



Direktorat Sekolah Menengah Pertama  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini  
Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah  
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI  
Tahun 2020

**MILIK NEGARA**  
TIDAK DIPERJUALBELIKAN

# HENTIKAN KEKERASAN!



MILIK NEGARA  
TIDAK DIPERJUALBELIKAN



**HENTIKAN  
KEKERASAN!**

DIREKTORAT SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
DIREKTORAT JENDERAL PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
PENDIDIKAN DASAR DAN PENDIDIKAN MENENGAH  
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN RI  
TAHUN 2020



Pengarah : Mulyatsyah  
Penanggungjawab : Maulani Mega Hapsari  
Kontributor : Alfiyadi  
Diana Herawati  
Nurhatimah  
Penulis : Vitria Lazzarini Latief  
Noridha Weningsari  
Editor : Ade Husnul Mawadah  
Ade Nurjayanto  
Merry Ellike  
Tim Kreatif : Dina Safitri  
Ghina Fitriana  
Tiara Nurfajriah

ISBN : 978-623-95423-0-6

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini  
tanpa izin tertulis dari penyusun.

---

Diterbitkan oleh :  
Direktorat Sekolah Menengah Pertama  
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini  
Pendidikan Dasar Dan Pendidikan Menengah  
Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan RI  
Tahun 2020

Gedung E, Lantai 17,  
Bidang Peserta Didik  
Senayan, Jakarta Pusat, 10270  
[pesertadidikditsmp@gmail.com](mailto:pesertadidikditsmp@gmail.com)  
[@pesertadidik.dit.smp](https://www.instagram.com/pesertadidik.dit.smp)  
[Peserta Didik Direktorat SMP](#)

# KATA PENGANTAR

Sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 9 Tahun 2020 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 45 Tahun 2019 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, salah satu tugas dan fungsi Direktorat Sekolah Menengah Pertama adalah menyusun norma, standar, prosedur, dan kriteria di bidang peserta didik, sarana prasarana, tata kelola, dan penilaian pada sekolah menengah pertama dan pendidikan layanan khusus pada sekolah menengah pertama. Buku tentang norma, standar, prosedur, dan kriteria yang diterbitkan oleh bidang peserta didik Direktorat Sekolah Menengah Pertama dibuat berdasarkan hasil survei dan kuesioner yang disebar secara daring ke beberapa dinas pendidikan kabupaten/kota. Hasil survei tersebut mengerucut pada sebuah tema, yaitu kegiatan ekstrakurikuler dan kecakapan hidup untuk peserta didik.

Kegiatan ekstrakurikuler bagi peserta didik merupakan sebuah bagian internal dari proses belajar di satuan pendidikan yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler menjadi wadah bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi, minat, dan bakat agar mampu mencapai taraf maksimal dalam upaya pembinaan manusia seutuhnya yang berkarakter positif.

Kecakapan hidup bagi peserta didik merupakan kemampuan pengetahuan yang dibutuhkan peserta didik untuk belajar berpikir kritis, kreatif, inovatif, dan dapat berkomunikasi dengan efektif di abad ke-21 ini. Oleh karena itu, melalui buku ini kami berharap upaya pembinaan ekstrakurikuler jenjang sekolah menengah pertama dapat lebih mudah dipahami dan dilaksanakan guna mencapai cita-cita tersebut.

Materi dalam buku ini dibuat menggunakan bahasa yang sesuai dengan usia peserta didik dan dilengkapi dengan banyak ilustrasi, sehingga mampu menarik minat baca dan mempermudah peserta didik dalam memahaminya. Semoga buku ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi dan ilmu pengetahuan dalam rangka mengembangkan pendidikan karakter bagi peserta didik, khususnya di jenjang sekolah menengah pertama.

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim yang telah menyusun buku ini. Tidak lupa kami mengajak semua pihak untuk bersama-sama mewujudkan generasi emas bangsa Indonesia yang memiliki nilai utama religius, nasionalis, mandiri, gotong-royong, dan integritas, sejalan dengan tujuan pendidikan nasional.

Jakarta, September 2020

Direktur  
Sekolah Menengah Pertama,



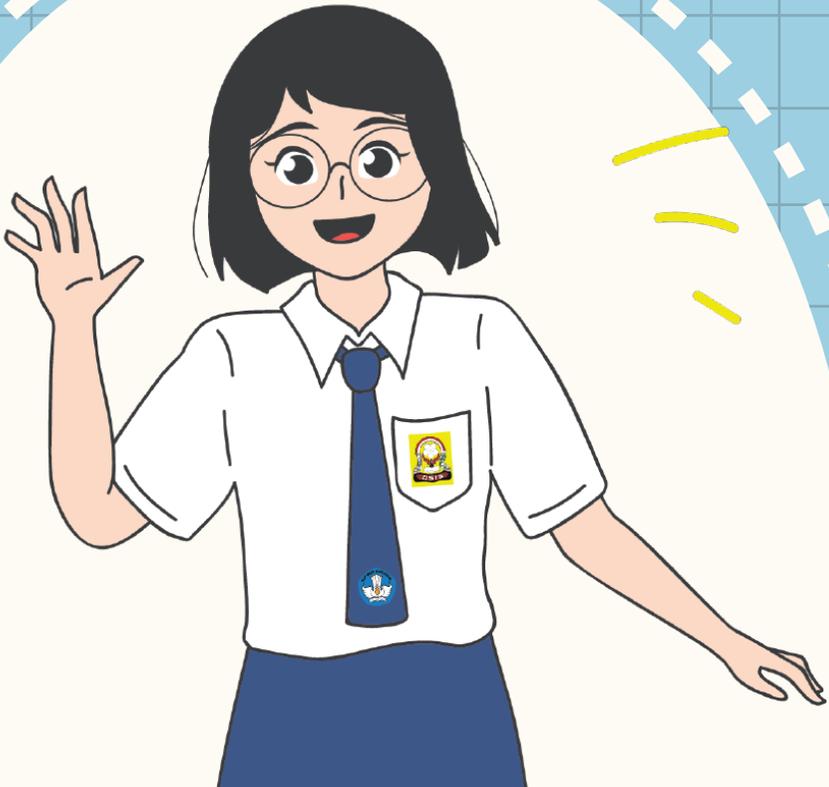
Drs. Mulyatsyah, M.M.  
NIP. 196407141993041001

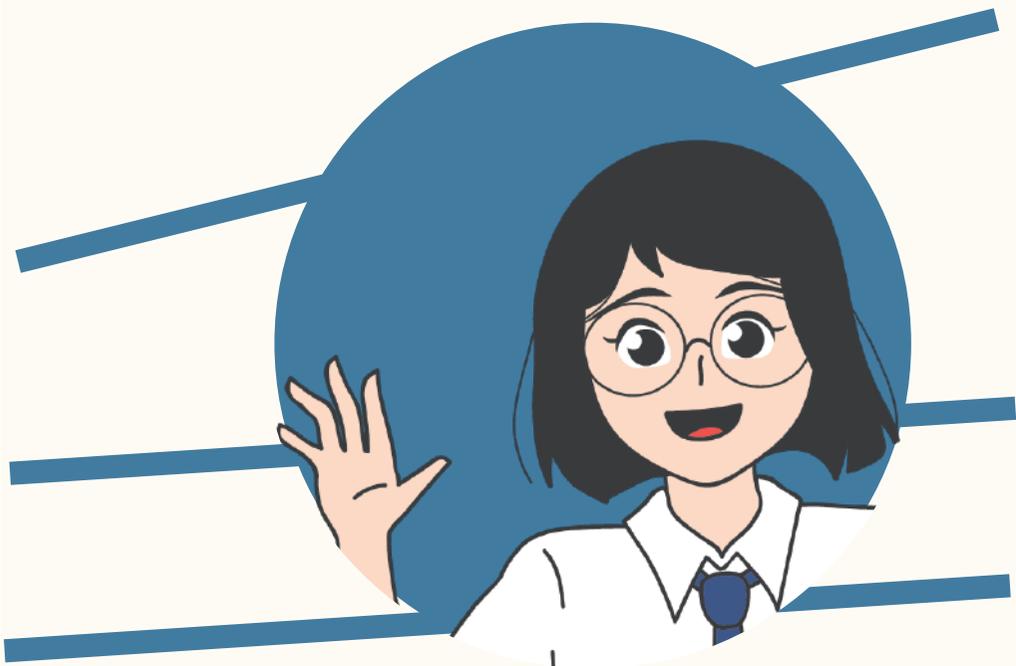
# DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	v

Kekerasan Fisik .....	6
Kekerasan Psikis .....	7
Kekerasan Seksual .....	8
Penelantaran .....	8
Eksplorasi .....	9
Faktor Biologis .....	24
Faktor Situasional .....	25
Dampak Fisik dan Kesehatan .....	29
Dampak Psikologis .....	31
Dampak Sosial .....	32
Dampak dalam Kehidupan Berpikir dan Akademis ....	33
Tempat Melapor Tentang Perilaku Kekerasan .....	59

SELAMAT  
DATANG  
DI SEKOLAH  
MENENGAH  
PERTAMA!





Seru, ya? Sekarang kita sudah SMP! Seragam kita berganti dari putih-merah menjadi putih-biru. Tentu saja dunia kita juga semakin berwarna. Bagi siswa SMP seperti kita, dunia semakin berwarna karena semakin banyak teman, semakin banyak aktivitas, dan semakin banyak cerita seru yang kita alami di sekolah.

Nah, buku ini akan mengajak kita untuk mengetahui lebih dalam tentang hal-hal yang biasanya kita alami di sekolah. Ini bukan buku tentang pelajaran, tetapi buku saku yang dapat membantu kita untuk memahami permasalahan yang mungkin kita alami di sekolah.

# Tahukah sahabat?

Pada 2018 pemerintah mengeluarkan hasil Survei Nasional Pengalaman Hidup Remaja yang hasilnya menunjukkan bahwa kita rentan mengalami kekerasan.

Yuk, lihat infografisnya berikut ini.



Berdasarkan survei tersebut diketahui bahwa pelaku tindak kekerasan emosional dan fisik pada umumnya adalah teman/sebaya, keluarga, dan orang dewasa yang dikenal, sedangkan untuk kekerasan seksual, pelaku terbanyak adalah teman/sebaya, pacar/pasangan, dan orang dewasa yang dikenal oleh korban.

**Menurut data Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni-PPA) tahun 2020,**

sekolah menjadi urutan keempat tertinggi sebagai tempat terjadinya peristiwa kekerasan, setelah rumah dan fasilitas umum. Ternyata sekolah juga rentan menjadi tempat terjadinya kekerasan. Pelaku pada umumnya adalah orang yang tidak asing bagi kita, seperti teman, keluarga, pasangan, atau orang dewasa yang kita kenal.

**Menurut Pasal 13 UU Perlindungan Anak kekerasan**

setiap perbuatan terhadap anak yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikis, seksual, dan/atau penelantaran, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum.

---

## Bagaimana menurutmu tentang data tersebut?

Kita boleh mendiskusikannya dengan orang tua, guru, dan teman. Cari tahu apakah mereka sudah pernah mendengarnya dan bagaimana menurut mereka?



**KENAPA, SIH  
KITA PERLU  
MEMBAHAS  
SOAL  
KEKERASAN?  
KITA SUDAH  
TAHU, KOK!  
PASTI TIDAK  
JAUH DARI  
BULLYING  
DAN TAWURAN.**



Betul sekali. Hampir setiap hari media cetak, elektronik, bahkan media sosial, memuat berita tentang kekerasan. Kalau untuk para siswa, kekerasan yang paling sering dibahas memang *bullying* dan tawuran, tetapi sesungguhnya, kekerasan tidak hanya dua jenis itu, loh.

Nah, kita perlu terus membahas tentang kekerasan agar kita dapat mencegah terjadinya kekerasan dan tahu harus bagaimana jika kita mengetahui, melihat, atau mengalami kekerasan itu sendiri. Selain itu, angka pelaporan kekerasan terus meningkat setiap tahunnya. Modusnya pun semakin berkembang. Dampak yang dirasakan oleh mereka yang mengalaminya sangat luar biasa.

Kita dapat melihat betapa dampak yang dialami sangat kompleks dan berat bagi mereka yang menjadi korban, termasuk orang-orang terdekat mereka.



"Oh, jadi kekerasan di sekolah tidak hanya bullying dan tawuran, ya? Lalu, apa saja sih bentuk kekerasan yang biasanya dialami oleh siswa SMP?"

Ya, bentuk kekerasan tidak hanya *bullying* dan tawuran. Ada beberapa bentuk kekerasan lain yang juga perlu kita ketahui. Simaklah penjelasan berikut ini!

## 1. Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik merupakan kekerasan yang paling banyak dilaporkan. Bentuk kekerasan ini terjadi ketika seseorang menyakiti tubuh kita.

Jika seseorang mengambil alih kontrol kita atas tubuh kita sendiri, misalnya ketika kita diikat atau dipasung, itu pun termasuk dalam kekerasan fisik.

Kekerasan fisik dapat berupa mendorong, menarik rambut, menendang, menggigit, menonjok, membakar, melukai dengan benda, dan termasuk membunuh.



## 2. Kekerasan Psikis

Kekerasan psikis adalah perilaku yang bertujuan untuk menimbulkan luka mental dan emosional. Kekerasan psikis biasanya tidak melibatkan kontak fisik dan umumnya berupa perkataan atau tulisan yang menyakiti.

Kekerasan psikis, meskipun tidak menyakiti tubuh, tetapi juga sama menyakitkan. Kekerasan psikis dapat membuat kita merasa bodoh, bahkan merasa tidak berharga.

Bentuk kekerasan psikis biasanya dilakukan dengan cara menggunakan kata-kata yang merendahkan, mengancam dan menakut-nakuti, mengkritik terus-menerus, atau mempermalukan kita di depan orang lain.

Tidak hanya melalui perkataan atau tulisan, kekerasan psikis juga dapat berupa perilaku dijauhi dari pergaulan atau dilarang bergaul, kecuali dengan pelaku, termasuk diminta menjauhi keluarga. Sebenarnya cukup banyak dari kita yang mengalami kekerasan psikis, tetapi banyak orang yang tidak menyadarinya.

### 3. Kekerasan Seksual

Bentuk kekerasan seksual pada anak dapat berwujud aktivitas seksual pada anak, baik melalui paksaan, tekanan, atau tipu muslihat. Ragamnya mulai dari tindakan memperlihatkan atau mengirimkan konten pornografi atau bagian tubuh, menceritakan aktivitas atau humor seksual yang membuat tidak nyaman, meminta anak melakukan tindakan seksual, meminta atau memaksa hubungan seksual, prostitusi, dan eksploitasi seksual.

Ada perbedaan antara kekerasan seksual pada anak dan pada orang dewasa. Kekerasan seksual pada orang dewasa yang dapat dibuktikan dengan adanya unsur pemaksaan dan ancaman, tetapi kekerasan seksual pada anak tetap dapat diproses secara hukum, meskipun tidak ada unsur ancaman ataupun paksaan.

### 4. Penelantaran

Penelantaran terjadi ketika ada tindakan atau perbuatan mengabaikan dengan sengaja kewajiban untuk memelihara, merawat, atau mengurus anak sebagaimana mestinya. Ketika penelantaran terjadi, kita tidak memperoleh hal-hal yang membuat kita dapat tumbuh sehat serta merasa aman dan nyaman.

## 5. Eksploitasi

Eksploitasi pada anak terdiri atas dua bentuk, yaitu eksploitasi ekonomi dan eksploitasi seksual.

Eksploitasi ekonomi adalah tindakan dengan atau tanpa persetujuan anak yang menjadi korban, tetapi tidak terbatas pada pelacuran, kerja atau pelayanan paksa, perbudakan atau praktik serupa perbudakan, penindasan, pemerasan, pemanfaatan fisik, seksual, organ reproduksi, atau secara melawan hukum memindahkan atau mentransplantasi organ dan/atau jaringan tubuh atau memanfaatkan tenaga atau kemampuan anak oleh pihak lain untuk mendapatkan keuntungan materil.

Eksploitasi seksual adalah segala bentuk pemanfaatan organ tubuh seksual atau organ tubuh lain dari anak untuk mendapatkan keuntungan, tetapi tidak terbatas pada semua kegiatan pelacuran dan pencabulan. Misalnya, tindakan atau perbuatan memperlalat, memanfaatkan, atau memeras anak untuk memperoleh keuntungan pribadi, keluarga, atau golongan.

# Kekerasan

Kekerasan ada yang terjadi secara personal, namun ada juga yang terjadi secara kelompok, seperti tawuran antar-sekolah atau antar-geng. Jika pelakunya teman sebaya, kita mengenalnya sebagai perundungan atau *bullying*. Bentuk perundungan dapat berupa perundungan fisik, verbal, dan sosial.

- ▶ Perundungan fisik merupakan tindakan yang menyakiti tubuh atau barang milik seseorang, seperti memukul, mencubit, menjambak, menendang, mendorong, mengambil atau merusak barang.
- ▶ Perundungan verbal terjadi dengan mengatakan atau menulis hal yang jahat. Dapat meliputi olok-olok, memanggil nama, membuat komentar bernuansa seksual, mengejek, dan mengancam.
- ▶ Perundungan sosial bertujuan untuk merusak reputasi atau hubungan seseorang dengan berbagai cara, antara lain: menjauhi seseorang, mengatakan untuk tidak berteman dengan seseorang, menyebarkan gosip atau berita bohong, dan memperlakukan seseorang di depan umum.

Perundungan tidak hanya dilakukan secara tatap muka pada saat di sekolah atau pada saat kita kumpul bersama teman, tetapi ada juga perundungan yang dilakukan tidak kasat mata, yaitu perundungan yang dilakukan di dunia maya atau yang biasa kita kenal sebagai *Cyberbullying*. Bentuknya dapat berupa perundungan verbal atau sosial, tetapi dilakukan secara *online*.



*Cyberbullying* atau perundungan secara online adalah tindakan yang dilakukan dengan sengaja untuk mengolok-olok, merendahkan, atau melecehkan seseorang dengan menggunakan media elektronik dan teknologi informasi sebagai sarannya. Berbeda dengan perundungan jenis lain, perundungan ini dapat terjadi sepanjang waktu. Pelakunya tidak perlu bertemu tatap muka, bahkan bisa juga tanpa nama (anonim). Ketika informasi kita diunduh, akan sulit dihapus dan dapat disebarluaskan ke masyarakat, di luar lingkup pertemanan dan sekolah kita. Jadi, dampaknya bisa sangat masif dan meluas.

Nah, kalau dari penjelasan diatas, kekerasan bukan hanya tawuran dan perundungan saja, kan?

Banyak sekali bentuk kekerasan pada anak. Kalau yang biasanya terjadi di sekolah apa saja, ya?



---

Hampir semua bentuk kekerasan dapat terjadi di lingkungan sekolah, seperti kekerasan fisik, psikis, seksual, eksploitasi, maupun perundungan. Mari, kita ingat bersama. Apakah diri kita pernah melihat atau mengalami kekerasan di lingkungan sekolah?



Memang ada eksploitasi di lingkungan sekolah?

Kenyataannya memang ada, loh!

Pelaku yang pernah dilaporkan adalah teman atau pacar sendiri. Tindakannya adalah mengumpankan teman sendiri ke pelaku kekerasan lain dengan iming-iming pekerjaan, pertolongan, hadiah, jalan-jalan, dan lain-lain. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk berhati-hati dalam bergaul.

---

Selain di lingkungan sekolah, kekerasan juga dapat terjadi di rumah, transportasi publik, jalanan, fasilitas umum (taman, mal, rumah ibadah), bahkan dunia maya. Apapun alasannya dan di manapun dilakukannya, kekerasan tidak diperbolehkan. Jika ada orang melakukan kekerasan pada kita, yang harus kita lakukan adalah menceritakannya kepada orang dewasa yang kita percayai. Jangan membalasnya dengan kekerasan lagi. Apalagi memilih hanya berdiam diri.



---

Ingat, siapapun dapat menjadi korban maupun pelaku. Bisa saja teman, pacar, guru, tenaga pendidikan, petugas sekolah, penjual di lingkungan sekolah, dan orangtua siswa lain, pernah dilaporkan sebagai pelaku dalam kasus kekerasan pada anak di lingkungan sekolah.





Pelaku kekerasan  
bisa juga pacar sendiri?  
Bukankah pacaran hanya  
bersenang-senang dan  
saling mengasihi?

Eit, jangan salah!

Dalam Catatan Tahunan Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) tahun 2020 disebutkan bahwa angka kekerasan dalam pacaran yang dilaporkan sejumlah 1.815 kasus.

Bentuk kekerasan yang terjadi mulai dari kekerasan fisik, psikis, seksual, ekonomi (pemerasan), hingga *cybercrime*. *Cybercrime* yang dilaporkan umumnya mengancam penyebaran foto pribadi, memaksa melakukan video call bernuansa seksual, mengirimkan foto-foto pribadi ke teman sekolah atau media sosial. Biasanya *cybercrime* dilakukan ketika korban ingin mengakhiri hubungan atau menolak memenuhi keinginan pelaku.

Kapan suatu perbuatan dianggap sebagai bercanda?



Jika kita sedang berkumpul dengan teman-teman,

kemudian ada teman yang melakukan perbuatan atau perkataan sarkasme,

apakah itu disebut bercanda?

Kita sering kali tidak menyadari telah melakukan perbuatan atau perkataan sarkasme akibat bercanda yang melewati batas. Batasan antara perbuatan yang dimaknai sebagai canda dengan perbuatan yang berujung pada tindak kekerasan tergambar dalam tabel berikut ini.

Simaklah penjabarannya!

### Disebut bercanda jika:

- ✓ semua orang menikmati dan bersenang-senang,
- ✓ tidak ada yang tersakiti, dan
- ✓ semua dapat berpartisipasi dan selevel.

### Disebut kasar jika:

- ✓ beberapa kali terjadi,
- ✓ spontan dan tidak sengaja,
- ✓ dapat menyebabkan orang lain kesal atau tersakiti,
- ✓ karena pelakunya kurang memiliki pemahaman etika, dan
- ✓ yang bersikap kasar yang bertanggung jawab.

### Disebut sebagai tindakan jahat jika:

- ✓ dilakukan dengan sengaja,
- ✓ reaksi dari emosi atau perasaan yang sangat kuat, biasanya marah,
- ✓ orang lain merasa sangat kesal atau tersakiti, dan
- ✓ hanya terjadi sekali atau dua kali yang berujung penyesalan.

### Disebut konflik jika:

- ✓ dua orang dengan power yang seimbang bertengkar, beradu argumen, atau tidak sependapat,
- ✓ kedua pihak sangat kesal, namun saling berbagi tanggung jawab, dan
- ✓ biasanya dapat ditemukan solusinya.

### Disebut perundungan jika:

- ✓ menunjukkan sikap agresif kepada seseorang yang berulang,
- ✓ seseorang disakiti dengan sengaja,
- ✓ tujuannya untuk mengontrol orang lain,
- ✓ perundung akan menyalahkan korbannya, dan
- ✓ korban ingin perundungan dihentikan, tetapi perundung tidak mau menghentikannya.

Jika dilihat dari penjabaran di samping, jelas terlihat bahwa sudut pandang korban yang penting dan utama. Sering kita mendengar seseorang berkilah dengan mengungkapkan bahwa ia hanya bercanda. Jika pihak yang menjadi objek canda merasa tidak suka dan tersakiti, berarti itu bukan bercanda, tetapi perbuatan kasar atau bisa jadi itu termasuk perundungan.

Perundungan merupakan hal serius. Kerap kali banyak yang berpikir karena pelakunya sesama anak, masalah dapat diselesaikan secara kekeluargaan. Sesungguhnya ada beberapa perilaku perundungan yang dikategorikan dalam perbuatan melanggar hukum dengan sanksi pidana cukup berat. Jangan berpikir juga jika perundungan yang terjadi di sekolah akan dianggap perbuatan biasa yang tidak melawan hukum. Meskipun dilakukan di sekolah, tetap saja ada sanksinya.

## Apa saja perilaku perundungan yang tergolong perbuatan kriminal yang sanksinya berat?

- ★ ketika kita sudah menyerang orang lain secara fisik
- ★ melakukan diskriminasi karena jenis kelamin, SARA, status hukumnya, atau kondisi khusus lainnya
- ★ melakukan ancaman kekerasan
- ★ melakukan perbuatan cabul, baik secara langsung ataupun melalui teks (SMS, *Whatsapp*, *Line*, *messenger*, dll), telepon, dan video call, baik dalam bentuk audio, video, atau gambar,
- ★ menyebarkan foto pribadi, dan
- ★ pemerasan.

Kita tentu pernah mendengar berita tentang orang tua yang memukul anaknya di depan umum dengan alasan ingin memberikan pelajaran agar anaknya lebih baik,

atau berita tentang guru yang menghukum siswanya dengan alasan yang sama.

Apakah itu termasuk tindak kekerasan, meskipun tujuannya baik?



Disiplin adalah pembentukan kebiasaan dan tingkah laku positif yang dilakukan dengan kasih sayang sehingga anak dapat menjadi makhluk sosial dan tumbuh berkembang secara optimal. Disiplin merupakan suatu sistem yang mengajarkan perilaku yang patut dan tidak patut untuk dilakukan dengan tujuan menciptakan lingkungan teratur, dapat diprediksi, stabil, serta menciptakan dunia yang seru/membahagiakan.

Disiplin adalah respons orang tua terhadap perilaku melanggar. Ketika anak melakukan suatu tindakan, ia dapat memprediksi tindakannya tersebut berhasil atau tidak memenuhi harapan orang tuanya. Ketika tindakannya melanggar, ia memahami konsekuensi yang akan membuatnya dikoreksi. **Disiplin bukan mengendalikan anak dengan kekerasan atau melarang hal-hal yang diinginkan anak, tetapi membuat anak bertanggung jawab.** Disiplin bukan menghukum anak yang melakukan kesalahan, tetapi mengoreksinya. Disiplin membuka dialog mengenai apa yang menjadi kendala dan bagaimana agar dapat meminimalisir kendala di kemudian hari.

---

Jadi, kekerasan bukanlah disiplin. Kekerasan bertujuan untuk menghukum dan menjadi sarana mengekspresikan perasaan marah atau frustrasi. Kekerasan bertujuan agar anak takut untuk mengulangi, bukan untuk mendidik, mengubah, atau mengoreksi perilaku. Perilaku kekerasan juga tidak dapat terprediksi karena batasan konsekuensinya tidak jelas atau tidak konsisten penerapannya. Kekerasan biasanya menggunakan cara-cara yang merendahkan, memperlakukan, menutup dialog, dan cenderung memberi hukuman yang tidak terkait dengan kesalahan yang dilakukan.



**MENGAPA  
SESEORANG  
DAPAT  
MELAKUKAN  
KEKERASAN?**



Pertumbuhan dan perkembangan seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggalnya. Begitu pula dengan kekerasan. Psikologi melihat perilaku kekerasan (agresi) sebagai sesuatu yang kompleks dan dipengaruhi banyak hal, antara lain:

## a. Faktor Biologis

Banyak ahli berpendapat bahwa faktor biologis erat kaitannya dengan kekerasan, mulai dari pengaruh hormon, kelainan jaringan syaraf otak, insting manusia untuk bertahan dan berkompetisi, emosi, dan genetik (bawaan).

## b. Faktor Psikologis/Kepribadian

Setiap memandang perilaku kekerasan, seorang psikolog akan melihatnya dari beragam teori kekerasan. Misalnya, dalam teori psikoanalisis disebutkan bahwa setiap manusia memiliki potensi bawah sadar untuk merusak. Ada pula pakar psikologi yang berpendapat bahwa seseorang melakukan kekerasan karena usahanya untuk mencapai tujuan mengalami hambatan, sehingga ia merasa frustrasi dan mendorongnya berperilaku agresif. Ada pula yang berpendapat bahwa peristiwa tidak menyenangkan akan merangsang seseorang merasa negatif, sehingga secara otomatis mempengaruhi fungsi berpikir dan bergerak untuk melawan (*fight*), lari (*flight*), atau membatu (*freeze*).

### c. Faktor Lingkungan

Ada pula ahli psikologi yang berpendapat bahwa seseorang melakukan kekerasan karena proses belajar dari lingkungannya, baik karena pengasuhan yang diterima, lingkungan yang mencontohkan perilaku kekerasan (misalnya, perilaku kekerasan dimaklumi di daerah tertentu), media massa (tontonan televisi, film, atau *game*), atau pengalaman kekerasan yang berulang (misalnya, ospek senior junior yang mendarah daging).

### d. Faktor Situasional

Pendekatan ini meyakini bahwa perilaku agresif melibatkan situasi yang memicu atau memperburuk perilaku agresif, misalnya efek senjata, pengaruh stimulus alkohol dan suhu udara, kepadatan (*crowding*), kebisingan, polusi udara, dan juga karena adanya kompetisi. Akan tetapi, tidak semua yang mengalami situasi di atas menjadi pelaku kekerasan. Oleh karena itu, pendekatan psikologi tidak cukup untuk menjelaskan tentang alasan seseorang melakukan kekerasan. Pendekatan HAM berupaya menjawab pertanyaan tersebut dengan dasar pemikiran bahwa kekerasan terjadi karena seseorang tidak memandang orang lain dengan setara. Ia melihat orang lain sebagai sosok yang dapat dikuasai dan dikontrol dengan cara-cara yang merendahkan atau menyakitkan.

---

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dalam perilaku kekerasan terdapat faktor penyebab dan faktor pemicu. Faktor penyebabnya adalah karena pelaku kekerasan tidak memandang orang lain sebagai makhluk yang harus dihargai dan setara dengannya. Selain memiliki pandangan mendasar tersebut, potensi terjadinya kekerasan dapat diperkuat dengan adanya faktor biologis, kepribadian, faktor lingkungan, dan situasional.

---



**APA SAJA**

**DAMPAK**

**PERILAKU**

**KEKERASAN**

**PADA SETIAP**

**ORANG?**

☞ Nah, sebenarnya dampak kekerasan bisa berbeda pada setiap orang. Jenis kekerasan yang dialami, berapa lama kekerasan terjadi, seberapa parah kekerasan yang didapat, seberapa besar dukungan lingkungan, karakteristik korban, dan banyak faktor lain sangat mempengaruhi dampak kekerasan yang muncul. Meskipun mengalami satu jenis kekerasan, tetapi sangat mungkin dampak yang muncul lebih dari satu. Beberapa dampak yang biasanya muncul di antaranya adalah: ☞☞

## 1. Dampak Fisik dan Kesehatan

Dampak fisik dari kekerasan yang muncul pada seseorang biasanya sangat beragam, bergantung dari seberapa parah kekerasan yang dialami. Pada kekerasan fisik, dampak yang muncul mulai dari yang ringan seperti lebam, hingga dampak yang sedang dan berat seperti luka terbuka dan pendarahan, luka bakar, kecacatan, pendarahan di otak, hingga kematian.

Kekerasan yang dialami pada masa kanak-kanak juga meningkatkan risiko seseorang melakukan penyalahgunaan obat-obatan terlarang, ketergantungan terhadap alkohol, dan perilaku seksual berisiko.

---

Pada kekerasan dan eksploitasi seksual, dampak-dampak fisik yang sudah disampaikan di atas juga sangat memungkinkan terjadi. Utamanya jika kekerasan dan eksploitasi seksual disertai dengan pemaksaan dan kekerasan fisik.

Akan tetapi, mungkin juga dampak secara fisik tidak muncul karena kekerasaannya dilakukan tanpa tindak kekerasan, tetapi menggunakan bujuk rayu. Selain itu, dampak lain yang muncul pada kekerasan seksual juga meliputi gatal-gatal dan atau nyeri di area kelamin, penyakit menular seksual, HIV/AIDS, kehamilan, dan dampak-dampak lain akibat kehamilan, seperti keguguran karena korban masih berusia anak.

Pada kasus-kasus kekerasan lain seperti penelantaran, dampak yang sering muncul adalah terhambatnya tumbuh kembang. Ketika kebutuhan anak tidak terpenuhi, sangat mungkin anak itu memperlihatkan kondisi fisik yang kerdil, kulit yang penuh luka atau bekas luka, kurang gizi, dan bahkan kebersihan diri juga terabaikan hingga berisiko mengalami beragam penyakit. Apalagi jika tidak ada orang yang membantu atau mendukung anak mengakses kesehatan, dampak fisik yang muncul pada korban akan semakin parah.

Dalam proses hukum, dampak-dampak fisik menjadi salah satu hal yang dapat digunakan sebagai alat bukti. Pihak kepolisian biasanya akan merujuk korban untuk melakukan pemeriksaan dan perekaman dampak fisik dengan merujuk ke rumah sakit.



## 2. Dampak Psikologis

Selain dampak yang bisa dilihat, kekerasan juga menimbulkan dampak lain yang tidak bisa dilihat. Kekerasan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, seperti gangguan trauma, kecemasan, dan juga depresi. Kekerasan yang dialami juga sering membuat korban ketakutan dan gelisah. Bahkan, hingga memengaruhi pola tidur, misalnya mimpi buruk dan sulit tidur, serta membuat nafsu makan menurun.

Kekerasan juga membuat seseorang merasa tidak berharga, tidak dicintai, tidak diterima, dan membuat korban merasa sendirian. Ketika korban disalahkan akibat kejadian yang dialami, korban juga banyak yang tidak percaya diri. Misalnya, dia dirundung dengan menyebut kondisi fisiknya, korban jadi tidak percaya diri pada dirinya sendiri dan merasa dirinya buruk, tidak berprestasi, tidak pintar, tidak cantik, dll. Meskipun semua itu tidak benar, tetapi korban terus memikirkan ini dan bahkan bisa terus berlangsung sampai dewasa.

Dampak psikologis yang muncul pada korban kekerasan seksual juga banyak berkaitan dengan konsep diri atau cara korban melihat dirinya. Beberapa korban menyalahkan diri sendiri atas kejadian yang dialami dan merasa bahwa dirinya kotor sehingga tidak layak dicintai. Bahkan, hal ini dapat membuat korban melukai diri sendiri dan berkeinginan mengakhiri hidupnya karena menganggap masa depan adalah sesuatu yang suram dan penuh dengan ketidakpastian.

### 3. Dampak Sosial

Apapun kekerasan yang dialami seringkali membuat korban merasa tidak ada orang yang dapat dipercaya dan merasa dirinya berada dalam lingkungan yang tidak aman. Beberapa di antaranya bahkan mencurigai orang lain, baik yang sudah dikenal maupun orang yang baru dikenal. Hal inilah yang akhirnya membuat korban menarik diri dari lingkungan sosialnya dan menjaga jarak dari orang lain, termasuk keluarga.

Selain itu, korban juga seringkali merasa malu atas apa yang sudah dialami. Bahkan, banyak korban yang tidak ingin menceritakan peristiwa yang dialami, termasuk pada orang tua atau keluarga. Selain itu, minat untuk melakukan beragam kegiatan, termasuk kegiatan kelompok atau sekolah, juga menurun. Beberapa korban juga tampak lebih pasif dan tidak lagi terlibat dalam kegiatan yang dulu disukai.

Tidak hanya dampak yang sudah disebutkan di atas, beberapa korban kekerasan justru memperlihatkan dampak sosial yang berbeda. Kekerasan yang dialami dapat menumbuhkan rasa frustrasi dan kemarahan pada lingkungan. Terlebih lagi ketika korban tidak dapat mengungkapkan apa yang dirasakan dan dipikirkan dengan baik. Hal ini membuat korban menjadi individu yang lebih agresif, sering membantah, dan bahkan mengganggu orang lain atau melakukan kekerasan kepada orang lain.

#### 4. Dampak dalam Kemampuan Berpikir dan Akademis

Kekerasan yang dialami oleh korban sering membuat korban teringat dan terpikir, meskipun mereka sedang berada di tempat yang aman. Oleh karena itu, beberapa korban sering terlihat bengong atau melamun. Bahkan, mereka sulit fokus, termasuk saat melakukan kegiatan yang biasanya disukai. Jika melakukan hal yang disukai saja tidak fokus, apalagi ketika ia belajar di sekolah. Banyak korban yang sulit fokus dan konsentrasi saat guru menjelaskan pelajaran atau saat mengerjakan tugas. Itulah yang menjadi salah satu penyebab banyak korban yang membutuhkan waktu lama untuk mengerjakan tugas sehingga prestasi belajarnya menurun.

Pikiran-pikiran negatif tentang kejadian, pelaku, diri sendiri, dan tentang penilaian orang lain atau lingkungan sering muncul. Banyak hal yang dipikirkan oleh korban membuat korban sulit mengambil keputusan. Bahkan, kemampuan berpikirnya menjadi menurun, sehingga sulit mempelajari hal baru atau menyerap pelajaran di sekolah.

---

Kekerasan yang terjadi dapat menimbulkan dampak yang beragam pada seseorang. Tidak hanya dampak yang langsung bisa dilihat, tetapi juga dapat menimbulkan dampak jangka panjang yang baru muncul di kemudian hari. Selain pada korbanannya langsung, kekerasan juga berdampak secara tidak langsung ke lingkungan, seperti keluarga, sekolah, pertemanan, dan bahkan masyarakat. Kekerasan membuat lingkungan menjadi tempat yang tidak aman untuk proses tumbuh kembang dan proses belajar.

Oleh karena itu, kita perlu melakukan sesuatu ketika kita mengalami, melihat, atau bahkan melakukan kekerasan. Kekerasan ini perlu menjadi perhatian semua pihak dan tidak bisa lagi dianggap sebagai urusan pribadi.

Apa yang harus  
kita lakukan  
agar tidak  
mengalami  
kekerasan?



Hal pertama yang harus dilakukan untuk mencegah kekerasan adalah dengan berusaha mencari tahu apa itu kekerasan, apa saja bentuknya, dan dampak-dampak dari kekerasan itu sendiri. **Cari tahu juga mengenai kesehatan reproduksi dan risiko berinteraksi melalui dunia maya.** Pengetahuan kita tentang perilaku kekerasan tentu akan sangat membantu kita agar terhindar dari kekerasan yang akan dilakukan orang lain dan membuat kita tidak melakukan kekerasan kepada orang lain.

Selanjutnya, dalam berinteraksi dengan orang lain kita perlu menjalin relasi yang setara dengan menetapkan serta menghargai batasan. Kamu perlu memiliki batasan dalam berinteraksi dengan orang lain. Cobalah untuk menetapkan hal-hal yang baik atau buruk dan boleh atau tidak boleh dilakukan. Selain itu, jangan lupa untuk menghargai batasan yang dimiliki oleh orang lain dengan tidak melewati batasan itu. Latih juga kemampuan komunikasi asertif agar dapat menegur orang-orang yang melewati batas atau melakukan hal-hal yang membuat tidak nyaman. Selain itu, berusaha untuk bersikap tegas dan kamu juga berhak menghindari orang-orang yang membuatmu tidak nyaman

---

*Cobalah untuk bersikap terbuka dengan orang tua, keluarga, atau orang dewasa lain yang dapat dipercaya. Hal ini akan sangat membantu kita dalam meminta pendapat saat menghadapi kebingungan dalam berinteraksi dengan orang lain. Jangan lupa untuk menceritakan hal-hal yang terjadi karena bisa jadi orang tua dapat membantumu dalam menyelesaikan berbagai masalah yang kamu temui dalam kehidupan sehari-hari.*

Bagaimana  
cara  
mengetahui  
apakah diri kita  
mengalami  
perilaku  
kekerasan?



Apa yang  
harus kita  
lakukan jika  
kita mengalami  
kekerasan?

Kalau mengalami hal-hal yang menimbulkan penderitaan, kesengsaraan, atau tidak nyaman seperti luka, kata-kata yang menyinggung atau merendahkan, sentuhan-sentuhan di area yang tidak wajar, menghindari orang-orang tertentu baik di sekolah atau di rumah karena membuat takut, cemas atau tertekan, maka bisa jadi kita mengalami kekerasan. Terlebih jika apa yang kita alami sudah berulang kali terjadi dan dilakukan oleh orang yang sama, semakin tinggi kemungkinan apa yang kita alami itu adalah kekerasan.

Ada beberapa hal yang bisa kita lakukan setelah menyadari bahwa kita mengalami kekerasan adalah:

Pahami bahwa kekerasan terjadi bukan salah kita. Budaya menyalahkan korban merupakan hal yang sering sekali dilakukan oleh pelaku kekerasan. Ini membuat korban seringkali menyalahkan diri sendiri dan merasa bahwa dia juga punya andil dalam kekerasan yang terjadi. Akan tetapi, perlu diingat bahwa tidak ada satu orang pun yang berhak mendapat kekerasan, apapun alasannya. Korban adalah orang yang paling dirugikan, tidak seharusnya korban merasa bersalah.

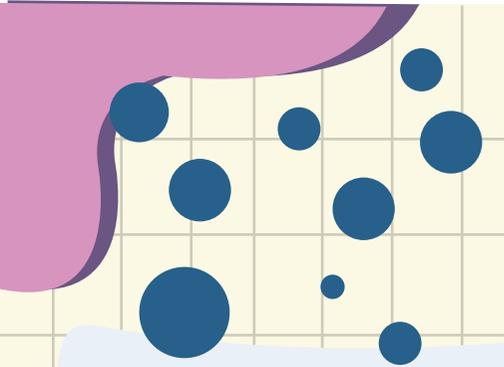
Pastikan keamanan dan keselamatan. Peristiwa kekerasan seringkali peristiwa yang berulang, bahkan bisa jadi kekerasan yang terjadi semakin parah dan mengancam keselamatan. Oleh karena itu, sangat penting untuk memastikan keamanan dan keselamatan. Jika kekerasan terjadi di rumah, cobalah untuk mencari perlindungan di rumah keluarga lain. Jika terjadi di sekolah, segera menghindari tempat kejadian dan meminta pertolongan kepada guru.



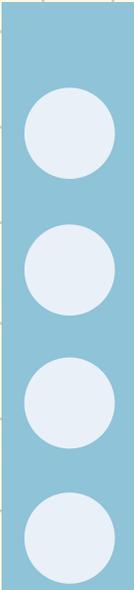
**Simpan bukti-bukti.** Pakaian, gambar, rekaman percakapan, rekaman video, atau bahkan orang-orang yang melihat kejadian dapat menjadi bukti bahwa kamu mengalami kekerasan dan akan sangat membantu untuk penanganan selanjutnya, terutama proses hukum. Oleh karena itu, bukti-bukti perlu disimpan dan diserahkan kepada yang berhak, seperti kepolisian. Hindari menyebarluaskan bukti di media sosial karena berisiko dianggap menyebarkan berita dan bisa terkena UU ITE (Undang Undang Informasi dan Transaksi Elektronik).



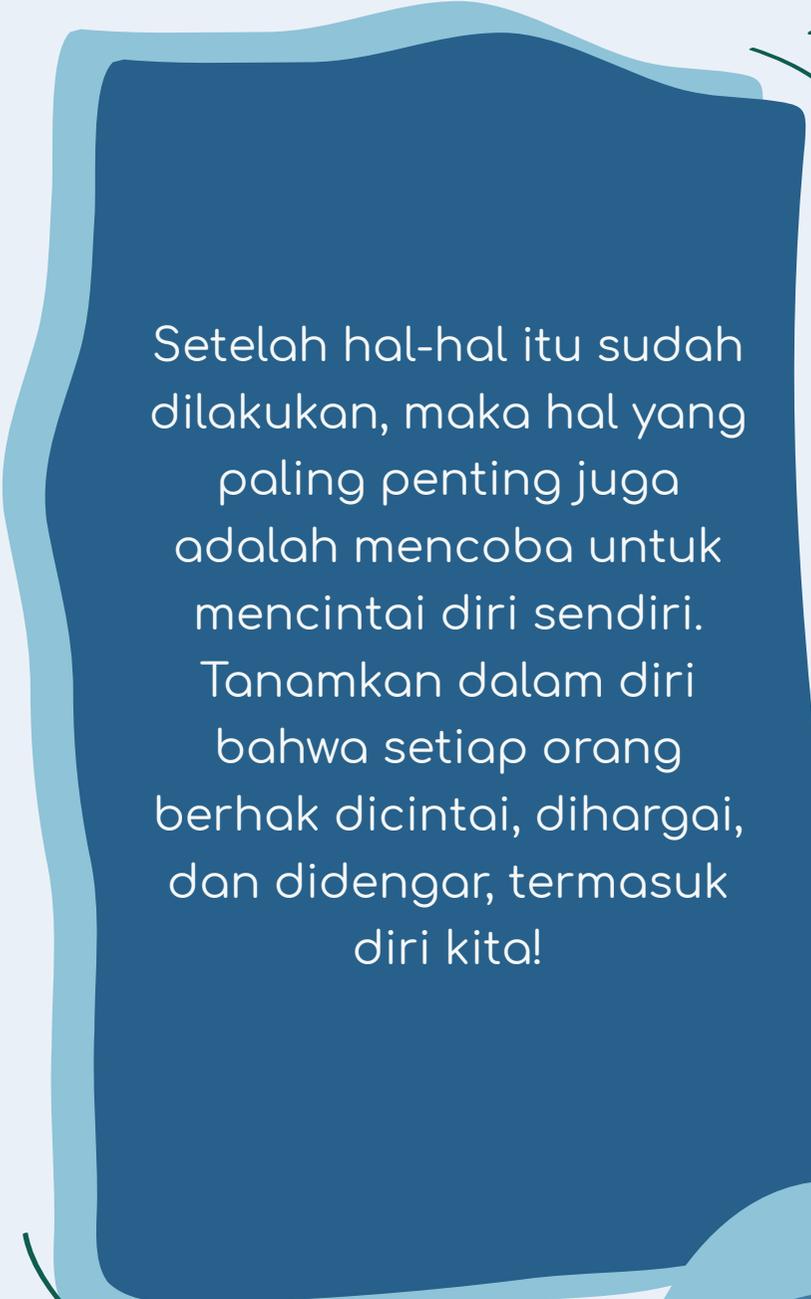
Usahakan untuk terbuka dan bercerita kepada orang yang bisa dipercaya. Memendam peristiwa yang dialami dan dirasakan bisa meningkatkan risiko masalah kesehatan mental. Jadi, sangat penting bagi yang mengalami kekerasan untuk menceritakannya kepada orang lain yang tepat. Ia juga perlu bantuan orang lain untuk mengakses bantuan atau untuk penanganan lebih lanjut.



Cari informasi dari lembaga yang dapat memberikan bantuan. Sebagian besar daerah di Indonesia memiliki Lembaga Pemerintah atau Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang memberikan bantuan atau layanan kepada korban kekerasan. Bantuan atau layanan itu diberikan secara gratis. Coba cari tahu kontak lembaga-lembaga tersebut. Sebagai referensi, beberapa lembaga yang memberikan layanan adalah P2TP2A atau UPTD PPA sesuai wilayah masing-masing. Kamu juga dapat mencoba menghubungi layanan pengaduan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.



Setelah mencari informasi, cobalah untuk mengadu kepada lembaga-lembaga tersebut dan laporkan kepada pihak kepolisian. Hal ini perlu dilakukan untuk mengurangi dampak yang lebih parah pada diri sendiri. Pelaku juga perlu tahu bahwa apa yang dilakukannya salah dan ia harus mendapat konsekuensi dari perilakunya agar tidak mengulangi lagi dan orang lain tidak mencontoh hal yang sama.



Setelah hal-hal itu sudah dilakukan, maka hal yang paling penting juga adalah mencoba untuk mencintai diri sendiri. Tanamkan dalam diri bahwa setiap orang berhak dicintai, dihargai, dan didengar, termasuk diri kita!

**BAGAIMANA  
JIKA TERNYATA  
KITA ADALAH  
ORANG YANG  
MELAKUKAN  
KEKERASAN?**



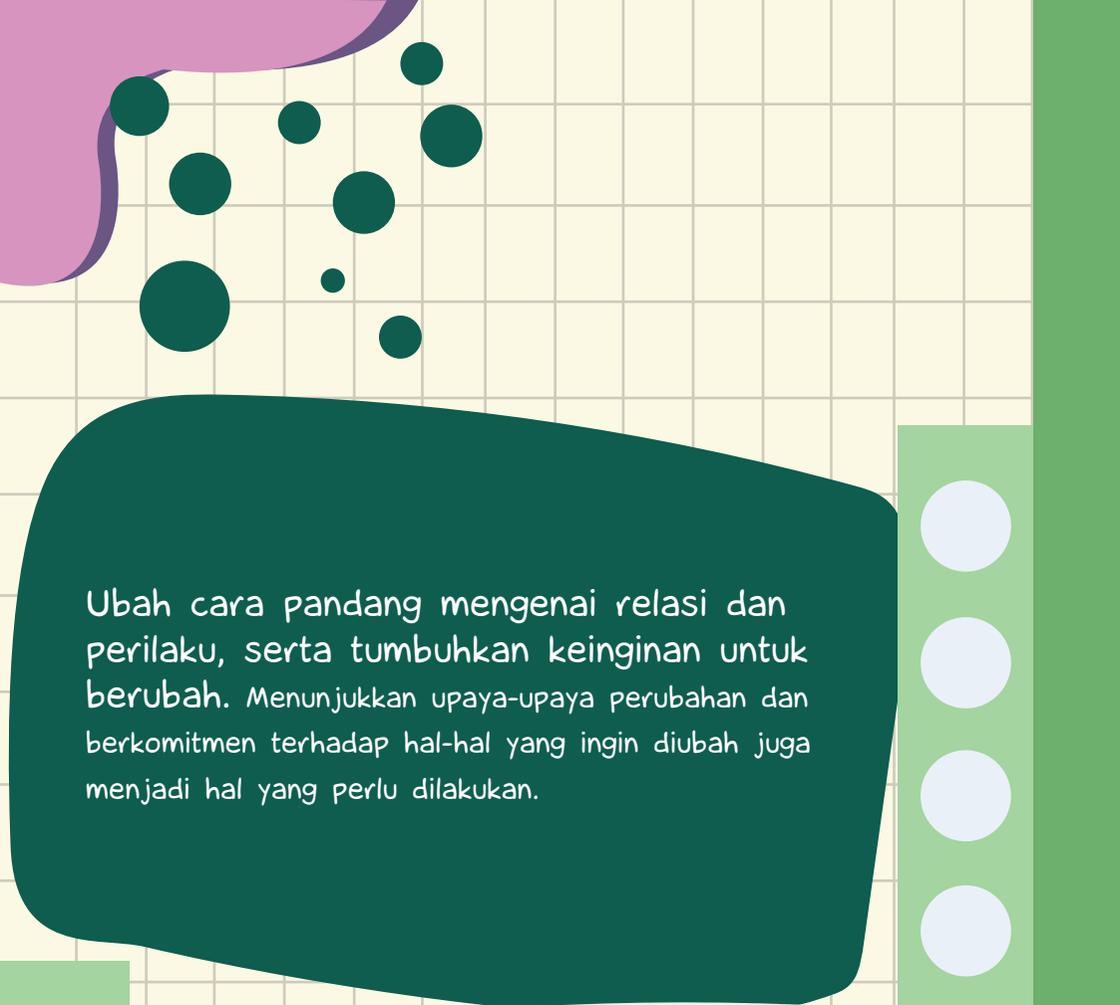
Apa yang  
harus kita  
lakukan?

Coba ingat-ingat, apakah kita sering mengganggu atau membuat orang lain merasa tidak nyaman? Apakah kita sulit memahami apa yang orang lain rasakan? Apakah kita pribadi agresif atau suka memaksa? Apakah kita merasa senang jika mengejek kekurangan orang lain? Apakah kita suka menghasut atau menyebarkan berita negatif mengenai orang lain? Apakah kita memanfaatkan orang lain untuk keuntungan diri sendiri? Jika sebagian besar jawabannya ya, maka kita perlu waspada karena bisa jadi kita sedang melakukan kekerasan.

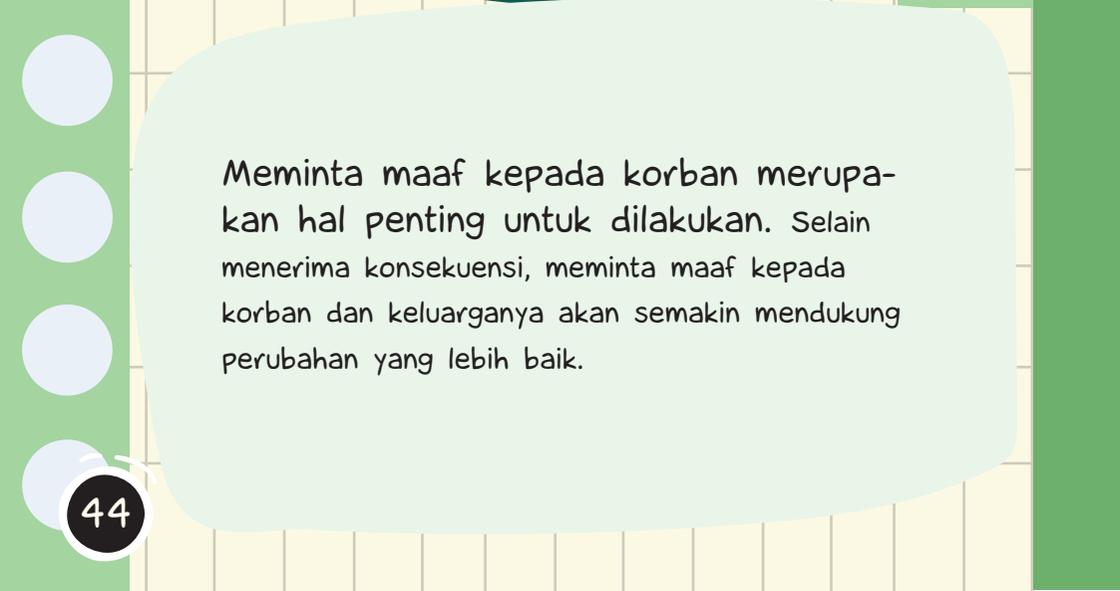
Jika kita merasa bahwa kita melakukan kekerasan, maka ada beberapa hal yang perlu kita lakukan:

Pahami tentang kekerasan dan dampaknya pada seseorang. Cobalah untuk mengedukasi diri dengan mencari beragam informasi mengenai perilaku yang dapat menyakiti hati orang lain. Cobalah untuk berempati pada orang-orang yang mengalami kekerasan. Tanamkan bahwa setiap orang setara dan berhak untuk dihargai dan terbebas dari perlakuan-perlakuan yang tidak menyenangkan.

Jika sudah menyadari perilaku kekerasan yang dilakukan, hentikan perilaku tersebut. Pahami bahwa setiap perilaku memiliki konsekuensi, sehingga sangat penting bagi kita untuk memahami dan menerima konsekuensi dari perilaku kekerasan yang telah kita lakukan. Meskipun demikian, setiap orang layak mendapatkan kesempatan untuk berubah dan memperbaiki diri, tentunya sambil menjalani konsekuensi dari perilaku kekerasan yang telah kita lakukan.



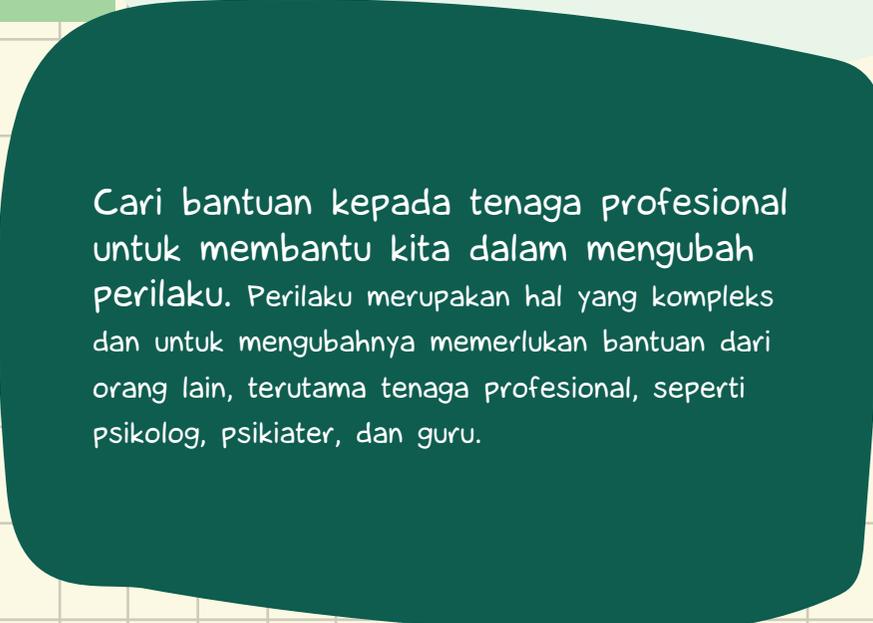
Ubah cara pandang mengenai relasi dan perilaku, serta tumbuhkan keinginan untuk berubah. Menunjukkan upaya-upaya perubahan dan berkomitmen terhadap hal-hal yang ingin diubah juga menjadi hal yang perlu dilakukan.



Meminta maaf kepada korban merupakan hal penting untuk dilakukan. Selain menerima konsekuensi, meminta maaf kepada korban dan keluarganya akan semakin mendukung perubahan yang lebih baik.



Cobalah menggali, apa penyebab munculnya perilaku kekerasan? Seperti sudah dijelaskan sebelumnya, ada banyak faktor penyebab munculnya kekerasan. Mencari tahu dan menggali penyebab kekerasan dapat membantu kita untuk memikirkan kira-kira apa yang perlu dilakukan untuk mengurangi atau menghilangkan perilaku kekerasan.



Cari bantuan kepada tenaga profesional untuk membantu kita dalam mengubah perilaku. Perilaku merupakan hal yang kompleks dan untuk mengubahnya memerlukan bantuan dari orang lain, terutama tenaga profesional, seperti psikolog, psikiater, dan guru.



Membangun permikiran mengenai relasi setara menjadi salah satu hal penting yang harus dilakukan agar perilaku kekerasan tidak kembali terulang. Hal ini juga membuat kita menghargai orang lain dan tidak berpikir untuk memanfaatkan orang lain untuk keuntungan diri sendiri. Berempati terhadap orang lain juga menjadi keterampilan yang harus diasah agar dapat memahami apa yang orang lain rasakan, sehingga kita tidak



Apa yang harus kita lakukan jika melihat perilaku kekerasan?

Banyak orang yang masih menganggap kekerasan sebagai urusan pribadi orang lain. Hal ini membuat orang-orang yang melihat kekerasan memilih untuk tidak ikut campur dengan diam saja atau tidak memperhatikan kekerasan yang terjadi di sekitarnya. Ada juga orang yang ingin membantu saat melihat kekerasan. Akan tetapi, mereka takut pada pelaku atau tidak tahu apa yang harus dilakukan.

Berikut adalah beberapa hal yang dapat dilakukan jika melihat kekerasan yang terjadi di dekat kita.



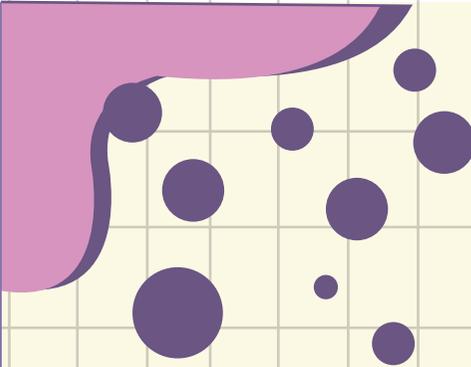
Menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman adalah tanggung jawab semua orang.

Pahamilah bahwa kekerasan yang terjadi di sekitar kita juga dapat mempengaruhi diri kita secara tidak langsung.

Selain itu, banyak juga yang merasa tidak nyaman atau bahkan merasa bersalah saat mengetahui orang lain mengalami kekerasan, tetapi tidak melakukan apa pun.

Oleh karena itu, membantu juga sering kali membuat kita merasa lebih baik.

Memastikan keamanan dari korban dan diri sendiri adalah hal utama. Jika ingin membantu korban, tetapi merasa takut terhadap pelaku atau diri sendiri juga berisiko mengalami kekerasan. Cobalah untuk membantu korban dengan melibatkan orang lain seperti polisi, guru, teman, atau orang dewasa yang dapat dipercaya.



Membantu korban mendokumentasikan bukti akan sangat membantu korban dalam mengakses layanan atau bantuan selanjutnya. Menjadi saksi saat melihat kejadian juga akan sangat membantu proses hukum dan dapat membantu menguatkan korban.



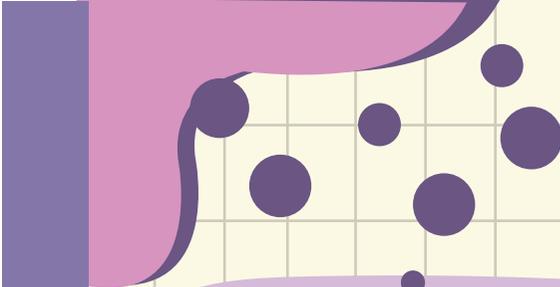
Jika tidak melihat langsung perilaku kekerasan, cobalah untuk mengamati perubahan-perubahan perilaku orang di sekitarmu. Cobalah untuk mendekatinya dan tanyakan apakah ada hal-hal yang mengganggu.



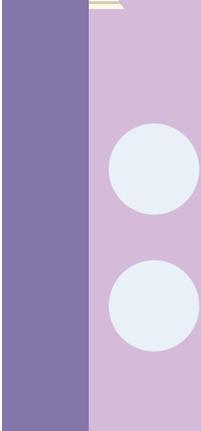
Setelah itu, kita dapat menjadi pendengar yang empatik, seperti memperlihatkan kepedulian, bertanya tanpa memaksa untuk bercerita, tidak memotong cerita, dan tidak memberikan komentar-komentar negatif akan sangat membantu korban agar tidak mengalami dampak yang lebih parah. Ini juga akan membantu korban merasa bahwa ia diterima dan didengarkan.



Cobalah untuk bersama-sama dengan korban mencari informasi tentang lembaga bantuan dan cara mengakses bantuan. Seringkali korban tidak mampu mencari bantuan seorang diri karena merasa dunia luar adalah tempat yang tidak aman. Keberadaan kita akan membuat korban merasa bahwa ia tidak sendiri.



Hal yang juga penting dalam membantu korban adalah menjaga kerahasiaan. Selain itu, kita juga dapat mendorong korban (terutama teman sebaya) untuk menceritakan peristiwa yang dialami kepada orang tua atau orang dewasa lain yang dapat dipercaya.



Berikan dukungan dan motivasi. Selain itu, mengajak melakukan beragam aktivitas positif juga akan sangat membantu korban untuk kembali melakukan aktivitas sehari-hari.

Pastikan kesehatan mental diri sendiri juga terjaga. Ingatlah bahwa untuk membantu orang lain, kita juga perlu memastikan bahwa kita juga dalam keadaan yang sehat secara fisik dan mental. Pahami bahwa kamu juga memiliki batasan untuk membantu. Oleh karena itu, arahkan korban untuk meminta bantuan kepada pihak yang tepat agar korban memperoleh bantuan secara maksimal.





Apa saja yang dapat dilakukan orang tua untuk mencegah kekerasan?

Jika perilaku kekerasan sudah terjadi pada diri kita, apa yang harus dilakukan orang tua kita?

Orang tua perlu memahami bahwa meskipun secara fisik sudah mulai berkembang, tetapi remaja tetap memiliki keterbatasan, sehingga rentan mengalami kekerasan.

Perkembangan yang belum matang membuat remaja memiliki kemampuan yang terbatas untuk melindungi diri dari kekerasan dan meminta bantuan saat mengalami kekerasan. Oleh karena itu, orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam melindungi dan membantu anak.

Hal-hal yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan kekerasan pada anak adalah sebagai berikut:

Membangun relasi setara, mengajarkan batasan, maupun menghargai orang lain merupakan hal yang perlu diawali dari rumah. Ayah dan bunda dapat memberikan contoh mengenai cara berinteraksi yang sehat dan saling menghargai. Menanyakan pendapat, memecahkan masalah bersama, dan mengambil keputusan dengan melibatkan seluruh anggota keluarga akan membuat anak terbiasa mengungkapkan pikiran dan lebih percaya diri. Hal ini tentu dapat menjadi pondasi awal anak menampilkan diri dengan positif di lingkungan.

Cobalah untuk membuka dialog dan memberikan informasi, pengetahuan, dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi sesuai dengan usia. Ayah dan bunda juga dapat menyampaikan mengenai kekerasan dan bahaya dari interaksi dengan orang yang tidak dikenal di dunia maya.



Jalinlah hubungan yang hangat dan erat dalam keluarga sejak dini, serta bangun komunikasi positif. Melakukan aktivitas bersama, berdiskusi dan saling bercerita akan menumbuhkan sikap terbuka pada anak. Sikap ini yang nantinya akan membantu anak dalam menceritakan hal-hal yang terjadi padanya.

Jika anak mengalami kekerasan, maka ayah dan bunda juga memiliki peran yang sangat besar untuk mendukung anak melewati masa-masa sulit itu.

Beberapa hal yang dapat ayah dan bunda lakukan saat melihat perubahan-perubahan perilaku anak yang mengarah pada kekerasan adalah sebagai berikut:

- ▶ Membangun rasa aman dan melakukan pendekatan agar anak mau terbuka dan menceritakan apa yang dialaminya. Gunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka dalam menggali informasi, seperti dengan bertanya, apa yang mengganggumu akhir-akhir ini? Hindari pertanyaan tertutup yang opsi jawabannya terbatas pada ya dan tidak karena dapat menimbulkan sugesti pada anak, misalnya pertanyaan: "kamu dipukul ya?"
- ▶ Dengarkan cerita yang disampaikan anak dengan saksama dan penuh empatik. Hindari pertanyaan atau komentar yang membuat anak merasa dipojokkan atau disalahkan, seperti: "Kenapa kamu diam saja" dan "Cuma gitu aja, kok nangis?"
- ▶ Simpan dan dokumentasikan bukti-bukti yang dapat membantu proses selanjutnya, terutama proses hukum. Laporkan kejadian yang dialami anak kepada pihak yang berwajib, terutama jika kekerasan yang terjadi dilakukan oleh orang dewasa, sudah berulang, atau termasuk dalam perilaku melanggar hukum.

▶ Terus mendampingi dan memberikan penguatan pada anak dalam melewati masa-masa sulitnya. Banyak orang tua menganggap bahwa anak tidak perlu ditanya mengenai kejadian yang dialami agar anak lupa. Akan tetapi, hal ini justru membuat anak tidak mampu mengungkapkan apa yang dirasakan dan dipikirkannya mengenai peristiwa tersebut. Tentu bertanya kepada anak dapat dilakukan selama dilakukan pada waktu dan tempat yang tepat.

▶ Kelola emosi diri sendiri. Kekerasan yang dialami anak seringkali menimbulkan dampak kepada orang tua. Rasa sedih, marah, dan bahkan rasa bersalah seringkali muncul. Hal ini mempengaruhi pola asuh sehingga banyak orang tua yang menjadi berusaha untuk selalu memenuhi keinginan anak. Ini tentu akan menimbulkan dampak negatif juga pada anak. Oleh karena itu, orang tua tetap perlu menerapkan rutinitas dan pengasuhan positif dalam mendukung anak untuk pulih.

▶ Mencari bantuan pada lembaga atau tenaga profesional yang dapat membantu anak dan orang tua dalam memulihkan kondisi psikologis tentu perlu dilakukan sehingga dampak-dampak dapat terkelola dengan baik.



Sekolah memiliki peran yang sangat besar untuk meminimalisir kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, sekolah perlu menetapkan kebijakan sekolah ramah anak. Memberikan edukasi mengenai perilaku kekerasan kepada warga sekolah perlu dilakukan. Sekolah juga perlu mengembangkan sistem pencegahan dan penanganan kekerasan, misalnya membuat posko pengaduan dan menyosialisasikannya kepada seluruh warga sekolah. Selain itu, dukung upaya-upaya penegakan hukum dan tidak memberikan toleransi terhadap perilaku kekerasan.



Sebagai guru, tentu memiliki peran besar dalam merespons kekerasan yang terjadi pada siswa. Bersikap peka terhadap perubahan perilaku peserta didik menjadi hal pertama yang perlu dilakukan. Selanjutnya, guru dapat melakukan pendekatan dan bertanya mengenai kejadian yang dialami peserta didik tanpa memaksa. Selain itu, dengarkan dengan empatik, jangan menyalahkan dan jangan pula menyepelkan. Jaga kerahasiaan identitas peserta didik dan berikan dukungan kepada diri dan keluarganya. Rujuk kepada lembaga yang menangani dan berilah dukungan upaya penegakan hukum.





**SIAPA YANG**

**BISA KITA HUBUNGI**

**JIKA PERLU INFORMASI**

**ATAU MELAPOR**

**TENTANG PERILAKU**

**KEKERASAN?**

**Sahabat dapat menghubungi:**

**1**

Nomor *Hotline* Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) di

a. 0821-2575-1234

b. [pengaduan@kpppa.go,id](mailto:pengaduan@kpppa.go.id)

c. [http:bit.ly/kamitetapada](http://bit.ly/kamitetapada)

2

KPAI

a. (+62) 021 31901556

b. <https://www.kpai.go.id/formulir-pengaduan>

3

Layanan Sejiwa 119 ext 8

4

Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) atau Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) di Provinsi, Kota, atau Kabupaten di wilayahmu

5

Khusus DKI Jakarta dapat menghubungi UPTD P2TP2A DKI Jakarta

a. 0813-1761-7622 atau

b. Jakarta Siaga 112

# HENTIKAN KEKERASAN!



Jalan Jenderal Sudirman, Senayan  
Jakarta, 10270  
Telp. 021 - 579 00089, Fax : (021) 572 5649  
Laman : [www.kemdikbud.go.id](http://www.kemdikbud.go.id)

ISBN : 978-623-95423-0-6

@[pesertadidik.dit.smp](https://www.instagram.com/pesertadidik.dit.smp)

Peserta Didik Direktorat SMP

[pesertadidikditsmp@gmail.com](mailto:pesertadidikditsmp@gmail.com)