program Studi Keperawatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan, dengan judul **“Pengalaman Remaja Putri *Difabel* Dalam Menghadapi Menstruasi Di Sekolah Luar Biasa (SLB) Hutaimbaru di Kota Padangsidempuan Tahun 2022”** di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Hutaimbaru.

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan dampak negatif bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Demikian surat persetujuan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dari pihak manapun.

Padangsidempuan,2022

Responden

(.....)

Lampiran 7

PANDUAN WAWANCARA

PENGALAMAN REMAJA PUTRI *DIFABEL* DALAM MENGHADAPI MENSTRUASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI HUTAIMBARU DI KOTA PADANGSIDIMPUAN

Nama Partisipan (samaran) :

Hari/Tanggal :

Waktu wawancara :

Jenis Ketunaan :

Pertanyaan

1. Apa yang anda ketahui tentang menstruasi?
2. Coba ceritain pengalaman pertama kali pada saat anda menstruasi?
 - a) Kapan pertama kali anda mengalami menstruasi?
 - b) Apa saja tanda dan gejala yang anda rasakan saat mengalami menstruasi pertama kali?
 - c) Apa yang anda lakukan setelah mengetahui bahwa anda telah mengalami menstruasi pertama?
3. Bagaimana orang tua mengajarkan tentang menstruasi?
4. Siapa yang membantu pada saat menstruasi?
5. Bagaimana perawatan diri anda saat menstruasi?
 - a) Berapa kali anda mengganti pembalut saat menstruasi?
 - b) Berapa kali anda membersihkan diri (mandi) saat menstruasi?
6. Apa perubahan mental yang dirasakan selama haid?

Lampiran 8.

DOKUMENTASI



Mengisi Persetujuan Responden



Melakukan Wawancara



Mengisi Persetujuan Responden



Melakukan Wawancara



Mengisi Persetujuan Responden



Melakukan Wawancara



Mengisi Persetujuan Responden



Melakukan Wawancara



Mengisi Persetujuan Responden



Melakukan Wawancara

Lampiran 9.

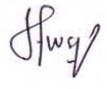
LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : **SITI TRI LELI ANA LUBIS**
 NIM : 18010070
 Nama Pembimbing : 1. Ns. Nanda Suryani Sagala, MKM
 2. Ns. Masrina Munawarah T., M.Kep

No	Tanggal	Topik	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	09 des 2021	Judul	Acc Judul Lanjut BAB 1.	
2	24 des 2021	BAB 1	- peneliti sebelumnya - Rumusan masalah perbaiki - Tujuan perbaiki - manfaat perbaiki Lanjut BAB 2 & 3	
3	11 Jan 2022	BAB 2 & BAB 3	- pengertian remaja diganti dengan remaja difabel (BAB 2) - lokasi & waktu penelitian diperbaiki (BAB 3) - urutannya sesuaikan dengan buku panduan	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : **SITI TRI LELI ANA LUBIS**
 NIM : 18010070
 Nama Pembimbing : 1. Ns. Nanda Suryani Sagala, MKM
 2. Ns. Masrina Munawarah T., M.Kep

No	Tanggal	Topik	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	16 Feb 2022	ALL	<ul style="list-style-type: none"> - BAB 1 Perbaiki Hasil Survey - Manfaat Fone lita Rengate 	
2	17 Feb 2022		<ul style="list-style-type: none"> - Rengateca Partisipan Perbaiki - Radvan wawancara buat - Buat Daftar Rengateca 	
3	26.02.2022	All	Acc Proposal	

KONSULTASI HASIL PENELITIAN (SEBELUM SEMINAR HASIL SKI

Nama : SAI TRI LELIANA WIBIS

NIM : 18010070

Judul Penelitian : Pengalaman Remaja Putri Difabel dalam Menghadapi Menstruasi di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Kota Padang Sempuan Tahun 2022.

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)
1	Rabu 03 Agustus 2022	Nanda Suryani	- Cari sub tema - Tanya Pembaca - Buat Abstrak
2			- Daftar Pustaka - Daftar Isi - Dokumentasi
3	Sabtu 6 Agustus 2022	Nanda Suryani	- Abstrak - Cara Rujukan Perbaiki

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)
4	Senin 6 Agustus 2022	Ns. Nanda Surjani	Acc Seminar Skripsi
5	Rabu 13 Juli 2022	NS. Masrina Murnawati	Kerjakan dulu coding setiap partisip katau sudah selesai. buat tabel ke kolom 2 kategori.
6	Kamis 21 Juli 2022	NS. Masrina Murnawati	<ul style="list-style-type: none"> - Perhatikan coding & kategori - masih bisa di ekspor lagi pertanyaannya.
7	Sabtu 28 Juli 2022	NS. Masrina Murnawati	Lanjut Bab 4-6
8	Selasa 02 Agustus 2022	NS. Masrina Murnawati	<ul style="list-style-type: none"> - Perhatikan penggunaan huruf besar dan kecil. - Lanjutkan sidang.

