

## **“AKU DAN TUBUHKU: EFEKTIFITAS PROGRAM PENGENALAN TUBUH DENGAN PRINSIP “*ACTIVE JOYFULL LEARNING*”( AJEL) SEBAGAI SALAH SATU TINDAKAN PENCEGAHAN TINDAKAN PELECEHAN DAN KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK**

Dian Fithriwati Darusmin, S.Psi.,M.A.,Psikolog  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
[dian.darusmin@psy.uad.ac.id](mailto:dian.darusmin@psy.uad.ac.id)

### **ABSTRAK**

Kasus kekerasan seksual yang terjadi pada anak di bawah umur saat ini sudah sangat memprihatinkan. Anak menjadi kelompok rentan terhadap pelecehan seksual karena anak diposisikan sebagai sosok yang lemah, dan tidak berdaya. Tujuan Penelitian ini memberikan pemahaman mengenai diri dan tubuh anak. Penelitian dengan judul “AKU DAN TUBUHKU: Program Pengenalan Tubuh Dengan Prinsip *Active Joyful Effective Learning*”(AJEL). Program ini memberikan wawasan dan *self awareness* kepada anak tentang tubuhnya. Penelitian ini diberikan kepada siswa kelas 4 SD Model Sleman berjumlah 84 siswa. Penelitian yang diberikan meliputi bagian tubuh, area sentuhan aman, tipe-tipe sentuhan, dan cara melindungi diri. Sebelum penelitian siswa diberikan pre test untuk mengukur wawasan anak sebelum diberi pelatihan, dan diberikan pre test untuk mengukur efektifitas hasilnya. Hasil penelitian ini menunjukkan anak mengalami peningkatan pemahaman dan wawasan mengenai tubuhnya, menjaga tubuhnya, dan memahami sentuhan aman dan tidak aman.

**Kata kunci :** prinsip AJEL, pendidikan seks, pra remaja, self awareness

**"Me And My Body: The Effectiveness Program Of Body Recognition With The Principle" *Active Joyfull Learning* "(Ajel) As One Of The Prevention Of Action Of Sexual Abuse And Violence In Children**

### **ABSTRACT**

Currently, cases of sexual violence that occure to minors are very concerning. Children are the vulnerable group to sexual abuse because their positioned as weak and powerless. The purposes of this study is to provided an understanding about self awareness and insight into children bodies. Our Research entitled "I AM AND MY BODY: an Introduction Program about Body and Self Awareness with Active and Joyful Learning Principle" (AJEL). Our participants are students of level 4 SD Model Sleman Yogyakarta, that choosen by Purposive Sampling Method. This research provided arwareness about children body parts, areas of safe touch, types of touch, and ways of protecting oneself. Before the program, students were given a pre-test to measure a baseline about children's insights, and given a post-test to measured the effectiveness of the results. The results of this study indicated that children have increased understanding and insight into their bodies, taking care of their bodies, and understanding safe and unsafe touch.

**Keywords :** AJEL principles, sex education, pre-teen, self awareness

## Pendahuluan

Tindak kejahatan seksual terhadap anak saat ini seringkali terjadi. Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), tindak kejahatan seksual pada anak pada tahun 2016 tercatat sebanyak 78 kasus kejahatan seksual secara online terhadap anak, 120 kasus anak sebagai korban kejahatan seksual, dan 41 kasus anak sebagai korban eksploitasi seks komersial. Data tersebut menandakan bahwa tindak kejahatan seksual pada anak masih cenderung tinggi ([www.kpai.go.id](http://www.kpai.go.id)). Menurut KPAI, sejak tahun 2011 hingga 2014, jumlah anak korban pornografi dan kejahatan online di Indonesia telah mencapai jumlah 1.022 anak. Secara rinci dipaparkan, anak – anak yang menjadi korban pornografi online sebesar 28%, pornografi anak online 21%, prostitusi anak online 20%, objek video porno 15%, serta anak korban kekerasan seksual online 11% (KPAI). Pada tahun 2016, kasus kekerasan seksual terjadi di SD Model Sleman, korban (JM) dilecehkan oleh gurunya (AD) dengan meraba bagian terlarang JM yang dilakukan di UKS sekolah. Kepala SD Model (YI) mengaku kecolongan atas peristiwa itu. Warga sekolah memandang pelaku selama ini cukup baik, santun, taat beribadah, dan salah satu guru yang cukup potensial ([www.radarjogja.co.id](http://www.radarjogja.co.id)). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melansir ada 123 kasus kekerasan seksual anak di sekolah pada tahun 2019. Korban terbanyak adalah 71 anak perempuan dan 52 anak laki - laki. Kasus terbanyak terjadi di sekolah, dan pelaku adalah guru. Modus pelaku adalah dengan mengajak anak nonton konten pornografi, membujuk, memberi uang hingga pemaksaan ([www.merdeka.com](http://www.merdeka.com) ).

Anak menjadi kelompok yang sangat rentan terhadap kekerasan seksual karena anak selalu diposisikan sebagai sosok lemah atau yang tidak berdaya dan memiliki ketergantungan yang tinggi dengan orang – orang dewasa di sekitarnya. Kekerasan seksual terhadap anak dapat terjadi kapan saja dan di mana saja. Menurut Lyness (dalam Maslihah, 2006), kekerasan seksual terhadap anak meliputi tindakan menyentuh atau mencium organ seksual anak, tindakan seksual atau pemerkosaan terhadap anak, memperlihatkan media/benda porno, menunjukkan alat kelamin pada anak dan sebagainya (Noviana, 2015). Kekerasan seksual cenderung menimbulkan dampak traumatis pada anak, ditandai dengan adanya *powerlessness*, dimana korban merasa tidak berdaya dan tersiksa ketika mengungkap peristiwa pelecehan seksual tersebut.

Tindakan kekerasan seksual pada anak membawa dampak emosional dan fisik kepada korbannya. Levitan, Sheldon & Goering (2003) memaparkan secara emosional, anak sebagai

korban kekerasan seksual mengalami stres, depresi, guncangan jiwa, adanya perasaan bersalah dan menyalahkan diri sendiri, rasa takut berhubungan dengan orang lain, bayangan kejadian dimana anak menerima kekerasan seksual, mimpi buruk, insomnia, ketakutan dengan hal yang berhubungan dengan penyalahgunaan termasuk benda, bau, tempat, kunjungan dokter, masalah harga diri, disfungsi seksual, sakit kronis, kecanduan, keinginan bunuh diri, keluhan somatik, dan kehamilan yang tidak diinginkan. Muncul gangguan – gangguan psikologis seperti *pasca-trauma stress disorder*, kecemasan, penyakit jiwa lain termasuk gangguan kepribadian dan gangguan identitas disosiatif, bulimia nervosa, bahkan adanya cedera fisik kepada anak . Secara fisik, korban mengalami penurunan nafsu makan, sulit tidur, sakit kepala, tidak nyaman di sekitar vagina atau alat kelamin, berisiko tertular penyakit menular seksual, luka di tubuh akibat perkosaan dengan kekerasan, kehamilan yang tidak diinginkan dan lainnya.

Kasus kekerasan seksual terhadap perempuan dan anak dipicu karena masih rendahnya pemahaman pendidikan seks (<http://solo.tribunnews.com/>). Masyarakat, terutama orang tua, menganggap bahwa pendidikan seks merupakan sesuatu yang tabu dan tidak layak untuk diberikan kepada anak – anak mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat Musdah, Ketua Umum Indonesian Conference on Religion and Peace (ICRP), yang menyatakan bahwa pendidikan seksual yang komprehensif adalah untuk mengajarkan menghargai dan mengapresiasi sesama manusia (<http://nasional.kompas.com/>).

Pembekalan dini tentang seks sebagai alternatif mengurangi kejahatan seksual sehingga anak mampu membuat suatu sikap emosional yang sehat terhadap masalah seksual. Guna mendukung kegiatan ini akan dikembangkan prinsip belajar *Active Joyful Effective Learning* untuk anak – anak sekolah dasar karena pada usia tersebut (rata-rata 6 – 13 tahun) dalam pandangan Piaget anak – anak secara aktif membangun dunia kognitif mereka dengan menggunakan skema untuk menjelaskan hal – hal yang mereka alami, dan skema diekspresikan dengan beragam perilaku dan kemampuan yang dilakukan seorang anak dalam hubungannya dengan objek atau situasi (King, 2008).

Prinsip AJEL akan memberikan kesempatan untuk anak dapat aktif terlibat, anak diberi kebebasan untuk menanyakan hal – hal yang berkaitan dengan tubuhnya sendiri, karena pada usia 11 hingga 15 tahun pemikiran anak lebih abstrak, idealis, logis, mampu menarik kesimpulan dan mengambil keputusan secara sistematis yaitu pada tahap formal operasional (Santrock, 2011). Proses belajar yang menyenangkan dan efektif juga dapat dilakukan dengan melakukan diskusi, menciptakan suasana yang menyenangkan seperti memutar musik dan

mengadakan games. Melalui prinsip AJEL ini secara tidak langsung anak – anak akan belajar mengenali tubuhnya dengan menyenangkan sehingga anak memiliki pemahaman yang utuh, sehingga anak usia sekolah dasar anak dapat menjaga diri dari pelaku kekerasan seksual. Penelitian ini memiliki tujuan untuk memberikan pemahaman yang benar kepada anak mengenai tubuhnya, sesuai dengan tingkat usianya, dan tahapan perkembangan. Upaya memberikan wawasan dan pengetahuan mengenai tubuh anak akan berdampak positif untuk membangun kesadaran anak akan tubuhnya dan melindungi dirinya.

### Metode Penelitian

Program “AKU DAN TUBUHKU: Program Pengenalan Tubuh Dengan Prinsip “Active Joyful Effective Learning” memberikan wawasan kepada anak untuk mengenali tubuhnya. Prinsip *Active Joyful Effective Learning* akan menciptakan suasana belajar yang mengasyikkan dan menyenangkan sehingga informasi yang diperoleh anak semakin banyak.

*Active* yaitu memberikan kesempatan pada anak untuk terlibat langsung, sehingga dalam proses pembelajaran lebih banyak melakukan kerja kelompok, diskusi dan tanya jawab antara pemateri dengan anak. Prinsip *Joyful* merupakan suatu proses pembelajaran yang dapat membantu mengembangkan kemampuan berpikir, membangun konsep materi pelajaran serta kemampuan merumuskan kesimpulan pada anak dengan menghadapkan anak kepada suatu keadaan yang menyenangkan sehingga anak merasa tertarik dan menyukai materi yang diberikan karena proses belajar didesain lebih dinamis dan menekankan hal – hal yang bersifat visual dengan menggunakan media poster dan penayangan video.

Menurut Hiltz (Setyosari, 2014) proses belajar yang efektif berpusat pada peserta didik (*learner centered*) bukan berpusat pada guru (*teacher centered*). Prinsip *Active Joyful Effective Learning* akan menciptakan suasana belajar yang mengasyikkan dan menyenangkan sehingga informasi yang diperoleh anak semakin banyak. Suasana belajar seperti ini yang diterapkan dalam pelatihan ini, sehingga anak – anak lebih menikmati proses belajar sambil bermain tanpa meninggalkan esensi wawasan yang diterima anak.

Penelitian ini berlangsung selama 4 hari dan melibatkan metode pengambilan sampel secara *Purposive Sampling* sesuai tujuan penelitian. Sampel penelitian melibatkan 84 siswa dan siswi dari tiga rombongan belajar yang ada di level lima. Pemilihan subjek dari level lima dikarenakan anak sudah berada di usia baligh dan mulai menunjukkan tanda – tanda pubertas seperti haid dan mimpi basah.

Pada penelitian ini, anak laki - laki dan perempuan dipisahkan dibagi menjadi dua kelas, agar anak merasa nyaman dan tidak canggung. Anak perempuan dibagi menjadi 4 kelompok yang didampingi oleh satu *trainer* dan 2 *co-trainer*, sedangkan siswa laki-laki dibagi menjadi 3 kelompok yang didampingi oleh satu *trainer* dan 3 *co-trainer*. Sebelum pelatihan diberikan, anak diberikan lembar pengecekan wawasan melalui *pre test* untuk mengetahui pengetahuan anak tentang tubuhnya, sentuhan aman dan tidak aman, area yang boleh dan tidak boleh disentuh, dan cara melindungi dirinya. Hasil *pre test* kemudian dianalisis secara kualitatif dan kuantitatif dengan membuat list jawaban anak, dan diberi persentase kemunculan jawaban anak pada lembar *pre test*.

Metode seperti diskusi, tanya jawab, kerja kelompok, ceramah, dan menonton video digunakan untuk memberi informasi dan *self awareness* pada anak. Instrumen yang digunakan adalah manekin tubuh anak laki - laki dan perempuan disertai baju luaran dan pakaian dalam yang bisa dilepas. Media pembelajaran lain yang digunakan adalah tayangan *power point*, video lagu sentuhan boleh dan tidak boleh, serta *games* tentang anggota tubuh.

Penggunaan alat peraga berupa manekin, poster dan video edukasi dirasa tepat sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak. Hal ini didukung oleh pendapat Notoatmodjo (2007) bahwa penggunaan alat peraga akan jauh lebih efektif bagi anak – anak. Penggunaan alat peraga sesuai dengan prinsip pembelajaran, dan jauh lebih efektif dibanding kata – kata. Berikut adalah foto salah satu aktifitas anak dengan menggunakan media poster tentang area tubuh.



Gambar 1. Media Poster

Pelatihan diakhiri dengan memberikan evaluasi di tiap sesi dan evaluasi menyeluruh di akhir pelatihan. Evaluasi diberikan dalam bentuk *post test* dengan lembar pertanyaan yang berupa isian singkat. Anak kemudian diminta memberi respon dari pertanyaan yang sama seperti pada *pre test* yang berisi pertanyaan untuk menggali wawasan anak. Data respon

deskriptif anak kemudian ditabulasi dan diberi skor kuantitatif dalam bentuk persentase. Hasilnya kemudian dibandingkan, antara data deskriptif di *pre test* dan *post test* dari pelatihan.

### Hasil dan Pembahasan

Pelecehan dan kekerasan seksual adalah perilaku seksual yang tidak diinginkan dan tidak diharapkan. Perilaku yang termasuk didalamnya adalah sentuhan yang menimbulkan perasaan tidak nyaman, menimbulkan rasa malu, dan menyerang subjek. Pelecehan seksual tidak hanya berupa tindakan fisik, namun juga bisa dilakukan secara verbal, semisal ujaran merendahkan, ujaran dengan istilah penyebutan area fisik sensitif, dan memberikan julukan yang tidak nyaman (Young dan Ashbaker, 2010). Ditambahkan juga bahwa, pelaku dari pelecehan atau kekerasan seksual kebanyakan dilakukan oleh figur yang punya otoritas dan lebih tinggi dari korbannya. Anak – anak adalah kelompok rentan, cenderung tidak berdaya, sehingga bisa dengan mudah menjadi korban kekerasan atau pelecehan seksual

Weber dan Smith (2010) mengungkapkan dampak jangka panjang kekerasan seksual terhadap anak yaitu anak yang menjadi korban kekerasan seksual pada masa kanak – kanak memiliki potensi untuk menjadi pelaku kekerasan seksual di kemudian hari. Ketidakberdayaan korban saat menghadapi tindakan kekerasan seksual di masa kanak – kanak, tanpa disadari digeneralisasi dalam persepsi mereka bahwa tindakan atau perilaku seksual bisa dilakukan kepada figur yang lemah atau tidak berdaya. Pendapat ini menunjukkan adanya dampak yang sangat besar dalam tumbuh kembang anak jika ia mengalami kekerasan seksual di masa kecil.

Pemberian Pelatihan Ajel di kelas 4 SD Model Sleman, menunjukkan adanya efektifitas penambahan wawasan atau pengetahuan tentang pentingnya memahami tubuh, melindungi tubuh dan mengetahui area aman boleh disentuh orang lain dan yang tidak boleh disentuh. Berikut hasil perbandingan evaluasi pelatihan :

**Tabel 1**  
**Evaluasi Perbedaan Bentuk Tubuh**

<b>Pre Test</b>	<b>%</b>
Bentuk tubuh laki - laki dan perempuan berbeda	28%
Alat kelamin laki - laki dan perempuan berbeda	12%
Perempuan memiliki rambut yang panjang, sedangkan laki - laki berambut pendek	60%
<b>Post Test</b>	<b>%</b>

Bentuk tubuh laki - laki dan perempuan berbeda	28%
Laki - laki memiliki penis, dan perempuan memiliki vagina	42%
Perempuan yang baligh akan mendapat haid dan tumbuh payudara. Laki – laki akan mendapat mimpi basah, dan tumbuh jakun	68%

### Simpulan

Anak mengetahui bahwa tubuh anak lelaki dan perempuan berbeda. Perbedaan terletak pada bentuk tubuh dan ciri spesifik tubuh seperti alat kelamin. Anak mengetahui dan memahami bahwa anak perempuan akan mendapat menstruasi dan anak lelaki akan mimpi basah saat memasuki usia baligh.

Tabel 1 menunjukkan anak – anak sudah memahami perbedaan tubuh anak lelaki dan perempuan. Perbedaan yang dipahami pada ciri fisik dan perbedaan alat kelamin, misalnya anak perempuan berambut panjang dan anak perempuan pendek. Pelatihan yang diberikan telah menambah pemahaman anak tentang perbedaan itu lebih jauh, yaitu perbedaan ciri fisik yang lebih spesifik yang diakibatkan mulainya masa pubertas.

Pentingnya anak mengetahui perbedaan tubuhnya lebih baik, tidak hanya sekedar ciri fisik akan membuat anak lebih mudah menerima dirinya dan jenis kelamin lain, serta menghargainya. Anak laki – laki dan perempuan, sama – sama berpotensi mengalami kekerasan dan pelecehan seksual, namun bentuk perilaku pelecehan atau kekerasan bisa sangat berbeda. Anak perempuan akan lebih mudah menerima pelecehan, bahkan oleh teman sebayanya sendiri. Sedangkan anak lelaki lebih mudah diasumsikan lebih bisa membela dirinya dibanding anak perempuan (Young dan Ashbaker, 2010).

**Tabel 2**  
**Area Sentuhan Boleh dan Tidak Boleh**

<b>Pre Test</b>	<b>%</b>
Pusar dan perut karena bau keringat	1%
Alat kelamin karena takut dosa dan tidak sopan	93%
Mata tidak boleh disentuh karena sakit	6%
<b>Post Tes</b>	<b>%</b>
Bagian tubuh yang tidak boleh disentuh orang lain adalah area pakaian dalam	100%
<b>simpulan</b>	
Anak mengetahui bahwa bahwa area tubuhnya yang tidak boleh disentuh orang lain adalah area yang ditutupi pakaian dalam (juga termasuk area aurat) baik pada laki - laki maupun perempuan.	

Tabel 2 menunjukkan adanya penambahan wawasan anak tentang area yang boleh disentuh dan tidak boleh disentuh pada tubuh anak. Anak kian paham bahwa bagian tubuhnya berharga, dan tidak boleh disentuh adalah area yang ditutupi pakaian dalam.

**Tabel 3**  
**Orang yang Boleh Menyentuh Area Pakaian Dalam Tubuhku**

<b>Pre Test</b>	<b>%</b>
Orang yang tidak dikenal, orang selain keluarga	82%
Ibu boleh menyentuh, ayah tidak boleh menyentuh anak perempuan	16%
Benda tajam, karena bisa luka	2%
<b>Post Tes</b>	<b>%</b>
Bagian tubuh hanya boleh disentuh diriku sendiri, orang tua yang sama jenis kelamin denganku, dokter jika akan memeriksaku saat sakit.	100%
<b>simpulan</b>	
Anak mengetahui bahwa bahwa tubuhnya yang tidak boleh disentuh sembarang orang. Area pakaian dalam hanya bisa disentuh oleh dirinya sendiri, orang tua sejenis, dan dokter untuk pemeriksaan saat sakit.	

Tabel 3 menunjukkan adanya perubahan pemahaman anak, akan berharganya diri anak dan tidak mudah disentuh oleh orang lain. Anak memahami jika tubuhnya hanya boleh disentuh oleh dirinya sendiri, dan orang lain yang ia ijin untuk menyentuh dirinya. Profesi dokter ditambahkan dalam pemahaman anak yang boleh menyentuh bagian tubuhnya jika ia harus diperiksa oleh dokter.

**Tabel 4**  
**Upaya yang Dilakukan saat Area Pakaian Dalam Disentuh Orang Lain**

<b>Pre Test</b>	<b>%</b>
Memperkenalkan diri	1%
Menasehati dan menegur karena tidak sopan	6%
Melawan dengan menebas tangan orang itu.	93%
<b>Post Tes</b>	<b>%</b>
Aku harus berteriak minta tolong	36%
Berusaha lari dengan cepat dan memberitahu orang tua	59%
Menceritakan kepada orang tua, guru dan polisi	5%
<b>simpulan</b>	
Anak mengetahui bahwa ada upaya yang harus dilakukan saat area pakaian dalam tubuhnya disentuh oleh orang lain yang tidak berhak, yaitu dengan meminta pertolongan, berteriak, dan melaporkan pada pihak yang berwenang.	

Tabel 4 menunjukkan anak memperoleh wawasan baru tentang bagaimana melindungi dirinya dari perilaku orang lain yang tidak menyenangkan, salah satunya pelecehan atau kekerasan seksual. Anak memahami ia harus segera memberitahu pihak berwenang atau orang tua jika berada dalam kondisi membahayakan.



Pelatihan ini sebagai bentuk psikoedukasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman anak tentang tubuhnya dan bagaimana melindungi tubuh dengan memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Piaget (dalam Santrock 2011) menyebutkan bahwa anak – anak yang berada di rentang usia 10 hingga 11 tahun berada pada fase pertengahan dan akhir masa anak – anak. Tahapan perkembangan kognitif di fase ini disebut Piaget dengan Operasional Konkret, yaitu anak mulai mampu membentuk pemahaman pembentukan konsep yang tetap, penalaran mental, egosentrisme dan mulai terbentuk sistem keyakinan. Piaget menambahkan, anak bukanlah kotak kosong, tetapi ia sudah mulai memiliki cara pandang dan gagasan sendiri terhadap dunia fisik dan alamiah. Anak – anak sudah memiliki motivasi untuk memperoleh pengetahuan, sehingga cara terbaik untuk menambah wawasan anak adalah dengan membiarkannya belajar sambil mengalaminya.

Hasil riset yang dilakukan oleh Kallen, Stephenson, dan Doughty (1983) dan Paramastri (2010) menunjukkan bahwa kebanyakan anak dan remaja mendapat informasi tentang seks melalui teman – temannya, tidak melalui orang tuanya. Pendidikan dan diskusi tentang seks bersama orang tua dan guru akan berdampak positif bagi perkembangan anak untuk memberikan dasar yang rasional dalam membuat keputusan berhubungan dengan perilaku seksual, memberikan pengetahuan tentang kesalahan dan penyimpangan seksual agar individu dapat menjaga diri. Pendidikan seks (*sex education*) adalah suatu pengetahuan yang diajarkan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan jenis kelamin. Ini mencakup mulai dari pertumbuhan jenis kelamin (laki – laki atau wanita). Bagaimana fungsi kelamin sebagai alat reproduksi, perkembangan alat kelamin itu pada wanita dan pada laki – laki tentang menstruasi, mimpi basah dan sebagainya, sampai kepada timbulnya birahi karena adanya perubahan pada hormon – hormon. Termasuk nantinya masalah perkawinan, kehamilan dan sebagainya.

Finkenhor (2009) kemudian menguatkan dengan pemaparan bahwa upaya pencegahan anak terkena pelecehan dan kekerasan seksual adalah dengan memberikan edukasi tentang pengetahuan seksual sesuai usia anak. Pelecehan dan kekerasan seksual yang terjadi pada anak, dikarenakan pengetahuan anak yang terbatas. Anak diajarkan untuk bersikap asertif dan mengidentifikasi perasaannya jika ia merasa menerima perlakuan dari orang lain yang membuat tidak nyaman dan memalukan. Pada data pelatihan tampak anak paham ia harus memberitahu pihak berwenang manakala mengalami perlakuan yang tidak nyaman terkait tubuhnya. Hal ini penting dilakukan agar anak, bisa melindungi dirinya. Hal ini juga

dikuatkan (Young dan Ashbaker, 2010) bahwa anak diajak untuk mengidentifikasi perilaku apa saja yang bisa menimbulkan perasaan tidak nyaman atau memalukan terhadap dirinya dan tubuhnya.

Pendapat lain dari Choiruddin (2008) mengatakan bahwa anak dapat diajarkan 3 hal dalam Psikoedukasi terkait antisipasi pelecehan dan kekerasan seksual, yaitu (1) melatih anak mengenali organ tubuh terutama organ seksualnya. Anak dapat diberikan pemahaman dengan bahasa sederhana dan mudah dipahami sesuai usia anak. (2) Mengajarkan anak untuk menjaga tubuhnya, terutama organ seksualnya agar tidak mudah disentuh orang lain. Anak juga diajarkan untuk mencari pertolongan saat ia menerima perlakuan yang tidak nyaman tersebut. (3) Mengajarkan anak asertif dan berani untuk melaporkan kejadian pelecehan pada orang tua dan gurunya, atau siapa saja yang berwenang, misalnya satpam atau polisi.

Pelatihan dengan Prinsip *Active Joyful Effective Learning* sebagai upaya pencegahan anak – anak agar terhindar dari kekerasan dan pelecehan seksual, merupakan psikoedukasi. Pelatihan ini efektif untuk menambah pengetahuan dan pemahaman anak tentang tubuhnya dan bagaimana cara menjaga tubuhnya agar terhindar dari perlakuan yang tidak pantas dari orang lain.

Pelatihan ini tentunya belum sempurna, masih ada sejumlah keterbatasan. Salah satu keterbatasan adalah belum diukurnya efektifitas masing – masing dari media psikoedukasi yang dilibatkan. Hasil pelatihan yang dipaparkan adalah hasil utuh dari semua metode dan media pembelajaran yang dilibatkan dalam satu paket pelatihan ini.

Pengguna Metode Ajel kedepannya dapat mengukur efektifitas tiap metode psikoedukasi dalam paket pelatihan ini agar dapat melihat manakah metode yang paling efektif dibanding lainnya. Keterbatasan lainnya adalah evaluasi pelatihan ini hanya menelaah pada tingkat pengetahuan anak secara deskriptif, tidak sampai melihat pada perubahan perilaku anak. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan pelatihan ini dengan durasi yang lebih panjang agar evaluasi pelatihan bisa melihat adanya perubahan perilaku.

## **Kesimpulan**

Pelatihan dengan Prinsip *Active Joyful Effective Learning* (Ajel) adalah salah bentuk psikoedukasi yang diberikan pada anak – anak usia sekolah dasar, terutama pada kelas empat dengan rentang usia 10 hingga 11 tahun. Pemilihan anak pada usia tersebut sebagai peserta Pelatihan Ajel karena anak akan mulai memasuki usia pubertas. Usia dimana anak mulai menyadari tubuhnya, dan ada perhatian pada lawan jenis. Anak – anak juga sudah ada yang

mengalami menstruasi dan mimpi basah, meski mereka belum sepenuhnya paham makna dari dua tanda kematangan seksual tersebut.

Sebelum pemberian pelatihan, ada upaya mengidentifikasi pengetahuan anak tentang tubuhnya, perkembangan psikoseksualnya dan bagaimana anak mampu menjaga dirinya. Hasil evaluasi awal sebelum pemberian pelatihan melalui survey isian singkat oleh anak, wawancara dengan anak dan guru, menunjukkan anak belum sepenuhnya paham tentang tubuhnya. Anak belum memahami tanda pubertas dan bagaimana melindungi diri saat menghadapi perlakuan tidak menyenangkan dari orang lain terkait tubuhnya.

Pelatihan Ajel sebagai upaya psikoedukasi dilakukan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman pada anak tentang hal tersebut di atas. Hasil pelatihan menunjukkan anak yang mengikuti pelatihan ini telah mendapatkan pengetahuan dan wawasan baru tentang tubuhnya, area yang boleh disentuh dan tidak boleh disentuh orang lain, dan bagaimana menjaga dirinya jika mengalami kekerasan dan pelecehan seksual oleh orang lain. Selain peningkatan wawasan, anak juga memahami bahwa bersikap asertif adalah perilaku yang harus dilakukan manakala ia mengalami pengalaman tidak menyenangkan. Anak belajar jika ia harus terbuka bercerita pada orang tua, guru atau pihak berwenang jika ia mengalami pelecehan dan kekerasan.

Pengguna pelatihan Ajel berikutnya perlu melakukan identifikasi umur anak yang dilibatkan dalam pelatihan ini. Sekolah dan orang tua dapat dilibatkan dalam pelatihan ini untuk hasil lebih baik. Sekolah juga perlu membuat aturan yang lebih jelas tentang etika perilaku yang dipahami dan dilakukan bersama warga sekolah agar didapatkan hasil yang maksimal (Russo, 2001). Oleh karena itu dipandang penting pelibatan sekolah dengan menjadikan pelatihan ini sebagai program regular dan menjadi bagian kebijakan sekolah.

## Daftar Pustaka

- Choirudin, M. (2008). Urgensi Pendidikan Seks Sejak Dini dalam Belenggu Kekerasan Seksual terhadap Anak (sebuah upaya preventif dan protektif). *Jurnal Insania*. 13 (2)
- Finkelhor, D. (2009). *The Prevention of Child Sexual Abuse*. The Future of Children, 19(2).
- Kallen, D.J; Stephenson, J.J & Doughty, A. 1983. The Need to Know: Recalled Adolescent Sources of Sexual and Contraceptives Information and Sexual Behavior. *Journal of Sex Research*
- King, Laura (2008). *The Science of Psychology*. New York: The Mc Graw Hill Companies Inc.

- Levitan, R. D., N. A. Rector, Sheldon, T., & Goering, P. (2003). Childhood Adversities Associated with Major Depression and/or Anxiety Disorders Incommunity Sample of Ontario Issues of Co-Morbidity and Specifity. *Depression & Anxiety* (online); 17, 34-42.
- Maslihah, Sri. (2006). “Kekerasan Terhadap Anak: Model Transisional dan Dampak Jangka Panjang”. *Edukid: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.I (1).25-33.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat, Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta
- Noviana, I. (2015). *Kekerasan Seksual terhadap Anak: Dampak dan Penanganannya*. Jakarta: Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial, Kementerian Sosial Republik.
- Paramnastri, Ira. (2010) Child Sexual Abuse: Consequences and Implication. *Jurnal Psikologi Early Prevention Toward Sexual Abuse on Children*. Hornor, Gail. 2010 <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmfh/article/view/1821>
- Russo (2001) Education and the Law Russo CJ "Recent Developments in the United States Supreme Court: Update on Sexual Harassment in Schools" *Journal of Education and the Law* 13(1) 69-75
- Santrock, John W. (2011). *Life-Span Development*. Edisi 13, Jilid 1. Jakarta Timur: PT. Gelora Aksara Pratama
- Setyosari, Punaji. (2014). Menciptakan Pembelajaran Yang Efektif dan Berkualitas. *Jurnal Inovasi dan Teknologi Pembelajaran*, Vol. 1, No. 1
- [www.kpai.go.id](http://www.kpai.go.id). 2016. Data Tindak Kejahatan Seksual pada Anak
- <https://solo.tribunnews.com/2016/05/22/rendahnya-pendidikan-seks-picu-kasus-kekerasan-seksual-ke-perempuan-dan-anak>. Diunduh Maret 2019
- <https://radarjogja.co/2016/11/23/polda-janji-usut-kasus-pencabulan-sdn-model-sleman/>. Diunduh Maret 2020
- <https://www.merdeka.com/peristiwa/data-kpai-selama-2019-ada-123-anak-korban-kekerasan-seksual-di-institusi-pendidikan.html>. Diunduh Maret 2020
- Weber, Mark Reese., Smith, Dana M.(2010). Outcomes of Child Sexual Abuse as Predictors of later Sexual Victimization. Dalam *Journal of International Violence*. (Online). 26 (9): 1899-1905.
- Young, Ellie dan Ashbaker, Betty (2010). Sexual Harrashment: A Guide to School Personnel. National Association of School Psychologist. 4340 East West Highway Suite 402 Bethesda, MD 20814 – 301 (657 – 0270)