



---

**Edukasi Perubahan Masa Pubertas dan Upaya Perlindungan Diri  
untuk Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak**

*Education on Changes in Puberty and Self-Protection Efforts  
to Prevent Sexual Violence in Children*

---

**Elisa Danik Kurniawati<sup>1</sup>, Rizqie Putri Novembriani<sup>2</sup>, Nina Rini Suprobo<sup>3</sup>, Winny Kirana Hasanah<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3</sup>*Department of Public Health Sciences, Faculty of Sport Science, State University of Malang, Indonesia*

<sup>4</sup>*Department of Physical Education, Health and Recreation, Faculty of Sport Science, State University of Malang, Indonesia*

Jl. Semarang No. 5 Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author: Elisa Danik Kurniawati

Email: [elisa.danik.fik@um.ac.id](mailto:elisa.danik.fik@um.ac.id)

---

**ABSTRAK**

Pendidikan seks pada anak yang masih dianggap tabu berdampak pada tingginya kasus kekerasan maupun pelecehan seksual pada anak. Beberapa kasus kekerasan seksual yang terjadi pada anak telah diidentifikasi bahwa anak tidak tahu dan tidak menyadari tindakan yang dilakukan oleh pelaku kekerasan seksual merupakan tindakan yang salah. Maka dari itu, pendidikan seks penting diberikan pada anak usia sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah pemberian edukasi mengenai perubahan masa pubertas dan upaya perlindungan diri untuk pencegahan kekerasan seksual pada anak. Metode edukasi yang digunakan yaitu *Small Group Discussion* (SGD) dan video (audiovisual). Hasil pre-test menunjukkan hanya terdapat 15% anak yang mengetahui perubahan masa pubertas dan upaya perlindungan diri untuk mencegah kekerasan seksual. Proses SGD dilakukan sesuai langkah dan diskusi berjalan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Ketika pemaparan video, siswa memperhatikan dengan seksama. Hasil post-test menunjukkan bahwa 70% siswa telah mengetahui perubahan masa pubertas dan upaya perlindungan diri untuk mencegah kekerasan seksual.

**Kata Kunci:** edukasi, pubertas, perlindungan diri, kekerasan seksual

**ABSTRACT**

*Sex education for children which is still considered taboo has an impact on high cases of violence and sexual abuse in children. In several cases of sexual violence that occurred to children, it was identified that children did not know and were not aware that the actions taken by perpetrators of sexual violence were wrong. Therefore, sex education is important to be given to school-age children. The community service given is providing education about changes in puberty and self-protection efforts to prevent sexual violence in children. The educational method used is Small Group Discussion (SGD) and video (audiovisual). The results of the pre-test showed that only 15% of children knew about the changes in puberty and self-protection measures to prevent sexual violence. The SGD process is done according to the steps and the goals. When the video presentation, students pay close attention. The results of the post-test showed that 70% of students had known the changes during puberty and self-protection measures to prevent sexual violence.*

**Keyword :** education, puberty, self protection, sexual violence

## PENDAHULUAN

Pembicaraan mengenai seks untuk anak-anak masih dianggap tabu di kalangan masyarakat sehingga seringkali orang tua sulit menyampaikan pendidikan seks pada anaknya. Kurangnya pengetahuan tentang pendidikan seks dapat menyebabkan tingginya kasus kekerasan maupun pelecehan seksual. Hal ini terjadi karena anak kurang mengenali bagian tubuhnya, terutama organ reproduksi.

Kasus kekerasan seksual pada anak di Indonesia mengalami peningkatan. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan bahwa 190 anak telah menjadi korban kekerasan seksual pada tahun 2019. Sedangkan pada tahun 2020 angkanya meningkat drastis menjadi 419 anak. Berdasarkan laporan dari kasus tersebut beberapa anak menyatakan tidak tahu dan tidak menyadari bahwa tindakan yang dilakukan oleh pelaku kekerasan seksual merupakan tindakan yang salah (Pusdatin KPAI, 2020).

Pemberian pendidikan seks di sekolah dapat membantu orang tua dalam mengatasi kesulitan penyampaian informasi terkait pendidikan seks. Sekolah merupakan sistem yang tepat untuk penyampaian pendidikan seks sebagai pencegahan pelecehan seksual pada anak. Program ini dapat dilaksanakan secara universal dengan biaya yang relatif kecil, konten program selaras dengan kurikulum kesehatan sekolah, dan sekolah bisa menyediakan media preventif melalui personel sekolah, orang tua, keluarga besar, dan masyarakat. Namun perlu diingat bahwa informasi yang diberikan sebaiknya disesuaikan dengan usia dan perkembangan anak. Konsep pendidikan seks juga diberikan secara bertahap meliputi konsep dasar dan lanjutan. Konsep dasar yang dapat disampaikan antara lain seperti konsep keadilan, memperlakukan semua orang dengan hormat dan bermartabat, pentingnya persetujuan, integritas tubuh, mengenali bagian tubuh dan hak pilihan atas tubuh kita sendiri. Sedangkan konsep lanjutan yang dapat disampaikan yaitu terkait hak seksual dan reproduksi mereka. Konsep ini dapat ditanamkan di berbagai mata pelajaran di sekolah (Lieberman & Goldfarb, 2022; Walsh et al., 2018).

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa kurangnya pengetahuan tentang pendidikan seks berdampak pada meningkatnya kejahatan seksual pada anak. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan seperti

pengenalan pubertas dan upaya perlindungan diri perlu diberikan sebagai pencegahan kekerasan seksual pada anak.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Minggu, 11 Desember 2022 pukul 13.00 WIB bertempat di Sekolah Alam Sobyor. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara Small Group Discussion (SGD) dilanjutkan dengan pemberian edukasi menggunakan video. Metode SGD dipilih karena dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan. Dengan metode ini, siswa akan mencari referensi, menyelesaikan tujuan pembelajaran, dan memahami bahan referensi yang diberikan (Rahmawati & Elsanti, 2020). Sasaran dalam kegiatan ini adalah sebagian siswa di Sekolah Alam Sobyor dan semua berjenis kelamin laki-laki. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok dan setiap kelompok berisi 3-4 siswa. Pelaksanaan kegiatan ini dijelaskan sebagai berikut :

1. Survey lapangan  
Survey lapangan bertujuan untuk mengamati situasi anak-anak di Sekolah Alam Sobyor Kota Batu yang direncanakan sebagai objek sasaran.
2. Penentuan waktu pelaksanaan kegiatan  
Waktu pelaksanaan kegiatan ditentukan bersama Pembina Sekolah Alam Sobyor.
3. Persiapan dokumen dan perlengkapan kegiatan  
Dokumen dan perlengkapan yang mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini dipersiapkan dan dikoordinasikan bersama dengan semua anggota tim.
4. Pelaksanaan kegiatan  
Kegiatan dilakukan di Sekolah Alam Sobyor. Peserta kegiatan ini adalah sebagian siswa Sekolah Alam Sobyor. Sebelum kegiatan dimulai, tim penyuluh membagikan pre-test kepada siswa yang hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk mengukur tingkat pengetahuan yang dimiliki siswa terkait pendidikan seks. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan SGD untuk membahas perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas. Kegiatan inti dilanjutkan dengan memberikan materi tentang pengenalan pubertas dan upaya perlindungan diri untuk mencegah terjadinya kekerasan seksual pada anak. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Setelah sesi tanya jawab selesai, tim penyuluh membagikan post-test sebagai evaluasi tingkat pemahaman siswa

terhadap materi yang telah disampaikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tahap persiapan

Pada tahap ini dilakukan persiapan pelaksanaan kegiatan yang meliputi :

1. Persamaan persepsi seluruh anggota tim
2. Pengarahan dari pembina Sekolah Alam Sobyor
3. Pendekatan dengan siswa Sekolah Alam Sobyor

### Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini dilakukan beberapa kegiatan diantaranya :

1. Pembukaan oleh Pengajar Sekolah Alam Sobyor
2. Perkenalan anggota tim penyuluh
3. *Small Group Discussion* (SGD) tentang perubahan fisik pada masa pubertas
4. Penyampaian materi dengan video
5. Tanya jawab
6. Games dan pemberian doorprize
7. Penutupan

Hasil pre-test yang diberikan di awal kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa hanya 15% dari total 14 siswa yang memahami perubahan pada masa pubertas dan upaya perlindungan diri untuk mencegah kekerasan seksual. Berdasarkan hasil analisa tersebut, penulis menilai bahwa pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi perlu diberikan di Sekolah Alam Sobyor.

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi nampaknya tidak hanya penting dipahami oleh orang yang sudah menikah saja, namun anak dan remaja juga perlu memahaminya. Salah satu topik yang penting diketahui oleh anak adalah mengenai perubahan yang terjadi pada masa pubertas. Pubertas merupakan tanda bahwa organ reproduksi sudah mulai berfungsi sehingga hal ini harus dijaga agar tetap sehat dan terhindar dari segala risiko. Pengetahuan yang diberikan pada usia anak-anak tentang perubahan yang terjadi selama pubertas akan membuat anak lebih bisa memahami dirinya dan mengurangi kecemasan atas perubahan yang terjadi ketika mereka tumbuh menjadi remaja hingga dewasa. Selain itu, anak-anak juga perlu diberi pemahaman bahwa proses pubertas adalah proses yang alamiah dan semua orang akan mengalaminya (Puspa Dewi, 2018).

Pemberian edukasi tentang kesehatan

reproduksi dapat ditempuh dengan berbagai teknik atau metode. Dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat kali ini, salah satu metode yang kami gunakan dalam pemberian edukasi yaitu metode *Small Group Discussion* (SGD). Metode SGD merupakan hal inti dan penerapan dari *Problem Base Learning* (PBL). Siswa dan tutor bekerja sama untuk memahami dan mencari pengetahuan yang terkandung dalam masalah yang disajikan dalam skenario yang diberikan. Siswa mendiskusikan dan menyelesaikan masalah yang diberikan serta mengikuti langkah-langkah terstruktur untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan (Rahmawati & Elsanti, 2020)

Pembelajaran menggunakan SGD terdiri atas beberapa langkah atau tahapan yang dilalui. Langkah awal dimulai dari pemfokusan pada kasus dengan mengklarifikasi istilah-istilah asing yang belum dipahami. Tahap selanjutnya siswa akan mendefinisikan masalah dan saling bertukar pendapat terkait masalah yang diberikan. Kemudian mereka akan mulai menganalisis dan merumuskan penyelesaian masalah. Pada tahap akhir, mereka akan mempelajari secara mandiri dan melaporkan hasil diskusinya. Metode SGD akan membuat mereka menjadi lebih berpikir kritis dan tidak mudah bosan (Sumitro, Kusnanto, et al., 2019; Timiyatun et al., 2021)



Gambar 1. Proses SGD

Proses SGD dengan topik perubahan masa pubertas dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Siswa diberikan perintah untuk menggambarkan perubahan yang terjadi pada tubuh manusia di sebuah kertas. Kemudian gambar diberi keterangan tentang bagian mana saja yang akan mengalami perubahan pada masa pubertas. Tiap kelompok melakukan diskusi sesuai dengan perintah, menganalisis dan menyelesaikan penugasan dengan baik. Selanjutnya mereka memahami secara mandiri dan menyampaikan hasil diskusi kelompoknya

kepada seluruh peserta. Setelah rangkaian proses SGD, penyuluh memberikan *feedback* pada masing-masing kelompok dan meluruskan beberapa hal yang kurang tepat.

Metode SGD merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan. Penelitian Kristia (2020) yang menggunakan metode *Small Group Discussion* untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja menunjukkan hasil terdapat peningkatan pengetahuan yang baik setelah diberikannya pendidikan kesehatan menggunakan metode SGD. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan metode SGD efektif terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan (Rahmawati & Elsanti, 2020)



Gambar 2. Pemaparan materi dengan video

Kegiatan selanjutnya yaitu pemberian video edukasi tentang mengenali masa pubertas dan upaya perlindungan diri untuk mencegah kekerasan seksual. Selama pemberian materi, semua peserta memperhatikan dengan seksama. Penggunaan media video dalam kegiatan ini tidak hanya sekedar sebagai alat bantu namun juga berfungsi sebagai pembawa informasi. Penggunaan media video (audio visual) tersebut sesuai konsep pembelajaran menurut piramida pengalaman yang dituliskan oleh Edgar Dale, bahwa seseorang belajar lebih dari 50 % nya adalah didapat dari apa yang telah di lihat dan di dengar. Maka dari itu, penggunaan media ini dirasa cukup efektif jika digunakan sebagai metode pembelajaran (Aeni et al., 2018).

Materi pertama yang disampaikan yaitu perubahan pada pubertas. Pubertas secara fisik terbagi menjadi primer dan sekunder. Pubertas secara primer yaitu perubahan dalam tubuh seperti perubahan hormon dan organ

reproduksi. Sedangkan pubertas secara sekunder ditandai dengan perubahan yang tampak dari luar. Perubahan yang terjadi pada laki-laki diantaranya organ reproduksi yang mulai berfungsi dan menghasilkan sperma dalam testis, ereksi spontan yang ditandai dengan adanya mimpi basah, tumbuh kumis dan jenggot, jakun mulai nampak dan membesar, suara berubah menjadi lebih besar dan berat, otot tubuh mulai terbentuk, tumbuh rambut di beberapa area (ketiak, kaki, dada, organ reproduksi), bahu melebar melebihi panggul, jaringan kulit berubah dan pori-pori tampak lebih besar, serta munculnya jerawat. Sedangkan perubahan pada perempuan diantaranya mulai berfungsinya organ reproduksi ditandai dengan adanya menstruasi pertama, payudara mulai timbul dan membesar, tumbuh rambut di beberapa area (ketiak dan organ reproduksi), suara lebih nyaring dan lembut, kadang-kadang muncul jerawat di wajah, serta lebih cepat untuk tumbuh tinggi dan besar (Puspa Dewi, 2018).

Sementara itu, untuk mencegah terjadinya kekerasan seksual pada anak, siswa diberikan pemaparan tentang upaya perlindungan diri. Penyuluh memberi penjelasan mengenai bagian tubuh yang tidak boleh disentuh, cara menolak dan melaporkan ketika anak menerima sentuhan pada bagian yang tidak boleh disentuh, serta pengajaran mengenai *underwear rules* yang mengidentifikasi mengenai 5 aspek penting pada anak meliputi tubuhku hanya milikku, sentuhan yang baik dan sentuhan yang buruk, rahasia yang baik dan rahasia yang buruk, pencegahan dan perlindungan merupakan tanggung jawab orang dewasa, pelaporan dan pengungkapan pelaku, baik yang dikenal, maupun tidak dikenal, serta pertolongan pada kekerasan seksual (Solehati et al., 2022).

Pada akhir kegiatan, penyuluh memberikan post-test dan didapatkan hasil bahwa 70% siswa telah mengetahui perubahan yang terjadi pada masa pubertas dan upaya perlindungan diri untuk mencegah kekerasan seksual.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pemberian edukasi mengenai perubahan masa pubertas pada siswa Sekolah Alam Sobyor menggunakan metode SGD dan video cukup efektif dibuktikan dengan post-test yang dikerjakan oleh seluruh peserta. Hasil post-test menunjukkan bahwa 70% siswa telah mengetahui perubahan masa pubertas. Siswa juga dapat menjelaskan bagaimana upaya

perlindungan diri untuk mencegah kekerasan seksual.

Setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan siswa Sekolah Alam Sobyor mampu memahami perubahan yang terjadi pada masa pubertas sehingga tidak khawatir dalam menghadapi perubahan tersebut. Selain itu, kegiatan ini diharapkan mampu memberikan pemahaman pada siswa tentang upaya perlindungan diri agar terhindar dari kekerasan seksual.

Saran yang diberikan oleh Pembina Sekolah Alam Sobyor yaitu pendidikan yang berkaitan dengan seksual sebaiknya tidak hanya diberikan pada siswa saja namun juga harus melibatkan orang tua. Selanjutnya, edukasi yang telah diberikan pada siswa dapat dilanjutkan secara teknis dan lebih mendalam oleh para pendidik dan orang tua.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh tim pelaksana kegiatan dan seluruh civitas di Sekolah Alam Sobyor yang telah menyukseskan kegiatan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, N., Yuhandini, S., & Politeknikkesehatantaskimalaya, ). (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI. In *Jurnal Care* (Vol. 6, Issue 2).
- Lieberman, L. D., & Goldfarb, E. S. (2022). Sex Ed in the Post-Roe World: Implications for Public Health Education. *Health Education and Behavior*, 49(6), 919–923. <https://doi.org/10.1177/10901981221125429>
- Pusdatin KPAI. (2020). *Tabulasi Data Kasus Perlindungan Anak Tahun 2016-2020*. <https://Bankdata.Kpai.Go.Id/Tabulasi-Data/Data-Kasus-Perlindungan-Anak-2016-2020>.
- Puspa Dewi, P. (2018). *PERLINDUNGAN ANAK TERPADU BERBASIS MASYARAKAT (PATBM)*.
- Rahmawati, K., & Elsanti, D. (2020). *Efektivitas Metode Ceramah Dan Small Group Discussion Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja SMA Muhammadiyah Sokaraja*. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Solehati, T., Septiani, R. F., Muliani, R., Nurhasanah, S. A., Afriani, S. N., Nuraini, S., Fauziah, S., Pratiwi, S. D., Alam, S. P., Hermayanti, Y., Kosasih, C. E., & Mediani, H. S. (2022). Intervensi Bagi Orang Tua dalam Mencegah Kekerasan Seksual Anak di Indonesia: Scoping Review. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2201–2214. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1914>
- Sumitro, Kusnanto, H., & Istiono, W. (2019). *The Effect of Lecture and Small Group Discussion Methods in Health Education Towards Dengue Hemorrhagic Fever Vector Larva Free Proportion in Gunungkidul Regency*.
- Timiyatun, E., Made Moh Yanuar Saifudin, I., Dewi Asrifah, U., Oktavianto, E., & Ahmad Yani, J. (2021). The Effective Small Group Discussion to Improve Adolescent Knowledge on HIV/AIDS Prevention. *Indonesian Journal of Nursing Science CARING: Indonesian Journal of Nursing Science (IJNS)*, 3(1), 2021. <https://talenta.usu.ac.id/IJNS>
- Walsh, K., Zwi, K., Woolfenden, S., & Shlonsky, A. (2018). School-Based Education Programs for the Prevention of Child Sexual Abuse: A Cochrane Systematic Review and Meta-Analysis. *Research on Social Work Practice*, 28(1), 33–55. <https://doi.org/10.1177/1049731515619705>

