

AKU BERANI MENJAGA DIRIKU: EDUKASI PERLINDUNGAN DIRI ANAK DI NAGORI ADIL MAKMUR

Lakum^{*1}, Nikmah Lubis², Dimas Wijayanto³,
Insan Kamil Sitorus⁴, Ika Safitri⁵, Annisya Umami⁶

^{1,2}Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Daar Al Uluum Asahan

³Program Studi Hukum Keluarga Fakultas Syariah, Institut Agama Islam Daar Al Uluum Asahan

^{4,5}Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Daar Al Uluum Asahan

⁶Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Daar Al Uluum Asahan

*e-mail: lakum@iaidu-asahan.ac.id¹, nikmahlubis@iaidu-asahan.ac.id², dshifa71@gmail.com³,
insansitorus58@gmail.com⁴, ikasafitri172005@gmail.com⁵, annisyaumami55@gmail.com⁶

Abstrak

Anak merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai bentuk kekerasan sehingga memerlukan edukasi perlindungan diri sejak usia sekolah dasar sebagai upaya pencegahan. Berdasarkan hasil observasi di SD Negeri 094124 Bosar Maligas, Nagori Adil Makmur, Kecamatan Bosar Maligas, Kabupaten Simalungun, masih ditemukan keterbatasan pemahaman peserta didik mengenai batasan tubuh, sentuhan yang aman dan tidak aman, serta langkah yang harus dilakukan ketika menghadapi situasi yang membahayakan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keberanian peserta didik dalam melindungi diri melalui program edukasi "Aku Berani Menjaga Diriku." Metode yang digunakan adalah Participatory Learning and Action (PLA) dengan tahapan persiapan, penyampaian materi, simulasi role play, dan evaluasi melalui observasi partisipatif, tanya jawab, serta refleksi peserta. Materi edukasi meliputi pengenalan tubuh pribadi, perbedaan sentuhan baik dan sentuhan tidak baik, penerapan tiga langkah berani (katakan tidak, menjauh, dan bercerita), serta kebiasaan menjaga diri dalam kehidupan sehari-hari. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta didik mengikuti kegiatan secara aktif, mampu mengidentifikasi bagian tubuh pribadi, membedakan sentuhan yang aman dan tidak aman, serta mempraktikkan langkah perlindungan diri melalui simulasi. Kegiatan ini memberikan kontribusi dalam membangun kesadaran perlindungan anak di lingkungan sekolah dan menjadi upaya preventif untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan ramah anak.

Kata Kunci: edukasi perlindungan diri, body safety, perlindungan anak, sekolah dasar, pengabdian kepada masyarakat.

Abstract

Children are vulnerable to various forms of violence and therefore require self-protection education from an early age as a preventive measure. Based on observations conducted at SD Negeri 094124 Bosar Maligas, Adil Makmur Village, Bosar Maligas District, Simalungun Regency, many students had limited understanding of body boundaries, safe and unsafe touch, and appropriate responses to potentially harmful situations. This community service program aimed to improve students' knowledge, awareness, and confidence in protecting themselves through the "I Dare to Protect Myself" educational program. The program employed the Participatory Learning and Action (PLA) approach, consisting of preparation, educational sessions, role-play simulations, and evaluation through participatory observation, question-and-answer sessions, and participant reflection. The educational materials included recognizing private body parts, distinguishing between safe and unsafe touch, practicing the three brave steps (say no, move away, and tell a trusted adult), and developing daily self-protection habits. The results indicated that students actively participated in the activities, were able to identify private body parts, distinguish safe and unsafe touch, and demonstrate appropriate self-protection responses during role-play simulations. This program contributed to strengthening child protection awareness within the school environment and served as a preventive effort to promote a safe and child-friendly learning environment.

Keywords: child self-protection education, body safety, child protection, elementary school, community service.

1. PENDAHULUAN

Anak merupakan kelompok yang memiliki hak untuk memperoleh perlindungan, pendidikan, dan lingkungan yang aman agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Hak tersebut dijamin dalam Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak yang menegaskan bahwa setiap anak berhak memperoleh perlindungan dari segala bentuk kekerasan, diskriminasi, penelantaran, dan eksploitasi (Republik Indonesia, 2014). Perlindungan terhadap anak tidak hanya menjadi tanggung jawab keluarga, tetapi juga sekolah, masyarakat, pemerintah, dan perguruan tinggi melalui pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Oleh karena itu, upaya perlindungan anak perlu dilakukan secara kolaboratif melalui kegiatan edukasi yang mampu membangun pengetahuan dan keterampilan anak dalam menjaga keselamatan dirinya. Salah satu bentuk perlindungan yang penting diberikan sejak usia dini adalah edukasi perlindungan diri (self-protection education atau body safety education). Edukasi ini bertujuan membekali anak dengan kemampuan mengenali bagian tubuh pribadi, memahami batasan tubuh (body boundaries), membedakan sentuhan yang aman (safe touch) dan sentuhan yang tidak aman (unsafe touch), berani mengatakan "tidak" terhadap tindakan yang membuat tidak nyaman, serta mengetahui kepada siapa harus meminta pertolongan apabila menghadapi situasi berisiko. Pendidikan perlindungan diri merupakan langkah preventif yang penting karena anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan yang mulai aktif berinteraksi dengan lingkungan di luar keluarga sehingga membutuhkan kemampuan untuk melindungi dirinya secara mandiri (Kementerian PPPA, 2024).

Perlindungan diri anak menjadi isu yang semakin penting seiring meningkatnya berbagai kasus kekerasan terhadap anak di Indonesia. Bentuk kekerasan yang dialami anak tidak hanya berupa kekerasan fisik, tetapi juga kekerasan psikis, perundungan (bullying), penelantaran, eksploitasi, hingga kekerasan seksual. Data Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA) menunjukkan bahwa ribuan kasus kekerasan terhadap anak masih terjadi setiap tahun dan sebagian besar terjadi di lingkungan yang dekat dengan kehidupan anak, seperti rumah, sekolah, dan lingkungan sosial (Kementerian PPPA, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anak masih menjadi kelompok yang rentan terhadap berbagai bentuk kekerasan sehingga diperlukan upaya pencegahan melalui edukasi yang dilakukan sejak dini. Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyampaikan bahwa masih banyak anak yang belum memahami cara mengenali tindakan yang membahayakan dirinya maupun mekanisme pelaporan kepada orang dewasa yang dipercaya. Rendahnya literasi perlindungan diri menyebabkan anak cenderung diam, takut, atau tidak mengetahui langkah yang harus dilakukan ketika mengalami atau menyaksikan tindakan yang mengarah pada kekerasan. Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang sesuai dengan usia anak menjadi salah satu strategi penting dalam membangun budaya perlindungan anak di lingkungan sekolah dan masyarakat (KPAI, 2025).

Nagori Adil Makmur merupakan salah satu nagori yang berada di Kecamatan Bosar Maligas, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara. Nagori ini memiliki jumlah penduduk sekitar 2.369 jiwa yang terdiri atas 1.206 laki-laki dan 1.163 perempuan. Masyarakat Nagori Adil Makmur berasal dari latar belakang suku yang beragam, didominasi oleh suku Jawa dan Batak yang hidup berdampingan dengan menjunjung tinggi nilai toleransi, gotong royong, dan kekeluargaan. Sebagian besar masyarakat bermata pencaharian sebagai petani, pekebun, buruh perkebunan, pedagang, wiraswasta, dan pekerja sektor jasa. Kehidupan masyarakat yang religius juga tercermin dari aktifnya kegiatan keagamaan di masjid, mushala, Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ), dan berbagai kegiatan pembinaan anak serta remaja di lingkungan desa. Potensi sosial yang dimiliki Nagori Adil Makmur menjadi modal penting dalam pelaksanaan program pemberdayaan masyarakat, khususnya pada bidang pendidikan dan perlindungan anak. Berdasarkan hasil observasi lapangan dan koordinasi dengan pemerintah nagori serta pihak sekolah, masyarakat menunjukkan

antusiasme yang tinggi terhadap kegiatan edukasi yang melibatkan anak-anak. Namun demikian, masih ditemukan kebutuhan untuk memperkuat pendidikan karakter, meningkatkan pengetahuan anak mengenai perlindungan diri, serta membangun keberanian anak dalam menyampaikan pengalaman atau situasi yang membuat mereka merasa tidak aman. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi perlindungan diri belum menjadi bagian dari kegiatan pembelajaran maupun sosialisasi yang dilakukan secara terstruktur di lingkungan masyarakat.

Hasil identifikasi kebutuhan bersama pemerintah nagori, guru, dan orang tua menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah memahami larangan berinteraksi dengan orang asing, tetapi belum mampu mengenali konsep batasan tubuh, membedakan sentuhan yang aman dan tidak aman, maupun langkah-langkah yang harus dilakukan ketika menghadapi tindakan yang mengancam keselamatan dirinya. Kesenjangan tersebut menunjukkan perlunya program edukasi yang sederhana, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar agar pesan perlindungan diri dapat diterima secara efektif. Perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam menjawab kebutuhan tersebut melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bersifat edukatif dan partisipatif. Program “Aku Berani Menjaga Diriku” dirancang sebagai kampanye edukasi perlindungan diri anak dengan pendekatan yang ramah anak, interaktif, dan kontekstual. Materi disampaikan melalui cerita, permainan edukatif, simulasi, diskusi, dan praktik sederhana yang bertujuan membantu anak mengenali bagian tubuh pribadi, memahami hak atas tubuhnya, berani mengatakan “tidak” terhadap tindakan yang tidak pantas, menjauh dari situasi berbahaya, serta melaporkan kejadian kepada orang dewasa yang dipercaya. Pendekatan pembelajaran partisipatif dipilih karena mampu meningkatkan keterlibatan anak dalam proses belajar sekaligus memberikan pengalaman langsung dalam mempraktikkan keterampilan perlindungan diri (Kementerian PPPA, 2024).

Program “Aku Berani Menjaga Diriku” dilaksanakan di SD Negeri 094124 Bosar Maligas sebagai salah satu bentuk implementasi pengabdian kepada masyarakat oleh dosen dan mahasiswa dalam mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan ramah anak. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga membangun kesadaran kolektif mengenai pentingnya perlindungan anak sebagai tanggung jawab bersama keluarga, sekolah, masyarakat, dan pemerintah desa. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu memperkuat budaya perlindungan anak di lingkungan sekolah dan masyarakat serta mendukung terwujudnya generasi yang sehat, berani, dan mampu menjaga dirinya sejak dini. Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan yang menjadi fokus kegiatan pengabdian ini adalah masih terbatasnya pengetahuan dan kesadaran peserta didik mengenai perlindungan diri sebagai upaya pencegahan kekerasan terhadap anak di Nagori Adil Makmur. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keberanian peserta didik dalam melindungi diri melalui program edukasi “Aku Berani Menjaga Diriku” yang dilaksanakan secara interaktif di SD Negeri 094124 Bosar Maligas, Nagori Adil Makmur, Kecamatan Bosar Maligas, Kabupaten Simalungun.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Aku Berani Menjaga Diriku” dilaksanakan di SD Negeri 094124 Bosar Maligas, Nagori Adil Makmur, Kecamatan Bosar Maligas, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara. Program ini menggunakan pendekatan Participatory Learning and Action (PLA), yaitu pendekatan pembelajaran partisipatif yang menempatkan peserta sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran melalui keterlibatan langsung dalam diskusi, permainan edukatif, simulasi, dan refleksi. Pendekatan PLA banyak digunakan dalam

kegiatan pengabdian masyarakat karena mampu meningkatkan partisipasi peserta dan mempermudah transfer pengetahuan pada kelompok sasaran (Lingga et al., 2025).

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan edukasi, simulasi perlindungan diri, dan evaluasi kegiatan.

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan observasi lapangan dan koordinasi bersama kepala sekolah serta guru SD Negeri 094124 Bosar Maligas untuk mengidentifikasi kebutuhan peserta, menentukan jadwal kegiatan, serta menyiapkan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak. Pada tahap ini tim pengabdian menyusun materi edukasi, alat bantu visual, permainan edukatif, dan skenario simulasi yang akan digunakan selama kegiatan berlangsung.

b. Tahap Pelaksanaan Edukasi

Tahap pelaksanaan edukasi dilakukan secara interaktif dengan memadukan metode ceramah, cerita bergambar, diskusi, permainan, dan tanya jawab. Materi yang disampaikan berfokus pada konsep body safety, yaitu pengenalan bagian tubuh pribadi, perbedaan safe touch dan unsafe touch, keberanian mengatakan “tidak”, menjauh dari situasi yang membahayakan, serta melaporkan kejadian kepada orang dewasa yang dipercaya. Edukasi dengan pendekatan body safety terbukti efektif membantu anak memahami batasan tubuh dan meningkatkan kesadaran perlindungan diri sejak usia sekolah dasar (Leony et al., 2026; Rahma et al., 2026)

c. Tahap Simulasi Perlindungan Diri

Pada tahap simulasi, peserta mengikuti permainan peran (role play) berdasarkan beberapa situasi yang mungkin dihadapi anak dalam kehidupan sehari-hari. Simulasi digunakan untuk melatih keberanian anak dalam menolak sentuhan yang tidak pantas, meminta pertolongan, dan menyampaikan pengalaman kepada guru atau orang tua. Metode simulasi dinilai efektif dalam membangun keterampilan perlindungan diri karena memberikan pengalaman belajar yang kontekstual dan mudah dipahami oleh anak (Putri et al., 2025).

d. Tahap Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif melalui observasi partisipatif, sesi tanya jawab, dan refleksi peserta pada akhir kegiatan. Observasi difokuskan pada keterlibatan peserta selama kegiatan, kemampuan menjawab pertanyaan mengenai materi perlindungan diri, keberanian menyampaikan pendapat, serta kemampuan mempraktikkan langkah-langkah perlindungan diri saat simulasi. Evaluasi kualitatif melalui observasi dan refleksi banyak digunakan dalam kegiatan edukasi anak apabila tidak menggunakan instrumen pre-test dan post-test, karena mampu menggambarkan perubahan pemahaman dan respons peserta selama proses pembelajaran berlangsung (Jamilah et al., 2026). Selain observasi, tim pengabdian melakukan sesi refleksi pada akhir kegiatan dengan mengajukan pertanyaan sederhana mengenai materi yang telah dipelajari. Refleksi digunakan untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap pesan utama kegiatan serta memperoleh umpan balik mengenai pengalaman belajar yang mereka rasakan selama mengikuti edukasi. Data hasil observasi dan refleksi dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan mengidentifikasi perubahan pemahaman, sikap, dan partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Analisis ini digunakan untuk menggambarkan ketercapaian tujuan program pengabdian. Keberhasilan kegiatan diukur berdasarkan empat indikator, yaitu: (1) meningkatnya pemahaman peserta mengenai konsep perlindungan diri anak; (2) meningkatnya keberanian peserta dalam mengenali dan merespons situasi yang berpotensi membahayakan dirinya; (3) meningkatnya partisipasi aktif peserta selama kegiatan edukasi dan simulasi; serta (4) adanya respons positif

dari guru terhadap pelaksanaan program edukasi sebagai upaya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan ramah anak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Aku Berani Menjaga Diriku” dilaksanakan di SD Negeri 094124 Bosar Maligas sebagai bentuk edukasi perlindungan diri anak yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keberanian peserta didik dalam menghadapi situasi yang berpotensi membahayakan dirinya. Program ini dirancang menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif sehingga peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga terlibat dalam diskusi, permainan, simulasi, dan refleksi. Pendekatan tersebut dipilih karena pendidikan perlindungan diri pada anak usia sekolah dasar lebih efektif apabila dilakukan melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan sesuai dengan tahap perkembangan anak (Kementerian PPPA, 2024). Pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa peserta didik memberikan respons yang positif terhadap seluruh rangkaian edukasi. Anak-anak terlihat antusias mengikuti sesi penyampaian materi, aktif menjawab pertanyaan, serta berani menyampaikan pendapat ketika diberikan contoh situasi yang berkaitan dengan perlindungan diri. Guru kelas juga berpartisipasi mendampingi peserta sehingga suasana pembelajaran berlangsung lebih interaktif dan kondusif.

a. Edukasi Mengenai Tubuh Pribadi sebagai Dasar Perlindungan Diri Anak

Tahap pertama kegiatan difokuskan pada pengenalan konsep tubuh pribadi sebagai dasar perlindungan diri anak. Materi diawali dengan penjelasan bahwa tubuh merupakan anugerah Tuhan yang harus dijaga dan dihormati, sehingga setiap anak memiliki hak atas tubuhnya sendiri. Selanjutnya peserta diperkenalkan mengenai bagian-bagian tubuh pribadi yang tidak boleh disentuh atau dilihat oleh orang lain tanpa alasan yang benar, yaitu dada, kemaluan, dan bagian belakang tubuh (bokong). Materi tersebut disampaikan menggunakan bahasa sederhana dan media visual agar mudah dipahami oleh peserta didik sekolah dasar. Pada sesi ini, fasilitator mengajak peserta berdialog mengenai pentingnya menjaga tubuh dan menghargai batasan tubuh pribadi. Anak-anak diminta menyebutkan bagian tubuh yang termasuk area pribadi serta menjelaskan mengapa bagian tersebut harus dijaga. Pendekatan dialogis membuat peserta lebih berani mengemukakan pendapat dan menunjukkan pemahaman awal mengenai konsep tubuh pribadi. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah mengetahui pentingnya menjaga tubuh, tetapi belum memahami istilah tubuh pribadi dan batasan siapa saja yang boleh menyentuh bagian tubuh tertentu. Setelah mendapatkan penjelasan dan contoh-contoh sederhana, peserta mulai mampu membedakan bagian tubuh yang bersifat pribadi dengan bagian tubuh yang dapat disentuh dalam situasi tertentu, misalnya ketika diperiksa dokter dengan didampingi orang tua. Pengenalan tubuh pribadi menjadi fondasi penting dalam pendidikan perlindungan anak karena membantu anak memahami bahwa dirinya memiliki hak untuk menjaga tubuh dari tindakan yang tidak diinginkan. Pemahaman tersebut juga membangun rasa percaya diri anak untuk mengatakan bahwa tubuhnya tidak boleh diperlakukan sembarangan oleh orang lain (Republik Indonesia, 2014).



Gambar 1 Penyampaian Materi “Mengenal Tubuh Pribadi” kepada Peserta Didik SD Negeri 094124 Bosar Maligas

b. Edukasi Sentuhan Baik dan Sentuhan Tidak Baik

Materi kedua membahas sentuhan baik (safe touch) dan sentuhan tidak baik (unsafe touch) sebagai bentuk edukasi preventif terhadap kekerasan dan pelecehan pada anak. Peserta diperkenalkan bahwa tidak semua sentuhan memiliki makna yang sama. Sentuhan baik merupakan sentuhan yang bertujuan memberikan kasih sayang, perhatian, atau pelayanan kesehatan, seperti berjabat tangan, pelukan dari orang tua, atau pemeriksaan oleh dokter dengan pendampingan orang tua. Sebaliknya, sentuhan tidak baik adalah sentuhan pada bagian tubuh pribadi, sentuhan yang dilakukan tanpa izin, atau tindakan memaksa memeluk dan mencium yang membuat anak merasa tidak nyaman. Materi disampaikan menggunakan gambar ilustrasi dan contoh situasi yang sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari sehingga peserta dapat membedakan kedua jenis sentuhan tersebut. Fasilitator kemudian mengajukan beberapa pertanyaan situasional, misalnya apakah berjabat tangan dengan guru termasuk sentuhan baik, atau bagaimana jika ada orang yang mencoba menyentuh bagian tubuh pribadi tanpa izin. Melalui kegiatan tersebut peserta diajak berpikir kritis dan memahami bahwa mereka berhak menolak sentuhan yang membuat merasa takut atau tidak nyaman.

Observasi selama kegiatan menunjukkan bahwa peserta sangat aktif memberikan jawaban terhadap contoh-contoh situasi yang diberikan. Sebagian besar peserta mampu mengidentifikasi contoh sentuhan baik dan sentuhan tidak baik setelah sesi diskusi berlangsung. Anak-anak juga mulai memahami bahwa perasaan tidak nyaman merupakan sinyal penting untuk segera menjauh dan meminta pertolongan kepada orang dewasa yang dipercaya. Pendidikan mengenai safe touch dan unsafe touch menjadi bagian penting dalam membangun literasi perlindungan diri karena membantu anak mengenali risiko kekerasan sejak dini. Materi ini juga mengurangi anggapan bahwa anak harus selalu diam ketika mengalami perlakuan yang membuatnya tidak nyaman, sehingga mendorong terbentuknya keberanian untuk berbicara dan mencari bantuan (Kementerian PPPA, 2024).



Gambar 2 Kampanye Edukasi “Aku Berani Menjaga Diriku”

c. Praktik “Tiga Langkah Berani”: Katakan Tidak, Menjauh, dan Bercerita

Bagian ketiga merupakan inti dari program “Aku Berani Menjaga Diriku”, yaitu praktik Tiga Langkah Berani yang terdiri atas katakan TIDAK, menjauh, dan bercerita kepada orang dewasa yang dipercaya. Materi ini diberikan sebagai keterampilan praktis yang dapat dilakukan anak ketika menghadapi situasi yang berpotensi membahayakan dirinya. Fasilitator terlebih dahulu menjelaskan makna dari setiap langkah. Langkah pertama, katakan TIDAK, mengajarkan anak untuk berani menolak ajakan atau sentuhan yang membuat tidak nyaman dengan suara yang tegas. Langkah kedua, menjauh, mengajarkan anak segera meninggalkan tempat atau orang yang membuatnya merasa tidak aman. Langkah ketiga, bercerita, menekankan pentingnya menyampaikan pengalaman tersebut kepada orang tua, guru, atau orang dewasa yang dipercaya sehingga anak memperoleh perlindungan dan pendampingan.

Setelah penjelasan materi, peserta mengikuti kegiatan simulasi (role play) secara berkelompok. Beberapa peserta diminta memerankan situasi sederhana, seperti ajakan dari orang yang tidak dikenal, permintaan memegang bagian tubuh pribadi, atau ajakan pergi tanpa izin orang tua. Peserta lain diminta menunjukkan respons yang benar sesuai tiga langkah berani. Simulasi dilakukan secara bergantian sehingga setiap peserta memperoleh kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan perlindungan diri. Hasil observasi menunjukkan bahwa kegiatan simulasi menjadi bagian yang paling menarik perhatian peserta. Anak-anak terlihat antusias mempraktikkan cara mengatakan “tidak” dengan suara yang tegas, menjauh dari situasi yang tidak aman, dan menyebutkan siapa saja orang dewasa yang dapat dipercaya, seperti orang tua, guru, atau anggota keluarga lainnya. Aktivitas praktik memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret dibandingkan penyampaian materi secara lisan. Keberhasilan sesi ini terlihat dari meningkatnya keberanian peserta untuk menyampaikan pendapat ketika diberikan ilustrasi situasi tertentu. Anak-anak tidak hanya mampu mengulang tiga langkah berani, tetapi juga mampu menjelaskan kapan langkah tersebut harus dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 3 Simulasi "Tiga Langkah Berani" melalui Permainan Peran (Role Play).

d. Penguatan Kebiasaan Aman melalui Tips Menjaga Diri

Sebagai penguatan materi, peserta diberikan tips menjaga diri yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Materi penguatan meliputi tiga kebiasaan utama, yaitu tidak mengikuti orang asing, tidak memberikan foto pribadi kepada orang lain atau di media sosial tanpa izin, dan meminta izin kepada orang tua ketika akan pergi ke suatu tempat.

Materi ini disampaikan melalui diskusi sederhana mengenai situasi yang sering dihadapi anak, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Fasilitator memberikan contoh bahwa menjaga diri tidak hanya berkaitan dengan sentuhan fisik, tetapi juga mencakup keamanan ketika berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal maupun penggunaan media digital secara bijak. Pembahasan mengenai foto pribadi menjadi bagian penting karena anak-anak mulai mengenal penggunaan telepon genggam dan media sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Pada akhir sesi dilakukan refleksi bersama dengan mengajak peserta mengulang kembali tiga langkah berani dan tips menjaga diri. Refleksi dilakukan dalam bentuk tanya jawab sehingga seluruh peserta dapat menyebutkan kembali pesan utama kegiatan, yaitu TIDAK – MENJAUH – BERCERITA sebagai langkah sederhana yang harus diingat ketika menghadapi situasi berbahaya.

Tabel 1. Materi dan Luaran Edukasi "Aku Berani Menjaga Diriku"

Materi Edukasi	Luaran yang Diharapkan
Mengenal tubuh pribadi.	Peserta memahami bagian tubuh pribadi yang harus dijaga dan dihormati.
Sentuhan baik dan sentuhan tidak baik.	Peserta mampu membedakan sentuhan yang aman dan sentuhan yang tidak aman.
Tiga Langkah Berani.	Peserta mampu mempraktikkan langkah mengatakan "tidak", menjauh, dan bercerita kepada orang dewasa yang dipercaya.

Materi Edukasi	Luaran yang Diharapkan
Tips menjaga diri.	Peserta memahami kebiasaan sederhana untuk menjaga keselamatan diri dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan observasi selama pelaksanaan kegiatan, program “Aku Berani Menjaga Diriku” memberikan nilai tambah dalam aspek perubahan pengetahuan dan perilaku peserta didik. Perubahan jangka pendek terlihat dari meningkatnya partisipasi peserta selama diskusi, kemampuan menjawab pertanyaan mengenai tubuh pribadi dan sentuhan yang aman, serta keberanian mempraktikkan tiga langkah berani pada saat simulasi. Selain memberikan manfaat kepada peserta didik, kegiatan ini juga memberikan manfaat bagi pihak sekolah sebagai bentuk penguatan pendidikan karakter dan perlindungan anak di lingkungan sekolah.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan memiliki beberapa keterbatasan. Waktu pelaksanaan yang relatif singkat menyebabkan pendalaman materi belum dapat dilakukan secara menyeluruh kepada seluruh peserta. Selain itu, kegiatan baru menjangkau peserta didik sehingga belum melibatkan orang tua secara langsung sebagai pendamping utama anak di rumah. Oleh karena itu, keberlanjutan program melalui edukasi kepada guru dan orang tua menjadi peluang pengembangan kegiatan pada masa mendatang agar budaya perlindungan anak dapat diterapkan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah maupun keluarga.

4. KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat “Aku Berani Menjaga Diriku” yang dilaksanakan di SD Negeri 094124 Bosar Maligas, Nagori Adil Makmur, Kecamatan Bosar Maligas, Kabupaten Simalungun, berhasil menjadi media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta didik mengenai pentingnya perlindungan diri sejak usia sekolah dasar. Melalui pendekatan pembelajaran yang interaktif, peserta didik memperoleh pengetahuan tentang tubuh pribadi, mampu membedakan sentuhan yang baik dan sentuhan yang tidak baik, serta memahami tiga langkah berani, yaitu mengatakan “tidak”, menjauh dari situasi yang membahayakan, dan bercerita kepada orang dewasa yang dipercaya. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan partisipasi aktif dalam diskusi, permainan edukatif, dan simulasi, yang mencerminkan meningkatnya keberanian mereka untuk merespons situasi yang berpotensi membahayakan diri.

Kegiatan ini memberikan nilai tambah tidak hanya bagi peserta didik, tetapi juga bagi sekolah sebagai upaya penguatan pendidikan karakter dan perlindungan anak di lingkungan pendidikan. Edukasi perlindungan diri yang disampaikan dengan bahasa sederhana dan media yang sesuai dengan karakteristik anak memudahkan peserta memahami materi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ke depan, program “Aku Berani Menjaga Diriku” berpeluang dikembangkan melalui pelaksanaan secara berkelanjutan dengan melibatkan guru, orang tua, dan pemerintah desa sehingga terbentuk ekosistem perlindungan anak yang lebih komprehensif dan mendukung terciptanya lingkungan sekolah serta masyarakat yang aman, ramah, dan responsif terhadap perlindungan anak.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Adrianto, S. N. Al'af, A. D. Rahmawati, R. A. Saputri, and I. Sulistyarini, “Analisis Pemahaman Siswa Sekolah Dasar tentang Area Privasi Melalui Edukasi Body Safety,” *SUBSERVE Community Serv. Empower. J.*, vol. 4, no. 2, 2026.
- [2] A. Irwansyah, P. R. P. Putri, Sopiah, and E. Riza, “Implementasi Pendidikan Body Safety Melalui Metode Bernyanyi dalam Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak Usia 4–6 Tahun di PAUD Riyadul Aulad,” *J. Inov. Pendidik. MH Thamrin*, vol. 10, no. 1, pp. 378–389, 2026.
- [3] A. M. Leony, J. Joseline, J. P. Siladjaja, and Agustina, “Edukasi Body Safety untuk Meningkatkan Pemahaman Batasan Tubuh dan Keterampilan Perlindungan Diri pada Anak Sekolah

- Dasar di RPTRA Rambutan, Jakarta Barat," *J. Abdi Masy. Indones.*, vol. 6, no. 4, pp. 3135–3146, 2026, doi: 10.54082/jamsi.2963.
- [4] Badan Pusat Statistik Kabupaten Simalungun, *Kabupaten Simalungun Dalam Angka 2025*. Simalungun, Indonesia: BPS Kabupaten Simalungun, 2025.
- [5] J. Anggriani, I. Harlina, A. Abdullah, Y. Arifardhani, and A. S. Finady, "Prevention of Violence, Neglect and Exploitation of Children Reviewed from Law Number 35 of 2014 Concerning Child Protection," *Int. J. Community Serv.*, vol. 4, no. 1, pp. 248–261, 2025.
- [6] Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia, *Panduan Satuan Pendidikan Ramah Anak*. Jakarta, Indonesia: Kemendikdasmen, 2024.
- [7] Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, *Pedoman Pencegahan Kekerasan terhadap Anak di Satuan Pendidikan*. Jakarta, Indonesia: KemenPPPA, 2024.
- [8] Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, *Strategi Nasional Pencegahan Kekerasan terhadap Anak*. Jakarta, Indonesia: KemenPPPA, 2023.
- [9] Komisi Perlindungan Anak Indonesia, *Data Kasus Perlindungan Anak Tahun 2024*. Jakarta, Indonesia: KPAI, 2025.
- [10] Komisi Perlindungan Anak Indonesia, *Pedoman Perlindungan Anak di Lingkungan Pendidikan*. Jakarta, Indonesia: KPAI, 2024.
- [11] Republik Indonesia, *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak*. Jakarta, Indonesia, 2014.