

Efektivitas Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan *Personal Safety Skill* Pada Siswa SMP X Lhokseumawe

The Effectiveness Of Psychoeducation To Improve Personal Safety Skill Knowledge In Students Of SMP X Lhokseumawe

Binti Fatonah¹, Widi Astuti², Ella Suzanna³, Muhammad Fikri Jaka Pratama⁴

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Jl. Cot Tengku Nie, Reulet, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: @widi.astuti.unimal.ac.id

Abstract: *The aim of this research is to determine the effectiveness of psychoeducation for students at SMP X Lhokseumawe to increase knowledge of personal safety skills. The subjects in this research were 30 students of SMP X Lhokseumawe. This research is experiment research that uses one-group pretest-posttest. This psychoeducation is carried out using a lecture method and displays video footage regarding personal safety skills. It is hoped that this psychoeducation can be an intervention to increase students' knowledge regarding self-protection against sexual violence. The material presented in this psychoeducation includes aspects contained in personal safety skills by Bagely & King (2004), namely recognize, resist and report. The results show that there are changes in differences before (pretest) and after (posttest) the treatment. This is proven by the paired sample t-test with a sig value (2 tailed) $0.000 < 0.05$. These results prove that psychoeducation is quite effective in increasing students' knowledge regarding personal safety skills.*

Keywords: *Personal safety skill, Psychoeducation, Middle school student.*

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi pada siswa SMP X Lhokseumawe untuk meningkatkan pengetahuan personal safety skill. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP X Lhokseumawe berjumlah 30 orang. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang menggunakan *one-group pretest-posttest*. Psikoedukasi ini dilakukan dengan metode ceramah dan menampilkan cuplikan video mengenai *personal safety skill*. Psikoedukasi ini diharapkan bisa menjadi intervensi untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri terhadap kekerasan seksual. Materi yang disampaikan dalam psikoedukasi ini meliputi aspek-aspek yang terdapat dalam *personal safety skill* oleh Bagely & King (2004) yaitu *recognize* (mengenal), *resist* (bertahan) dan *report* (melaporkan). Hasil menunjukkan bahwa adanya perubahan perbedaan sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) diberikannya treatment. Hal ini dibuktikan dengan uji *paired sample t-test* dengan nilai sig.(2 tailed) $0.000 < 0.05$. Dengan hasil tersebut membuktikan bahwa psikoedukasi cukup efektif dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai *personal safety skill*.

Kata Kunci: Personal safety skill, Psikoedukasi, Siswa SMP.

Pendahuluan

Fenomena kekerasan seksual layaknya seperti gunung es, karena data yang terekam hanya mewakili sebagian kecil dari kasus yang sebenarnya (Sesca, 2018). Hal ini juga ditemukan pada hasil wawancara sederhana dengan salah satu karyawan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB) kota Lhokseumawe yang dilakukan peneliti pada 4 Maret 2022 bahwa ada beberapa kasus yang diketahui namun korban tidak membuat laporan. Nanda (2021) mengatakan bahwa Aceh termasuk provinssi yang mengalami peningkatan kasus kekerasan seksual. Berdasarkan data Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA, 2022), jumlah kekerasan di Aceh pada tahun 2022 sebanyak 481 untuk kasus kekerasan psikis, sebanyak 367 sebagai kasus kekerasan fisik, sebanyak 318 sebagai kasus kekerasan seksual dan sebanyak 386 sebagai kasus kekerasan lainnya. Berdasarkan jumlah kekerasan yang terjadi, kekerasan seksual menduduki urutan ketiga sebagai kasus kekerasan terbanyak di Aceh (SIMFONI, 2022).

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Permen, 2021) Kekerasan seksual adalah setiap perbuatan yang merendahkan, menghina, melecehkan dan/atau menyerang

tubuh dan/atau fungsi reproduksi seseorang karena ketidaksetaraan kekuasaan dan/atau jenis kelamin, yang mengakibatkan atau dapat mengakibatkan penderitaan mental dan/atau fisik, termasuk yang mengganggu kesehatan reproduksi manusia. Menurut centers for disease control (CDC, 2014) mengartikan kekerasan seksual sebagai tindakan seksual yang dilakukan tanpa persetujuan korban atau korban tidak mampu untuk menyetujui atau menolak.

Menurut Noviana (2015), kekerasan seksual terhadap anak adalah seseorang yang memanfaatkan anak untuk kesenangan dan kepuasan seksual. Selain berhubungan seksual, ada juga perbuatan yang mengarah pada seksualitas terhadap anak, seperti: hubungan seksual dengan anak, baik disentuh ataupun tidak. Segala bentuk penetrasi seksual, termasuk penetrasi ke dalam mulut anak dengan menggunakan suatu benda atau bagian tubuh. Senada dengan hal ini Disney dalam (dalam Ellsworth, 2007) kekerasan seksual didefinisikan sebagai memanfaatkan anak secara seksual oleh seseorang yang lebih berkuasa atau memiliki kekuatan yang lebih besar dari pada anak. Kekuatan ini bisa berupa perbedaan usia, ukuran, status mental, fisik, verbal atau emosional. Kekerasan seksual melibatkan perilaku nonkontak dan kontak.

Kekerasan seksual cenderung menyebabkan dampak traumatis baik pada

anak maupun orang dewasa sebagai korban. Mrazek dan Mrazek (Bagley & King, 2004) mengatakan bahwa dampak dari kekerasan seksual pada anak memiliki *possible short-term effects* (dampak jangka pendek) dan *possible long-term effects* (dampak jangka panjang).

Kekerasan seksual terhadap anak memiliki konsekuensi emosional dan fisik bagi korbannya. Secara emosional, anak yang menjadi korban kekerasan seksual mengalami stres, depresi, rasa bersalah dan penyesalan, ketakutan akan hubungan dengan orang lain dan bayangan kejadian dimana anak mengalami kekerasan seksual. Mereka mengalami ketakutan dengan hal yang berhubungan dengan kejadian tindakan kekerasan seksual (Noviana, 2015). Secara fisik, korban mengalami penurunan nafsu makan, sulit tidur, sakit kepala, ketidaknyamanan di sekitar vagina atau alat kelamin, resiko tertular penyakit menular seksual, cedera tubuh, kehamilan yang tidak diinginkan, dan banyak lagi.

Nanda (2021) mengatakan bahwa kebanyakan korban adalah siswa-siswa dan remaja, terutama perempuan berusia 18 tahun ke bawah. Nanda juga menambahkan salah satu penyebab siswa dan remaja terpapar kekerasan seksual adalah karena kurangnya pemahaman tentang pendidikan seks. Padahal, siswa-siswa perlu diajari sejak awal apa yang bisa dan tidak bisa mereka lakukan terkait seks (Nanda, 2021). Nanda

(2021) juga menambahkan bahwa salah satu yang dapat menjadi pencegahan kekerasan seksual adalah pengetahuan *personal safety skills* yang dimiliki siswa-siswa itu sendiri.

Personal Safety Skills merupakan keterampilan yang dikuasai oleh siswa dimana ia mampu menjaga keamanan dirinya dan terhindar dari kekerasan seksual (Bagley & King, 2004). *Personal safety skills* sendiri memiliki 3 aspek yakni:

1. *Recognize* (Mengenali); Kemampuan seorang anak untuk mengenali karakteristik orang yang berpotensi melakukan kekerasan seksual. Dalam hal ini, anak diajarkan untuk mengenali bagian-bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain. Dengan demikian, anak diharapkan mampu membedakan antara pelaku tindakan kekerasan seksual dengan kontak fisik lainnya dengan orang lain.
2. *Resist* (Bertahan); Dalam hal ini anak diajarkan untuk memiliki kemampuan bertahan dari tindak kekerasan seksual, seperti meminta bantuan atau memberi tahu orang lain bahwa orang yang Anda peluk bukanlah ibu atau ayahnya. Anak juga diajarkan untuk menolak godaan, melakukan tindakan perlawanan dan melarikan diri dari pelaku kekerasan seksual serta berteriak meminta bantuan.
3. *Report* (Melaporkan); Kemampuan anak untuk melaporkan perilaku kurang

menyenangkan secara seksual yang diterima anak dari orang dewasa. Dalam hal ini anak mampu untuk berbicara terbuka tentang kekerasan seksual yang mereka alami dan mampu melaporkan pelaku ke organisasi lain, seperti guru atau lembaga lainnya.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Menurut Sugiyono (2014), pre-eksperimen merupakan rancangan penelitian yang meliputi hanya satu kelompok yang diberikan pra dan pasca uji.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dengan desain *one-group pretest-posttest*. Pada desain penelitian ini dilakukannya pretest sebelum diberikannya *treatment*. Dengan demikian hasil *treatment* dapat diketahui lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan situasi sebelum *treatment*. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

$O_1 \rightarrow X \rightarrow O_2$

Keterangan :

O_1 : *Pretest*

X : *Treatment*

O_2 : *Posttest*

Dalam penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono

(2014), metode *nonprobability sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan tidak memberikan peluang yang sama bagi populasi untuk menjadi sampel. Sedangkan *purposive sampling* menurut Sugiyono (2014) diartikan sebagai teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah sebanyak 30 siswa SMP Negeri X Lhokseumawe.

Pada penelitian pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisisioner (angket). Kuisisioner adalah metode pengumpulan data dengan menggunakan daftar pernyataan tentang pertanyaan yang berkaitan dengan variabel yang diteliti (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini terdapat pertanyaan mengenai *personal safety skill* yang digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan subjek sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

Analisis data dilakukan dengan perhitungan statistik menggunakan program SPSS guna melihat adakah peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukannya *treatment*. Adapun uji yang digunakan dalam pengolahan data adalah uji normalitas yakni untuk menguji data berdistribusi normal atau tidak. Sebaran data pada penelitian ini baik pretest dan posttest dinyatakan berdistribusi normal dengan nilai $0.200 > 0.05$. Ketika data yang ada berdistribusi normal, maka dapat dilakukan

uji-T untuk membandingkan rata-rata dari pretest dan posttest. Pada hasil uji paired sample t-test data pretest-posttest yakni dengan sig.(2 tailed) $0.000 < 0.05$. Artinya bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil

Personal Safety Skills merupakan seperangkat keterampilan yang perlu dikuasai oleh anak agar anak mampu menjaga dirinya sendiri dan terhindar dari tindakan kekerasan seksual (Bagley & King, 2004). Senada dengan hal tersebut, Wurtele dan Owens (1997) mengatakan bahwa *personal safety skills* atau keterampilan keselamatan diri merupakan suatu usaha yang menggabungkan pengetahuan dan keterampilan keselamatan untuk membantu anak dan melindungi dirinya dari kekerasan seksual.

Psikoedukasi diartikan sebagai upaya membantu klien mengembangkan kecakapan hidup melalui berbagai program terstruktur yang diselenggarakan secara berkelompok (Supratiknya, 2011). Menurut Purwati dkk, (2022) psikoedukasi merupakan metode pemahaman berupa pendidikan psikologi kepada penerima untuk membangkitkan kesadaran agar dapat berpikir lebih rasional. Defini ini sejalan dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk menyampaikan informasi tentang *personal safety skill* dalam upaya untuk menambah pengetahuan siswa.

Untuk mengukur pengaruh dari psikoedukasi yang telah diberikan, maka dilakukan analisis data berdasarkan hasil tes oleh 30 subjek. Tes soal yang diberikan berupa pretest dan posttest. Analisis data yang dilakukan adalah uji *paired sample t-test*. Tetapi, sebelum analisis data dilakukan terlebih dahulu perlu di uji normalitas untuk melihat apakah data berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas menggunakan uji *one sample kolmogorov-smirnov*:

Tabel 1
Hasil uji one sample kolmogorov-smirnov test data pretest posttest

	Kolmogorov-Smirnov		Shapiro-Wilk	
	N	Sig.	N	Sig.
<i>Pretest</i>	30	0.200	30	0.668
<i>Posttest</i>	30	0.200	30	0.165

Hasil uji normalitas diatas menunjukkan nilai sig. (2 tailed) > 0.05 , artinya data terdistribusi normal. Sehingga, selanjutnya dapat dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji *paired sample t-test*. Uji *paired sample t-test* dilakukan untuk mengukur perbedaan nilai rata-

rata antara *pretest* dan *posttest* setelah diberikan *treatment*. berikut tabel hasil uji *paired sample t-test*:

Tabel 2
Hasil uji *paired sample test* data *pretest* – *posttest*

<i>Personal safety skill</i>	Mean	95% CI of Difference		Nilai signifikan
		<i>Lower</i>	<i>Upper</i>	
<i>Pretest-Posttest</i>	-13.567	-16.756	-10.378	0.000

Berdasarkan hasil uji *paired sample t-test* diatas, diperoleh nilai sig.(2 tailde) sebesar 0.000 yang lebih kecil dari 0.05. artinya bahwa terdapat perubahan perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan subjek mengenai *personal safety skill*. Dengan kata lain bahwa dalam penelitian ini H_a diterima dan H_0 ditolak.

Psikoedukasi yang telah dilakukan merupakan salah satu bentuk preventif dengan membantu anak lebih mengetahui tentang bentuk-bentuk cara perlindungan diri dari bentuk kekerasan seksual. Materi dalam psikoedukasi yang diberikan memuat terkait pengetahuan tentang pemahaman untuk mengenali karakteristik seseorang yang bisa menjadi pelaku kekerasan seksual, memahami tentang bagaimana bertahan disituasi mengancam akan adanya tindak kekerasan seksual dan memahami cara untuk melaporkan tindak kekerasan yang dialami anak.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan *personal safety skill* memberikan pengaruh yang signifikan.

Saran

Berdasarkan penelitian ini peneliti berharap agar pihak sekolah dapat memberikan edukasi mengenai kekerasan seksual dan *personal safety skill* secara lebih intensif sebagai bentuk preventif

dalam menanggulangi kasus-kasus kekerasan seksual. Serta bagi peneliti selanjutnya, agar untuk melakukan evaluasi lebih lanjut mengenai *personal safety skill* dalam perilaku anak.

Referensi

- Bagley, C & King, K. (2004). *Child Sexual Abuse: The Search for Healing*. Routledge.
- Center for Disease Control and Prevention (CDC): Teen Dating Violence. <https://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/teendatingviolence/fastfact.html>.
- Ellsworth, L. (2007). *Choosing to Heal: Using Reality Therapy in the Treatment of Sexually Abused Children*. Routledge
- Nanda Aufa, Krisna. (2021). Kedudukan undang-undang perlindungan anak terhadap anak sebagai korban pelecehan seksual di Aceh. *Jurnal Ilmu Syariah dan Hukum*. 6(2), 113-125.
- Noviana, I. (2015). Kekerasan Seksual Terhadap Anak: Dampak dan Penanganannya. *Sosio Informa*. 1(1), 13-28.
- Purwati., Japar, M., Asih, S.S., & Rifki, Z.Z. Implementasi psikoedukasi untuk meningkatkan penanaman sikap peduli sosial pada siswa SMP Islam Sarbini Grabag. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*. 7 (1), 825-831.
- Sesca, E.M., dan Hamidah. (2018). Posttraumatic growth pada wanita dewasa awal korban kekerasan seksual. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 7 (pp), 1-13.
- Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA). <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>. (diakses pada tanggal 9 September 2022).
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supratiknya, A. *Merancang Program dan Modul Psikoedukasi Edisi Revisi*. Universitas Sanata Dharma
- Wurtele, S.K., & Owens, J.S. (1997). Teaching Personal Safety Skills to Young Children: An Investigation of Age and Gender Across Five Studies. *Elsevier Science Ltd*. 21(8), 805-814.