Copyright © 2026 The Author(s)
Didaktika: Jurnal Kependidikan Vol. 15 No. 1 Februari 2026

Asesmen Pembelajaran Seksual Adaptif terhadap Kompetensi *Personal Hygiene* Reproduksi Remaja Tunagrahita

Nuraini Hana Irvanti[1], Lilis Suhaila[2], Zalzabilla Putri Chariska[3], Wiwik Widajati[4]
[1,2,3,4]Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

[1]25010915003@mhs.unesa.ac.id
DOI: https://doi.org/10.58230/27454312.3196

Abstrak

Remaja tunagrahita memiliki risiko tinggi terhadap masalah kesehatan reproduksi akibat keterbatasan kognitif dan rendahnya akses pendidikan seksual sehingga berdampak pada minimnya keterampilan personal hygiene serta potensi perilaku seksual tidak aman. Selain itu, asesmen pembelajaran seksual adaptif di Indonesia masih belum terstandarisasi. Penelitian ini bertujuan menelaah asesmen yang digunakan dalam pendidikan seksual adaptif serta kontribusinya terhadap peningkatan personal hygiene reproduksi remaja tunagrahita. Metode yang digunakan yaitu kajian literatur deskriptif terhadap 20 publikasi tahun 2015–2025. Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis praktik langsung, media visual konkret, dan penguatan positif secara konsisten dilaporkan berkaitan dengan peningkatan keterampilan kebersihan genital, manajemen menstruasi, serta pemahaman batas tubuh pribadi. Asesmen performa melalui observasi terstruktur merupakan pendekatan paling sesuai untuk menilai keterampilan fungsional. Kebaruan kajian ini terletak pada pemetaan asesmen personal hygiene reproduksi yang berorientasi pada kemandirian serta rekomendasi penguatan kurikulum keterampilan hidup di SLB guna meningkatkan perlindungan diri dan kualitas hidup remaja tunagrahita.

Kata kunci: Pendidikan Seksual Adaptif, Personal Hygiene Reproduksi, Tunagrahita, Asesmen Performa, Keterampilan Hidup

Pendahuluan

Pendidikan seksual memiliki peran penting dalam mendukung tumbuh kembang remaja agar mampu memahami dan menjaga kesehatan reproduksi secara tepat. Kebutuhan ini tidak hanya berlaku bagi remaja pada umumnya, tetapi juga sangat penting bagi remaja tunagrahita. Remaja tunagrahita mengalami fase pubertas sebagaimana teman sebayanya, namun sering menghadapi kesulitan dalam mengenali perubahan tubuh serta menerapkan keterampilan menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksi secara mandiri (Altundağ, 2022; Baines et al., 2018). Keterbatasan kemampuan berpikir abstrak menyebabkan mereka memerlukan penjelasan yang lebih konkret mengenai kebersihan organ reproduksi, batasan privasi tubuh, serta perilaku seksual yang aman dan sesuai norma. Tanpa pendidikan seksual yang disampaikan secara adaptif dan kontekstual, remaja tunagrahita berisiko mengalami hambatan dalam mencapai kemandirian, menjaga kesehatan, serta melindungi diri secara optimal.

Kondisi tersebut diperkuat oleh temuan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa remaja tunagrahita masih memiliki akses yang terbatas terhadap pendidikan seksual yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan mereka. Kelompok ini sering tidak memperoleh informasi yang memadai mengenai kesehatan reproduksi, yang berdampak pada rendahnya kemampuan perawatan diri serta meningkatnya potensi perilaku seksual yang tidak aman atau tidak sesuai dengan norma sosial (Goli et al., 2022; Paulauskaite et al., 2022). Studi terdahulu juga mengungkapkan bahwa remaja tunagrahita yang tidak mendapatkan pendidikan seksual adaptif cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola kebersihan menstruasi, membersihkan organ

reproduksi dengan benar, serta memahami batasan area tubuh pribadi (Taskin, 2020). Dalam konteks Indonesia, kondisi ini tercermin di Sekolah Luar Biasa (SLB), di mana beberapa penelitian nasional menunjukkan bahwa tingkat kemampuan personal hygiene anak tunagrahita masih relatif rendah, meskipun dukungan keluarga dan penerapan metode pembelajaran adaptif terbukti dapat meningkatkan kemandirian mereka (Putri & Fatmawati, 2024; Kusuma Sari & Hutasoit, 2024; Virgiana, 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, sejumlah studi terbaru telah mengembangkan berbagai pendekatan pembelajaran seksual adaptif untuk meningkatkan kompetensi personal hygiene reproduksi remaja tunagrahita. Penelitian di Turki menunjukkan bahwa pelatihan berbasis praktik langsung, peer training, dan pembelajaran kontekstual efektif dalam meningkatkan keterampilan kebersihan genital dan kemandirian diri (Altundağ, 2022; Kırbaş et al., 2022). Studi di Spanyol menegaskan bahwa penguatan positif dan pengulangan materi berkontribusi terhadap peningkatan kepatuhan perilaku dan pemahaman batas tubuh pribadi (Estruch-García et al., 2025). Di Indonesia, penggunaan media visual konkret, kolaborasi dengan keluarga, serta pendekatan peer teaching terbukti meningkatkan pemahaman area pribadi dan konsistensi perilaku adaptif pada siswa tunagrahita (Sofyana, 2018; Hanifah, 2023; Matahari Bunga Indonesia et al., 2025). Selain itu, pemanfaatan media flashcard juga dilaporkan efektif dalam meningkatkan kemampuan perawatan diri (Deviana Dara Muslimah et al., 2021).

Meskipun berbagai studi tersebut menunjukkan efektivitas intervensi pembelajaran, kajian terhadap literatur mengindikasikan bahwa aspek asesmen kompetensi personal hygiene reproduksi masih belum mendapatkan perhatian yang memadai. Asesmen dalam pembelajaran seksual adaptif seharusnya berorientasi pada penilaian performa melalui observasi langsung terhadap keterampilan yang diterapkan dalam kehidupan nyata, seperti menjaga kebersihan organ reproduksi, kemandirian dalam menghadapi menstruasi, serta penerapan perilaku yang sesuai terkait privasi tubuh (Colarossi et al., 2023). Namun, sebagian besar penelitian masih menggunakan instrumen observasional yang belum memiliki standar indikator yang jelas serta belum dilengkapi dengan bukti validitas dan reliabilitas yang memadai. Paulauskaite et al. (2022) menegaskan bahwa banyak instrumen asesmen dalam pendidikan seksual bagi penyandang disabilitas intelektual belum tervalidasi secara sistematis, sehingga konsistensi dan keandalan pengukuran masih dipertanyakan. Kondisi ini menyulitkan perbandingan hasil antar-studi dan pengembangan intervensi pembelajaran berbasis bukti yang kuat.

Kesenjangan tersebut semakin nyata dalam konteks Indonesia. Asesmen pembelajaran seksual adaptif di SLB umumnya dikembangkan secara lokal tanpa uji psikometrik yang sistematis dan belum terintegrasi dalam kerangka evaluasi yang baku (Putri & Fatmawati, 2024; Hanifah, 2023). Selain itu, masih terdapat ketidaksesuaian antara jenis asesmen yang digunakan dengan karakteristik kognitif remaja tunagrahita, karena sebagian penelitian masih mengandalkan asesmen berbasis pengetahuan kognitif, seperti tes tertulis atau lisan, yang kurang tepat untuk mengukur keterampilan fungsional. Padahal, kompetensi personal hygiene reproduksi merupakan keterampilan praktis yang seharusnya dinilai melalui asesmen performa dalam konteks autentik. Hingga saat ini, belum tersedia sintesis komprehensif yang memetakan berbagai pendekatan asesmen, mengkaji kekuatan dan kelemahannya, serta merumuskan rekomendasi kerangka asesmen yang adaptif dan terstandar, khususnya untuk konteks SLB di Indonesia.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan melakukan telaah dan sintesis terhadap publikasi ilmiah mengenai asesmen pembelajaran seksual adaptif dalam meningkatkan kompetensi personal hygiene reproduksi pada remaja tunagrahita yang terbit dalam kurun waktu 2015–2025. Kajian ini difokuskan pada pemetaan jenis, indikator, dan prosedur asesmen performa yang digunakan dalam berbagai penelitian, analisis kekuatan dan kelemahan instrumen

Copyright © 2026 The Author(s)

asesmen termasuk bukti validitas dan reliabilitasnya, serta identifikasi keterkaitan antara strategi pembelajaran seksual adaptif dan praktik asesmen yang diterapkan. Selain itu, penelitian ini juga mengkaji peran guru, keluarga, dan lingkungan dalam mendukung pelaksanaan asesmen di SLB, serta merumuskan rekomendasi kerangka asesmen personal hygiene reproduksi yang adaptif, terstandar, dan aplikatif sesuai dengan karakteristik remaja tunagrahita. Keterbaruan penelitian ini terletak pada integrasi perspektif pembelajaran seksual adaptif dan asesmen performa yang selama ini masih dikaji secara terpisah, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan pendidikan seksual yang lebih efektif dan berkelanjutan di Sekolah Luar Biasa.

Metode

Penelitian ini menggunakan kajian literatur deskriptif dengan kerangka analisis yang disusun secara sistematis. Pelaksanaan kajian dilakukan melalui tahapan identifikasi literatur, seleksi sumber berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, analisis isi terhadap artikel terpilih, serta sintesis temuan penelitian untuk menggambarkan dan menafsirkan secara komprehensif fokus kajian yang diteliti. Proses penggalian literatur dilakukan melalui platform *Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci *"adaptive sex education", "intellectual disability", "reproductive personal hygiene", "performance assessment", "special education*", dan *"life skills curriculum"*.

Artikel yang diperoleh pada tahap awal kemudian diseleksi secara bertahap melalui identifikasi awal, penyaringan judul dan abstrak, serta penelaahan teks lengkap untuk menilai kesesuaian dengan fokus penelitian. Literatur yang terpilih selanjutnya dianalisis menggunakan kajian literatur deskriptif, yaitu dengan melakukan analisis isi terhadap tujuan penelitian, desain, subjek, serta temuan utama setiap artikel, kemudian dilakukan sintesis literatur untuk mengintegrasikan dan membandingkan temuan antarartikel. Seleksi literatur dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, sehingga hanya artikel yang relevan dan memenuhi persyaratan metodologis yang digunakan dalam kajian ini. Seluruh prosedur pencarian, seleksi, analisis, dan sintesis literatur disusun secara sistematis agar dapat direplikasi oleh peneliti selanjutnya.

Kriteria inklusi dalam penelusuran literatur meliputi: (1) penelitian yang mengkaji orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, (2) penelitian yang melibatkan subjek orang tua dengan anak berkebutuhan khusus maupun peserta didik anak berkebutuhan khusus, serta (3) penelitian yang diterbitkan dalam rentang waktu 5–10 tahun terakhir. Adapun kriteria eksklusi meliputi: (1) penelitian yang hanya melibatkan orang tua dengan anak tanpa kebutuhan khusus, serta (2) publikasi berupa artikel, skripsi, atau makalah yang tidak sesuai dengan fokus penelitian atau tidak memenuhi persyaratan metodologis yang telah ditetapkan. Hasil penelusuran literatur menghasilkan 40 artikel jurnal, namun setelah melalui proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 20 artikel jurnal yang relevan.

Kajian ini difokuskan pada artikel-artikel tersebut karena secara spesifik membahas asesmen pembelajaran seksual adaptif terhadap kompetensi personal hygiene reproduksi pada remaja tunagrahita dengan rentang publikasi 5–10 tahun terakhir. Data dari 20 artikel terpilih dianalisis menggunakan analisis tematik, yang diawali dengan ekstraksi data meliputi judul penelitian, penulis dan tahun publikasi, desain dan subjek penelitian, fokus intervensi, serta temuan utama penelitian. Selanjutnya dilakukan pengkodean untuk mengelompokkan temuan ke dalam tema-tema utama yang relevan, kemudian disintesiskan secara naratif guna mengidentifikasi pola, kesamaan, perbedaan, serta celah penelitian. Hasil sintesis tersebut diinterpretasikan secara kritis dalam konteks pendidikan khusus, dan ringkasan karakteristik serta hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dibawah ini.

Tabel 1. Daftar Penelitian Literatur Deskriptif

No	Peneliti & Tahun	Negara / Sumber	Desain & Subjek	Fokus / Intervensi	Hasil Utama
1	Altundağ (2022)	Turki – *Int. J. of Developmental Disabilities*	Kuasi-eksperimen, 52 remaja perempuan tunagrahita	Pelatihan genital hygiene berbasis praktik langsung	Peningkatan signifikan keterampilan kebersihan genital dan kemandirian diri dalam merawat organ reproduksi.
2	Kırbaş et al. (2022)	Turki	Eksperimen *peer training*	Pelatihan hygiene menstruasi berbasis teman sebaya	Retensi perilaku meningkat; peserta lebih percaya diri dan konsisten menjaga kebersihan.
3	Estruch-García et al. (2025)	Spanyol – *Eur. J. of Special Needs Education*	*Mixed-method*	Penguatan positif dalam pendidikan seksual adaptif	Penguatan positif dan pengulangan materi meningkatkan kepatuhan perilaku dan pemahaman batas tubuh pribadi.
4	Baines et al. (2018)	Inggris – *BMC Public Health*	Survei nasional	Pendidikan reproduksi inklusif	Minimnya akses dan kebijakan adaptif memunculkan perilaku maladaptif dan risiko seksual lebih tinggi.
5	Goli et al. (2022)	Iran – *Reproductive Health Journal*	Kualitatif	Persepsi guru & konselor	Guru menilai perlunya media visual dan pelatihan profesional untuk mengajar topik seksualitas disabilitas.
6	Colarossi et al. (2023)	AS – *Sexuality & Disability*	Deskriptif (Project SHINE)	Alat ajar & asesmen adaptif	Asesmen observasional kontekstual terbukti lebih akurat mengukur keterampilan fungsional dibanding tes tertulis.
7	Paulauskaite et al. (2022)	Inggris – *Sex Education Journal*	*Systematic review*	Pendidikan seksual disabilitas	Banyak asesmen belum tervalidasi dan guru kurang mendapat pelatihan; butuh standar global.
8	Hanifah (2023)	Indonesia – *Jurnal Pendidikan Luar Biasa*	PTK di SLB	Media gambar & simulasi kebersihan diri	Pembelajaran visual konkret meningkatkan pemahaman area pribadi dan perilaku menjaga privasi.
9	Sofyana (2018)	Indonesia – *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*	PTK kolaboratif orang tua–anak	Model SARIKSA perawatan diri	Kolaborasi keluarga meningkatkan kemandirian kebersihan diri dan

Copyright © 2026 The Author(s)

					konsistensi perilaku adaptif.
10	Kusuma Sari & Hutasoit (2024)	Indonesia – *Quantum Wellness Journal*	Korelasional	Pola asuh ibu & hygiene menstruasi	Pola asuh suportif berhubungan signifikan dengan perilaku hygiene menstruasi remaja putri tunagrahita.
11	Ni Kadek N. Virgiana (2025)	Indonesia – *Jurnal PLB Indonesia*	Survei SLB Negeri 1 Badung	Perilaku hygiene reproduksi	68,7% siswa menunjukkan perilaku baik; faktor keluarga paling berpengaruh terhadap kebiasaan hygiene.
12	Matahari Bunga Indonesia et al. (2025)	Indonesia – *Jurnal Pendidikan Khusus*	Eksperimen	*Cross-age peer teaching* area pribadi	Pendekatan antar usia sebaya meningkatkan pemahaman batas privasi dan empati sosial siswa.
13	Deviana Dara Muslimah et al. (2021)	Indonesia – *Jurnal Pendidikan Inklusif*	Eksperimen kuantitatif	Media *flashcard* kebersihan diri	Media *flashcard* efektif meningkatkan kemampuan perawatan diri dan mengurangi ketergantungan pada guru.
14	Putri S. Salsabilla & Fatmawati (2024)	Indonesia – *Jurnal Pendidikan Adaptif*	Deskriptif kuantitatif	Tingkat kemampuan hygiene anak	42,5% siswa memiliki kemampuan hygiene rendah; diperlukan pembelajaran adaptif dan dukungan keluarga.
15	Pérez-Curiel et al. (2024)	Spanyol – *Education and Society Journal*	Studi kebijakan	Evaluasi kurikulum pendidikan seksual	Kurikulum belum adaptif terhadap kebutuhan disabilitas; belum memasukkan asesmen performa dan kesetaraan gender.
16	Ahmed et al. (2021)	Pakistan – *J. of Public Health and Education*	Survei	Pengetahuan menstruasi remaja disabilitas	Literasi reproduksi masih rendah; dukungan sekolah dan pelatihan guru direkomendasikan.
17	Wilbur et al. (2021)	Inggris – *BMC Women's Health*	Review kebijakan	Hak reproduksi perempuan disabilitas	Tabu sosial dan minim pendidikan seks menyebabkan rendahnya kesadaran perlindungan diri.

18	Memarian & Mehrpisheh (2015)	Iran – *Iranian J. of Medical Ethics*	Analisis kebijakan	Hak reproduksi perempuan ID	Menekankan pentingnya perlindungan hukum, akses pendidikan seks, dan pemberdayaan perempuan disabilitas.
19	Ariyanti & Royanto (2017)	Indonesia – *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*	Eksperimen	Pembelajaran menstruasi adaptif	Pelatihan bertahap berbasis demonstrasi meningkatkan keterampilan dan kemandirian kebersihan diri.
20	Taskin (2020)	Turki – *Disability and Health Journal*	Survei praktik hygiene	Praktik hygiene remaja ID	Perilaku hygiene rendah akibat stigma sosial dan kurangnya akses informasi seksual adaptif.

Hasil

Kajian literatur deskriptif ini mencakup dua puluh artikel ilmiah nasional dan internasional yang membahas pembelajaran seksual adaptif serta kompetensi *personal hygiene* reproduksi pada remaja tunagrahita di Sekolah Luar Biasa (SLB). Artikel-artikel yang dianalisis dipublikasikan dalam rentang tahun 2015 hingga 2025 dan diperoleh melalui proses penelusuran literatur sesuai dengan kriteria inklusi yang telah dijelaskan pada bagian metode. Seluruh penelitian yang ditelaah melaporkan hasil pembelajaran seksual adaptif yang berfokus pada keterampilan kebersihan diri dan reproduksi yang dapat diamati dalam aktivitas sehari-hari.

Hasil kajian menunjukkan bahwa penelitian-penelitian yang dianalisis melaporkan adanya perubahan keterampilan *personal hygiene* reproduksi pada remaja tunagrahita setelah pelaksanaan pembelajaran seksual adaptif. Perubahan keterampilan tersebut dilaporkan pada berbagai aspek, antara lain kebiasaan mencuci tangan, kemampuan membersihkan organ reproduksi setelah buang air, pengelolaan kebersihan menstruasi, serta kemampuan membedakan fasilitas umum berdasarkan jenis kelamin. Perubahan tersebut didokumentasikan melalui asesmen berbasis performa dan observasi langsung yang digunakan oleh masing-masing penelitian.

Dalam konteks internasional, beberapa studi melaporkan hasil pembelajaran seksual adaptif yang dilaksanakan melalui pendekatan berbasis praktik langsung dan penggunaan media visual konkret. Altundağ (2022) melaporkan perubahan keterampilan kebersihan genital pada remaja perempuan tunagrahita setelah mengikuti pelatihan berbasis demonstrasi dan *task analysis*. Kırbaş et al. (2022) melaporkan perubahan perilaku kebersihan menstruasi setelah penerapan pelatihan berbasis teman sebaya. Selain itu, Estruch-García et al. (2025) melaporkan perubahan pemahaman siswa terkait batas tubuh pribadi setelah pembelajaran yang disertai penguatan dan pengulangan materi.

Pada konteks nasional, penelitian-penelitian yang ditelaah melaporkan hasil pembelajaran yang disesuaikan dengan lingkungan sekolah dan keluarga. Hanifah (2023) melaporkan perubahan pemahaman siswa mengenai area pribadi melalui penggunaan media gambar dan simulasi kebersihan diri. Sofyana (2018) melaporkan perubahan keterampilan kebersihan diri siswa tunagrahita melalui penerapan model pembelajaran kolaboratif SARIKSA. Kusuma Sari dan Hutasoit (2024) melaporkan adanya keterkaitan antara pola asuh ibu dan

Copyright © 2026 The Author(s)

perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri tunagrahita berdasarkan hasil observasi dan pengukuran yang dilakukan dalam penelitiannya.

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa asesmen yang digunakan dalam penelitian-penelitian tersebut umumnya berupa asesmen berbasis performa dan observasi langsung. Instrumen asesmen yang dilaporkan meliputi lembar observasi perilaku, *checklist* keterampilan fungsional, rubrik skala kemampuan, serta pengukuran *pretest–posttest* berbasis demonstrasi. Asesmen tersebut digunakan untuk menggambarkan keterampilan siswa dalam konteks kegiatan kebersihan diri dan reproduksi.

Sebagai ilustrasi bentuk asesmen kuantitatif yang dilaporkan dalam penelitian terdahulu, Widya (2025) menyajikan data *pretest* dan *posttest* keterampilan *personal hygiene* reproduksi pada peserta didik tunagrahita di SLB setelah penerapan pembelajaran seksual adaptif. Data yang disajikan merupakan data sekunder yang diambil dari hasil penelitian sebelumnya dan bukan merupakan data primer yang dikumpulkan oleh penulis.

Tabel 2. Instrumen Asesmen Kelompok Perempuan Widya (2025)

Pertanyaan	Pretest	Postest
Apakah Bisa Mencuci Tangan 6 Langkah?	25%	88%
Apakah Bias Ke Kamar Mandi Sendiri?	95,8%	88,2%
Bagaimana Cara Membersihkan Alat Kelamin Setelah Buang Air?	58,3%	70,6%
Bagaimana Cara Membersihkan. Membuang Pembalut?	41,7%	70,8%
Apakah Bisa Membedakan Kamar Mandi Perempuan Dan Laki-Laki Ditempat Umum?	79,2%	88,2%

Tabel 3 Instrumen Asesmen Kelompok Laki-laki Widya (2025)

Pertanyaan	Pretest	Postest
Apakah Bisa Mencuci Tangan 6 Langkah?	68%	77,3%
Apakah Bias Ke Kamar Mandi Sendiri?	88%	95,5%
Bagaimana Cara Membersihkan Alat Kelamin Setelah Buang Air?	60%	81%
Apakah Bisa Membedakan Kamar Mandi Perempuan Dan Laki-Laki Ditempat Umum?	64%	95,5%

Berdasarkan data pada Tabel 2 dan Tabel 3, terlihat adanya perubahan persentase keterampilan *personal hygiene* reproduksi pada beberapa indikator yang diukur. Besaran perubahan bervariasi antar indikator dan kelompok peserta didik sebagaimana dilaporkan dalam penelitian sumber. Penyajian data ini menggambarkan bentuk hasil asesmen kuantitatif yang digunakan dalam penelitian terdahulu dan menjadi bagian dari temuan dalam kajian literatur deskriptif ini.

Pembahasan

Pembahasan ini diarahkan untuk menjelaskan "mengapa" dan "bagaimana" pendidikan seksual adaptif menghasilkan perubahan keterampilan *self-care* dan perilaku reproduksi sehat pada remaja tunagrahita, sebagaimana dilaporkan dalam penelitian-penelitian yang dianalisis. Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa pendidikan seksual adaptif secara konsisten dilaporkan berkaitan dengan perubahan keterampilan self-care dan perilaku reproduksi sehat pada remaja tunagrahita. Temuan ini dapat dijelaskan melalui perspektif teori pembelajaran sosial dan behavioristik. Dalam kerangka pembelajaran sosial, peningkatan perilaku adaptif terjadi karena peserta didik memperoleh kesempatan untuk belajar melalui observasi, peniruan, dan pemodelan perilaku yang disajikan secara konkret oleh pendidik. Ketika praktik perawatan diri dan perilaku reproduksi sehat ditampilkan melalui contoh nyata dan situasi yang relevan dengan kehidupan sehari-hari, remaja tunagrahita lebih mampu memahami konsekuensi sosial dan personal dari perilaku tersebut, sehingga mendorong internalisasi nilai-nilai kesehatan reproduksi.

Dari sudut pandang behavioristik, perubahan perilaku yang dilaporkan dalam pendidikan seksual adaptif dapat dipahami melalui penggunaan penguatan positif, pengulangan, dan pembiasaan. Strategi ini membantu membentuk respons perilaku yang diharapkan melalui stimulus yang konsisten dan terstruktur. Peningkatan keterampilan self-care dapat dipahami sebagai hasil dari proses belajar yang menekankan hubungan langsung antara stimulus pembelajaran dan respons perilaku, sehingga perilaku reproduksi sehat berkembang menjadi kebiasaan yang relatif stabil.

Secara kritis, temuan ini menguatkan tujuan penelitian yang menekankan pentingnya pendekatan adaptif dalam pendidikan seksual bagi remaja tunagrahita. Penelitian ini memberikan kontribusi orisinal dengan menunjukkan bahwa integrasi prinsip pembelajaran sosial dan behavioristik memberikan kerangka penjelasan teoretis mengenai pembentukan perilaku fungsional yang dilaporkan dalam berbagai penelitian. Dengan demikian, studi ini melengkapi literatur yang sebelumnya cenderung berfokus pada aspek normatif atau preventif, dengan menawarkan bukti empiris mengenai mekanisme pembelajaran yang menjembatani pengetahuan dan perilaku pada kelompok remaja berkebutuhan khusus.

Penelitian internasional oleh Altundağ (2022) dan Kırbaş et al. (2022) menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis demonstrasi dan *peer teaching* memungkinkan peserta didik mengamati, meniru, dan mengulang perilaku kebersihan reproduksi dalam situasi yang terstruktur. Mekanisme ini relevan bagi remaja tunagrahita yang memiliki keterbatasan dalam pemrosesan informasi abstrak, sehingga pembelajaran berbasis pengalaman langsung lebih efektif dibandingkan pendekatan verbal atau teoritis. Namun demikian, sebagian penelitian internasional tersebut masih menitikberatkan pada pengukuran hasil jangka pendek dan belum secara konsisten mengevaluasi keberlanjutan perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari peserta didik.

Dalam konteks nasional, penelitian oleh Hanifah (2023) serta Deviana Dara Muslimah et al. (2021) melaporkan bahwa penggunaan media visual dan simulasi berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman siswa mengenai area pribadi dan praktik kebersihan diri. Meskipun demikian, beberapa penelitian nasional masih memiliki keterbatasan metodologis, seperti ukuran sampel yang relatif kecil, variasi durasi intervensi, serta belum meratanya penggunaan instrumen asesmen yang tervalidasi. Selain itu, sebagian studi cenderung mengaitkan perubahan perilaku secara langsung dengan intervensi pembelajaran tanpa mengkaji secara mendalam peran pembiasaan di lingkungan keluarga dan keberlanjutan praktik di luar sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan seksual adaptif bekerja melalui mekanisme

Copyright © 2026 The Author(s)

pembelajaran konkret, pengulangan, dan pembiasaan yang secara bertahap membentuk keterampilan fungsional dan kemandirian siswa.

Perbandingan antara praktik pendidikan seksual adaptif di negara maju dan di Indonesia menunjukkan perbedaan konteks implementasi yang signifikan. Di negara-negara maju, pendidikan seksual bagi individu dengan disabilitas intelektual umumnya terintegrasi dalam kebijakan pendidikan nasional, didukung oleh kurikulum berbasis bukti, pelatihan guru yang sistematis, serta penggunaan instrumen asesmen yang relatif terstandar lintas institusi. Kondisi ini memungkinkan konsistensi pelaksanaan dan evaluasi program dalam jangka panjang. Sebaliknya, dalam konteks Indonesia, implementasi pendidikan seksual adaptif sebagaimana dilaporkan dalam penelitian nasional masih sangat bergantung pada inisiatif guru dan sekolah, dengan dukungan kebijakan yang terbatas serta adanya hambatan sosial dan budaya terkait pembahasan seksualitas. Perbedaan konteks tersebut menunjukkan bahwa perubahan keterampilan yang dilaporkan dalam penelitian nasional dicapai melalui adaptasi pedagogis lokal dalam kondisi struktural yang lebih menantang, sekaligus menegaskan pentingnya penguatan kebijakan dan pelatihan guru untuk meningkatkan keberlanjutan program.

Dalam aspek asesmen, kajian ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis performa dan observasi langsung merupakan metode yang paling sering digunakan dalam penelitian pendidikan seksual adaptif bagi remaja tunagrahita. Pemetaan instrumen asesmen menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menggunakan lembar observasi perilaku, *checklist* keterampilan fungsional, rubrik skala kemampuan, serta pengukuran *pretest–posttest* berbasis demonstrasi. Pola penggunaan instrumen tersebut mengindikasikan bahwa pengukuran hasil belajar lebih diarahkan pada keterampilan fungsional yang dapat diamati dalam konteks kehidupan sehari-hari dibandingkan penguasaan pengetahuan secara tertulis. Hal ini memperkuat argumen bahwa asesmen kontekstual lebih relevan untuk menggambarkan capaian belajar remaja tunagrahita dalam pendidikan seksual adaptif.

Tabel 4. Pemetaan Jenis Instrumen Asesmen dalam Penelitian Pendidikan Seksual Adaptif pada Remaja Tunagrahita

Jenis Instrumen Asesmen	Fokus Pengukuran	Penelitian yang Menggunakan
Observasi Performa Langsung	Keterampilan kebersihan diri dan reproduksi dalam aktivitas nyata	Altundağ (2022); Hanifah (2023); Widya (2025)
Checklist Keterampilan Fungsional	Tingkat kemandirian *self-care* dan urutan tindakan kebersihan	Sofyana (2018); Kusuma Sari & Hutasoit (2024)
Rubrik Skala Kemampuan	Konsistensi dan kualitas perilaku kebersihan reproduksi	Colarossi et al. (2023); Kırbaş et al. (2022)
Pretest–Posttest Berbasis Demonstrasi	Perubahan keterampilan sebelum dan sesudah intervensi	Widya (2025); Deviana Dara Muslimah et al. (2021)
Kuesioner Perilaku (Orang Tua/Guru)	Generalisasi perilaku kebersihan di rumah dan sekolah	Paulauskaite et al. (2022)

Berdasarkan pemetaan instrumen asesmen pada Tabel X, terlihat bahwa sebagian besar penelitian yang ditelaah menggunakan asesmen berbasis performa dan observasi langsung untuk menggambarkan capaian belajar remaja tunagrahita. Dominasi penggunaan instrumen tersebut menunjukkan bahwa evaluasi hasil belajar dalam pendidikan seksual adaptif lebih

diarahkan pada keterampilan fungsional yang dapat diamati dalam konteks kehidupan sehari-hari dibandingkan penguasaan pengetahuan secara tertulis. Temuan ini memperkuat argumen bahwa asesmen kontekstual merupakan pendekatan yang paling relevan untuk mengevaluasi hasil pembelajaran seksual adaptif pada siswa tunagrahita.

Peran guru dan keluarga juga muncul sebagai faktor penting dalam keberhasilan pendidikan seksual adaptif. Guru berperan dalam merancang dan memfasilitasi pengalaman belajar yang konkret dan bermakna, sementara keluarga menjadi lingkungan utama pembiasaan perilaku di luar sekolah. Interaksi antara sekolah dan keluarga membentuk konteks ekologis yang mendukung pembentukan keterampilan *self-care* secara berkelanjutan. Namun demikian, keterbatasan kompetensi guru serta minimnya pelatihan khusus yang dilaporkan dalam beberapa penelitian tetap menjadi tantangan yang berpotensi memengaruhi konsistensi dan keberlanjutan program pendidikan seksual adaptif.

Kajian ini juga mencatat sejumlah keterbatasan dalam penelitian-penelitian terdahulu, seperti ukuran sampel yang relatif kecil, durasi intervensi yang singkat, serta belum meratanya pengujian validitas dan reliabilitas instrumen asesmen. Selain itu, faktor tabu budaya dan resistensi sosial terhadap pendidikan seksual masih menjadi kendala utama dalam konteks Indonesia. Keterbatasan-keterbatasan tersebut membuka peluang bagi penelitian lanjutan yang bersifat longitudinal, melibatkan sampel yang lebih luas, serta terintegrasi dengan kebijakan pendidikan yang lebih komprehensif.

Dari sisi konseptual, temuan kajian ini sejalan dengan teori belajar sosial Bandura yang menekankan peran observasi, imitasi, dan penguatan dalam pembentukan perilaku, serta teori perkembangan kognitif Piaget yang menegaskan pentingnya pembelajaran konkret pada individu dengan keterbatasan berpikir abstrak. Selain itu, temuan ini juga memperkuat Teori *Self-Care Deficit* Orem dengan menunjukkan bahwa pendidikan seksual adaptif dapat berfungsi sebagai strategi pemberdayaan untuk meningkatkan kemandirian personal. Dalam perspektif psikososial Erikson, penguasaan keterampilan kebersihan diri dan pemahaman tubuh berkontribusi terhadap pembentukan identitas positif dan rasa percaya diri remaja tunagrahita. Integrasi berbagai perspektif teoretis ini menempatkan pendidikan seksual adaptif sebagai intervensi multidimensi yang mencakup aspek biologis, psikologis, dan sosial.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa pendidikan seksual adaptif memiliki posisi strategis dalam penguatan keterampilan fungsional, kemandirian, dan perlindungan diri remaja tunagrahita. Dalam konteks Indonesia, pendidikan seksual adaptif perlu dipahami sebagai bagian integral dari pendidikan keterampilan hidup yang berkelanjutan dan sensitif terhadap nilai sosial budaya. Dengan demikian, penguatan kebijakan, peningkatan kompetensi guru, serta pengembangan asesmen yang kontekstual menjadi aspek penting dalam upaya meningkatkan kualitas implementasi pendidikan seksual adaptif di Sekolah Luar Biasa.

Kesimpulan

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa pendidikan seksual adaptif merupakan komponen penting dalam mendukung pengembangan kompetensi personal hygiene reproduksi pada remaja tunagrahita. Pembelajaran yang disajikan secara konkret, kontekstual, dan berbasis praktik langsung melalui observasi serta penguatan perilaku memberikan kontribusi konseptual terhadap pemahaman peningkatan kemampuan perawatan diri, pemahaman kebersihan organ reproduksi, serta pembentukan perilaku seksual yang aman dan sesuai dengan norma sosial.

Secara teoretis, temuan ini memperkuat relevansi Teori *Self-Care Deficit* yang menekankan pentingnya pemberdayaan individu untuk mencapai kemandirian fungsional. Selain itu, hasil kajian ini juga sejalan dengan perspektif perkembangan psikososial dan teori

Copyright © 2026 The Author(s)

pembelajaran sosial yang memandang pengalaman langsung dan pembiasaan sebagai fondasi utama dalam pembentukan perilaku adaptif. Dalam konteks ini, pendidikan seksual adaptif tidak semata-mata berfungsi sebagai penyampaian informasi, tetapi berperan strategis dalam membantu remaja tunagrahita membangun pemahaman yang sehat tentang tubuh, identitas diri, dan rasa percaya diri.

Dari perspektif praktis, kajian ini menegaskan urgensi integrasi pendidikan seksual adaptif ke dalam kurikulum keterampilan hidup di Sekolah Luar Biasa. Pelaksanaan asesmen pembelajaran perlu diarahkan pada penilaian performa yang autentik, kontekstual, dan kolaboratif agar mampu merepresentasikan kemampuan fungsional siswa secara lebih akurat. Dengan pendekatan tersebut, pendidikan seksual adaptif dapat menjadi strategi yang berkelanjutan dalam mendukung kemandirian, menjaga martabat, serta meningkatkan partisipasi sosial remaja tunagrahita dalam kehidupan sehari-hari.

References

Ahmed, M., Fatima, H., & Malik, S. (2021). Knowledge and practices of menstrual hygiene among adolescent girls with intellectual disabilities in Pakistan. *Journal of Public Health and Education*, 15(3), 201–210. https://doi.org/10.1080/09709274.2021.1825743

Altundağ, S. (2022). The effect of genital hygiene training on the self-care skills of female adolescents with intellectual disabilities. *International Journal of Developmental Disabilities, 68*(5), 597–606. https://doi.org/10.1080/20473869.2020.1774224

Ariyanti, D., & Royanto, L. (2017). Pembelajaran adaptif kebersihan menstruasi pada remaja tunagrahita ringan di SLB. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia, 9*(1), 55–63.

Baines, S., Emerson, E., & Hatton, C. (2018). Sexual health and relationships for people with intellectual disability: Policy, practice, and research. *BMC Public Health, 18*(713), 1–11. https://doi.org/10.1186/s12889-018-5572-9

Colarossi, L., Bell, S., & Biswas, S. (2023). Project SHINE: Collaborative sexual health education for youth with intellectual and developmental disabilities. *Sexuality and Disability, 41*(2), 345–360. https://doi.org/10.1007/s11195-023-09765-4

Deviana, D. M., & Rachmawati, F. (2021). Penggunaan media flashcard "Menjaga Kebersihan Diriku" untuk meningkatkan kemampuan personal hygiene anak tunagrahita ringan. *Jurnal Pendidikan Inklusif, 8*(2), 110–119.

Estruch-García, M., Salmerón, P., & Caravaca, A. (2025). Teaching sexual health to students with mild intellectual disabilities: The role of positive reinforcement and repetition. *European Journal of Special Needs Education, 40*(1), 85–102. https://doi.org/10.1080/08856257.2025.2070421

Goli, F., Rahmati, R., & Karimi, M. (2022). Teachers' perceptions of adaptive sexual education for students with intellectual disabilities in Iran. *Reproductive Health, 19*(78), 1–10. https://doi.org/10.1186/s12978-022-01397-8

Hanifah, S. (2023). Peningkatan pemahaman area pribadi melalui pembelajaran seksual adaptif berbasis media gambar pada anak tunagrahita. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa, 19*(1), 22–33.

Kırbaş, S., Aydoğan, A., & Öztürk, G. (2022). Peer-based menstrual hygiene training for adolescents with intellectual disabilities. *International Journal of Developmental Disabilities, 68*(7), 680–692.

Kusuma Sari, E., & Hutasoit, R. (2024). Hubungan pola asuh ibu dengan perilaku personal hygiene reproduksi pada remaja putri tunagrahita di SLB. *Quantum Wellness Journal, 1*(3), 223–234.

Matahari Bunga Indonesia, S., Hartati, T., & Sari, P. (2025). Model pembelajaran *cross-age peer teaching* untuk meningkatkan pemahaman area pribadi pada siswa tunagrahita. *Jurnal Pendidikan Khusus, 15*(1), 12–25.

Memarian, F., & Mehrpisheh, S. (2015). The reproductive rights of women with intellectual disabilities: A policy perspective. *Iranian Journal of Medical Ethics, 10*(4), 55–64.

Ni Kadek Nana Virgiana. (2025). Perilaku personal hygiene reproduksi pada remaja putri tunagrahita di SLB Negeri 1 Badung. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa Indonesia, 10*(2), 101–110.

Paulauskaite, L., Banes, G., & Swaine, J. (2022). Systematic review: Barriers and facilitators to sexual education for adolescents with intellectual disabilities. *Sex Education, 22*(3), 345–362. https://doi.org/10.1080/14681811.2022.2030159

Pérez-Curiel, C., Jiménez, M., & Albaladejo, R. (2024). Educational policy for sexual health and disability: A comparative study in Spanish special schools. *Education and Society Journal, 42*(2), 155–169.

Putri, S. S., & Fatmawati, S. (2024). Analisis kemampuan personal hygiene anak tunagrahita di SLB Negeri. *Jurnal Pendidikan Adaptif, 6*(1), 44–53.

Sofyana, I. (2018). Kolaborasi orang tua dan anak dalam meningkatkan kemandirian personal hygiene melalui model SARIKSA. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus, 14*(2), 85–97.

Taskin, F. (2020). Menstrual hygiene practices among adolescents with intellectual disabilities in Turkey. *Disability and Health Journal, 13*(4), 100893. https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.100893

Widya, R. (2025). *Evaluasi program pembelajaran seksual adaptif berbasis asesmen performa di SLB X*. Jurnal Pendidikan Khusus Terapan, 12(1), 45–56.

Wilbur, J., Jones, M., & Thomas, N. (2021). Reproductive health rights of women with intellectual disabilities: A policy and research overview. *BMC Women's Health, 21*(271), 1–9. https://doi.org/10.1186/s12905-021-01493-8