

**PENERAPAN METODE *DRILL* UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN
PERSONAL *HYGIENE* MENSTRUASI PADA MURID *CEREBRAL PALSY*
KELAS XII DI SLBN POLEWALI**

Siti Ghufra Ainun. Hs¹, Dwiyatmi Sulasminah², Zulfitriah³

^{1,2,3} Pendidikan Khusus Universitas Negeri Makassar

ghufraiin@gmail.com, dwiyatmi.sulasminah@unm.ac.id, zulfitriah@unm.ac.id

ABSTRACT

This study investigated the limited menstrual personal hygiene skills of a female student with cerebral palsy, as reflected in her inability to independently wear and remove sanitary pads. The study aimed to determine the improvement in menstrual personal hygiene skills through the implementation of the drill method for a twelfth-grade female student with cerebral palsy at SLBN Polewali. A quantitative approach with a descriptive research design was employed, focusing on changes in the student's performance before and after the implementation of the drill method. The research subject was a twelfth-grade female student diagnosed with spastic cerebral palsy whose menstrual personal hygiene skills were categorized as less skilled. Data were collected using a performance test developed based on indicators of menstrual personal hygiene skills. The data were analyzed by comparing the pre-test and post-test results and describing the changes in the student's performance. The findings revealed a significant improvement in the student's menstrual personal hygiene skills, progressing from the less skilled category to the highly skilled category following the implementation of the drill method. These findings suggest that the drill method is effective in improving menstrual personal hygiene skills among female students with cerebral palsy.

Keywords: drill method, menstrual personal hygiene, cerebral palsy

ABSTRAK

Masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* yang masih terbatas, ditandai dengan rendahnya kemampuan dalam memakai dan melepas pembalut secara mandiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi melalui penerapan metode *drill* pada murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN Polewali. Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang berfokus pada perubahan kemampuan sebelum dan sesudah penerapan metode *drill*. Subjek penelitian ini adalah seorang murid *cerebral palsy* dengan diagnosis *cerebral palsy* tipe spastik kelas XII yang memiliki keterampilan personal *hygiene* menstruasi yang masih kurang terampil. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes perbuatan yang disesuaikan dengan indikator keterampilan personal *hygiene* menstruasi. Analisis data dilakukan dengan membandingkan hasil tes sebelum dan sesudah penerapan metode *drill* serta mendeskripsikan hasil tes tersebut. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat peningkatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* melalui penerapan metode *drill*, yaitu dari kategori kurang terampil menjadi sangat terampil. Penelitian ini menunjukkan

bahwa penerapan metode *drill* dapat membantu meningkatkan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy*.

Kata Kunci: Metode *Drill*, Personal *hygiene* menstruasi, *cerebral palsy*

A. Pendahuluan

Menstruasi merupakan salah satu momen yang sangat penting dalam kehidupan setiap wanita. Momen ini menunjukkan bahwa seorang wanita telah memasuki fase pubertas dan menjadi dewasa. Setiap wanita yang mengalami menstruasi harus memahami cara menjaga kesehatan tubuhnya, khususnya dalam hal kebersihan pribadi saat menstruasi. Perawatan diri yang tepat selama menstruasi berfungsi untuk mencegah sejumlah penyakit, karena kemungkinan terpapar penyakit, terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, cenderung meningkat selama periode ini (Harisa & Wahyuni, 2020).

Berdasarkan laporan dari *World Health Organization* (WHO), menjaga *hygiene* menstruasi yang baik tidak hanya berpengaruh pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat berdampak pada kesehatan mental, rasa percaya diri, dan kualitas hidup perempuan secara keseluruhan. Keterampilan dalam *hygiene* menstruasi semakin penting ketika dilihat dari segi

kemandirian dan martabat setiap individu.

Di sekolah, program kesehatan reproduksi remaja sangat penting karena bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku baik siswa terkait kesehatan dan hak reproduksi. Hal ini akan membantu mereka mempersiapkan diri untuk kehidupan keluarga dan meningkatkan kesehatan reproduksi mereka, yang pada gilirannya akan membantu inisiatif yang bertujuan untuk meningkatkan standar hidup generasi mendatang. Siswa perlu lebih memperhatikan kesejahteraan fisik mereka selama periode ini. Di masa lalu, mereka menerima perawatan yang lebih sedikit, tetapi sekarang mereka membutuhkan perawatan khusus (Basana, 2024).

Sama seperti remaja pada umumnya, remaja dengan disabilitas juga mengalami menstruasi, kecuali mereka yang memiliki gangguan yang memengaruhi sistem reproduksi atau mengalami cedera pada area otak yang mengontrol hormon yang mengatur aktivitas ovarium. Bagi

remaja putri penyandang disabilitas, masa transisi merupakan tantangan signifikan yang membutuhkan banyak bantuan dalam memahami dan mengatasi penyakit mereka serta dalam menyesuaikan diri dengan perubahan menjadi dewasa (Sagala et al., 2022).

Murid *cerebral palsy* memiliki konsekuensi langsung atau primer, seperti penurunan mobilitas atau kemampuan berjalan, penurunan kinerja dalam *Activity Daily Living* (ADL), gangguan komunikasi, gangguan fungsi kognitif, dan gangguan sensorik. Di sisi lain, respons individu penyandang disabilitas merupakan efek tidak langsung atau sekunder. Dengan kata lain, hal ini menggambarkan bagaimana murid *cerebral palsy* tersebut mengatasi kesulitan dalam hidupnya yang disebabkan oleh disabilitasnya. Pada akhirnya, setiap efek ini menimbulkan masalah (Manik et al., 2023)

Murid *cerebral palsy* adalah murid yang memiliki hambatan pada fungsi fisik yang disebabkan oleh kelainan pada otot, tulang, atau sistem saraf. Hambatan tersebut berdampak pada kemampuan murid dalam melakukan koordinasi gerak,

berkomunikasi, beradaptasi dengan lingkungan, serta melakukan mobilitas secara optimal. Kondisi *cerebral palsy* dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kecelakaan, penyakit, maupun kelainan bawaan sejak lahir. Salah satu kondisi yang termasuk dalam kategori *cerebral palsy* adalah *cerebral palsy*, yaitu gangguan yang memengaruhi kemampuan gerak dan postur tubuh akibat kerusakan pada otak yang sedang berkembang (Ulfa et al., 2024).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di SLBN 1 Polewali Mandar pada 11 Juni 2025 dengan wali kelas serta wawancara lanjutan dengan orang tua pada 14 Juli 2025, diperoleh informasi bahwa seorang murid *cerebral palsy* dengan diagnosis *cerebral palsy* tipe spastik berinisial FSP mengalami hambatan dalam keterampilan personal *hygiene* menstruasi, khususnya dalam kemampuan memakai dan melepas pembalut secara mandiri. Hambatan tersebut telah berlangsung sejak awal menstruasi dan berdampak pada kehadiran serta proses belajarnya karena FSP sering tidak masuk sekolah saat menstruasi. Meskipun demikian, FSP tidak mengalami hambatan dalam menerima

pembelajaran dan mampu memahami penjelasan yang diberikan secara berulang. Ketergantungan terhadap bantuan orang tua, keterbatasan fungsi gerak dan koordinasi motorik, serta terbatasnya waktu pendampingan karena kesibukan orang tua menjadi faktor yang memengaruhi rendahnya keterampilan personal *hygiene* menstruasi FSP. Di sisi lain, FSP dikenal sebagai murid yang aktif dan berprestasi baik di bidang akademik maupun nonakademik, khususnya dalam berbagai lomba puisi di tingkat provinsi dan nasional. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya dukungan yang sistematis dari lingkungan sekolah untuk memperkuat peran keluarga dalam mengembangkan keterampilan personal *hygiene* menstruasi secara mandiri pada murid dengan *cerebral palsy*.

Metode *drill* adalah salah satu strategi pengajaran yang telah diidentifikasi efektif dalam mengatasi masalah ini. Metode *drill* adalah metode pembelajaran yang menekankan latihan berulang, terorganisir, dan langkah demi langkah untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan

tertentu (Fahrurrozi et al., 2022). Metode ini dapat diterapkan secara bertahap dalam pelajaran personal *hygiene* menstruasi tanpa harus menunggu sampai siswa mengalami menstruasi. Metode ini menggunakan simulasi dan membiasakan siswa dengan prosedur penggunaan pembalut, memastikan bahwa mereka mahir dalam keterampilan yang diperlukan sebelum mengalami menstruasi. Metode ini ditandai dengan pengulangan kegiatan yang sama secara terencana dan terus menerus hingga siswa benar-benar menguasai keterampilan yang diajarkan dan dapat melaksanakan secara mandiri. Untuk siswa dengan disabilitas, metode *drill* bisa disesuaikan dengan keterbatasan fisik mereka, sehingga memungkinkan proses pembelajaran kebersihan menstruasi dilakukan secara bertahap, terencana, dan terus menerus.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini difokuskan pada penerapan metode *drill* untuk meningkatkan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN Polewali. Penelitian bertujuan mendeskripsikan keterampilan

personal *hygiene* menstruasi sebelum penerapan metode *drill* dan setelah metode *drill* diberikan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan layanan pendidikan khusus, khususnya dalam pembelajaran bina diri bagi murid dengan *cerebral palsy*, sekaligus menjadi referensi bagi guru dan orang tua dalam melatih keterampilan personal *hygiene* menstruasi secara sistematis dan berkelanjutan sehingga mendukung peningkatan kemandirian murid *cerebral palsy*.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif yaitu untuk memperoleh gambaran peningkatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN Polewali sebelum dan sesudah penerapan metode *drill*.

Menurut (Destria, 2023) yaitu pada aspek memakai pembalut dibagi menjadi empat indikator, yakni : 1. Menyiapkan celana dalam; 2. Melepas bungkus pembalut; 3. Merekatkan pembalut pada pakaian dalam; dan 4. Memakai celana dalam. Sedangkan pada aspek melepas pembalut dibagi

menjadi empat indikator, yakni: 1. Melepas celana dalam; 2. Melepas pembalut dari pakaian dalam; 3. Membersihkan pembalut; dan 4. Membuang pembalut.

Subjek penelitian ini adalah seorang murid *cerebral palsy* dengan diagnosis *cerebral palsy* tipe spastik di SLBN Polewali yang mengalami hambatan dalam keterampilan personal *hygiene* menstruasi. Adapun biodata subjek sebagai berikut: Nama : FSP Jenis Kelamin : Perempuan Kelas : XII SMALB Agama : Islam

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes perbuatan. Tes ini dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) untuk mengukur keterampilan personal *hygiene* menstruasi sebelum dan setelah penggunaan metode *drill*. Penilaian ini dapat berupa tes perbuatan, di mana peserta diminta melaksanakannya instruksi yang sesuai dengan keterampilan yang sedang diukur, mencakup : Menggunakan dan melepas pembalut. Skor 2 diberikan apabila subjek terampil melaksanakannya instruksi dengan benar tanpa bantuan, Skor 1 diberikan apabila murid dapat melakukan instruksi tetapi masih memerlukan bantuan, dan Skor 0 diberikan apabila

subjek tidak terampil melaksuridan instruksi tersebut dengan benar.

Tabel 3.1 Kategori Penilaian

Pencapaian	Kriteria
86 -100	Sangat Terampil
75 – 85	Terampil
56 – 74	Cukup Terampil
0 – 55	Kurang Terampil

(Sugiyono, 2023: 174)

Kategori skor nilai awal dan skor nilai akhir, kemudian dikonversi ke nilai dengan rumus kriteria penilaian menurut (Sugiyono, 2023 : 174):

$$NA = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Membandingkan hasil belajar sebelum (*pre-test*) dan sesudah perlakuan, jika nilai hasil tes sesudah (*post-test*) perlakuan lebih besar dari nilai sebelum perlakuan maka dinyatakan ada peningkatan dan jika sebaliknya maka tidak terdapat peningkatan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN 1 Polewali. Penelitian ini telah dilaksuridan pada tanggal 01 April 2026 sampai tanggal 30 April 2026. Penelitian berlangsung sebanyak 14 kali pertemuan 1 kali pertemuan *pre-*

test, 1 kali pertemuan *post-test*, dan 12 kali pertemuan intervensi penerapan metode *drill*.

Tes awal (*pre-test*) ini bertujuan untuk memperoleh Gambaran awal mengenai kemampuan murid dalam memasang dan melepas pembalut. Berdasarkan hasil tes sebelum penggunaan metode *drill* pada subjek, maka data keterampilan personal *hygiene* murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN Polewali tergambar pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Nilai keterampilan personal *hygiene* menstruasi sebelum penggunaan metode *drill* pada murid *cerebral palsy* di SLBN Polewali

No	Inisial Murid	Skor	Nilai	Kategori
1	FSP	6	12	Kurang Terampil

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat diketahui keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN Polewali sebelum penerapan metode *drill* berada pada katcgori kurang terampil dengan nilai yang dipcrolch 12, maka selanjutnya akan diberikan intervensi dengan menerapkan metode *drill*.

Intervensi menggunakan metode *drill* dilakukan secara bertahap. Pada setiap pertemuan, murid diberikan

latihan yang berfokus pada pengenalan dan penggunaan pembalut, seperti menyiapkan celana dalam, melepas bungkus pembalut, merekatkan pembalut pada pakaian dalam, serta membersihkan pembalut setelah digunakan. Proses pembelajaran dilakukan dengan pendekatan yang disesuaikan dengan karakteristik murid *cerebral palsy*, sehingga materi dapat diterima secara bertahap dan tidak membebani kemampuan murid.

Tabel 4.2 Nilai Keterampilan Personal *Hygiene* Menstruasi Sesudah Penerapan Metode *Drill* Pada Murid *Cerebral palsy* di SLBN Polewali

No	Inisial Murid	Skor	Nilai	Kategori
1	FSP	44	91	Sangat Terampil

Berdasarkan table 4.2 di atas, tes perbuatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi setelah penerapan metode *drill* di atas dapat diketahui bahwa nilai dari murid FSP berada pada kategori terampil dengan nilai yang diperoleh 91 (sangat terampil). Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penerapan metode *drill* sebagai metode pembelajaran mampu membantu murid dalam mengembangkan keterampilan personal *hygiene*. Murid

telah mampu melakukan beberapa langkah penting dalam proses memakai dan melepas pembalut, seperti menyiapkan celana dalam, melepas bungkus pembalut, merekatkan pembalut pada pakaian dalam, serta membersihkan pembalut setelah digunakan. Secara keseluruhan, hasil tes akhir menunjukkan bahwa sebagian besar indikator keterampilan personal *hygiene* menstruasi mengalami peningkatan, meskipun belum seluruhnya dapat dikuasai secara sempurna.

Tabel 4.4 Rekapitulasi Nilai Sebelum dan Sesudah Penerapan Metode *Drill* Terhadap Keterampilan Personal *Hygiene* Menstruasi Pada Murid *Cerebral palsy* di SLBN Polewali

No	Inisial Murid	Tes Awal		Tes Akhir	
		Skor	Nilai	Skor	Nilai
1	FSP	6	12	44	91

Perbandingan hasil analisis keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada tabel di atas dapat dilihat adanya peningkatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* setelah dilakukan tes awal dan tes akhir. Pada tes awal atau sebelum penerapan metode *drill* murid memperoleh nilai 12. Jika disesuaikan dengan kategori penilaian pada bab III

maka murid masih berada pada kategori kurang dengan interval nilai ≤ 55 . Kemudian pada pemberian tes akhir atau setelah penerapan metode *drill* murid memperoleh nilai 91. Jika disesuaikan dengan kategori penilaian maka murid sudah berada pada kategori sangat terampil dengan interval nilai 86 - 100.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* kelas XII di SLBN Polewali melalui penerapan metode *drill*. Agar lebih jelas data tersebut diatas divisualisasikan dalam diagram batang sebagai berikut:

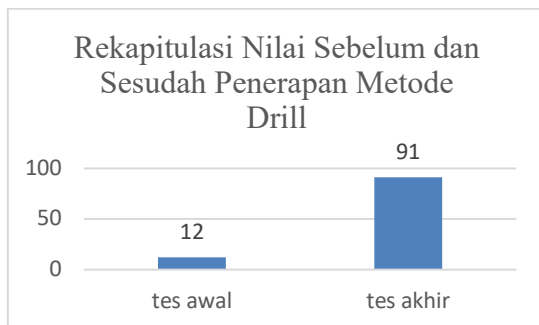


Diagram 4.1 Rekapitulasi Nilai Sebelum dan Sesudah Penerapan Metode *Drill* Terhadap Keterampilan Personal *Hygiene* Menstruasi Pada Murid *Cerebral palsy* di SLBN Polewali

Berdasarkan Diagram 4.2, terlihat adanya peningkatan yang sangat signifikan antara nilai pretest

dan posttest. Nilai sebelum perlakuan berada pada angka yang rendah, sedangkan setelah penerapan pembelajaran menggunakan metode *drill* mengalami peningkatan yang tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *drill* dapat meningkatkan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy*.

Kelebihan metode *drill* dalam penelitian ini terlihat dari kemampuan subjek yang semakin meningkat setelah diberikan latihan secara berulang. Subjek yang pada awalnya belum mampu memahami urutan penggunaan pembalut dengan benar, secara perlahan dapat menguasai setiap tahapan mulai dari membuka bungkus pembalut, merekatkan pembalut pada pakaian dalam, hingga melepas dan membuang pembalut dengan tepat.

Penelitian ini juga menemukan adanya kekurangan metode *drill*. Selama proses pembelajaran berlangsung, subjek terkadang menunjukkan rasa bosan karena kegiatan yang dilakukan cenderung sama dan berulang pada setiap pertemuan. Kondisi tersebut terlihat ketika subjek mulai kehilangan fokus dan memerlukan waktu lebih lama

untuk menyelesaikan latihan. Peneliti menemukan bahwa pengulangan saja belum cukup untuk mempertahankan motivasi belajar subjek. Selama proses pembelajaran berlangsung, subjek menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi ketika diberikan reward atau penguatan setelah berhasil menyelesaikan setiap tahapan pembelajaran. Reward yang diberikan berupa pujian, tepuk tangan, maupun hadiah sederhana terbukti mampu meningkatkan semangat belajar dan membuat subjek lebih antusias untuk menyelesaikan tahapan berikutnya.

Temuan lain dalam penelitian ini menunjukkan bahwa murid dengan *cerebral palsy* masih mengalami kesulitan dalam membedakan bagian atas dan bagian bawah pembalut, khususnya pada pembalut tipe bersayap. Subjek terkadang masih memasang pembalut secara terbalik karena kedua bagian tersebut memiliki bentuk yang hampir serupa. Meskipun demikian, terdapat perbedaan karakteristik pada kedua bagian tersebut, yaitu bagian atas pembalut memiliki ruas yang lebih kecil, sedangkan bagian bawah memiliki perekat dan ruas yang lebih lebar. Kesulitan dalam membedakan kedua bagian ini menyebabkan subjek

memerlukan waktu yang lebih lama dan masih membutuhkan arahan saat memasang pembalut. Temuan penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori karakteristik murid *cerebral palsy* yang dikemukakan oleh (Siaahan et al., 2022) bahwa murid *cerebral palsy* tidak hanya mengalami hambatan pada aspek motorik, tetapi juga memiliki masalah dalam persepsi, kognisi, dan simbolisasi. Gangguan persepsi tersebut menyebabkan murid mengalami kesulitan dalam menangkap informasi dari stimulus yang diterima, sedangkan gangguan simbolisasi menyebabkan murid kesulitan memahami apa yang dilihat dan didengar. Akibatnya, murid mengalami hambatan dalam membedakan bentuk maupun tanda yang memiliki kemiripan sehingga berdampak pada hasil belajar.

Penelitian ini juga menemukan bahwa keterbatasan motorik pada murid *cerebral palsy* memengaruhi proses memakai dan melepas pembalut. Subjek masih memerlukan pegangan atau sandaran ketika memasang pembalut agar keseimbangan tubuh tetap terjaga. Selain itu, saat melepas pembalut, subjek lebih mudah melakukannya dengan bantuan kursi karena posisi

duduk memberikan stabilitas tubuh yang lebih baik dibandingkan posisi berdiri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menjaga keseimbangan dan mengontrol gerakan tubuh masih menjadi tantangan bagi murid *cerebral palsy* dalam melakukan aktivitas sehari-hari, termasuk keterampilan personal *hygiene* menstruasi. Temuan penelitian ini sejalan dengan teori mengenai karakteristik murid *cerebral palsy* yang telah dijelaskan pada (Afifah et al., 2024), yaitu bahwa *cerebral palsy* merupakan gangguan gerak dan postur yang disebabkan oleh kerusakan atau gangguan pada otak yang sedang berkembang. Kondisi tersebut mengakibatkan murid mengalami hambatan dalam mengontrol gerakan, mempertahankan keseimbangan tubuh, serta melakukan koordinasi gerak secara optimal. Akibatnya, aktivitas yang membutuhkan koordinasi motorik dan keseimbangan, seperti memakai dan melepas pembalut, sering kali memerlukan bantuan berupa pegangan, sandaran, maupun alat bantu sederhana lainnya.

Keterbatasan pada aspek motorik tersebut juga menyebabkan

subjek lebih nyaman melakukan pelepasan pembalut dalam posisi duduk menggunakan kursi. Posisi duduk memberikan area tumpuan yang lebih luas sehingga membantu menjaga stabilitas tubuh dan mengurangi risiko kehilangan keseimbangan saat melakukan aktivitas. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan melakukan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan memahami instruksi, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi fisik dan lingkungan yang mendukung.

Peneliti menyadari masih terdapat keterbatasan dalam mengembangkan variasi pembelajaran selama penerapan metode *drill*. Pembelajaran yang dilakukan masih didominasi oleh latihan yang berulang sehingga pada beberapa kesempatan subjek menunjukkan rasa bosan. Ke depan, diperlukan pengembangan metode pembelajaran yang lebih variatif, misalnya dengan penggunaan media visual yang lebih menarik, permainan edukatif, atau sistem reward yang lebih terstruktur agar motivasi belajar murid tetap terjaga selama proses latihan berlangsung.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode *drill* memiliki dampak positif dan efektif dalam meningkatkan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* di SLBN Polewali. Hasil penelitian ini menjawab pertanyaan penelitian yang telah diajukan, sehingga dapat disimpulkan bahwa:

1. Keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* berinisial FSP di SLBN Polewali sebelum penggunaan metode *drill* berada pada kategori kurang terampil.
2. Terdapat peningkatan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* berinisial FSP di SLBN Polewali melalui penggunaan metode *drill*, dari kategori kurang terampil meningkat menjadi kategori sangat terampil.
3. Keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy* berinisial FSP di SLBN Polewali setelah penggunaan metode *drill*

berada pada kategori sangat terampil.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka peneliti mengemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Guru Metode *drill* dapat diimplementasikan sebagai salah satu metode pembelajaran untuk menunjang proses bina diri, khususnya dalam meningkatkan keterampilan personal *hygiene* menstruasi pada murid *cerebral palsy*.
2. Bagi Orang Tua perlu memberikan kesempatan kepada murid untuk melakukan setiap tahapan penggunaan pembalut secara mandiri, memberikan bantuan seperlunya, serta memberikan motivasi dan penguatan agar kemandirian murid dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi terus berkembang.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini lebih lanjut dengan menggunakan subjek yang lebih banyak dengan kebutuhan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, F., Lale Nandita Hulfifa, Baiq Annisa Salmaadani Syafitri, Carolina Janicca Winda Manafe, Zhafirah Amany, Zirly Vera Aziri, Syahla Marsellita Wahyudi, Anak Agung Bagus Tito Indra Prawira Negara, Muhammad Abdurrosyid, Muhammad Azim Billah, & Dinie Ramdhani Kusuma. (2024). Cerebral Palsy : A Literatur Review. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(4), 220–227. <https://doi.org/10.29303/Jbt.V24i4.7518>
- Basana, L. D. U. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Siswa Smk Negeri 1 Adam Dewi Kecamatan Barus Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2024. *Jurnal Riset Ilmiah*, 1(7), 559–564. <https://doi.org/10.62335>
- Destria, D. R. (2023). *Penggunaan Metode Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Merawat Diri Menggunakan Pembalut Pada Anak Tunagrahita Ringan Di Slbn A Citeureup*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Fahrurrozi, F., Sari, Y., & Shalma, S. (2022). Studi Literatur : Implementasi Metode Drill Sebagai Peningkatan Hasil Belajar Matematika Siswa Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(3), 4325–4336. <https://doi.org/10.31004/Edukatif.V4i3.2800>
- Harisa, W. D., & Wahyuni, E. S. (2020). Video Based Instructions Meningkatkan Praktik Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Siswi Disabilitas Intelektual. *Jurnal Keterampilan Fisik*.
- Manik, L. Br, Pasarabu, E. V., & Herlina, E. S. (2023). Implementasi Pendidikan Bagi Anak Tunadaksa. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*.
- Sagala, N. S., Napitupulu, N. F., Simamora, A. A., & Harahap, E. M. (2022). Kepiawean Remaja Putri Difabel Dalam Menghadapi Menstruasi Di Sekolah Luar Biasa Negeri (Slbn) Di Kota Padangsidempuan Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific)*.
- Siaahan, H., Armanila, A., & Veryawan, V. (2022). Penerapan Bank Sampah Di Lingkungan Keluarga Dalam Menumbuhkan Ecolitaracy Anak Usia Dini. *Pelangi: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.52266/Pelangi.V4i1.766>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Sutopo, Ed.; Kedua). Penerbit Alfabeta Bandung. www.cvalfabeta.com
- Ulfa, J., Meidina, T., & Zulfitrach, Z. (2024). Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Murid Cerebral Palsy Melalui Media Busy Book Pada Sekolah Luar Biasa Di Kota Bima. *Phinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 4(6). <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>