

**PERSEPEKTIF PENDIDIKAN KELUARGA**  
**DALAM PERLINDUNGAN DIRI ANAK**

*Oleh: Arumi Savitri Fatimaningrum, S.Psi., M.A.*

Perlindungan diri anak merupakan hal yang perlu kita galakkan pada masa sekarang ini. Maraknya kejahatan dan eksploitasi terhadap anak seperti kekerasan, *bullying*, penculikan, pelecehan seksual, penjualan, prostitusi, dan pornografi anak merupakan ancaman nyata yang tidak bisa ditutupi. Konsep perlindungan anak merupakan upaya untuk melindungi individu yang berusia 0-17 tahun, dimulai sejak masih berupa janin dalam kandungan. Berdasarkan Pasal 28B Ayat (2) Amandemen Kedua UUD 1945 tertanggal 18 Agustus 2000, setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Kebanyakan yang menjadi korban kejahatan dan eksploitasi adalah Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), anak dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi dan sosial, anak dari kelompok minoritas, anak dengan orangtua tunggal, anak dengan orangtua yang memiliki ketergantungan terhadap alkohol dan narkoba, serta gangguan psikiatrik lainnya.

Pada dasarnya perlindungan diri anak merupakan upaya promotif dan preventif yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas dan produktivitas hidup masyarakat, khususnya anak. Upaya ini dilakukan sebagai pencegahan agar tidak terjadi kejahatan dan eksploitasi terhadap diri anak. Usaha ini dilakukan secara makro dalam lingkup masyarakat, tidak hanya sebagai usaha individu, keluarga, maupun kelompok. Dengan demikian, perlindungan anak membutuhkan kesadaran masyarakat agar dapat menjadi budaya yang terus dikembangkan. Kegiatan promotif melalui tiga cara, yaitu advokasi, mediasi, dan pemberian keterampilan. Sementara kegiatan preventif dilakukan melalui tindakan pencegahan dan perlindungan khusus, dalam hal ini terkait dengan kejahatan dan eksploitasi terhadap anak.

Tidak ada usia yang terlalu muda bagi seorang anak untuk mulai diperkenalkan dengan upaya perlindungan diri. Idealnya, perlindungan diri mulai dikenalkan pada saat anak berusia 3-5 tahun. Hal ini disebabkan karena pada rentang usia tersebut, seorang anak mulai berinteraksi dengan dunia di luar keluarga. Selain itu, kemampuan kognitifnya juga sudah berkembang untuk memahami konsep perlindungan diri. Perlindungan diri pada dasarnya merupakan

pembentukan karakter yang dilakukan oleh lingkungan terdekat anak, yaitu keluarga dan sekolah.

### **Pendidikan dalam Keluarga**

Keluarga merupakan sistem kehidupan yang paling dekat dan signifikan dalam meletakkan dasar-dasar perlindungan diri bagi anak. Hal ini dilakukan keluarga, terutama orangtua, dalam kegiatan pengasuhan sehari-hari. Berikut ini adalah beberapa pengembangan dari konsep Moh. Shochib (2010) terkait dengan upaya orangtua dalam membentuk karakter anak:

a. Penataan lingkungan fisik

Secara sederhana, penataan lingkungan fisik tempat tinggal dapat menjadi salah satu dasar pembentukan karakter anak. Anak diberi peran dan dilibatkan orangtua dalam mengatur lingkungan tempat tinggalnya. Hal ini terutama terjadi pada anak yang mulai beranjak dewasa. Hal ini bukan berarti setiap anak perlu memiliki kamar sendiri yang privat. Rasa nyaman tetap dapat muncul jika anak diberi peran untuk menata ruang publik seperti ruang tamu, ruang keluarga, maupun ruang makan. Dengan demikian anak memiliki rasa memiliki dan senantiasa menjadikan rumah sebagai tempat yang paling nyaman.

b. Penataan suasana psikologis dalam keluarga

Selain hal-hal yang bersifat fisik, hal lain yang perlu dibina adalah suasana psikologis dalam keluarga. Orangtua dan anak saling membina suasana kebersamaan, kedekatan, keakraban, komunikasi, keterbukaan, dan kesatuan keluarga. Salah satu yang memungkinkan terwujudnya suasana-suasana tersebut adalah hubungan orangtua yang harmonis. Hubungan harmonis tersebut dengan sendirinya akan menimbulkan rasa perlindungan dan keamanan pada diri anak. Dengan demikian anak akan terus mengasah kepekaan psikologis dan emosional. Sehingga meskipun orangtua tidak hadir secara fisik, anak merasakan kehadiran mereka dan membantunya dalam bersikap sehari-hari.

c. Penataan lingkungan pendidikan

Keluarga merupakan wadah penanaman pengetahuan dan nilai-nilai kehidupan (*transfer of knowledge and values*). Untuk dapat melakukan hal ini, orangtua perlu menghayati dunia anak, dalam artian metode dan cara yang digunakan harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak. Orangtua perlu memahami selera, dinamika, kebutuhan, pikiran, dan keinginan anak. Pemaksaan

kehendak dan cita-cita merupakan hal yang paling harus dihindari orangtua. Orangtua perlu mempersiapkan diri untuk memahami dan mengerti motivasi belajar yang dapat terus berubah seiring pertambahan usia anak.

d. Penataan lingkungan sosial

Sikap dan perilaku anak dipelajari melalui imitasi dan identifikasi terhadap perilaku orang tua dalam kehidupan sehari-hari baik di dalam maupun di luar lingkungan tempat tinggal. Anak tidak hanya mempelajari hal-hal positif yang sengaja diajarkan orangtua kepadanya. Namun secara tidak sadar, anak juga dapat menirukan hal-hal yang sebenarnya orangtua tidak ingin anaknya lakukan. Anak mempelajari interaksi sosial ini melalui segala bentuk komunikasi baik verbal maupun non verbal yang dilakukan orangtua, termasuk sentuhan, gerakan, dan ekspresi perasaan yang ditampilkan orangtua.

e. Penataan sosiobudaya keluarga

Setiap keluarga perlu memiliki kesepakatan dan aturan yang disusun bersama. Hal ini terkait dengan penataan lingkungan fisik, psikologis, pendidikan, dan juga sosial yang telah dibahas sebelumnya. Kesepakatan dan aturan masing-masing keluarga akan bervariasi dipengaruhi oleh latar belakang budaya, ekonomi, pendidikan, sosial, dan juga keadaan geografis lingkungan tempat tinggal. Pada prinsipnya, setiap keluarga perlu memiliki kesepakatan dan aturan agar dapat mengembangkan rasa saling menghargai dengan orang lain.

f. Nilai moral yang dipegang

Selain kesepakatan dan aturan yang disusun bersama-sama antar anggota keluarga, orangtua juga perlu melakukan penanaman dasar-dasar agama sebagai pedoman hidup sehari-hari. Nilai-nilai moral dan agama merupakan benteng pencegahan dari penyimpangan-penyimpangan perilaku. Jadi meskipun orangtua tidak mengawasi secara langsung perilaku anak, tetapi anak sendiri sudah memiliki pegangan yang membatasi dirinya dengan perilaku-perilaku yang menyimpang. Usaha yang dapat dilakukan orangtua adalah menerapkan nilai-nilai moral dan agama tersebut secara konsisten dan teratur dalam kehidupan sehari-hari.

g. Dialog dalam keluarga

Dialog merupakan proses komunikasi yang terjalin secara dua arah. Dalam proses dialog perlu dibina suasana saling menghargai agar tidak terjadi pemaksaan kehendak atau pendapat dari pihak. Dialog merupakan salah satu

proses *transfer of knowledge* dalam suasana yang akrab dan terbuka. Orangtua mengajak anak untuk mendiskusikan pilihan-pilihan yang dapat diambil beserta konsekuensi yang mengikutinya. Dengan demikian diharapkan anak memiliki bekal pengetahuan dan pengalaman yang cukup untuk mengambil keputusan sendiri di kemudian hari.

h. Perilaku orangtua saat bertemu dengan anaknya

Perilaku yang hangat dan terbuka perlu selalu dikembangkan orangtua dalam kegiatan sehari-hari. Saat ini, muncul kecenderungan bahwa orangtua merupakan teman atau sahabat anak. Pola interaksi hierarki di mana anak harus taat dan patuh sepenuhnya kepada orangtua tidak dapat lagi diterapkan. Jika hal ini dilakukan orangtua, anak yang beranjak dewasa akan memberontak dan memilih untuk lebih banyak berada di luar rumah. Hal ini jelas menjadi ancaman yang nyata terkait dengan kejahatan dan eksploitasi terhadap anak.

i. Kontrol orangtua terhadap perilaku anak

Adanya keterbukaan dan kebebasan dalam interaksi orangtua dan anak bukan berarti anak bebas berperilaku. Orangtua tetap memiliki hak untuk melakukan kontrol terhadap anak. Hanya saja yang perlu diperhatikan adalah cara yang dilakukan orangtua sebaiknya tidak otoriter atau berbentuk interogasi terhadap kegiatan anak. Semakin bertambahnya usia anak, orangtua perlu menerapkan pola asuh otoritarian di mana anak diberikan hak, tetapi juga memiliki kewajiban yang harus dipenuhinya. Hal ini dapat terbentuk dengan mudah apabila anak menaruh kepercayaan dan menghargai kewibawaan orangtua.

### **Konsep Perlindungan Diri Anak**

Berdasarkan *factsheets* yang disusun oleh *Family Planning Queensland* (2009) terdapat tujuh konsep yang perlu diperhatikan dalam menanamkan perlindungan diri pada anak. Ketujuh konsep tersebut adalah harga diri (*self-esteem*), asertivitas (*assertiveness*), kesadaran akan tubuh (*body awareness*), memahami bentuk-bentuk hubungan (*understanding relationships*), memahami aturan tentang sentuhan (*identifying the rules about touch*), memahami perasaan yang muncul (*understanding feelings*), dan mengetahui apa yang harus dilakukan jika aturan tersebut terlanggar (*knowing what to do if the rules are broken*).

### **1. Harga diri**

Harga diri merupakan karakter yang terbentuk dengan tidak disadari di dalam diri individu. Harga diri terbentuk dalam lingkungan keluarga dan juga interaksi anak dengan lingkungan sekitarnya. Apabila keluarga telah membentuk harga diri yang kuat maka anak akan cenderung lebih kuat dalam menghadapi permasalahan di luar rumah. Harga diri terbentuk karena seseorang merasa bermakna, diterima, dan dicintai oleh lingkungannya. Hal inilah yang menyebabkan sebagian besar dari korban kekerasan dan eksploitasi anak berasal dari keluarga *broken home*. Individu-individu yang berasal keluarga bermasalah umumnya akan mencari perhatian dan kasih sayang dari luar keluarga. Untuk itu, agar seorang anak memiliki harga diri yang kuat, orangtua perlu menanamkan perasaan bermakna, diterima, dan dicintai apa adanya.

### **2. Asertivitas**

Asertivitas dapat diartikan sebagai ketegasan sikap. Asertivitas ini terkait dengan keberanian anak untuk menolak melakukan sesuatu yang membuatnya merasa tidak nyaman. Seringkali anak merasa perlu melakukan sesuatu yang sebenarnya tidak membuatnya nyaman hanya agar diterima oleh lingkungannya. Asertivitas dibentuk oleh harga diri yang kuat. Untuk itu orangtua perlu mendukung anak untuk mempercayai dirinya sendiri. Anak perlu dilatih untuk membuat keputusan sendiri dan pilihan yang nyata. Orangtua merupakan *role model* terbaik karena anak belajar melalui imitasi dan identifikasi terhadap lingkungannya.

### **3. Kesadaran akan tubuh**

Orangtua seringkali merasa tabu dan segan untuk membicarakan hal-hal yang terkait dengan seksualitas dengan anak karena ada anggapan bahwa anak masih belum cukup umur. Pada dasarnya anak perlu mengenal nama-nama dan fungsi dari bagian tubuhnya, baik bagian tubuh yang bersifat terbuka maupun bersifat pribadi. Yang perlu dilakukan orangtua adalah memberi informasi kepada anak. Orangtua tidak perlu takut memberikan penjelasan yang terlalu banyak karena anak hanya akan menangkap informasi yang dapat mereka pahami.

Informasi yang diberikan kepada anak perlu diberikan secara positif, faktual, dan singkat. Yang dimaksud dengan informasi positif adalah difokuskan pada kemampuan anak untuk melindungi diri dan strategi yang dapat dilakukan, bukan konsekuensi dari tindakan tersebut. Informasi perlu disajikan dengan

faktual atau apa adanya. Anak tidak perlu ditakuti dengan keberadaan orang asing, yang penting anak dibekali dengan langkah-langkah perlindungan diri yang akan dibahas pada bagian selanjutnya. Pemberian informasi dilakukan melalui percakapan antara orangtua-anak yang berlangsung singkat dan teratur. Hal ini akan lebih baik daripada hanya dilakukan satu kali dengan begitu banyak informasi.

#### **4. Mengenali bentuk-bentuk interaksi**

Pelaku kejahatan maupun eksploitasi terhadap anak seringkali bukan orang yang asing dari kehidupan anak. Pelaku bisa saja orang yang memang berhubungan langsung dengan kehidupan anak, seperti guru, pelatih olahraga, dan sebagainya. Untuk itu anak perlu dibekali pengetahuan apakah interaksi yang terjalin antara orang dewasa dengan si anak masih tergolong wajar atau tidak.

#### **5. Memahami aturan yang berkaitan dengan sentuhan**

Dalam interaksi yang terbina dengan orang dewasa di atas, seringkali terjadi kontak fisik yang tidak bisa dihindari. Hal inilah yang menyebabkan pentingnya kesadaran anak akan tubuh (*body awareness*). Anak perlu memahami bagian-bagian tubuh mana saja yang wajar jika terjadi kontak fisik dan bagian tubuh mana yang bersifat privat. Anak perlu mengenal berbagai jenis sentuhan dan dapat membedakan apakah sentuhan tersebut bermakna menyayangi, berteman, membantu, atau seksual. Anak perlu mewaspada jika sentuhan yang terjadi sudah bermakna seksual. Memahami aturan ini dapat membantu anak waspada dengan hak dan tindakan yang perlu dilakukan selanjutnya.

#### **6. Mengenali perasaan yang muncul**

Seringkali anak belum mampu mengidentifikasi sentuhan-sentuhan yang tidak wajar di atas. Untuk itu, anak perlu dilatih untuk mengenali dan menyadari jika muncul perasaan-perasaan yang “aneh”. Perasaan-perasaan “aneh” seperti takut, bingung, atau sedih seringkali diikuti oleh reaksi tubuh seperti denyut jantung yang cepat, berkeringat, menangis, dan gemetar. Jika hal ini terjadi dapat dianggap sebagai tanda bahaya (*alert sign*) dari interaksi anak dengan orang dewasa tersebut. Untuk itu anak perlu dibekali cara dan kemauan untuk menyampaikan perasaan “aneh” ini kepada orang yang mereka percayai.

## 7. Mengetahui apa yang harus dilakukan jika aturan tentang sentuhan terlanggar

Anak kadang mengalami kesulitan dalam menyampaikan kejadian maupun perasaan yang muncul. Untuk itu orangtua harus mempercayai instingnya atau tanda-tanda lain yang menunjukkan perubahan perilaku anak dan segera mengajak anak berbicara secara privat. Jika orangtua melihat tanda-tanda perubahan tersebut maka sebaiknya orangtua menyediakan waktu untuk berbicara dengan anak, menyediakan waktu untuk mendengarkan anak, memahami perasaan anak, mempercayai dan menghargai anak, memberikan jaminan bahwa anak dapat meminta bantuan dari orangtua, dan memastikan anak mengetahui jika orangtua mencintainya.

Hal terpenting yang harus dilakukan orangtua adalah tetap tenang, tidak panik, dan menahan diri untuk tidak menampilkan ekspresi *shock* atau menghinia, hal ini dapat membuat anak merasa telah melakukan kesalahan. Orangtua juga harus menekankan bahwa apapun yang terjadi bukan merupakan salah si anak. Selain itu, orangtua juga tidak boleh membuat janji yang tidak dapat ditepati, seperti berjanji tidak memberi tahu orang lain atau berjanji jika hal tersebut tidak akan terulang kembali. Hal ini karena masalah tersebut harus ditindaklanjuti dengan mencari bantuan dari pihak lain, baik untuk anak maupun untuk orangtua sendiri terutama jika mengalami guncangan emosional.

### Penutup

Perlindungan diri merupakan salah satu upaya promotif dan preventif terhadap ancaman kejahatan dan eksploitasi terhadap anak. Tidak ada batasan usia yang terlalu awal untuk menanamkan perlindungan diri pada anak. Konsep perlindungan diri dilakukan pada lingkungan yang terdekat dengan anak, yaitu keluarga dan sekolah. Orangtua merupakan kunci utama dalam menanamkan konsep-konsep sehingga anak dapat melakukan sendiri upaya perlindungan diri.



## Referensi

- Family Planning Queensland. (2009). *A Child's Right to be Safe: Teaching Self-protection*. Diunduh dari <http://www.essentialbaby.co.au/kids/caring-for-kids/a-childs-right-to-be-safe-teaching-selfprotection-20090415-a6sh.html>
- Majelis Permusyawaratan Rakyat Republik Indonesia. (2000). *Amandemen Kedua UUD 1945*. Tanggal 18 Agustus 2000. Jakarta: MPR RI.
- Moh. Shochib. (2010). *Pola Asuh Orangtua dalam Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri*. Edisi Revisi. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Phil. (2013). *Life Strategies: Protecting Your Children*. Diunduh dari <http://drphil.com/articles/article/84>