



Pengaruh Media Edukasi Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Menstrual Hygiene Pada Remaja *Intellectual Disability* Di SLB Kabupaten Bantul

Fifi Andriyani¹, Dwi Yati^{2*}

^{1,2} Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Gamping, Sleman, DI Yogyakarta

e-mail: dwie.ns215@gmail.com

DOI:10.30989/hbj.v3i1.1287

* corresponding author

ABSTRACT

Background: Teenagers who have reached puberty will start having periods. Adolescents with intellectual disabilities will also experience this condition like typical adolescents. Therefore, it is crucial to teach adolescents about menstrual hygiene through health education using snake and ladder media to prevent infection of the reproductive organs.

Objective: To determine how snake and ladder educational media affect adolescents with intellectual disabilities in the SLB Kabupaten Bantul knowledge of menstrual hygiene.

Methods: This study employed a pre-experimental design with One Group Pre Test- Post Test. A total of 30 respondents were sampled using a total sampling technique. Data was collected in June 2022 at SLB PGRI Trimulyo Bantul and SLB Ma'arif Bantul. A questionnaire on the level of knowledge of menstrual hygiene for adolescents with intellectual disabilities and educational media for snakes and ladders were used as research instruments. The Wilcoxon Signed Ranks Test was used to analyze the study's findings.

Results: The findings revealed that prior to receiving an education using snakes and ladders, participants had good knowledge (6.7%), sufficient knowledge (33.3%), and insufficient knowledge (60%). Following education with snakes and ladders, knowledge increased to good (46.7%), sufficient (50.0%), and insufficient (1.9%). The data was strengthened by the Wilcoxon Signed Ranks Test results, which yielded a value of $p = 0.001$.

Conclusion: Educational media on snakes and ladders affects knowledge of menstrual hygiene in adolescents with intellectual disabilities in SLB Kabupaten Bantul. It is hoped that adolescents can continue to increase their knowledge regarding menstrual hygiene by seeking information sources from schools and health workers.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



ARTICLE INFO

Article history

Received : 27 April 2024

Revised : 31 May 2024, 30

April 2025

Accepted : 20 June 2025

Keywords

Adolescents

Intellectual Disability

Knowledge

Menstrual Hygiene

Educational Media

Snake and Ladders

1. Pendahuluan

Intellectual disability merupakan kondisi gangguan fungsi intelektual dibawah rata-rata yang muncul sebelum usia 18 tahun, ditandai dengan gangguan perilaku adaptif dan kesulitan penyesuaian diri selama masa pertumbuhan, memengaruhi keterampilan konseptual, sosial, dan praktis seseorang^{[1][2]}. Berdasarkan hasil survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2018 total penyandang disabilitas mental di Indonesia dari usia 2 sampai dengan 17 tahun berjumlah 0,38%. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menyebutkan jumlah siswa tunagrahita diseluruh Indonesia yang bersekolah di SLB Swasta dan Negeri berjumlah 69.402 siswa^[3]. Sedangkan menurut Data Dinas Sosial Bappeda Provinsi DIY tahun 2021 jumlah penyandang disabilitas yang terdiri dari

tuna netra berjumlah 1.728 orang, tunawicara berjumlah 1.689 orang, tunadaksa berjumlah 6.488 orang, dan tunagrahita berjumlah 6.099 orang^[4]. Penyandang *intellectual disability* yang cukup banyak di Indonesia membutuhkan perhatian khusus dalam berbagai aspek, salah satunya terkait tumbuh kembangnya. Meskipun memiliki keterbatasan dalam kemampuan berpikir, memahami, dan mengolah informasi, secara fisik mereka tetap mengalami pertumbuhan yang sama seperti anak-anak normal pada umumnya. Pada saat memasuki usia remaja, anak akan mengalami fase pubertas diikuti dengan perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Remaja putri yang sudah pubertas akan mengalami menstruasi. Namun, banyak diantara mereka masih merasa bingung cara menghadapi dan belum tahu bagaimana merawat diri saat menstruasi^{[5][6]}.

Pengelolaan kebersihan diri kurang tepat pada saat menstruasi dapat menyebabkan infeksi organ reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih, dan kanker serviks^{[7][8]}. Masalah kesehatan reproduksi yang timbul akibat *menstrual hygiene* yang buruk dapat dibuktikan dengan angka prevalensi penyakit kanker serviks di Indonesia pada tahun 2018 yaitu 10,69%^[9]. Sedangkan prevalensi di DIY sebanyak 4,8% per 1000 penduduk^[3]. Perilaku *menstrual hygiene* berhubungan erat dengan beberapa faktor seperti komunikasi, usia, kepercayaan dan pengetahuan^[10].

Tingkat pengetahuan menjadi faktor yang sangat penting dalam penerapan *menstrual hygiene* yang tepat. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan tingkat pengetahuan *personal hygiene* selama menstruasi remaja 48,5% masih dalam kategori rendah^[11]. Tingkat pengetahuan yang rendah dapat diperburuk dengan adanya kendala dalam mengelola *menstrual hygiene* pada remaja *intellectual disability* seperti kurangnya akses informasi, infrastruktur mandi cuci kakus (MCK) yang masih kurang menunjang manajemen *menstrual hygiene*, kesulitan untuk mencuci dan mengganti pembalut. Oleh karena itu dukungan guru juga sangat penting untuk memfasilitasi pengelolaan praktik *menstrual hygiene*^[12].

Pengelolaan dan monitoring *menstrual hygiene* pada remaja putri dengan *intellectual disability* dapat dilakukan di Sekolah Luar Biasa (SLB). Sesuai dengan tujuan SLB yaitu mengembangkan sikap, keterampilan, dan pengetahuan. SLB dapat menjadi akses untuk memberikan pendidikan kesehatan terkait kesehatan reproduksi dalam konteks menjaga higienitas selama masa menstruasi^[13]. Hal ini bertujuan untuk mencegah remaja *intellectual disability* mengalami masalah yang dapat timbul akibat *menstrual hygiene* yang kurang baik maka dapat dilakukan pemberian edukasi^[14]. Oleh karena itu, perlu adanya metode pembelajaran khusus yang interaktif dan mudah dipahami. Salah satu metode edukatif yang mulai banyak dikembangkan adalah media permainan edukatif, seperti permainan ular tangga. Penggunaan permainan ular tangga sebagai media edukasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai *menstrual hygiene*^[15]. Model permainan ini menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan memudahkan pemahaman konsep yang sebagian besar menganggap tabu jika diajarkan secara konvensional. Penggunaan ular tangga dalam memberikan edukasi kesehatan juga dapat meningkatkan skor pengetahuan secara signifikan, karena bersifat interaktif dan visualnya yang sesuai untuk pembelajar dengan kebutuhan khusus^{[16][17]}.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SLB PGRI Trimulyo dan SLB Ma'arif Bantul pada Februari 2022, berdasarkan hasil wawancara kepada guru didapatkan hasil bahwa penyuluhan terkait kesehatan reproduksi belum pernah dilakukan dan belum ada materi pembelajaran khusus terkait menstruasi dan *menstrual hygiene*. Hasil wawancara dengan 10 siswi SLB didapatkan data jika 7 dari 10 siswi yang sudah menstruasi tidak berangkat ke sekolah karena khawatir akan timbul bercak-bercak merah pada rok atau celana sekolah akibat tidak bisa mengganti pembalut di sekolah, serta siswi belum mengetahui mengenai dampak buruk jika tidak menjaga kebersihan selama menstruasi dengan tepat. Hal ini dapat memperbesar risiko masalah kesehatan reproduksi pada remaja. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh media edukasi ular tangga dalam meningkatkan pengetahuan *menstrual hygiene* pada remaja dengan *intellectual disability* di SLB PGRI Trimulyo dan SLB Ma'arif Bantul.

2. Metode

Penelitian menggunakan *pre experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Desain penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol, tetapi observasi pertama dilakukan dengan *pretest* saat sebelum diberikan

perlakuan dan *posttest* setelah diberikan perlakuan. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *total sampling* dengan total responden sebanyak 30 siswi dari SLB Ma'arif Bantul dan SLB PGRI Trimulyo Bantul. Waktu pengambilan data dilakukan pada bulan Juni 2022.

Pengambilan data menggunakan kuesioner pengetahuan *menstrual hygiene* dengan remaja *intellectual disability* dan media edukasi ular tangga yang disertai modul penggunaan. Kuesioner berisi 20 pertanyaan, telah dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti sebelumnya dengan hasil uji didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$) maka dinyatakan bahwa alat ukur valid. Sedangkan untuk hasil uji reliabilitas didapatkan nilai *alpha cronbach's* sebesar 0,887 (*Alpha Cronbach's* $> 0,6$)^[18]. Nilai tersebut menunjukkan jika instrumen dinyatakan *reliable*. Media permainan ular tangga disusun dari referensi modul manajemen kesehatan menstruasi dan panduan kebersihan menstruasi pada remaja oleh UNICEF^{[10][19]}. Kemudian dilanjutkan uji validitas oleh 2 orang *expert judgement* pada bidang promosi kesehatan dan Pendidikan Sekolah Luar Biasa (SLB).

Data penelitian ini dilakukan uji normalitas dengan uji *Shapiro-Wilk* untuk mengetahui distribusi normal data, selanjutnya dilakukan uji *wilcoxon signed rank test* untuk mengetahui signifikansi perbandingan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Penelitian ini mendapatkan persetujuan kelayakan etik oleh Komisi Etik Penelitian Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor ijin etik penelitian yaitu Skep/231/KEPK/VII/2022.

Media ular tangga pada penelitian ini terdiri dari 25 kotak yang berisi materi *menstrual hygiene*. Sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan responden diminta untuk mengisi kuesioner *pretest* dan *posttest*. Pada saat penelitian peneliti membagi peserta menjadi 6 kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 5 anak. Sebelum permainan peneliti menjelaskan panduan aturan mainan edukasi ular tangga yaitu selama 30 menit dengan bergerak pada setiap kotak yang berisi pertanyaan hingga mencapai kotak *finish*. Setelah intervensi menggunakan media ular tangga selesai peneliti memberikan pendidikan kesehatan kembali selama 15 menit dengan materi yang sama saat bermain ular tangga dengan tujuan untuk *mereview* kembali materi agar peserta menjadi lebih faham. Adapun untuk aturan permainan adalah sebagai berikut: 1) Permainan ini dapat dimainkan dengan didampingi oleh pendamping (orang tua/guru); 2) Pahami setiap langkah/prosedur bermain ular tangga dengan baik (kocok dadu kemudian melangkah ke kotak sesuai dengan nomor hasil pengocokan yang muncul pada angka dadu); 3) Pemain menjawab soal dari setiap kotak yang ditempati sesuai dengan pengetahuannya; 4) Apabila semua pemain sudah mampu menyelesaikan sampai kotak garis *finish* dan terdapat beberapa pertanyaan yang belum difahami maka pemain dapat membuka modul untuk mengetahui jawaban yang benar atau pendamping permainan/tutor/guru dapat menjelaskan jawaban sesuai dengan modul; 5) Jawaban pertanyaan dalam kotak ular tangga bisa ditemukan di dalam modul.



Gambar 1. Media Edukasi Ular Tangga

3. Hasil Dan Pembahasan

3.1. Hasil

3.1.1. Karakteristik Responden

Persentase karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1.

Table 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswi SLB Kabupaten Bantul

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Siswi		
Remaja awal (10-14 tahun)	8	26,7
Remaja tengah (15-17 tahun)	12	40,0
Remaja akhir (18-21 tahun)	10	33,3
Usia Haid Pertama (<i>Menarche</i>)		
Remaja awal (10-14 tahun)	30	100,0
Parental Education		
SD	11	36,7
SMP	10	33,3
SMA	6	20,0
PT	3	10,0
Pekerjaan Orangtua		
Petani	5	16,7
Buruh	14	46,7
Wirausaha	5	16,7
Swasta	4	13,3
PNS	2	6,7
Has A Sister		
Tidak	11	36,7
Ya	19	63,3
Has Gadget		
Tidak	12	40,0
Ya	18	60,0
Sources of Menstrual Hygiene		
Orangtua	11	36,7
Guru	17	56,7
Teman Sebaya	2	6,7
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori remaja tengah (15-17 tahun) sebanyak 40,0%, usia awal menstruasi seluruh responden pada kategori remaja awal (10-14 tahun) sebanyak 100%, pendidikan orangtua sebagian besar pada tingkat SD sebanyak 36,7% dan SMP sebanyak 33,3%, pekerjaan terbanyak orangtua adalah menjadi buruh sebanyak 46,7%. Responden yang memiliki saudara perempuan sebanyak 63,3% dan memiliki *gadget* sebanyak 60,0%. Untuk sumber informasi remaja paling banyak didapatkan dari guru sebanyak 56,7%.

3.1.2. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene*

Pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi *menstrual hygiene* pada remaja *intellectual disability* di SLB Kabupaten Bantul tercantum pada tabel 2 dan tabel 3.

Table 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi

Pengatahuan <i>Menstrual Hygiene</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	2	6,7
Cukup	10	33,3
Kurang	18	60,0
Total	30	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi *menstrual hygiene* sebagian besar dalam kategori kurang yaitu sebanyak 60,0%.

Table 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi

Pengetahuan <i>Menstrual Hygiene</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	14	46,7
Cukup	15	50,0
Kurang	1	3,3
Total	30	100

Tabel 3 di atas menunjukkan tingkat pengetahuan responden sesudah diberikan edukasi *menstrual hygiene* terdapat peningkatan pada kategori cukup sebanyak 50%.

3.1.3 Pengaruh Media Edukasi Ular Tangga Terhadap Pengetahuan *Menstrual Hygiene Remaja Intellectual Disability*

Hasil uji normalitas data dan uji bivariat dapat dilihat pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4 dan tabel 5.

Table 4. Uji Normalitas Data

Pengetahuan <i>Menstrual Hygiene</i>	Statistic	SD Deviation	Maximum-Minimum	P
<i>Pretest</i>	0,880	1,695	16-8	0,003
<i>Posttest</i>	0,879	1,813	18-11	0,003

Table 5. Uji *Wilcoxon Signed Rank Tests* Pengaruh Media Edukasi Ular Tangga terhadap Pengetahuan *Menstrual Hygiene Remaja Intellectual Disability*

Pengetahuan <i>Menstrual Hygiene</i>	Mean + SD	Z _{Wilcoxon}	Sig. (2 tailed)
<i>Pretest</i>	11,43 + 1,695	-4,756	0,001
<i>Posttest</i>	15,77 + 1,813		

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas data penelitian ini didapatkan nilai *p* pada kegiatan *pretest* sebesar 0,003 dan *posttest* sebesar 0,003. Hasil tersebut menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal, sehingga peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Pada tabel 5 didapatkan

hasil nilai signifikansi sebesar 0,001 dan nilai $Z_{Wilcoxon}$ sebesar -4,756. Hasil nilai *mean* variabel pengetahuan terdapat perbedaan pada nilai *pretest* sebesar 11,43 ($SD=1,695$), sedangkan *posttest* sebesar 15,77 ($SD=1,813$). Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat pengaruh media edukasi ular tangga terhadap pengetahuan *menstrual hygiene* pada remaja *intellectual disability* di SLB Kabupaten Bantul.

3.2 Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi *menstrual hygiene* menggunakan media ular tangga sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 60,0% dan setelah diberikan edukasi mengalami peningkatan dalam kategori cukup sebanyak 50,0%. Hasil uji *statistic wilcoxon* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan *menstrual hygiene* remaja *intellectual disability* sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media ular tangga dengan nilai $p=0.000$ ($p<0.05$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan terdapat pengaruh permainan ular tangga terhadap pengetahuan remaja tentang kebersihan genitalia^[15]. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian lain yang melaporkan bahwa media ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan siswa^[17]

Pengetahuan yang meningkat akan menjadi faktor yang memengaruhi pengelolaan manajemen kebersihan menstruasi pada remaja^[20]. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pengetahuan, diantaranya usia, sosial ekonomi, pendidikan, informasi, lingkungan dan pengalaman^[21]. Peningkatan pengetahuan pada penelitian ini menurut asumsi peneliti berkaitan dengan usia responden, dimana sebagian pada kategori remaja tengah (15-17 tahun) sebesar 40,0%. Hal ini dijelaskan dalam penelitian sebelumnya bahwa semakin bertambahnya usia individu maka akan diimbangi oleh berkembangnya daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga usia menjadi faktor yang memengaruhi pengetahuan remaja^[22]. Faktor pendukung lain yang menjadi pengaruh dalam penerimaan informasi pada penelitian ini adalah tingkat *IQ* responden. Hal ini berkaitan dengan tingkat *intellectual disability* yang dimiliki responden dalam kategori ringan (50-70) dan sedang (30-50). Pada tingkat *IQ* ini masih dapat berkembang dalam bidang akademik dan mampu melakukan keterampilan mengurus dirinya sendiri, sehingga masih memungkinkan untuk menerima dan memahami informasi^{[2][5]}.

Walaupun memiliki keterbatasan, remaja *intellectual disability* memiliki perkembangan fisik yang sama dengan remaja normal pada umumnya sehingga mereka harus mampu memahami berbagai perubahan yang terjadi pada dirinya. Remaja tetap membutuhkan informasi kesehatan, serta diharapkan dapat menerima informasi yang diberikan seperti remaja normal pada umumnya^[23]. Melalui pemilihan metode dan media edukasi kesehatan yang tepat diharapkan mereka dapat menerima serta memahami materi yang disampaikan dengan baik. Menurut peneliti sebelumnya media edukasi ular tangga merupakan salah satu metode yang efektif, karena memiliki beberapa kelebihan seperti menyingkirkan keseriusan dan memberikan suasana yang menyenangkan serta menghilangkan stress dalam lingkungan belajar. Permainan ini juga mengajak peserta terlibat penuh karena pada saat belajar akan menggerakkan gerak tangan, badan, kaki yang diiringi dengan gerak pikiran, membangun kreativitas diri, mencapai tujuan dengan ketidaksadaran karena ketika bermain peserta akan merasa senang, fokus untuk menjadi pemenang dan meraih makna belajar melalui pengalaman. Selain itu peserta juga akan fokus dengan materi permainan oleh rasa tertantang, motivasi, dan semangat yang tinggi^{[17][24][25]}.

4. Kesimpulan

Pendidikan kesehatan menggunakan media ular tangga terbukti efektif meningkatkan pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada remaja *intellectual disability*. Permainan edukatif dapat menjadi salah satu alternatif media yang bisa diterapkan pada anak dengan *intellectual disability*. Guru dan orangtua dapat memperhatikan kebersihan menstruasi remaja guna mencegah permasalahan kemungkinan muncul apabila tidak menjaga kebersihan dengan baik, seperti infeksi pada organ reproduksi. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan media edukasi menggunakan alat permainan edukatif lainnya.

Daftar Pustaka

- [1] *American Association on Intellectual and Developmental Disabilities*, "Intellectual Disability: Definition, Classification, and Systems of Supports," 11th ed., Washington, DC: AAIDD, 2010.
- [2] K. Shchubelka et al., "Genetic determinants of global developmental delay and intellectual disability in Ukrainian children," *J. Neurodev. Disord.*, vol. 16, no. 1, pp. 1–10, 2024, doi: 10.1186/s11689-024-09528-x.
- [3] R. Kemenkes, "Kanker Payudara Paling Banyak di Indonesia, Kemenkes Targetkan Pemerataan Layanan Kesehatan," 2022. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20220202/1639254/kanker-payudara-paling-banyak-di-indonesia-kemenkes-targetkan-pemerataan-layanan-kesehatan/>
- [4] Bappeda, "Data Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dan Sarana Kesejahteraan Sosial," in *Bappeda Provinsi DIY*, 2020.
- [5] J. Wilbur, R. Poilapa, and C. Morrison, "Menstrual Health Experiences of People with Intellectual Disabilities and Their Caregivers during Vanuatu's Humanitarian Responses: A Qualitative Study," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 19, no. 21, 2022, doi: 10.3390/ijerph192114540.
- [6] M. del R. Flores-Medina, E. Valdez-Martinez, and H. Márquez-González, "Qualitative Focus Groups with Professionals of Special Education and Parents of Young Females with Intellectual Disability Exploring Experiences with Menstrual Hygiene Management and the Trigger for the Non-Therapeutic Hysterectomy in Mexico," *Healthc.*, vol. 10, no. 9, 2022, doi: 10.3390/healthcare10091690.
- [7] D. U. Aras, N. M. Asbi, and J. Ibrahim, "Gambaran Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada Remaja Penyandang Disabilitas: Studi Kualitatif Pada Remaja Tunanetra di Yayasan Pembinaan Tunanetra Indonesia (YAPTI) Makassar," *J. Ilm. Kesehat. Iqra*, vol. 7, no. 2, pp. 16–21, 2019.
- [8] D. Yati and H. A. Sudarno, "Hubungan Pendidikan Orangtua dengan Tingkat Kemandirian Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja dengan Disabilitas intelektual," *J. Holist. Nurs. Sci.*, vol. 6, no. 1, pp. 13–21, 2019.
- [9] D. Bujianto, "Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019." [Online]. Available: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil->
- [10] A. S. Wahyudi, C. A. Asmoro, and I. Suarlia, "Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi," *J. Kesehat. Manarang*, vol. 4, no. 2, pp. 104–113, 2018.
- [11] S. W. Andri, A. Candra, P., and I. Surailah, "Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi," *J. Kesehat. Manarang*, vol. 4, no. 2, pp. 104–113, 2018.
- [12] E. S. Wahyuni and D. W. O. Harisa, "Video Based Instructions Meningkatkan Praktik Kebersihan Diri Saat Menstruasi pada Siswi Disabilitas Intelektual," *J. Keterampilan Fis.*, vol. 5, no. 2, pp. 62–70, 2020, doi: 10.37341/jkf.v5i2.235.
- [13] Q. Ayun, Z. Shaluhiah, and A. Margawati, "Pengetahuan, Sikap dan Pengalaman Caretaker Tentang Pendidikan Kesehatan Reproduksi Tunagrahita di SLB Dharma Wanita Kabupaten Gresik," *J. Kesehat. Masy. Visikes*, vol. 2, no. 1, pp. 37–50, 2018.
- [14] I. Gönenç, N. Ç. Çalbayram, S. Altundağ, and Ö. Aktaş, "Determination of the Efficiency of Menstruation Hygiene Training Given to Trainable Intellectual Disability Adolescent Girls," *Ankara Med. J.*, vol. 20, pp. 57–68, 2020, [Online]. Available: <https://consensus.app/papers/determination-of-the-efficiency-of-menstruation-hygiene-g>
- [15] D. A. Rahmawati, "Efektivitas GACOKAN (Game Mencocokkan) dan GALAGA (Game Ular Tangga) dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri tentang Kebersihan Ganitalia Saat Menstruasi [POLTEKKES KEMENKES Semarang]." 2021.
- [16] J. Wilbur et al., "Qualitative study exploring the barriers to menstrual hygiene management faced by adolescents and young people with a disability, and their carers in the Kavrepalanchok district, Nepal," *BMC Public Health*, vol. 21, no. 1, pp. 1–15, 2021, doi: 10.1186/s12889-021-10439-y.
- [17] C. Zuhriya, N. K. A. Armini, and E. D. Wahyuni, "Pengaruh Edutainment Ular Tangga Terhadap Perilaku Remaja Tentang Personal Hygiene Menstruasi," *J. Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 3, no. 2, 2018, doi: 10.30651/jkm.v3i2.1763.

-
- [18] Permata, “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Puteri di SMP N 01 Pulau Beringin Sumatera Selatan Tahun 2019,” 2019. [http://repository.unas.ac.id/636/1/Desvi Dwi Permata.pdf](http://repository.unas.ac.id/636/1/Desvi%20Dwi%20Permata.pdf)0APujianto, E. (2020).
- [19] E. Sinaga, “Manajemen kesehatan menstruasi. Jakarta;,” *Univ. Nas. IWW-ASH Glob.*, no. April, 2017, [Online]. Available: [http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku Kesehatan Menstruasi.pdf](http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku%20Kesehatan%20Menstruasi.pdf)
- [20] N. Nugraheni and Romdiah, “Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Akses Media terhadap Perilaku Remaja dalam Merawat Organ Genitalia,” *J. Ilm. Kesehat. Ar-Rum Salatiga*, vol. 6, no. 1, pp. 37–42, 2021.
- [21] S. Notoadmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2012.
- [22] R. Farakhiah, S. T. Raharjo, and N. C. Apsari, “Perilaku Seksual Remaja dengan Disabilitas Mental,” *Soc. Netw. J.*, vol. 8, no. 1, pp. 114–126, 2018.
- [23] S. V Puspitasari, L. E. Novianti, and H. Agustiani, “Pubertas Menurut Prespektif Remaja Putri Dengan Disabilitas Intelektual,” *J. Psikol.*, vol. 9, no. 3, pp. 237–250, 2020, doi: 10.30872/psikostudia.v9i3.4165.
- [24] D. Utari and A. Nurrohman, “Pengaruh Edukasi Ular Tangga Mitigasi Banjir Terhadap Tingkat Pengetahuan Usia 10-12 Tahun Desa Beran Kismoyoso,” *Sehat Rakyat J. Kesehat. Masy.*, vol. 1, no. 4, pp. 323–333, 2022, doi: 10.54259/sehatrakyat.v1i4.1098.
- [25] D. Kurniawati, D. Y. Rohmana, and Peni Perdani Juliningrum, “Pengaruh Permainan Ular Tangga terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Menghadapi Menarche pada Siswi SDN Pringgowirawan 01 Sumberbaru Kabupaten Jember,” *J. Pustaka Kesehat.*, vol. 5, no. 1, 2017.