

## Intervensi Aku Anak Hebat berbasis *Body Safety Training* untuk Meningkatkan *Self Awareness* terhadap Situasi Berpotensi Kekerasan Seksual

Zebina Afnan Naila<sup>\*</sup>, Indri Utami Sumaryanti

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*[Zebinafn@gmail.com](mailto:Zebinafn@gmail.com),

**Abstract.** The high rate of child sexual abuse in West Java is partly due to children's low self-awareness of their physical, mental and environmental conditions. Self awareness is the ability to understand their own relationship with their environment, with many people, and with events that interact in daily life (Waitley, 1997). One of the prevention efforts can be done through the provision of the intervention program Aku Anak Hebat based on Body Safety Training (Sumaryati and research team, 2022) adapted from Body Safety Training (Wurtele, 1986). This intervention program contains important information that children should know to keep their bodies safe from potential sexual violence situations. The approach used was quantitative, with a Quasi experimental research method and Pre experimental one group pretest-posttest design. This research was conducted at X public elementary school involving 18 research subjects. Data analysis was carried out with the Paired Sample T Test test. The results showed a significance value of  $0.03 < 0.05$ , which means that there is an effect of providing the Aku Anak Hebat intervention on increasing Self Awareness in grade 2 children at X public elementary school.

**Keywords:** *Child Sexual Abuse, Body Safety Training, Self Awareness*

**Abstrak.** . Tingginya angka kekerasan seksual pada anak di Jawa Barat salah satunya disebabkan oleh rendahnya self awareness anak terhadap kondisi fisik, mental, dan lingkungan sekitarnya. Self awareness adalah kemampuan untuk memahami hubungan mereka sendiri dengan lingkungan mereka, dengan banyak orang, dan dengan peristiwa yang berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari (Waitley, 1997). Salah satu upaya pencegahan dapat dilakukan melalui pemberian program intervensi Aku Anak Hebat berbasis Body Safety Training (Sumaryati dan tim riset, 2022) yang diadaptasi Body Safety Training (Wurtele, 1986). Program intervensi ini berisi informasi penting yang harus anak ketahui untuk menjaga keamanan tubuhnya dari situasi berpotensi kekerasan seksual. Pendekatan yang digunakan kuantitatif, dengan metode penelitian Quasi experimental dan desain Pre experimental one group pretest-posttest. Penelitian ini dilakukan pada sekolah dasar negeri X dengan melibatkan 18 subjek penelitian. Olah data dilakukan dengan uji Paired Sample T Test. Hasil menunjukkan nilai signifikansi  $0,03 < 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh dari pemberian intervensi Aku Anak Hebat terhadap meningkatnya Self Awareness pada anak kelas 2 di sekolah dasar negeri X.

**Kata Kunci:** *Kekerasan Seksual Anak, Body Safety Training, Self Awareness*

## A. Pendahuluan

Kekerasan seksual merupakan tindakan atau usaha untuk melakukan tindakan seksual, berkomentar atau menyarankan untuk berperilaku seksual yang tidak disengaja ataupun sebaliknya, tindakan pelanggaran untuk melakukan hubungan seksual dengan paksaan kepada seseorang (WHO, 2017).

United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF, 2014) mengungkapkan bahwa sekitar 120 juta anak diseluruh dunia atau lebih dari 100 anak telah menjadi korban kekerasan seksual di bawah usia 20 tahun. Dilansir dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, menyatakan bahwa kasus kekerasan seksual pada anak mencapai 9.588 kasus pada 2022, jumlah itu mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya, yakni 4.162 kasus. Menurut catatan Polrestabes Bandung sepanjang bulan Januari sampai September 2022 terdapat 11 kasus pelecehan seksual yang dialami oleh anak dibawah 18 tahun. Berdasarkan data dari DP2KBP3A (Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak) kabupaten Bandung dari Januari hingga November 2022, terjadi 91 kasus kekerasan seksual yang terjadi pada perempuan dan anak. Namun, dari paparan kasus diatas bisa dibilang bukan data yang sebenarnya dikarenakan kasus ini sering diibaratkan dengan fenomena gunung es.

Ada faktor yang dapat mengakibatkan munculnya kekerasan seksual pada anak diantaranya adanya seksualitas terbuka di rumah, kesempatan untuk menyaksikan aktivitas seksual, tingkat stress dalam keluarga, ketidakhadiran orang tua di rumah, kekerasan dalam keluarga, pelecehan atau penelantaran fisik anak, tidur bersama saudara kandung atau orang tua, dan waktu yang dihabiskan di tempat penitipan anak (Friedrich *et al.*, 1998). Anak cenderung kurang memiliki kemampuan untuk melindungi diri sendiri dalam hal menolak (misalnya, mengatakan "tidak") yang mungkin disebabkan oleh ketidakmampuan mereka untuk mengenali kepatutan dari permintaan tersebut, mereka juga adalah pemecah masalah sosial yang kurang kompeten, terutama dalam dilema seksual (Grober & Bogat, 1994).

Dilihat dari keadaan-keadaan yang dapat menyebabkan kekerasan seksual pada anak salah satunya karena rendahnya self awareness atau kesadaran diri anak dalam menjaga tubuhnya sehingga membuat sexual abused pada anak semakin marak terjadi. Self awareness sendiri di definisikan sebagai kesadaran individu terhadap tubuhnya sebagai mesin penggerak yang harus dijaga dan dikontrol dengan baik (Waitley, 1997).

Edukasi seksualitas yang tidak diberikan sejak dini dapat mengakibatkan tingginya angka kekerasan seksual pada anak, sehingga dalam kejadian ini menunjukkan betapa esensialnya menanamkan pemahaman edukasi seksual pada anak sedari kecil (Haryono *et al.*, 2018). Edukasi seksualitas yang diberikan pada anak bertujuan untuk menanamkan pemahaman anak terkait kekerasan seksual dan bahaya yang ditimbulkan pada anak, adanya diskusi, bimbingan, dan pengarahan yang berkaitan dengan seksualitas penting diberikan disaat perkembangan seksual anak mulai berkembang (Aggraini *et al.*, 2017).

Edukasi yang diberikan melalui program intervensi membantu anak melakukan proses pembelajaran sehingga terdapat proses pertukaran informasi, dengan harapan informasi yang diberikan dapat menjadi landasan pembelajaran lanjutan serta adanya perubahan dari diri anak untuk meraih peningkatan positif yang ditandai dengan perubahan perilaku (Firliani *et al.*, 2019). Melalui program intervensi ini, anak mampu meniru (modelling) perilaku dan tetap menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain (Ansani & Samsir, 2022). Dengan kemampuan modelling anak akan melibatkan proses-proses kognitif, anak menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain dan memberi respons dan mampu meningkatkan self efficacy sehingga ada keyakinan dari diri anak untuk dapat menguasai situasi dan menampilkan perilaku yang positif (Lesilolo, 2018). Intervensi diberikan agar terjadi pembentukan sikap sehingga ada kecenderungan seseorang dalam merespon suatu objek atau kejadian. Sikap pada aspek kognitif berhubungan dengan kemampuan untuk mengenal pikiran, kepercayaan atau pengetahuan yang didasarkan pada objek atau situasi (Ahmadi, 2007).

Body Safety Training masuk ke dalam fokus prevensi primer untuk menguatkan sumber daya anak dalam menghindari pelecehan dengan memberi mereka pengetahuan dan mengajarkan mereka keterampilan keselamatan pribadi (Perrin *et al.*, 1989). Body Safety Training juga

difokuskan untuk mengubah pengetahuan dan kemampuan anak melalui instruksi keamanan diri berbasis kelompok (Wurtele, 1998). Body Safety Training disusun oleh Wurtele di tahun 1986 dan direvisi tahun 2007. Setelah anak-anak berpartisipasi dalam Body Safety Training, meningkatnya kemampuan a). mengenali situasi berpotensi melecehkan b). menolak iming-iming c). mampu melaporkan situasi yang melecehkan d). menyalahkan pelaku e). melaporkan perasaan positif tentang tubuh dan alat kelamin mereka (Wurtele, 1986). Sehingga, dalam penelitian ini peneliti mencoba melakukan intervensi dengan program yang telah di adaptasi dan disesuaikan dengan kebutuhan dan budaya setempat, intervensi ini bernama Aku Anak Hebat disusun oleh (Sumaryanti & Tim Riset, 2022) yang diadaptasi dari Body Safety Training (Wurtele, 1986). Intervensi Aku Anak Hebat dirancang untuk memberikan informasi penting pada anak usia 6-8 tahun untuk menjaga keamanan tubuhnya. Setelah program ini diadaptasi, dalam penelitian ini peneliti ingin melihat apakah program Aku Anak Hebat mampu meningkatkan self awareness.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh pemberian intervensi Aku Anak Hebat berbasis Body Safety Training dalam meningkatkan self awareness pada anak kelas 2 Sekolah Dasar Negeri X?. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh pemberian intervensi Aku Anak Hebat berbasis Body Safety Training dalam meningkatkan self awareness pada anak kelas 2 Sekolah Dasar Negeri X.

## **B. Metodologi Penelitian**

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode penelitian yang digunakan adalah Pre-experimental one group pretest-posttest. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah siswa kelas 2 SDN X KBandung yang berjumlah 18 siswa.

Teknik sampling yang dipilih adalah Non probability sampling dan Convenience sampling. Dalam penelitian ini, sekolah dasar yang dipilih adalah sekolah yang memberikan izin dan yang mau diajak bekerja sama untuk melakukan penelitian, yaitu Sekolah Dasar Negeri X. Pada penelitian ini, teknik analisis data yang dipilih menggunakan Paired Sample T-Test.

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Penelitian ini ditujukan untuk melihat pengaruh pemberian Intervensi Aku Anak Hebat berbasis *Body Safety Training* terhadap meningkatnya *self awareness* yang dilakukan pada anak kelas 2 Sekolah Dasar Negeri X, dan mengidentifikasi perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* sebagai akibat pemberian program Aku Anak Hebat.

Penelitian melibatkan 18 sampel yang berada dalam satu kelompok penelitian. Skor awal diperoleh dari *pretest*, sementara skor akhir didapatkan dari *posttest*. Hasil penelitian eksperimen dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel.** Hasil Statistic Variabel Self Awareness

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Mean	15.27777778	20.66667
Variance	12.91830065	0.352941
Observations	18	18
Pearson Correlation	0.486689341	
Hypothesized Mean Difference	0	
df	17	
t Stat	<b>-6.833857318</b>	
P(T<=t) two-tail	<b>0.000003</b>	
t Critical two-tail	<b>2.109816</b>	

Berdasarkan hasil perhitungan statistic di atas, dapat dilihat bahwa nilai rata-rata posttest lebih besar daripada nilai pretest. Berdasarkan hasil pengujian t dependen didapatkan hasil signifikansi  $0,003 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan rata-rata antara pretest maupun posttest. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi Aku Anak Hebat berbasis Body Safety Training berpengaruh signifikan terhadap meningkatnya Self Awareness terhadap situasi berpotensi kekerasan seksual.

Program intervensi Aku Anak Hebat memakai pendekatan perilaku, ketika anak diajar menggunakan pendekatan perilaku (termasuk pemodelan, latihan, dan pengutatan sosial), anak-anak dapat belajar keterampilan keamanan pribadi (Harvey et al., 1899). Menurut Social Learning Theory Bandura, meskipun individu sudah banyak belajar dari pengalaman langsung, tapi lebih banyak yang mereka pelajari berasal dari aktivitas mengamati perilaku orang lain. Teori Albert Bandura menganggap bahwa belajar harus melibatkan keaktifan berpikir tentang apa yang dipelajari. serta menerapkan apa yang telah dipelajari dalam situasi nyata sebagai pengetahuan baru (Lesilolo, 2018).

Pemberian intervensi melibatkan semua anak untuk aktif agar terjadi pembentukan sikap sehingga anak mampu mengenal pikiran, kepercayaan atau pengetahuan yang didasarkan pada objek atau situasi (Ahmadi, 2007). Teori pembelajaran sosial Albert Bandura membentuk anak untuk dapat mengolah informasi atau pengetahuan yang didapat dari pengamatan sekitar lingkungan, sehingga anak dapat menampilkan perilaku-perilaku yang diajarkan ketika berada dalam situasi kekerasan seksual. Self efficacy meningkat sebab anak yakin bahwa ia dapat menerapkan informasi dari intervensi yang diberikan jika berada di situasi tersebut, hal ini dapat ditunjukkan di mana anak perempuan yang diberikan visualisasi sebagai Eneng dan anak laki-laki sebagai Ujang yang bisa selamat dari situasi yang berpotensi kekerasan seksual dengan “Teriak, lari dan lapor”. Selanjutnya, anak juga memiliki outcome expectations di mana jika anak mampu menerapkan intervensi ini maka mereka akan selamat dari situasi berbahaya.

Sesuai dengan teori self awareness Waitley (1997) disebutkan individu yang mempunyai kesadaran diri yang tinggi adalah individu yang sadar akan kondisi fisik, lingkungan, dan mentalnya. Setelah subjek penelitian diberikan intervensi modul Aku Anak Hebat terdapat perbedaan pengetahuan antara kondisi fisik, lingkungan, dan mentalnya. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan intervensi Modul Aku Anak Hebat berbasis Body Safety Training dapat meningkatkan self awareness anak kelas 2 di Sekolah Dasar Negeri X dilihat dari peningkatan hasil pretest dan posttest. Subjek dapat memahami mengenai hal-hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan, batasan-batasan orang lain terhadap tubuhnya, kesadaran anak terhadap suatu lingkungan maupun situasi yang berbahaya ataupun yang berpotensi membawa

anak pada kekerasan seksual sehingga diharapkan setelah pemberian intervensi dapat meminimalisir terjadinya kekerasan seksual pada anak.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Jumlah total 18 subjek penelitian yang terdiri dari satu kelompok menunjukkan bahwa terjadi peningkatan *self awareness* setelah diberikan intervensi Aku Anak Hebat yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,003 < 0.05$  yang berarti intervensi Aku Anak Hebat berbasis *Body Safety Training* berpengaruh signifikan terhadap meningkatnya *self awareness* terhadap situasi berpotensi kekerasan seksual.

#### Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Teh Indri Utami Sumaryanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penelitian ini. Serta terima kasih atas bantuannya kepada wali kelas dan siswa kelas 2 SDN X Kota Bandung yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi subjek penelitian.

#### Daftar Pustaka

- [1] Anggraini, et al. (2017). Pendidikan Seksual Anak Usia Dini: Aku dan Diriku. Jurnal Pendidikan Anak
- [2] Ahmadi, Abu. (2007). Psikologi Sosial. Jakarta: Rineka Cipta.
- [3] Ansani & Samsir. (2022). Bandura's Modeling Theory. Jurnal Multidisiplin Madani (MUDIMA) Vol.2, No.7, 2022
- [4] Firliani et al. (2019). Teori Thordike dan Implikasinya Dalam Pembelajaran Matematika. Seminar Nasional Pendidikan, FKIP UNMA 2019
- [5] Friedrich et al. (1998). Normative Sexual Behavior in Children: A Contemporary Sample
- [6] Grober, JS & Bogat, GA 1994, 'Social problem solving in unsafe situations: implications for sexual abuse education programmes', *American Journal of Community Psychology*, vol. 22, pp. 399–414.
- [7] Harvey, et al. (1988) The Prevention of Sexual Abused: Examination of the efectiveness of a program with kinderganten-age children
- [8] Haryono et al. (2018). Implementasi Pendidikan Sex Pada Anak Usia Dini Di Sekolah. Jurnal Akses Pengabdian Indonesia Vol 3 No 1: 24-34, 2018
- [9] Lesilolo, Herly. (2018). Penerapan Teori Belajar Sosial Albert Bandura Dalam Proses Belajar Mengajar Di Sekolah. Kenosis Vol. 4 No. 2.
- [10] Perrin, Miller. *et al.*, (1989). Children's Conceptions of Personal Body Safety: A Comparison Across Ages. *Journal of Clinical Child Psychology*..
- [11] Sumaryanti & Tim Riset, 2022. Modul Intervensi Aku Anak Hebat
- [12] Waitley, D, (1997). *The Psychology of Winning Ten Qualites of a Total Winner*. United States: Nightingale-Conant Corporation
- [13] WHO. (2017a). A Look At Child Abuse On The Global Level. Retrieved July 20, 1BC, from <https://www.pbc2019.org/protection-of-minors/child-abuse-on-the-global-level>
- [14] Wurtele *et al.* (1986). Teaching Personal Safety Skills for Potential Prevention of Sexual Abuse: A Comparison of Treatments. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1986, Vol. 54, No. 5, 688-692
- [15] Wurtele *et al.* (1998). An Examination of the Reliability of the "What If" Situations Test: A Brief Report. *Journal of Child Sexual Abuse*
- [16] N. Zamila and E. N. Nugrahawati, "Pengaruh Kepribadian (Five Factor Personality) terhadap Perilaku Cyberbullying pada Pengguna Media Sosial," *Jurnal Riset Psikologi*, pp. 61–68, Jul. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i1.2060.
- [17] A. L. Ariadne and E. N. Nugrahawati, "Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Kekerasan dalam Pacaran Pada Mahasiswa di Kota Bandung," *Jurnal Riset Psikologi*, vol. 3, no. 2,

- pp. 139–146, Dec. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i2.2954.
- [18] A. N. Najmi and E. Nawangsih, “Pengaruh Social Control terhadap Cybersex Behavior pada Remaja di Indonesia,” *DELUSION: Exploring Psychology*, vol. 1, no. 1, 2023, doi: 10.29313/delusion.vxix.xxx.