

BUDI WAHYUNI
SRI PURWATININGSIH

SUPLEMEN BUKU PENDIDIKAN SEX KELUARGA



INKLUSI
Kemitraan Australia - Indonesia
Menuju Masyarakat Inklusif

Suplemen Buku

Pendidikan Sex Keluarga

Sebuah Pegangan Untuk Orang Tua
Anggota Kelompok Dampingan Perempuan

Penulis Ulang Buku : Budi Wahyuni dan Sri Purwatiningsih

Editor: Ratih Hidayah Nur

Ilustrator: Aznar Zacky

Layout: Tuan Afnan

Kontributor Diskusi: Dina Lumbantobing

Penerbit:

Konsorsium Perempuan 2025

Jl. Pancur Siwah No. 1G Padang Bulan KM 8, Kode Pos 20142
Kota/Kab. Provinsi: Kota Medan, Sumatera Utara

Cetakan Ke-1: November 2025

14,5 x 20,5 cm

**Buku ini diterbitkan dengan dukungan program INKLUSI
(Kemitraan Indonesia-Australia menuju masyarakat Inklusif)**

INKLUSI berusaha untuk meningkatkan partisipasi kelompok marginal dalam pembangunan sosial budaya, ekonomi, dan politik di Indonesia, serta manfaat yang mereka peroleh dari pembangunan tersebut. INKLUSI bekerja sama dengan Pemerintah Indonesia dan Organisasi Masyarakat Sipil untuk mendorong upaya memajukan kesetaraan gender, hak-hak penyandang disabilitas, dan inklusi sosial. Informasi yang disajikan dalam publikasi ini adalah tanggung jawab dari tim produksi dan tidak mewakili pandangan Pemerintah Indonesia dan Pemerintah Australia.

KATA PENGANTAR

Konsorsium PERMAMPU yang terdiri dari 8 ORNOP Penguatan Perempuan di pulau Sumatera telah melihat mendesaknya Pendidikan Seksual di dalam keluarga. Sekolah dan Lembaga Pendidikan lainnya sejauh ini belum mempunyai kurikulum khusus mengenai seksualitas dan Kesehatan Seksual & Reproduksi, sementara PERMAMPU menemukan terjadinya perkawinan di usia anak dan di bawah usia 19 tahun. Alasan yang sering dikemukakan selain kemiskinan adalah karena kehamilan maupun hubungan seks di luar perkawinan.

Selain perkawinan di bawah umur 19 tahun, kasus kekerasan seksual banyak dialami anak perempuan dan dewasa, termasuk perempuan dengan disabilitas, di pedesaan maupun di perkotaan. Hubungan seks di luar perkawinan juga semakin marak, baik karena paksaan dalam pacaran maupun karena alasan cinta, suka sama suka dan lainnya.

Hasil Penelitian Kualitatif PERMAMPU mengenai Kehamilan yang Tidak Diinginkan/KTD di tahun 2014 yang didukung oleh MAMPU, maupun Penelitian Kualitatif mengenai Trend Peningkatan Perkawinan usia anak & usia <19 tahun di tahun 2023 dengan dukungan INKLUSI; telah memperkuat hasil observasi di atas maupun pengalaman pendampingan Lembaga-lembaga anggota Konsorsium PERMAMPU.

Oleh karenanya, pendidikan HKSR telah dimulai di seluruh kelompok dampingan Konsorsium PERMAMPU, dan atas dukungan MAMPU, telah mengeluarkan Buku Pegangan Orangtua mengenai Pendidikan Ketubuhan dan Reproduksi, serta mengedarkannya secara terbatas khususnya untuk Keluarga Peduli HKSR di tahun 2018 akhir.

Tetapi dalam evaluasi akhir PERMAMPU tahun 2020, ditemukan bahwa buku pegangan orangtua tersebut hanya dibaca oleh orangtua dan masih kurang digunakan untuk Pendidikan Sex di keluarga. Maka PERMAMPU menulis kembali Buku Pegangan Orang Tua dengan lebih menggunakan bahasa yang mudah dipahami didukung ilustrasi agar dapat dibaca bersama antara orangtua dan anak tsb. Buku Pendidikan ini dipilah berdasar 3 kelompok usia yaitu: < 6 tahun, >6 tahun sampai 12 tahun, dan >12 tahun sampai 18 tahun; dilengkapi dengan suplemen untuk bacaan awal sekaligus pelengkap untuk orangtua. Selain buku-buku tersebut, buku dapat dilengkapi dengan media-media peka GEDSI yang digunakan untuk Pendidikan Penyadaran HKSR di Credit Union dan Kader, khususnya di OSS&L.

Disarankan agar saat mendidik anak, selain pada saat ketika anak bertanya, juga menciptakan suasana santai bersama Ibu dan Ayah; dimana anak juga bisa menyentuh dan memegang buku yang sesuai umurnya dengan bebas.

Oleh karenanya Konsorsium sungguh mengharap buku ini dapat betul-betul digunakan oleh keluarga untuk menyadari dan memahami hak dan otonomi setiap anggota keluarga

terhadap tubuh dan pikiran serta perasaannya, khususnya untuk anak perempuan dan anggota keluarga yang mengalami disabilitas dan yang identitasnya dianggap berbeda dengan komunitas di sekelilingnya.

Untuk tahap awal penggunaan buku akan dilaksanakan di seluruh Keluarga Pembaharu dan Forum Keluarga Pembaharu, juga di keluarga para kader OSS&L serta CU pada umumnya. Para keluarga ini akan menjadi inti penggerak perubahan yang menjadi pendukung utama gerakan pencegahan perkawinan di usia <19 tahun maupun Kekerasan Seksual dan KDRT.

Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu, khususnya INKLUSI dan seluruh pendukung Gerakan Keluarga Pembaharu. Selamat menggunakan dan semoga bermanfaat.

Medan, Oktober 2025
Dina Lumbantobing
Koordinator.

SEKAPUR SIRIH

Menarasikan berbagai teori, pengalaman, mitos dan fakta terkait seksualitas dan kesehatan reproduksi bisa dikatakan tidak akan pernah ditemukan format yang sempurna. Menuliskan narasi materi sesuai fakta sebagai sebuah catatan lapangan pun tidak jarang mendapatkan respon bahwa materi yang disampaikan dengan kalimat atau istilah yang terlalu vulgar dirasa tidak sesuai dengan budaya Indonesia. Bahkan, ada pula respon berupa anggapan bahwa pendidikan seksualitas seperti mengajari dan memprovokasi anak untuk melakukan tindakan seks bebas. Respon tersebut menyebabkan pendidikan seksualitas dianggap sebagai hal yang tabu dan dihindari.

Cerita pengalaman di atas mengerucut menjadi kesimpulan bahwa informasi tentang seksualitas khususnya di Indonesia hingga saat ini jarang disampaikan dan diterima secara runtut dan utuh. Semestinya, informasi seksualitas disampaikan dan diterima dalam konteks edukasi dengan berbagai proses kehidupan manusia terkait seksualitas khususnya perilaku seks. Selain itu, pendidikan seksual terkait dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi - dimana organ reproduksi bisa rusak atau tidak berfungsi secara optimal karena perilaku seks yang tidak sehat. Maka

tentunya pemahaman akan pendidikan seksual dan kesehatan reproduksi sangatlah penting.

Pada saat Permampu mengajak tim penulis untuk menarasikan kembali tentang Pendidikan Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi bagi kelompok usia anak hingga remaja, penulis merespon dengan penuh antusias. Salah satu kunci pendidikan seksualitas adalah bagaimana cara berkomunikasi dengan *audience* (anak, remaja, dan orang tua) agar informasi tersampaikan secara utuh, tanpa prasangka/penghakiman dan tentunya sensitif gender.

Selanjutnya, apabila dalam penyampaian materi yang disertai dengan ilustrasi gambar menyebabkan anak merespon dengan timbulnya dorongan seks, maka hal tersebut bukanlah hal yang salah. Justru, dengan penyampaian materi dan ilustrasi, anak dapat diedukasi dan diberi pengertian bahwa yang dialaminya tersebut merupakan sesuatu hal yang wajar. Selain itu, anak dan remaja dapat belajar mengenali tubuhnya, termasuk pada hal-hal yang membangkitkan dorongan seks dan bagaimana cara mengatasinya dengan baik/bijak - tanpa ada rasa salah, takut dan trauma.

Tim penulis menyadari bahwa tidak mudah menguraikan materi dan ilustrasi sesuai pembagian usia 0-5 tahun, 6-12 tahun dan 13-18 tahun - sehingga berpeluang terjadi pengulangan, karena pada intinya ada irisan proses kehidupan yang tidak mungkin tegas untuk dipisah. Maka dari itu, buku Pendidikan Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi dibagi

dalam beberapa bagian untuk memudahkan penyampaian materi/edukasi.

Buku ini dilengkapi dengan suplemen berupa kutipan perundang-undangan untuk menjelaskan bahwa berbagai dokumen kebijakan di Indonesia tidak jarang tumpang tindih dan bias untuk kepentingan tertentu. Bahkan, terkesan Pemerintah Indonesia seolah-olah berkomitmen pada pemenuhan Hak Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas pada perempuan dan anak, bahkan pada perempuan dan anak perempuan korban kekerasan seksual - dan implementasi atas Undang-Undang tersebut di lapangan masih perlu dipertanyakan.

Akhir kata, buku ini tentu masih terdapat kekurangan. Namun juga perlu digarisbawahi bahwa buku ini disusun **sebagai upaya pencegahan pelecehan/kekerasan seksual terhadap anak dengan memberi edukasi pada anak tentang seksualitas**. Demikian sekapur sirih dari kami, besar harapan kehadiran buku ini dapat meningkatkan pengetahuan, perubahan sikap dan perubahan ke perilaku seksual yang lebih sehat.

Tim Penulis,

Budi Wahyuni
Sri Purwatiningsih

Daftar Isi

Kata Pengantar iii

Sekapur Sirih vi

Daftar Isi ix

HAK ANAK DAN KEWAJIBAN ORANGTUA 1

A. Kutipan SDGs & ICPD 94 3

B. Kutipan UU No.36 Tahun 2009 tentang Kesehatan 3

C. Kutipan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No.2 Tahun 2025 Tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi 6

D. Hak Reproduksi dan Seksual untuk Remaja 7

E. Tanggung Jawab Anak terhadap Dirinya Sendiri dan Kewajiban Orang Tua/ Orang Dewasa 8

1. Aspek Penting dalam Perlindungan Diri 8

2. Pelaku Pelecehan Seksual terhadap Anak 11

F. Pendidikan Seksual bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) 13

KEKERASAN SEKSUAL 14

A. Kekerasan Seksual pada Anak 14

B. Kekerasan Dalam Pacaran (KDP) 20

C. Incest 24

Tim Penulis 38

Hak Anak dan Kewajiban Orangtua

Meski masalah keluarga telah menjadi perhatian Negara, terutama sejak BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) berdiri pada 28 Juni tahun 1970, dan bahkan telah menjadikan tanggal 28 Juni sebagai Hari Keluarga Nasional atau Harganas, namun pemenuhan hak-hak mengenai seksualitas dan reproduksi, khususnya pendidikan seksual belum terlalu dikenal atau diperhatikan.

Kemudian, sejak Konferensi Kependudukan Dunia pada tahun 1994 di Kairo Mesir, Indonesia bersama 178 negara lainnya menyetujui bahwa kependudukan dan pembangunan terhubung kuat. Bahwa penguatan perempuan dan pemenuhan kebutuhan penduduk terhadap pendidikan dan kesehatan, termasuk kesehatan reproduksi, adalah penting

untuk kemajuan individu dan keseimbangan pembangunan. Dalam konferensi tersebut, pemimpin-pemimpin dunia, badan-badan PBB (Perserikatan Bangsa Bangsa) dan wakil-wakil NGO (*Non-Governmental Organization*) menyepakati Rencana Aksi yang memasukkan bab tentang Kesehatan Dan Hak Reproduksi, khususnya untuk remaja kelompok umur yang selama ini masih diabaikan dalam pelayanan kesehatan reproduksi.

Ruang lingkup Kesehatan Reproduksi (kespro) cukup luas. Lingkup untuk remaja, misalnya kespro yang bertujuan untuk mencegah dan melindungi remaja dari perilaku seksual berisiko dan perilaku berisiko lainnya, antara lain: seks pra nikah, pernikahan anak & dini, kehamilan usia anak/remaja, aborsi tidak aman, perilaku berisiko terhadap IMS (Infeksi Menular Seksual), perilaku gizi buruk dll.

Masalah kesehatan perempuan pun kemudian termuat secara khusus di banyak kesepakatan internasional lainnya, antara lain Deklarasi Beijing (konferensi khusus perempuan), MDGs (*Millenium Development Goals*) dan terakhir adalah SDGs (*Sustainable Development Goals*).

Di Indonesia sendiri, kespro termuat di dalam UU Kesehatan, sbb.:

A. Kutipan SDGs & ICPD 94

Pendidikan kesehatan termuat dalam dokumen yang telah diadopsi oleh Negara-Negara Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) - Tujuan 3 Poin 7 sebagai berikut:

"3.7 Pada tahun 2030, memastikan akses universal terhadap layanan kesehatan seksual dan reproduksi, termasuk untuk perencanaan, informasi, dan pendidikan keluarga, dan mengintegrasikan kesehatan reproduksi ke dalam strategi dan program nasional." ICPD (*International Conference on Population and Development*)

B. Kutipan UU No.36 Tahun 2009 tentang Kesehatan

Pada bagian keenam membahas tentang kesehatan reproduksi, pada pasal 71 membahas tentang definisi kesehatan reproduksi sedangkan pada pasal 72 tentang reproduksi, sbb.:

Pasal 71

- (1) Kesehatan reproduksi merupakan keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan system, fungsi, dan proses reproduksi pada laki-laki dan perempuan.
- (2) Kesehatan reproduksi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi:
 - a. Saat sebelum hamil, hamil, melahirkan, dan sesudah melahirkan;

- b. Pengaturan kehamilan, alat kontrasepsi, dan kesehatan seksual; dan
 - c. Kesehatan sistem reproduksi
- (3) Kesehatan reproduksi sebagaimana dimaksud pada ayat (2) dilaksanakan melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitative.

Pasal 72

Setiap orang berhak:

- a. Menjalani kehidupan reproduksi dan kehidupan seksual yang sehat, aman, serta bebas dari paksaan dan/atau kekerasan dengan pasangan yang sah.
- b. Menentukan kehidupan reproduksinya dan bebas dari diskriminasi, paksaan, dan/atau kekerasan yang menghormati nilai-nilai luhur yang tidak merendahkan martabat manusia sesuai dengan norma agama.
- c. Menentukan sendiri kapan dan berapa sering ingin bereproduksi sehat secara medis serta tidak bertentangan dengan norma agama.
- d. Memperoleh informasi, edukasi, dan konseling mengenai kesehatan reproduksi yang benar dan dapat dipertanggungjawabkan.

Selain itu, UU ini juga mengatur soal aborsi, meski belum mencakup kebutuhan aborsi karena kegagalan KB, ketidaktahuan perempuan mengenai masa menopause, dan berbagai hal lainnya. Aborsi yang dapat dilakukan terutama tercantum di pasal 31 dan 32 sbb:

Pasal 31

- (1) Tindakan aborsi hanya dapat dilakukan berdasarkan:
 - a. indikasi kedaruratan medis; atau
 - b. kehamilan akibat perkosaan.
- (2) Tindakan aborsi akibat perkosaan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf b hanya dapat dilakukan apabila usia kehamilan paling lama berusia 40 (empat puluh) hari dihitung sejak hari pertama haid terakhir.

Pasal 32

- (1) Indikasi kedaruratan medis sebagaimana dimaksud dalam Pasal 31 ayat (1) huruf a meliputi:
 - a. kehamilan yang mengancam nyawa dan kesehatan ibu; dan/atau
 - b. kehamilan yang mengancam nyawa dan kesehatan janin, termasuk yang menderita penyakit genetik berat dan/atau cacat bawaan, maupun yang tidak dapat diperbaiki sehingga menyulitkan bayi tersebut hidup di luar kandungan.

- (2) Penanganan indikasi kedaruratan medis sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan sesuai dengan standar.

C. Kutipan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No.2 Tahun 2025 Tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi:

Pasal 58

Setiap orang dilarang melakukan aborsi, kecuali atas indikasi kedaruratan medis atau terhadap korban tindak pidana perkosaan atau tindak pidana kekerasan seksual lain yang menyebabkan kehamilan, sesuai dengan ketentuan dalam kitab undang-undang hukum pidana.

Pasal 60

- (1) Kehamilan akibat tindak pidana perkosaan atau tindak pidana kekerasan seksual lain yang menyebabkan kehamilan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 58 dibuktikan dengan:
- a. surat keterangan dokter atas usia kehamilan sesuai dengan kejadian tindak pidana perkosaan atau tindak pidana kekerasan seksual lain yang menyebabkan kehamilan; dan
 - b. keterangan penyidik mengenai adanya dugaan perkosaan dan/atau kekerasan seksual lain yang menyebabkan kehamilan.

- (2) Surat keterangan dokter sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a dibuat oleh dokter berdasarkan hasil pemeriksaan penunjang.

Pasal 61

Pelayanan aborsi atas indikasi kedaruratan medis atau terhadap korban tindak pidana perkosaan atau tindak pidana kekerasan seksual lain yang menyebabkan kehamilan harus dilakukan dengan aman, bermutu, dan bertanggung jawab.

D. Hak Reproduksi dan Seksual untuk Remaja (Diadopsi dari *International Planned Parenthood Federation* tahun 1996 dengan dokumen berjudul "*IPPF Charter on Sexual and Reproductive Rights*")

1. Hak untuk hidup
2. Hak atas kebebasan dan keamanan
3. Hak atas kesetaraan dan bebas atas segala bentuk diskriminasi
4. Hak atas kerahasiaan pribadi
5. Hak untuk kebebasan berpikir
6. Hak mendapatkan informasi dan pendidikan
7. Hak memilih bentuk keluarga dan hak untuk membangun dan merencanakan keluarga (hak untuk menikah atau tidak menikah)

8. Hak untuk memutuskan mempunyai anak atau tidak, dan kapan mempunyai anak
9. Hak mendapatkan pelayanan dan perlindungan kesehatan
10. Hak mendapat hasil/manfaat dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi
11. Hak atas kebebasan berkumpul dan berpartisipasi dalam politik
12. Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk termasuk hak-hak perlindungan anak dari eksploitasi dan penganiayaan seksual.

E. Tanggung Jawab Anak terhadap Dirinya Sendiri dan Kewajiban Orang Tua/ Orang Dewasa

1. Aspek Penting dalam Perlindungan Diri

Sangat penting bagi anak untuk mampu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Berikut ini 5 aspek yang perlu diketahui dan dipahami dengan baik oleh anak:

- a. Mendidik anak untuk memahami bahwa "Tubuhku adalah Milikku"

Anak harus tahu bahwa merekalah pemilik tubuh mereka. Tak seorangpun boleh menyentuh tanpa izin. Ajarkan anak untuk menolak dengan sopan bila disentuh, dicolek, dicubit, atau dicium oleh orang lain. Anak punya hak

untuk menolak ciuman atau sentuhan, bahkan dari orang yang ia kenal.

Anak harus dididik untuk mengatakan "TIDAK" dengan tegas dan cepat bila seseorang berusaha menyentuhnya dengan tidak pantas. Mereka harus diajari untuk bertahan sambil sesegera mungkin mencari orang dewasa lain yang bisa membantu.

- b. **Membedakan "Sentuhan Baik" dan "Sentuhan Tidak Baik"**

Anak-anak tidak selalu mengenali mana sentuhan yang pantas, dan mana yang tidak. Ajarkan kepada anak bahwa tidak baik jika ada seseorang memandang atau menyentuh bagian tubuh privat mereka atau anak lain. Mereka juga perlu didorong untuk peka terhadap intuisinya.

Kalau merasa aneh, takut, dan curiga terhadap seseorang, ajarkan untuk segera memberitahu kepada orang terdekat/dipercaya (misal: Ibu).

- c. **Rahasia Baik dan Rahasia Buruk**

Penyalahgunaan seksual biasanya menggunakan istilah kunci "Rahasia Kita" sebagai taktik untuk memperdayai korban. Karenanya, penting mengajarkan kepada anak perbedaan antara rahasia baik dan rahasia buruk.

Setiap rahasia yang membuat mereka cemas, tidak nyaman, takut, atau sedih tidak boleh disimpan sendiri. Rahasia-rahasia tersebut harus diberitahukan kepada orang dewasa yang dapat dipercaya (orangtua, guru, petugas polisi, atau dokter).

- d. Pencegahan dan Perlindungan adalah tanggung jawab orang dewasa.

Orang dewasa harus menyadari tanggung jawabnya sebagai pelindung anak. Orang dewasa bisa mencegah pelecehan/kekerasan seksual terhadap anak dengan jalan membuka komunikasi dan memberi edukasi pada anak tentang seksualitas. Dalam kasus-kasus kekerasan/pelecehan seksual, orang dewasa harus peka.

Orang dewasa tidak boleh terjebak pada pemikiran bahwa "itu bukan urusan saya", atau merasa waktu akan membuat anak lupa, dsb. Orang dewasa harus menghormati anak-anak yang ada di sekelilingnya. Menjaga dan melindungi anak adalah keutamaan orang dewasa.

- e. Pelaporan dan Pembukaan Kasus

Anak harus diajari untuk berani mengungkapkan perlakuan kurang menyenangkan yang mereka terima. Anak harus diajari kepada siapa mereka perlu melapor, yaitu kepada orang dewasa yang mereka pilih dan mereka percayai.

Anak-anak harus tahu bahwa mereka punya jaringan bantuan dan pengaman bersama orang dewasa. Anak sebaiknya tahu bahwa bila mereka mengalami kesulitan ada banyak pekerja profesional yang akan membantu, seperti guru, pekerja sosial, dokter, psikolog sekolah, atau polisi.

2. Pelaku Pelecehan Seksual terhadap Anak

a. Pelaku yang Dikenal

Sebagian besar kasus pelecehan seksual pada anak dilakukan oleh orang yang dikenal oleh anak tersebut. Mereka bisa saja sepupu, paman adik ayah-ibu, tetangga, atau bahkan guru dan anggota keluarga inti.

Pelaku biasanya dikenal oleh anak (dan orangtua) - dimana keadaan ini menjadi peluang bagi pelaku karena situasi kondisi umumnya korban akan lebih mudah percaya (dan lebih mudah diperdaya).

Pada beberapa kasus, pelaku adalah anggota keluarga, sehingga anak takut untuk mengungkapkan dan tidak tahu harus mengadu/melapor/bercerita kepada siapa.

Karenanya, amat sangat penting membangun komunikasi yang terbuka dengan anak. Dan mengamati serta peka bila ada perilaku yang berubah. Jadikan

sebuah kebiasaan bagi anak untuk menceritakan kegiatan yang dilalui di hari itu.

Juga, tetapkan aturan bahwa anak harus menyampaikan informasi tentang siapa yang memberi hadiah, siapa yang meminta "menyimpan rahasia", dan atau mencoba meluangkan waktu sendirian secara sembunyi-sembunyi dengan anak.

b. Pelaku yang Tidak Dikenal

Dalam beberapa kasus, pelakunya adalah orang asing. Karenanya, **ajari anak peraturan mengenai berhubungan dengan orang yang belum dikenal: jangan berbicara dengan orang asing, jangan memberikan nomor telepon atau alamat kepada orang asing, jangan masuk ke dalam mobil orang asing, dan jangan menerima hadiah atau undangan dari orang asing.**

Sekarang ini, anak seringkali dibiarkan memiliki media sosial sendiri, meskipun menurut ketentuan usia anak belum boleh memiliki media sosial. Dalam hubungannya dengan orang asing, ajari anak untuk tidak langsung percaya pada orang yang dikenalnya di media sosial, apalagi sampai mau diajak bertemu atau pergi ke suatu tempat. Ajarkan pada anak untuk menolak ajakan tersebut. Namun demikian, jauh lebih baik bila orangtua mematuhi aturan tentang batas usia untuk memiliki media sosial sehingga tidak secara serampangan memberikan gawai dan akses media sosial untuk anak.

F. Pendidikan Seksual bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)

Tidak seperti sangkaan masyarakat pada umumnya, bahwa ABK 'tidak mengerti' soal seksualitas. ABK paham dan sangat membutuhkan pendidikan seksual. Fisik ABK berkembang sesuai perkembangan umurnya. Karenanya, ABK juga mengalami perkembangan seksualitas sesuai dengan perkembangan fisiknya.

Oleh karena itu, pendidikan seksual sebaiknya diberikan sedini mungkin pada ABK. **Kondisi khusus yang dialami ABK sering dimanfaatkan oleh pelaku kejahatan seksual yang tidak bertanggung jawab. Ini menggarisbawahi pentingnya pendidikan seksual bagi ABK.**

Dalam hal ini, orang tua adalah kunci utama karena biasanya orang tua juga berlaku sebagai terapis bagi anak. Sedini mungkin, dengan ringan dan positif, orang tua perlu memperkenalkan anggota tubuh kepada ABK. Kepada anak perempuan, orang tua juga perlu menjelaskan tentang menstruasi.

Perlindungan khusus adalah mutlak, tanpa mengurangi kebebasan anak perempuan ABK menikmati masa kanak-kanaknya. Secara khusus orang tua dengan ABK disarankan untuk konsultasi dengan ahli, dan membangun komunitas dengan para orang tua yang mempunyai ABK.

Kekerasan Seksual

A. KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK

1. Kekerasan Seksual pada Anak

Kekerasan seksual pada anak adalah bentuk penyiksaan oleh orang dewasa atau remaja yang lebih tua kepada anak dengan menggunakan rangsangan seksual. Bentuknya berupa memaksa anak untuk melakukan aktivitas seksual, menunjukkan alat kelaminnya pada anak, menampilkan pornografi kepada anak, melakukan hubungan seksual dengan anak, melakukan kontak fisik dengan alat kelamin anak untuk tujuan seksual, melihat alat kelamin anak untuk tujuan seksual, atau menggunakan anak untuk memproduksi pornografi anak.

Kekerasan seksual pada anak menimbulkan gangguan kejiwaan seperti stress dan depresi. Anak korban kekerasan seksual cenderung menjadi korban lebih lanjut pada masa dewasanya. Selain cedera kejiwaan, anak juga mengalami cedera fisik. Secara fisik, anak bisa terkena IMS karena

kekerasan seksual ataupun perkosaan yang dialaminya. Jika tidak diobati maka IMS dapat memicu kemandulan. Selain itu, stres yang terlalu berat bisa menghambat perkembangan otak anak.

Kekerasan seksual terhadap anak meliputi:

- a. Pelecehan Seksual. Pelecehan Seksual adalah suatu tindak pidana dimana seseorang yang telah dewasa menyentuh anak di bawah umur untuk tujuan kepuasan seksual, misalnya perkosaan (termasuk sodomi) memasukkan alat-alat tertentu pada alat kelamin anak.
- b. Eksploitasi Seksual. Eksploitasi Seksual adalah suatu tindak pidana dimana orang dewasa melakukan kekerasan terhadap anak di bawah umur untuk promosi, kepuasan seksual, atau keuntungan, misalnya melacurkan anak atau membuat produk pornografi anak.
- c. Perawatan Seksual. Perawatan Seksual adalah tindakan yang berusaha membuat anak tertarik dengan cara memberikan rayuan seksual (Dikenal pula dengan istilah *child grooming/sexual grooming*).

2. Tanda-Tanda Awal "Anak korban Kekerasan Seksual"

Biasanya, anak tidak mudah menceritakan pelecehan atau kekerasan yang dialaminya. Oleh karenanya, orang tua perlu peka akan perubahan sikap pada anak.

Berikut ini adalah beberapa hal yang menjadi tanda awal adanya kekerasan seksual pada anak:

- a. Sering bermimpi buruk sehingga mengalami gangguan tidur
- b. Perilaku berubah, misalnya menggunakan mainan atau benda sebagai rangsangan seksual
- c. Menjadi sangat tertutup dan pendiam
- d. Dalam keadaan marah, emosinya akan sangat meledak dan tak terkendali
- e. Menyebutkan kata-kata atau istilah yang tidak pantas, misalnya menyebutkan alat kelamin tubuh dan tidak diketahui dari mana ia mengetahuinya.
- f. Melakukan hal-hal yang membahayakan dirinya, seperti melukai dirinya sendiri dengan benda tajam
- g. Menceritakan tentang teman barunya yang berusia lebih tua dan menyebutkan kalau ia mendapatkan banyak hadiah dari orang tersebut tanpa alasan yang jelas.
- h. Tiba-tiba merasa ketakutan jika diajak ke suatu tempat tertentu atau ketika bertemu dengan orang tertentu
- i. Anak mungkin menunjukkan tanda-tanda pemberontakan atau perilaku menantang

- j. Perubahan kebiasaan makan
- k. Anak mungkin mencoba untuk bunuh diri.

3. Tanda-Tanda Fisik Kekerasan Seksual pada Anak

Selain tanda-tanda tersebut ada beberapa tanda fisik sebagai akibat kekerasan seksual yang harus orangtua waspadai. Tanda-tanda fisik akibat kekerasan seksual berupa:

- a. Anak merasa sakit, terjadi perdarahan, atau keluar cairan dari alat kelamin, anus, atau mulutnya.
- b. Merasa sakit yang berulang-ulang setiap anak buang air kecil.
- c. Sering mengompol.
- d. Suka mandi berulang.
- e. Nyeri atau kesulitan berjalan atau duduk.
- f. Terdapat darah di pakaian dalamnya.
- g. Memar di tempat-tempat yang tidak biasa tanpa alasan jelas.

Tabel Ringkas: Kekerasan Seksual pada Anak (Usia 6-12 Tahun)

Kategori	Penjelasan Sederhana	Contoh	Apa yang Bisa Dilakukan oleh Ibu
Tanda Fisik	Luka, memar, atau rasa sakit di area pribadi anak.	Anak mengeluh sakit saat buang air kecil, tapi malu cerita.	Jangan dimarahi. Ajak bicara dengan lembut, lalu bawa ke bidan/dokter.
Tanda Emosional	Anak tiba-tiba pendiam, takut bertemu orang tertentu, atau sering menangis tanpa sebab.	Anak menolak pergi ke rumah tetangga atau saudara yang biasanya akrab.	Hargai perasaan anak, jangan dipaksa. Cari tahu dengan penuh kasih sayang.
Tanda Perilaku	Anak meniru gerakan atau kata-kata seksual yang tidak sesuai usianya.	Anak menyanyi atau berkata dengan istilah dewasa yang ia dengar dari orang lain.	Tanyakan dengan sabar dari mana ia tahu. Awasi konten TV/gawai
Lingkungan Berisiko	Kekerasan bisa terjadi bukan hanya di luar rumah, tapi juga di dalam keluarga atau orang dekat.	Kasus di kota dan di desa: anak mengalami pelecehan oleh tetangga atau bahkan kerabat.	Ingatkan anak: "Tubuhmu milikmu. Tidak boleh sembarang orang menyentuh bagian pribadi."
Mitos di Masyarakat	Ada yang bilang: "Kalau anak diam saja berarti tidak terjadi apa-apa" → SALAH.	Anak-anak sering takut atau malu cerita karena pelaku orang dekat.	Percaya pada kata-kata anak. Jangan remehkan atau menyalahkan mereka.
Langkah Pertama	Dengarkan anak dengan tenang, jangan menyalahkan, dan segera cari bantuan.	Hubungi kader PKK, bidan desa, atau laporkan ke P2TP2A (Pusat Pelayanan Terpadu), WCC, Lembaga Perlindungan Anak.	Berikan rasa aman, katakan: "Ibu percaya sama kamu, Ibu akan lindungi kamu."

Sumber: WHO, 2017; Save the Children, 2019

Catatan penting untuk orang tua, baik ibu maupun ayah:

1. Anak usia SD masih polos, tapi mereka juga mulai banyak bertanya. Jadi, ibu dan ayah perlu memberi pemahaman sederhana tentang "batas tubuh": mana yang boleh disentuh (misalnya tangan, kepala) dan mana yang tidak boleh disentuh orang lain (area pribadi: mulut, dada, kelamin, pantat).
2. Ajarkan pada anak untuk berkata tegas "Jangan!" dan segera cerita ke ibu atau ayah jika ada yang membuatnya tidak nyaman.

Contoh Dialog: Ibu dan Anak SD tentang Batas Tubuh

- Ibu : "Nak, kamu tahu nggak kalau tubuh kita punya bagian yang cuma boleh kita sendiri yang sentuh?"
- Anak : "Bagian mana, Bu?"
- Ibu : "Mulut, dada, alat kelamin, dan pantat. Itu namanya bagian pribadi. Kalau ada orang lain coba pegang, kamu harus bilang keras-keras: 'Jangan!' lalu lari dan cerita sama Ibu."

- Anak : "Kalau yang pegang itu teman atau orang dekat gimana, Bu?"
- Ibu : "Tetap nggak boleh. Walau dia teman, saudara, bahkan orang yang kamu kenal. Ingat, tubuhmu milikmu. Ibu akan selalu percaya dan melindungi kamu kalau kamu cerita."
- Anak : "Baik Bu, nanti aku langsung cerita kalau ada yang ganggu."
- Ibu : "Pintar sekali anak Ibu. Ingat ya, tidak ada yang boleh menyentuh bagian pribadi kecuali saat kamu mandi dibantu Ibu atau diperiksa dokter dengan izin."

B. Kekerasan Dalam Pacaran (KDP)

Pacaran adalah proses alami ketika remaja mulai belajar tentang identitas dirinya. Dalam masa pacaran, remaja sebenarnya belajar tentang kedekatan dan membangun relasi dengan lawan jenis atau pasangan. Ada yang mengalami masa pacaran yang menyenangkan, mulus, dan lancar, namun ada juga yang sebaliknya. Berbagai tindakan kurang menyenangkan timbul selama masa pacaran. Tindakan yang kurang menyenangkan ini disebut dengan Kekerasan dalam Pacaran (KDP) atau *dating violence*.

10 pertanda pacar kamu melakukan kekerasan:

1  Menggunakan kekerasan fisik untuk menyakiti atau mengintimidasi kamu	2  Mempunyai emosi yang meledak-ledak	3  Bersifat posesif atau cemburu yang berlebihan	4  Selalu meremehkan atau mengejek kamu
5  Menguntit kamu secara fisik atau digital	6  Mengecek ponsel, email atau medsos kamu tanpa izin	7  Menjauhkan kamu dari keluarga atau teman-temanmu	8  Menuduh kamu yang tidak-tidak
	9  Memaksa kamu berhubungan seks dengan dirinya	10  Menolak menggunakan kontrasepsi (kondom) saat berhubungan seks	

Sumber: Komnas Perempuan 2017

KDP termasuk perilaku kekerasan terhadap perempuan. KDP sering terjadi di sekitar kita tanpa kita sadari, baik itu oleh korban atau bahkan pelakunya sendiri. Dalam masa pacaran, kedua belah pihak biasanya sedang dimabuk cinta sehingga sering membenarkan tindakan-tindakan yang tidak

terpuji yang dilakukan oleh pasangannya. Kasus kekerasan dalam pacaran ternyata merupakan kasus terbanyak kedua setelah kekerasan terhadap istri dan banyak menimpa perempuan.

KDP adalah segala tindakan berupa pemaksaan, tekanan, intimidasi, pengrusakan, dan pelecehan fisik maupun psikologis yang terjadi dalam hubungan pacaran. KDP meliputi kekerasan fisik, emosional, dan atau verbal oleh seseorang kepada pasangannya yang dilakukan dalam hubungan pacaran. KDP kemungkinan tidak hanya dilakukan oleh laki-laki melainkan juga oleh perempuan, tetapi pada umumnya lebih banyak dialami perempuan, disebabkan karena relasi kuasa/posisi yang timpang antara laki-laki dan perempuan.

Beberapa bentuk kekerasan yang sering terjadi dalam pacaran adalah:

1. Kekerasan fisik: memukul, menendang, menjambak rambut, menampar, menonjok, melempar benda, membawa ke tempat yang membahayakan keselamatan korban.
2. Kekerasan seksual: semua kontak seksual yang tidak diinginkan, rabaan, ciuman, sampai melakukan hubungan seksual dengan ancaman.
3. Kekerasan emosional atau psikis: mengejek, curiga berlebihan, selalu menyalahkan pacar, mengekang,

melarang atau membatasi aktivitas, melarang menegur orang lain.

4. Kekerasan secara ekonomi: meminjam uang dan atau barang yang ketika ditagih pasangan beralasan macam-macam, pasangan memaksa memberi uang atau membiayai kebutuhannya, pasangan mengendalikan pengeluaran uang.

Dan berbagai bentuk lainnya berupa penyalahgunaan hubungan untuk keuntungan pasangan sendiri.

Hal yang membahayakan dalam KDP adalah korban merasa tindakan pasangan tersebut wajar dan membiarkan. Biasanya korban akan membenarkan perilaku pasangannya dengan mengatakan "sesekali bolehlah", atau "dia kan pacarku, dia pasti bermaksud baik", bahkan menganggapnya sebagai bentuk cinta yang kuat.

Bila terjadi secara terus menerus dan berat, KDP bisa digolongkan ke dalam perbuatan melawan hukum. Di Indonesia telah ada hukum yang melindungi korban kekerasan, termasuk KDP, yaitu pasal 351-358 KUHP untuk penganiayaan fisik, pasal 289-286 tentang pencabulan, pasal 281-283 tentang pelecehan seksual, pasal 532-533 untuk kejahatan terhadap kesopanan, dan pasal 286-288 untuk persetubuhan dengan perempuan di bawah umur. Jika kasus KDP menimpa anak di bawah umur maka perlindungan lebih lanjut mengacu kepada UU Nomor 23 tentang Perlindungan Anak.



DIANIAYA PACAR

Dasar Hukum

KITAB UNDANG-UNDANG HUKUM PIDANA (KUHP)

“penganiayaan” yaitu sengaja menyebabkan perasaan tidak enak (penderitaan), rasa sakit, atau luka, termasuk sengaja merusak kesehatan orang.

(R.Soesilo)

ADA 3 KATEGORI PENGANIAYAAN

PENGANIAYAAN BIASA (PASAL 351 KUHP)

-  diancam pidana penjara paling lama 2 tahun 8 bulan
-  Jika sampai luka berat, penjara paling lama 5 tahun
-  mengakibatkan kematian, paling lama 7 tahun.
-  atau denda paling banyak Rp 4,5 juta

Percobaan untuk melakukan kejahatan ini tidak dipidana

LUKA BERAT ATAU LUKA PARAH ANTARA LAIN:
(akibat luka berat di sini tak dimaksud/disengaja)

- Penyakit/luka yang tak bisa sembuh atau dapat mendatangkan maut;
- hingga tak cakap lagi melakukan pekerjaan ; kehilangan salah satu pancaindra;
- Kudung, cacat hingga buruk rupa;
- Lumpuh/tak bisa menggerakkan anggota badan;
- Pikiran terganggu/tak dapat berfikir lagi dengan normal kacau, lebih dari empat minggu
- mengakibatkan keguguran kandungan

PENGANIAYAAN RINGAN (PASAL 352 KUHP)

jika penganiayaan yang dilakukan tak berakibat sakit atau menghambat pekerjaan



pidana penjara paling lama 3 bulan



Pidana ditambah 1/3, jika kejahatan itu terhadap orang yang bekerja padanya/bawahan



atau denda paling banyak Rp 4,5 juta

PENGANIAYAAN BERAT (PASAL 354 KUHP)



dengan sengaja melukai berat orang lain



penjara paling lama 8 tahun



mengakibatkan kematian, paling lama 10 tahun

 facebook.com/klinik hukum

 @klinik hukum

 [hukum online.com](https://hukumonline.com)

Juni 2015 | Desain : Basuki Rahmat

Sumber: klinik hukum

C. Incest

Incest adalah hubungan seksual antara pasangan yang masih berkerabat (bersaudara), misalnya antara ayah dengan anak perempuannya, ibu dengan anak lelakinya, atau antar saudara atau saudara tiri.

Dalam banyak kasus, incest digolongkan ke dalam kekerasan atau pelecehan seksual, dan hubungan terlarang

karena nilai-nilai budaya/adat. Incest bukanlah sekedar incest ketika salah satu pihak masih berusia anak, berada di bawah kendali atau relasi kuasa yang tidak seimbang; tetapi yang demikian itu adalah merupakan perkosaan atau pemaksaan hubungan seksual.

Incest adalah hubungan seksual yang terjadi di dalam keluarga, misalnya antara ayah dan anak, kakak dan adik, atau paman dengan keponakan. Hal ini adalah bentuk kekerasan seksual yang sangat berbahaya. Di Indonesia, termasuk di beberapa daerah di Sumatera, kasus perkosaan incest seringkali terjadi dan didiamkan atau tidak diproses secara hukum karena pelakunya adalah orang dekat yang seharusnya melindungi anak, atau diselesaikan secara adat.

Bagi anak usia 6-12 tahun, incest sangatlah merusak. Anak di usia ini sedang belajar percaya dengan keluarganya. Apabila orang dalam keluarga justru menjadi seseorang yang menyakiti, maka anak bisa kehilangan rasa aman. Luka yang ditimbulkan pun bukan hanya di tubuh, tetapi juga di hati dan pikirannya.

Namun sayang, banyak ibu atau keluarga yang tidak tahu tanda-tandanya. **Anak korban incest bisa terlihat sering takut, murung, menolak dekat dengan orang tertentu di rumah, atau tiba-tiba berubah sikap.** Kadang anak juga mengeluh sakit di area kelamin atau dubur. Tanda-tanda ini jangan dianggap sepele, karena bisa jadi anak sedang berusaha memberi sinyal.

Anak usia sekolah dasar belum paham penuh tentang seksualitas, sehingga mudah dibujuk, ditakut-takuti, atau dimanipulasi oleh orang dewasa. Karena itu, penting sekali bagi orang tua untuk mengajarkan anak tentang “batas tubuh” (mana yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain) serta menanamkan keberanian untuk bercerita jika ada yang membuatnya tidak nyaman.

Anak remaja usia 13-18 tahun berada dalam masa pencarian identitas. Mereka mulai memahami relasi, cinta, dan seksualitas. **Ibu atau ayah perlu menjelaskan bahwa cinta dalam keluarga artinya kasih sayang, perhatian, dan saling melindungi, bukan perilaku seksual.** Penjelasan ini harus diulang-ulang dengan contoh sehari-hari agar lebih mudah dipahami.

Contoh sederhana yang bisa dipakai ibu adalah: “Kalau sayang sama adik atau kakak, kita tunjukkan dengan membantu belajar, mendukung main olahraga, atau mendengarkan ceritanya. Bukan dengan menyentuh bagian tubuh pribadi.” Dengan cara ini, anak bisa memahami batas antara kasih sayang sehat dan perilaku yang salah.

Remaja juga perlu diajarkan tentang hak tubuh mereka. Bahwa setiap orang, termasuk anggota keluarga, harus menghargai batas tubuh pribadi. Jika ada yang melanggar atau membuat tidak nyaman, mereka berhak untuk menolak dan bercerita kepada orang dewasa terpercaya.

Di sekolah atau pergaulan, remaja mungkin mendengar cerita-cerita tentang hubungan seksual dalam keluarga yang dipandang “biasa” atau dianggap “rahasia keluarga”. Ibu atau ayah perlu meluruskan bahwa itu adalah bentuk kekerasan, bukan hal wajar, dan bisa membawa dampak buruk seumur hidup.

Jika ibu menemukan tanda-tanda atau anak bercerita tentang perlakuan yang mengarah ke incest, segera percaya anak. Jangan marah pada anak, karena ia korban, bukan penyebab. Ibu bisa mencari bantuan ke orang yang dipercaya, tokoh masyarakat, polisi, layanan P2TP2A (Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak), UPT P3A (Unit Pelaksana Teknis Pusat Perlindungan Perempuan dan Anak), WCC, atau lembaga perlindungan anak di daerah.

Mitos yang berkembang di beberapa masyarakat adalah anggapan bahwa masalah ini tidak mungkin terjadi di keluarga sendiri. Padahal, data menunjukkan bahwa banyak kasus kekerasan seksual terhadap anak justru dilakukan oleh orang terdekat. Mengakui bukan berarti merusak nama keluarga, melainkan langkah untuk melindungi anak dari risiko yang lebih besar.

Melindungi anak dari incest berarti menjaga masa depan mereka. Anak yang merasa aman di rumah akan tumbuh percaya diri, sehat, dan bahagia. Baik ibu maupun ayah memiliki peran penting sebagai tempat pertama anak

berpegangan. Dengan kasih sayang, komunikasi terbuka, dan keberanian mengambil sikap, orang tua bisa menjadi benteng utama melawan kekerasan seksual di dalam keluarga.

Tabel Tanda-tanda Anak Korban Incest

Kategori	Tanda yang Muncul
Perilaku	Anak tiba-tiba murung, mudah marah, takut ditinggal, atau menolak dekat dengan anggota keluarga tertentu.
Psikologis	Sering mimpi buruk, gelisah, ketakutan tanpa alasan jelas, merasa bersalah atau malu.
Fisik	Keluhan sakit di area alat kelamin, ada luka/iritasi, perubahan pola makan atau tidur
Sekolah	Nilai turun, tidak mau sekolah, sulit konsentrasi, atau menarik diri dari teman.
Komunikasi	Mengucapkan kata-kata atau bercerita hal yang tidak sesuai usianya tentang seks.

Tabel Langkah Cepat Ibu Jika Mencurigai Incest

Situasi	Langkah yang Bisa Dilakukan Ibu
Anak menunjukkan tanda-tanda mencurigakan	Dengarkan dengan tenang, jangan marah atau menyalahkan anak.
Anak bercerita langsung	Percaya pada cerita anak, ucapkan terima kasih sudah berani cerita.
Ibu curiga terhadap anggota keluarga tertentu	Jaga jarak anak dengan orang tersebut, jangan biarkan berduaan.
Perlu bantuan lanjut	Hubungi layanan perlindungan anak: (P2TP2A/UPT P3A, polisi, tokoh masyarakat, atau lembaga perlindungan anak, WCC).
Untuk jangka panjang	Berikan anak kasih sayang, rasa aman, dan dukungan psikologis.

Tabel: Mitos vs Fakta tentang Incest

Mitos	Fakta
"Kekerasan seksual tidak mungkin terjadi dalam keluarga sendiri."	Justru banyak kasus incest dilakukan oleh orang terdekat seperti ayah, paman, atau kakak/abang. Keluarga tidak selalu otomatis menjadi tempat aman.
"Kalau korban diam saja, berarti dia setuju."	Diam bukan tanda setuju. Anak sering diam karena takut, bingung, atau diancam. Itu tetap kekerasan seksual.

"Membicarakan seksualitas dengan anak bisa membuat mereka penasaran dan jadi nakal."	Membicarakan seksualitas dengan bahasa sederhana justru membuat anak paham batas tubuh dan lebih mampu menjaga diri.
"Kalau aib keluarga terbongkar, nama baik akan rusak. Lebih baik diam."	Menutupi incest justru merugikan anak dan bisa melanggar kekerasan. Melapor dan melindungi anak adalah cara menjaga martabat keluarga yang sesungguhnya.
"Incest bisa dianggap wajar kalau sama-sama suka."	Hubungan seksual dalam keluarga adalah salah, meskipun terlihat "suka sama suka". Ada ketimpangan kuasa yang membuat anak tidak benar-benar bebas memilih.
"Anak yang jadi korban pasti nakal atau menggoda."	Tidak benar. Anak adalah korban. Pelakunya lah yang bersalah karena menyalahgunakan kepercayaan dan kuasa.
"Budaya dan agama kita pasti mencegah incest, jadi tidak perlu khawatir."	Nilai agama dan adat memang melarang incest, tapi kasus tetap bisa terjadi. Orang tua tetap perlu mengawasi dan mendidik anak tentang perlindungan diri.

PERTANYAAN YANG SERING DIAJUKAN OLEH ANAK/REMAJA TERKAIT KONDISI TUBUHNYA

1. Darimana adik bayi datang?

Jangan keburu panik bila anak-anak menanyakan hal ini. Terkadang anak-anak hanya ingin tahu *dari mana* adik datang, dan bukannya "bagaimana" bayi dibuat. Dalam hal ini orang tua bisa mengatakan: "Bayi datang dari dalam ibunya." Jika anak bertanya, "Di dalam mana?" orangtua bisa mengatakan, "Mereka tumbuh di dalam satu bagian tubuh ibu yang disebut uterus/rahim."

Mungkin anak akan bertanya lebih lanjut, "Bagaimana cara keluarnya?" Orangtua dapat mengatakan, "Mereka keluar dari sebuah liang dalam tubuh ibu yang disebut vagina." Ini kemungkinan menjadi saat yang tepat untuk juga menyampaikan mengapa penting menjaga tubuh, vagina dll.

Cara dan kata yang dipilih hendaknya tidak secara bermain atau terlalu akademis, tapi santai dan menggunakan kata yang dapat dipahami anak. Selalu gunakan nama yang tepat bagi bagian-bagian tubuh. Bayi tidak tumbuh di dalam perut, bayi tumbuh di dalam uterus.

2. Kenapa penis/'burung' saya/abang/adik tegak?

Pada saat-saat tertentu, anak laki-laki yang masih kecil bisa mengalami ereksi. Ini adalah hal yang wajar. Orangtua perlu menyikapi secara wajar dan tenang. Jangan menertawakan atau menakut-nakuti. Katakan pada anak bahwa tidak ada masalah dengan penisnya karena sebentar lagi juga akan reda sendiri. Katakan juga bahwa ada kemungkinan penisnya akan tegak lagi dan itu tidak jadi masalah.

Terangkan kepada anak perempuan yang menanyakan hal ini sebagai salah satu bentuk perbedaan tubuh perempuan dan laki-laki, dan sebagai tanda sehat dan normal. Tidak boleh memegang ataupun mempertontonkan, menertawakan atau membicarakannya dengan sembarangan atau sebagai lelucon, dll.

3. Kenapa saya pipisnya duduk tapi Abang pipisnya berdiri?

Bila anak bertanya seperti ini bisa dijelaskan perbedaan anak laki-laki dan perempuan. Akan lebih praktis bagi anak perempuan kalau pipisnya duduk. Air kencingnya tidak akan menumpahi kakinya. Sedangkan anak laki-laki, karena penisnya bisa diarahkan ke lubang peturasan, bisa buang air kecil dengan berdiri.

Meski demikian, selalu baik untuk mendidik anak laki-laki duduk saat buang air kecil, dan mendidik agar tidak

buang air kecil sembarangan. Laki-laki dan perempuan harus buang air kecil di WC/toilet, dan terlindung dari pandangan orang lain.

4. Boleh 'nggak telanjang di rumah?

Masalah bertelanjang di rumah bergantung pada nilai dan norma dalam keluarga masing-masing. Namun demikian, sebaiknya anak dilatih berpakaian di rumah, hanya telanjang ketika di kamar mandi atau berganti pakaian di kamar. Terutama bila ada tamu, sebaiknya anggota keluarga, termasuk anak yang masih kecil tidak telanjang. Orangtua juga memberi contoh cara berpakaian yang pantas di rumah.

5. Kenapa menstruasiku warnanya coklat?

Biasanya pada masa awal menstruasi, darah belum mengalir lancar. Darah mengendap di rahim. Karena beberapa lama mengendap, darah berubah warna dari merah ke coklat. Darah coklat inilah yang keluar melalui vagina. Dengan berjalannya menstruasi, darah semakin lancar keluar, dan yang keluar adalah darah merah yang tidak sempat mengendap.

6. Kenapa darah menstruasinya banyak sekali? Apa bisa bikin anemia?

Pada hari tertentu darah yang keluar memang banyak. Hal ini tidak perlu dikhawatirkan. Faktanya, perempuan

kehilangan sejumlah kurang lebih 2 - 4 ons darah setiap bulannya, atau sekitar 4-6 sendok makan. Bandingkan dengan donor darah yang menyumbangkan sekitar 16 ons darah dalam satu kali penyumbangan. Kehilangan darah dalam menstruasi tidak menyebabkan anemia.

7. Apakah memakai tampon bisa merusak keperawanan?

Tampon adalah semacam pembalut untuk menampung darah menstruasi. Tampon digunakan dengan cara dimasukkan ke dalam vagina. Perawan adalah sebutan masyarakat bagi perempuan yang belum pernah melakukan hubungan seksual.

Memasukkan tampon ke vagina tidak sama dengan berhubungan seksual. Memasukkan tampon ke vagina mungkin melukai selaput dara biarpun hal itu jarang. Dan ini tidak ada hubungan dengan istilah maupun *issue* keperawanan. Bila sangsi atau ingin menggunakannya, konsultasikan kepada bidan atau dokter.

8. Kenapa payudara besar sebelah?

Pada orang-orang tertentu, payudara tumbuh tidak sama besar. Tubuh memang sering tidak simetris, dan ini karena susunan syaraf kita.

9. Kenapa payudara saya kecil banget/besar banget?

Biasanya, besar kecilnya payudara bergantung juga dengan berat badan. Namun, tidak ada yang perlu dikawatirkan dengan payudara yang terlalu besar atau terlalu kecil.

Didik anak untuk merasa nyaman dengan tubuhnya, dan tidak terpengaruh terhadap pandangan umum mengenai besar atau kecil. Kepercayaan diri anak perlu dibangun dan dipelihara agar dapat mencintai tubuhnya dan bahkan bangga terhadap dirinya.

10. Kenapa buah zakar besar sebelah?

Dalam masa pertumbuhan, ada kemungkinan salah satu testis lebih turun daripada yang lainnya. Ini merupakan sesuatu yang wajar dan tidak perlu dikhawatirkan.

11. Apa saja gejala IMS/Infeksi Menular Seksual?

Gejala yang paling umum adalah rasa gatal, terbakar, dan rasa sakit saat berkemih. Tanda-tanda lainnya adalah luka, lecet, atau ruam (bahkan jika hilang dengan sendirinya). Sebagian besar perempuan (dan segelintir laki-laki) tidak menunjukkan gejala apapun. Mereka bisa terinfeksi dan menularkan infeksi tersebut ke orang lain tanpa diketahui.

Beberapa IMS bisa menular ke uterus dan tuba fallopi, menyebabkan penyakit peradangan pelvis (radang panggul/PID/*Pelvic Inflammatory Disease*), penyebab utama infertilitas. Untuk menekan kerusakan yang ditimbulkan oleh infeksi, orang yang aktif secara seksual harus diperiksa secara teratur oleh dokter atau klinik khusus IMS, bahkan jika tidak ada gejala yang tampak.

12. Kenapa tidak boleh nonton film biru (film porno)?

Film biru/BF atau sering disebut film porno, biasanya cepat merangsang dorongan seksual. Orang yang terangsang dorongan seksualnya biasanya kurang bisa berpikir jernih. Tujuannya hanya satu yaitu memuaskan dorongan seksual. Ini bisa membuat remaja melampiaskan dorongan seksualnya secara tidak benar. Karena nikmat, dorongan seksual ini juga bisa jadi sesuatu yang membuat ketagihan.

Di samping itu, adegan di BF cenderung mengarah ke eksploitasi seksual, maka menonton BF perlu pendampingan orangtua atau konselor Kesehatan Seksual & Reproduksi.

13. Kenapa teman-teman sudah menstruasi, saya belum?

Menstruasi muncul di masa pubertas. Pubertas pada masing-masing orang memang berbeda. Ada yang cepat

ada yang lambat. Tidak ada yang salah dengan menjadi cepat puber atau lambat puber.

Namun demikian jika pada usia 17 tahun belum mengalami menstruasi pertama, disarankan untuk periksa ke dokter umum dan lebih baik periksa ke dokter spesialis kandungan, agar diperoleh penyebab yang pasti.

14. Apakah menstruasi yang terlambat menyebabkan kemandulan?

Tidak, menstruasi yang terlambat tidak berhubungan dengan kemandulan. Ada beberapa orang yang agak lambat menstruasinya. Ini karena pubertasnya juga lambat. Pubertas lambat itu bukan hal yang mencemaskan.

TIM PENULIS ULANG

Budi Wahyuni adalah seorang peneliti dan pegiat Hak Asasi Manusia, khususnya Hak Kesehatan Seksual dan Reproduksi (HKSR) pada Perempuan dan Anak. Budi Wahyuni menekuni isu HKSR ini selama lebih dari 45 tahun, persisnya sejak tahun 1980 saat pertama kali bergabung sebagai relawan PKBI DIY. Ia menyelesaikan studi S1nya di FE UPN Veteran Yogyakarta, kedua studi S2nya di MM - UGM dan Medical Anthropology UVA Amsterdam, studi S3nya ditempuh di FKMKM - UGM. Menjadi Wakil Ketua Komisioner Komisi Nasional Perempuan Indonesia, periode 2015-2019. Komitmennya pada isu keadilan dan kesetaraan gender khususnya HKSR terjaga hingga saat ini dan tergabung sebagai Anggota Pengurus Konsorsium PERMAMPU Sumatera (2023-2027) , Ketua Dewan Pengurus Cahaya Perempuan Bengkulu (2023 - 2027)

Sri Purwatiningsih, Peneliti pada Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan - Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta. Mendapatkan gelar Master pada bidang Kesehatan Masyarakat dari Universitas Gadjah Mada. Fokus studi yang digelutinya berkaitan dengan isu gender, kesehatan reproduksi dan seksualitas, migrasi, *trafficking*, dan isu ketimpangan sosial seperti kemiskinan.



Perempuan Sumatera, Otonom, Sehat & Inovatif

Ini adalah slogan PERMAMPU sebuah konsorsium yang berdiri di bulan November 2012 beranggotakan 8 LSM Perempuan di pulau Sumatera, yaitu :

1. Flower Aceh di Aceh.
2. PESADA Perempuan Pembaharu di Sumatera Utara.
3. Pusat Pengembangan Sumberdaya Wanita Riau (PPSW Sumatera) di Riau.
4. Lembaga Pengkajian dan Pemberdayaan Masyarakat (LP2M) di Sumatera Barat.
5. Aliansi Perempuan Mandiri (APM) di Jambi..
6. Cahaya Perempuan (CP) Bengkulu di Bengkulu
7. WCC Palembang di Sumatera Selatan.
8. Perkumpulan DAMAR di Lampung

Program Perempuan berjalan sejak 2014 dengan tujuan agar perempuan mengalami dan menikmati pemenuhan perlindungan serta penghormatan HKSR yang lebih baik. Dalam perjalanan sebagai LSM Perempuan dan bernaung di Konsorsium PERMAMPU menemukan berbagai isu perempuan di pedesaan dan miskin kota, salah satunya adalah pentingnya Pendidikan Sex dalam keluarga sejak usia dini. Buku ini adalah buku yang ditulis ulang dari sumber buku pegangan orang tua. Pendidikan Kesehatan Tubuh dan Reproduksi untuk Anak yang diproduksi PERMAMPU tahun 2017 yang dihasilkan untuk kelompok dampingan. Buku ini disusun berdasarkan diskusi bertingkat pulau Sumatera (Dlt.)

