

JAGA DIRI JAGA ASA: Edukasi Remaja Cegah Pernikahan Dini dan Kekerasan Seksual

Alif Maulana¹, Siti Nur Azizah², Dwi Husniyati³, Akmaluddin⁴, Ade Riyadi⁵, Tatu Siti Rohbiah⁶

¹⁻⁶ Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Email : alifmaulana090904@gmail.com¹, azizahsitinurazizah420@gmail.com²,
dwihusniyati2485@gmail.com³, akmaluddin616@gmail.com⁴, aderiyadi014@gmail.com⁵,
tatu.siti.rohbiah@uinbanten.ac.id⁶

ABSTRAK

Problematika remaja di Indonesia khususnya pernikahan dini dan kekerasan seksual merupakan isu krusial yang mengancam kesehatan, keberlanjutan pendidikan, masa depan generasi bangsa. Kondisi ini menuntut pendekatan edukatif yang partisipatif, melampaui metode informatif konvensional demi optimalisasi internalisasi pemahaman. Kegiatan ini dirancang sebagai bentuk edukasi preventif untuk memberikan pemahaman kepada peserta mengenai risiko pernikahan dini, pencegahan kekerasan seksual, serta pentingnya melanjutkan pendidikan. Pelaksanaan program menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif melalui diskusi, komunikasi dua arah, permainan edukatif, dan refleksi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada 7 Agustus 2026 di Yayasan At-Takwa. Sosialisasi Jaga Diri, Jaga Asa memberikan pemahaman kepada remaja tentang pentingnya menjaga diri, mencegah pernikahan dini dan kekerasan seksual. Kegiatan mendorong siswa memahami dampak pernikahan dini, mengenali situasi berisiko, menjaga batas diri, serta mencari bantuan. Selain itu, siswa didorong untuk menjaga semangat belajar, melanjutkan pendidikan, dan menentukan tujuan masa depan.

Kata kunci:

Kekerasan Seksual; Pernikahan Dini; Remaja.

ABSTRACT

Issues facing adolescents in Indonesia particularly early marriage and sexual violence are critical problems that threaten the health, educational continuity, and future of the nation's youth. These conditions call for a participatory educational approach that goes beyond conventional informative methods to optimize the internalization of understanding. This activity is designed as a form of preventive education to provide participants with an understanding of the risks of early marriage, the prevention of sexual violence, and the importance of continuing their education. The program is implemented using a participatory educational approach through discussions, two-way communication, educational games, and reflection. This community service activity was held on August 7, 2026, at the At-Takwa Foundation. The "Protect Yourself, Protect Your Hopes" outreach campaign provided adolescents with an understanding of the importance of self-protection, preventing early marriage, and preventing sexual violence. The activity encouraged students to understand the impacts of early marriage, recognize risky situations, set personal boundaries, and seek help. Additionally, students were encouraged to maintain their enthusiasm for learning, continue their education, and set future goals.

Keywords:

Sexual Violence; Early Marriage; Adolescents.

Submit:
03.09.2026

Revised:
06.09.2026

Accepted:
06.09.2026

Available online:
06.0892026

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).



PENDAHULUAN

Pendidikan berperan krusial sebagai fondasi strategis untuk mencetak generasi muda yang adaptif, berwawasan luas, dan bijak dalam mengambil keputusan (Zahwa dkk., 2025). Hal ini sangat dibutuhkan oleh remaja usia 10–19 tahun yang sedang menghadapi masa transisi ditandai dengan perubahan psikologis dan emosional yang rentan memicu gangguan mental seperti kecemasan atau depresi (Bariyyah & Farid, 2016). Tanpa literasi dan penguatan mental yang memadai, ketidakstabilan emosi tersebut dapat menjerumuskan mereka ke dalam risiko pernikahan dini dan kekerasan seksual. Pendidikan yang berkualitas tidak hanya mentransfer pengetahuan akademis, tetapi juga membentuk karakter, ketahanan mental, dan kemampuan berpikir kritis yang sangat diperlukan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Remaja yang memiliki bekal pendidikan dan penguatan mental yang cukup cenderung lebih mampu menolak tekanan sosial yang mengarah pada perilaku berisiko, termasuk pernikahan di usia muda dan tindakan kekerasan seksual. Oleh karena itu, investasi dalam bidang pendidikan merupakan langkah fundamental untuk melindungi generasi muda dari berbagai ancaman yang dapat merusak masa depan mereka.

Namun, pada kenyataannya masih banyak remaja di Indonesia yang menghadapi berbagai permasalahan krusial, mulai dari kekerasan seksual, pernikahan dini, hingga rendahnya motivasi belajar. Pernikahan dini tidak hanya berdampak pada terhambatnya pendidikan, tetapi juga meningkatkan risiko kesehatan serta membawa implikasi sosial dan ekonomi jangka panjang terhadap kesejahteraan masyarakat. Fenomena ini semakin memprihatinkan mengingat Indonesia masih bergulat dengan berbagai tantangan pembangunan sumber daya manusia, di mana kualitas generasi muda menjadi penentu utama kemajuan bangsa di masa depan. Ketidakmampuan remaja dalam mengakses informasi yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan hak-hak mereka seringkali menjadi pemicu utama terjadinya pernikahan dini dan kasus kekerasan seksual. Minimnya pemahaman tentang konsekuensi jangka panjang dari pernikahan dini membuat banyak remaja terjebak dalam siklus kemiskinan dan keterbelakangan pendidikan yang sulit diputus. Di sisi lain, kekerasan seksual yang terjadi di kalangan remaja seringkali tidak dilaporkan karena kurangnya kesadaran akan hak-hak hukum dan mekanisme perlindungan yang tersedia, sehingga pelaku leluasa berbuat tanpa ada efek jera yang berarti.

Kendala serupa turut teridentifikasi di Desa Panyabangan, Kabupaten Serang, ditandai dengan terbatasnya wawasan remaja terkait kesehatan reproduksi, regulasi batas usia pernikahan, serta potensi ancaman kekerasan seksual. Di sisi lain, dominasi pendekatan edukasi konvensional dinilai kurang mampu menarik minat *audiens* muda, mengakibatkan efektivitas diseminasi informasi belum berjalan optimal. Disparitas antara tataran ideal dan realitas empiris ini menegaskan urgensi pengembangan intervensi edukatif yang lebih inovatif, kontekstual, dan selaras dengan karakteristik psikologis remaja. Kondisi di Desa Panyabangan mencerminkan realitas yang terjadi di banyak wilayah pedesaan lainnya di Indonesia, di mana akses terhadap informasi dan edukasi yang berkualitas masih sangat terbatas. Remaja di wilayah tersebut seringkali tidak mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi yang memadai baik di sekolah maupun di lingkungan keluarga, sehingga mereka tumbuh dengan pemahaman yang keliru atau bahkan tidak memahami sama sekali tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan hak-hak mereka sebagai individu. Keterbatasan ini diperparah dengan masih kuatnya norma-norma sosial dan budaya yang konservatif yang seringkali membatasi ruang gerak remaja dalam mengakses informasi, terutama bagi remaja perempuan yang kerap kali menjadi korban pertama dari ketimpangan akses informasi dan pendidikan.

Berpijak pada kondisi tersebut, mahasiswa sebagai bagian dari unsur akademisi mengemban tanggung jawab strategis melalui implementasi tridarma perguruan tinggi, khususnya pengabdian kepada masyarakat. Pemberdayaan komunitas diposisikan sebagai instrumen krusial untuk mengoptimalkan kapasitas individu dan kelompok agar mampu berpartisipasi aktif dalam konstelasi pembangunan. Melalui peran ganda sebagai fasilitator, inovator, dan motivator, mahasiswa diharapkan mampu mengakselerasi peningkatan kualitas hidup masyarakat, dengan fokus khusus pada kelompok usia remaja. Peran mahasiswa dalam pengabdian masyarakat tidak dapat dipandang sebelah mata, karena mereka merupakan agen perubahan yang memiliki energi, kreativitas, dan idealisme tinggi untuk mendorong transformasi sosial di tingkat akar rumput. Dengan bekal pengetahuan akademis yang diperoleh selama perkuliahan, mahasiswa diharapkan mampu menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik, serta menerapkan solusi inovatif yang sesuai dengan kebutuhan spesifik masyarakat sasaran. Kehadiran mahasiswa di tengah-tengah masyarakat juga memberikan dampak psikologis yang

positif, karena komunitas merasa diperhatikan dan didukung oleh pihak eksternal yang peduli dengan perkembangan mereka, sehingga mendorong semangat partisipatif yang lebih tinggi dalam berbagai program pembangunan.

Program Kuliah Kerja Nyata (Kukerta) yang diinisiasi oleh Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten di Desa Panyabangan merepresentasikan wujud nyata implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pada dimensi pengabdian kepada masyarakat. Melalui inisiatif strategis bertajuk "JAGA DIRI JAGA ASA", mahasiswa berperan aktif dalam menyosialisasikan edukasi bagi kalangan remaja, dengan menitikberatkan pada integrasi aspek kesehatan mental serta pengembangan kualitas pendidikan. Program ini merupakan bagian dari komitmen perguruan tinggi untuk tidak hanya mencetak lulusan yang unggul secara akademis, tetapi juga memiliki kepekaan sosial yang tinggi terhadap permasalahan yang dihadapi masyarakat. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai keislaman dan kearifan lokal, program ini diharapkan mampu memberikan dampak yang lebih bermakna dan berkelanjutan bagi masyarakat sasaran, khususnya dalam membangun kesadaran remaja akan pentingnya menjaga diri dan masa depan mereka.

Program ini diimplementasikan pada 7 Agustus 2026 di lingkungan Yayasan SMP-SMK At-Takwa, Panyabangan, dengan mengadopsi pendekatan edukasi melalui sosialisasi edukasi yang diperkaya dengan permainan edukatif. Metodologi ini dirancang untuk memantik partisipasi aktif subjek didik, sehingga proses pembelajaran tidak sekadar bersifat transfer material, melainkan mampu mengoptimalkan internalisasi pemahaman secara mendalam. Pemilihan lokasi di Yayasan At-Takwa didasarkan pada pertimbangan bahwa institusi pendidikan ini memiliki jumlah siswa yang cukup signifikan dan merupakan salah satu pusat kegiatan remaja di Desa Panyabangan. Dengan menjangkau siswa-siswi di yayasan ini, program diharapkan dapat memberikan dampak yang luas dan berkelanjutan, mengingat para peserta akan menjadi agen perubahan yang menyebarkan informasi kepada teman sebaya dan keluarga mereka di lingkungan masing-masing.

Problematisasi remaja di Indonesia khususnya pernikahan dini dan kekerasan seksual merupakan isu krusial yang mengancam derajat kesehatan, keberlanjutan pendidikan, dan masa depan generasi bangsa (Prasetyo & A'yun, 2025). Kondisi ini menuntut pendekatan edukatif yang partisipatif, melampaui metode informatif konvensional demi optimalisasi internalisasi pemahaman. Melalui program Kuliah Kerja Nyata Konvensional (KUKERTA), perguruan tinggi hadir secara strategis untuk menjembatani tri dharma dengan kebutuhan riil masyarakat, khususnya dalam mengamplifikasi literasi remaja terhadap berbagai tantangan sosial. Upaya kolaboratif antara perguruan tinggi, sekolah, dan masyarakat ini menjadi model yang ideal dalam menangani permasalahan sosial yang kompleks, karena melibatkan berbagai pemangku kepentingan yang memiliki peran dan tanggung jawab masing-masing dalam menciptakan ekosistem yang mendukung tumbuh kembang remaja yang sehat dan berdaya saing.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada 7 Agustus 2026 di Yayasan SMP-SMK At-Takwa, Desa Panyabangan, Kabupaten Serang. Sasaran kegiatan adalah remaja yang merupakan siswa-siswi di lingkungan Yayasan SMP-SMK At-Takwa Panyabangan. Kegiatan ini dirancang sebagai bentuk edukasi preventif untuk memberikan pemahaman kepada peserta mengenai risiko pernikahan dini, pencegahan kekerasan seksual, serta pentingnya melanjutkan pendidikan. Pemilihan lokasi dan sasaran kegiatan dilakukan secara sengaja dengan pertimbangan bahwa Yayasan At-Takwa merupakan salah satu institusi pendidikan yang memiliki jumlah siswa cukup besar dan beragam latar belakang, sehingga diharapkan dampak dari kegiatan ini dapat menjangkau lebih banyak remaja. Selain itu, hasil observasi awal menunjukkan bahwa masih banyak siswa di yayasan tersebut yang memiliki pemahaman terbatas mengenai isu pernikahan dini dan kekerasan seksual, sehingga kegiatan intervensi edukatif sangat diperlukan untuk meningkatkan literasi mereka.

Pelaksanaan program menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif. Melalui pendekatan ini, peserta tidak hanya menerima materi secara satu arah, tetapi juga dilibatkan dalam proses kegiatan melalui diskusi, komunikasi dua arah, permainan edukatif, dan sesi refleksi. Pelibatan aktif peserta dalam kegiatan edukasi juga diterapkan dalam program pengabdian yang membahas pendidikan seksual dan pencegahan kekerasan seksual pada remaja. Penulis menggunakan pendekatan *participatory action and learning system* yang menempatkan siswa sebagai subjek sekaligus bagian dari pelaksanaan kegiatan edukasi. Metode ini merupakan salah satu metode pemberdayaan sasaran yang merupakan bagian

dari *Participatory Learning and Action* (PLA) yang menekankan pada proses pembelajaran yang dibangun atas dasar partisipasi masyarakat dalam segala aspek kegiatan dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang menggunakan kegiatan belajar untuk pelatihan dengan harapan dapat membawa perubahan perilaku ke arah yang lebih positif (Hajawiyah dkk., 2022). Pendekatan ini dipilih karena terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta, karena mereka tidak hanya menjadi objek penerima informasi tetapi juga subjek yang aktif terlibat dalam proses pembelajaran.

Pemilihan metode interaktif juga didukung oleh penelitian Panjaitan, Widagdo, dan Prabamurti yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi melalui ceramah yang dipadukan dengan diskusi kasus dan *role playing* dapat menjadi alternatif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi dan seksualitas. Oleh karena itu, kegiatan "Jaga Diri Jaga Asa" dirancang dengan memadukan penyampaian materi dan keterlibatan aktif peserta agar proses edukasi berlangsung secara lebih komunikatif dan efektif. Kombinasi berbagai metode ini memungkinkan peserta untuk belajar melalui berbagai saluran, baik auditori, visual, maupun kinestetik, sehingga materi yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami dan diingat. Selain itu, suasana pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan juga dapat mengurangi rasa canggung dan malu yang seringkali menjadi kendala dalam pembahasan topik sensitif seperti kesehatan reproduksi dan kekerasan seksual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil implementasi program pengabdian masyarakat bertajuk "JAGA DIRI JAGA ASA" yang diselenggarakan pada 7 Agustus 2026 di Yayasan SMP-SMK At-Takwa Panyabangan menyasar kelompok usia remaja dengan orientasi preventif terhadap pernikahan dini, kekerasan seksual, dan motivasi belajar. Program ini dirancang untuk mengoptimalkan literasi remaja melalui diseminasi pengetahuan komprehensif mengenai kesehatan mental dan pendidikan. Kegiatan ini diikuti oleh puluhan siswa-siswi dari berbagai tingkatan kelas yang menunjukkan antusiasme tinggi sejak awal hingga akhir acara. Kehadiran peserta yang melebihi target awal menjadi indikasi bahwa topik yang diangkat dalam sosialisasi ini memang sangat relevan dan dibutuhkan oleh remaja di lingkungan tersebut. Hal ini juga mencerminkan adanya keinginan dari para remaja untuk memperoleh pengetahuan yang selama ini mungkin belum mereka dapatkan secara memadai baik di lingkungan sekolah maupun keluarga.

Metodologi sosialisasi disusun melalui rangkaian sesi yang terintegrasi, meliputi pemaparan materi, penjelasan mendalam terkait isu-isu strategis, serta sesi "*butterfly hug*" sebagai bentuk stabilisasi emosional. Selain itu, program ini menyediakan ruang refleksi melalui sesi introspeksi dan ruang aman untuk berbagi, guna memastikan seluruh peserta dapat menyerap informasi secara optimal sekaligus mengeksplorasi pemahaman personal terkait kesehatan, hukum, dan pendidikan. Rangkaian kegiatan yang terstruktur ini dirancang dengan mempertimbangkan karakteristik psikologis remaja yang cenderung lebih mudah menerima informasi melalui pengalaman langsung dan interaksi sosial, dibandingkan dengan ceramah satu arah yang bersifat monoton. Setiap sesi dirancang untuk saling melengkapi dan memperkuat pemahaman peserta, dimulai dari sesi pengenalan konsep dasar, dilanjutkan dengan eksplorasi lebih dalam, dan diakhiri dengan sesi penguatan emosional dan refleksi untuk menginternalisasi nilai-nilai yang telah disampaikan.



Gambar 1. Poster Sosialisasi Jaga Diri Jaga Asa

Poster edukasi pada Sosialisasi Jaga Diri Jaga Asa dirancang sebagai media pembelajaran yang komprehensif dalam upaya pencegahan pernikahan dini, kekerasan seksual, dan motivasi pembelajaran. Poster memuat informasi pemateri, moderator, waktu, dan lokasi diselenggarakan. Materi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya peduli terhadap diri sendiri dan masa depan. Poster yang dirancang dengan desain menarik dan warna-warna cerah ini dipasang di berbagai sudut lingkungan Yayasan At-Takwa beberapa hari sebelum pelaksanaan kegiatan, sehingga berfungsi sebagai media promosi sekaligus memberikan gambaran awal kepada calon peserta tentang apa yang akan mereka pelajari. Selain itu, poster juga dilengkapi dengan kutipan-kutipan motivasi dan fakta-fakta penting mengenai dampak pernikahan dini dan kekerasan seksual, yang diharapkan dapat membangkitkan rasa penasaran dan minat peserta untuk mengikuti kegiatan hingga selesai.

Dalam sesi sosialisasi edukasi remaja, materi yang disampaikan berfokus pada penyadaran akan pentingnya pendidikan serta pemahaman mengenai dampak negatif dari pernikahan dini. Melalui kegiatan ini, ditekankan bahwa pernikahan dini dapat meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi, serta berdampak buruk pada kesehatan anak, seperti meningkatnya risiko stunting dan kekurangan gizi (Pamukthi dkk., 2025). Selain itu, pernikahan dini juga berkaitan erat dengan ketidaksiapan individu secara mental dan emosional dalam menjalani peran sebagai orang tua. Pemaparan materi ini disajikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan dilengkapi dengan data-data statistik serta studi kasus yang relevan, sehingga peserta dapat membayangkan secara konkret dampak negatif yang mungkin terjadi jika mereka atau teman-teman mereka terjerumus ke dalam pernikahan dini. Narasumber juga membuka ruang tanya jawab yang interaktif, di mana peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman atau kekhawatiran yang mereka miliki terkait topik yang dibahas.

Dari aspek pendidikan, pernikahan dini dapat menyebabkan tidak terpenuhinya program wajib belajar, sehingga berdampak pada rendahnya tingkat pendidikan. Lebih lanjut, edukasi ini juga mencakup pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, peningkatan motivasi belajar agar peserta berkeinginan melanjutkan ke jenjang pendidikan tinggi, serta pencegahan kekerasan seksual yang meliputi pelecehan baik secara verbal maupun nonverbal. Remaja yang putus sekolah akibat pernikahan dini kehilangan kesempatan untuk mengembangkan potensi diri dan meningkatkan kualitas hidup mereka di masa depan. Tanpa pendidikan yang memadai, mereka cenderung terperangkap dalam siklus kemiskinan yang sulit diputus dan memiliki keterbatasan akses terhadap peluang kerja yang layak. Hal ini menjadi perhatian serius karena akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia Indonesia secara keseluruhan. Oleh karena itu, sosialisasi ini secara khusus menekankan pentingnya menyelesaikan pendidikan minimal hingga jenjang SMA dan mendorong peserta untuk memiliki cita-cita yang tinggi.



Gambar 2. Kegiatan sosialisasi bersama peserta dan pemateri

Berdasarkan pengamatan selama sesi penyampaian materi berlangsung, para peserta menunjukkan tingkat atensi dan keterlibatan yang sangat baik. Dinamika forum terbangun secara interaktif melalui komunikasi dua arah, di mana antusiasme *audience* terefleksikan jelas dari respons aktif dan partisipasi konstruktif sepanjang kegiatan. Peserta tidak hanya duduk diam mendengarkan, tetapi juga memberikan tanggapan, mengajukan pertanyaan kritis, dan berbagi pengalaman pribadi yang relevan dengan topik yang dibahas. Suasana kelas yang hangat dan suportif membuat peserta merasa nyaman untuk berpartisipasi aktif, termasuk mereka yang sebelumnya terlihat pemalu atau ragu-ragu untuk berbicara. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan dalam sosialisasi ini berhasil menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan menyenangkan.

Penguatan pemahaman tersebut kian optimal melalui integrasi "*games*" edukatif yang berfokus pada materi refleksi diri dan motivasi belajar. Sesi permainan ini tidak hanya memicu tingkat partisipasi yang tinggi, tetapi juga memudahkan peserta dalam memahami alur materi secara aplikatif, terbukti dari ketepatan mereka dalam merespons setiap pertanyaan evaluatif. Temuan ini mengonfirmasi bahwa kombinasi metode sosialisasi langsung dengan pendekatan permainan edukatif terbukti efektif dalam mendorong keterlibatan sekaligus menginternalisasi esensi materi secara mendalam. Permainan yang dirancang meliputi kuis interaktif, permainan peran (*role play*), dan diskusi kelompok kecil yang menantang peserta untuk menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dalam situasi nyata yang mungkin mereka hadapi. Melalui metode ini, peserta tidak hanya menghafal informasi, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan yang lebih baik dalam menghadapi situasi berisiko.



Gambar 3. Kegiatan edukasi kekerasan seksual

Materi yang disampaikan menegaskan bahwa kekerasan seksual merupakan tindak pidana serius yang diatur secara tegas dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2022 tentang Tindak Pidana Kekerasan Seksual (UU TPKS) serta Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak. Guna memperkuat kesadaran dan mitigasi dini, peserta diberikan pemahaman mendalam mengenai berbagai bentuk kekerasan seksual, baik yang bermanifestasi secara fisik maupun nonfisik.

Selain itu, sosialisasi ini turut menguraikan implikasi yuridis dan ancaman sanksi hukum bagi para pelaku. Pengetahuan tentang aspek hukum ini sangat penting agar remaja menyadari bahwa kekerasan seksual bukanlah hal yang bisa dianggap enteng atau diselesaikan secara kekeluargaan semata, melainkan merupakan tindakan kriminal yang harus mendapatkan penanganan serius sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Pemahaman ini juga diharapkan dapat mendorong korban atau saksi untuk berani melapor dan tidak merasa takut atau malu untuk mencari keadilan.

Pada kasus pelecehan seksual non-fisik, pelaku dapat dijerat dengan pidana penjara atau denda sesuai dengan ketentuan dalam UU TPKS. Sementara itu, tindak pelecehan seksual fisik dikenai ancaman pidana yang jauh lebih berat disertai sanksi denda. Lebih lanjut, ditegaskan pula bahwa apabila korban merupakan anak di bawah umur, sistem hukum Indonesia memberlakukan pemberatan sanksi yang berpedoman pada Undang-Undang Perlindungan Anak. Sosialisasi ini juga membahas tentang pentingnya menjaga batas-batas pribadi, mengidentifikasi situasi yang berpotensi berbahaya, dan langkah-langkah yang dapat dilakukan jika mengalami atau menyaksikan tindakan kekerasan seksual. Peserta diajarkan untuk tidak takut mengatakan "tidak" terhadap perilaku yang membuat mereka tidak nyaman dan untuk segera mencari bantuan kepada orang dewasa yang dipercaya apabila mengalami situasi yang mengancam keselamatan mereka.

Dari perspektif pendidikan, fenomena pernikahan dini dan kekerasan seksual berdampak signifikan terhadap risiko putus sekolah, merosotnya prestasi akademik, serta timbulnya hambatan psikologis. Salah satu faktor yang cukup dominan pada pernikahan dini yakni kondisi ekonomi dan juga faktor keluarga, di mana dalam beberapa keadaan, orang tua turut menentukan pernikahan anak sebagai bentuk penyelesaian terhadap persoalan keluarga yang sedang terjadi. Remaja yang melangsungkan pernikahan pada usia dini umumnya menghadapi keterbatasan tingkat pendidikan serta sempitnya peluang partisipasi di pasar kerja (Field & Ambrus, 2008). Oleh sebab itu, penguatan orientasi akademis melalui dorongan untuk melanjutkan pendidikan ditempatkan sebagai pilar krusial dalam program ini guna mengoptimalkan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Pernikahan dini juga menimbulkan dampak yang sangat besar, terutama bagi perempuan yang menikah di usia dini yang bisa menyebabkan kondisi kesehatan terutama kondisi rahim yang masih belum siap sehingga dapat menyebabkan komplikasi kehamilan seperti kelahiran prematur atau cacat pada bayi (Achmad dkk., 2024). Pernikahan dini juga dapat meningkatkan risiko kekerasan dalam rumah tangga karena pasangan yang terlalu muda cenderung belum siap berkeluarga, belum memiliki kemampuan berpikir logis dan mengelola emosi dengan baik. Ketidaksiapan ini seringkali berujung pada konflik rumah tangga yang berkepanjangan dan berdampak pada kesejahteraan psikologis anak-anak yang dilahirkan dalam keluarga tersebut.

Secara konseptual, inisiatif pengabdian kepada masyarakat ini merefleksikan sinergi lintas sektor antara institusi perguruan tinggi, instansi pendidikan formal, dan elemen masyarakat dalam mengawal kualitas generasi muda. Model pendekatan kolaboratif semacam ini dinilai esensial, mengingat program berbasis komunitas terbukti memiliki tingkat efektivitas yang lebih tinggi dalam akselerasi pengetahuan serta kesadaran kolektif publik (Taufikurrahman dkk., 2023). Sinergi yang terjalin antara berbagai pihak ini menciptakan ekosistem yang mendukung keberlanjutan program, di mana masing-masing pihak memiliki peran dan kontribusi yang saling melengkapi. Perguruan tinggi menyediakan sumber daya akademis dan metodologis, sekolah menyediakan akses dan sarana prasarana, sedangkan masyarakat menyediakan konteks dan penerimaan yang diperlukan untuk mengimplementasikan program secara efektif.

Kendati demikian, pelaksanaan program ini tidak luput dari sejumlah keterbatasan metodologis. Durasi implementasi yang relatif singkat, misalnya, belum memungkinkan tim pengabdian untuk mengukur internalisasi perubahan perilaku peserta dalam jangka panjang. Di samping itu, instrumen evaluasi yang diterapkan saat ini masih berfokus pada pengukuran peningkatan literasi kognitif, sehingga belum mencakup dimensi perubahan sikap dan praktik aplikatif secara paripurna. Keterbatasan ini membuka ruang untuk pengembangan program lanjutan yang dapat menjangkau aspek-aspek yang belum terukur secara lebih komprehensif. Evaluasi jangka panjang melalui studi longitudinal atau pendampingan berkelanjutan akan sangat membantu dalam mengidentifikasi perubahan perilaku yang sesungguhnya terjadi setelah partisipasi dalam program sosialisasi ini.



Gambar 4. Kegiatan *Butterfly Hug*

Untuk membantu remaja mengelola ketidakstabilan emosi dan meredakan stres, salah satu teknik *self-healing* yang mudah dan efektif untuk diterapkan adalah Terapi *Butterfly Hug* (Aulia, Yuliasuti, & Suyatno, 2024). *Butterfly Hug* merupakan metode *self-healing* yang dilakukan dengan menyilangkan kedua tangan di dada seperti posisi kepakan sayap kupu-kupu sambil menepuknya secara bergantian secara perlahan seraya memejamkan mata dan mengatur pernapasan. Teknik ini bertujuan untuk memberikan sugesti positif pada diri sendiri agar merasa lebih tenang dan nyaman. Praktik ini sangat sederhana dan dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja tanpa memerlukan alat atau bantuan orang lain, sehingga remaja dapat menggunakannya secara mandiri ketika merasa cemas, stres, atau tertekan.

Dari sisi manfaat, terapi ini terbukti efektif meningkatkan konsentrasi oksigen di dalam darah, mengobati perasaan negatif atau traumatis, serta menurunkan ketegangan, stres, dan kecemasan. Sejumlah penelitian terdahulu juga mendukung efektivitas metode ini, di antaranya dalam menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa, memengaruhi tingkat stres mahasiswa tingkat akhir, hingga meredakan kecemasan pada pasien pre-operasi. Dalam konteks kegiatan ini, teknik *Butterfly Hug* diperkenalkan sebagai salah satu strategi koping yang dapat membantu remaja mengelola emosi negatif yang mungkin timbul akibat tekanan sosial, masalah keluarga, atau pengalaman traumatis yang mereka alami. Peserta diajak untuk mempraktikkan teknik ini secara langsung di bawah bimbingan fasilitator, sehingga mereka dapat merasakan sendiri manfaatnya dan memiliki keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 5. Kelompok relaksasi mandiri *peer support*

Selain teknik relaksasi mandiri, kegiatan ini menerapkan metode berbagi pengalaman personal melalui kelompok kecil yang terdiri atas 5 sampai 6 peserta dan didampingi oleh panitia. Peserta duduk membentuk lingkaran untuk menciptakan suasana yang nyaman, terbuka, dan suportif. Setiap peserta

diberikan kesempatan untuk menceritakan pengalaman kehidupan, dinamika pergaulan, tantangan yang dihadapi, serta perasaan yang berkaitan dengan pengalaman tersebut secara bergantian. Kegiatan ini tidak diarahkan sebagai konseling klinis, tetapi sebagai ruang komunikasi dan refleksi yang memungkinkan peserta saling mendengarkan tanpa menghakimi. Suasana yang terjaga kerahasiaannya dan dipandu oleh fasilitator yang terlatih memastikan bahwa setiap peserta merasa aman untuk berbagi cerita tanpa takut akan penilaian atau stigmatisasi dari peserta lainnya.

Secara psikologis, metode berbagi pengalaman dalam kelompok kecil berkaitan dengan konsep dukungan sebaya (*peer support*), komunikasi interpersonal, dan ekspresi emosi (Roach, 2018). Interaksi dengan teman sebaya dapat membantu remaja memperoleh rasa diterima, mengurangi perasaan terisolasi, serta membangun kesadaran bahwa persoalan tertentu juga dialami oleh orang lain. Proses mendengarkan dan menceritakan pengalaman secara bergantian juga dapat melatih empati, kemampuan komunikasi, dan keterampilan memahami perspektif orang lain. Namun, efektivitas kegiatan sangat bergantung pada terciptanya suasana yang aman, kerahasiaan, serta pendampingan yang tidak menghakimi. Dalam sesi ini, peserta juga belajar bahwa berbagi pengalaman tidak berarti melemahkan diri, tetapi justru merupakan bentuk kekuatan dan keberanian untuk mengakui bahwa setiap orang memiliki tantangan dan perjuangannya masing-masing.

Dalam konteks kegiatan Jaga Diri, Jaga Asa, metode ini berfungsi sebagai sarana penguatan sosial dan emosional bagi peserta. Peserta tidak hanya menyampaikan pengalaman, tetapi juga belajar mengenali masalah, memahami konsekuensi dari pilihan yang diambil, serta memperoleh perspektif dan dukungan dari teman sebaya. Dengan demikian, berbagi pengalaman personal dapat menjadi pendekatan edukatif yang mendukung pengembangan keterampilan sosial, regulasi emosi, dan ketahanan diri remaja. Pendekatan ini juga memperkuat pesan kegiatan bahwa menghadapi persoalan kehidupan tidak harus dilakukan secara individual, tetapi dapat melalui komunikasi yang sehat dan dukungan dari lingkungan sosial yang positif. Remaja yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat cenderung lebih tahan terhadap tekanan dan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menyelesaikan masalah.

Selain mengenai pernikahan dini dan kekerasan seksual, dalam sosialisasi ini juga membahas mengenai motivasi belajar siswa setelah lulus, yang mana motivasi belajar menjadi peranan penting dalam membantu remaja, terutama pada siswa-siswi Yayasan SMP-SMK At-Takwa, untuk membangun orientasi masa depan. Motivasi belajar yang tinggi akan mendorong siswa untuk terus berusaha meraih prestasi dan tidak mudah menyerah menghadapi hambatan. Dalam sesi ini, peserta diajak untuk merenungkan cita-cita dan impian mereka, serta mengidentifikasi langkah-langkah konkret yang perlu mereka ambil untuk mewujudkannya. Peserta juga diberikan informasi tentang berbagai peluang pendidikan dan beasiswa yang tersedia, sehingga mereka memiliki gambaran yang lebih jelas tentang jalur yang dapat mereka tempuh setelah lulus sekolah.

Pada masa remaja, seseorang mulai memikirkan dan menentukan arah pendidikan, pekerjaan, serta kehidupan yang ingin dijalani. Oleh karena itu, edukasi bagi remaja tidak cukup hanya membahas risiko pernikahan dini dan kekerasan seksual, tetapi juga perlu mendorong mereka untuk memiliki tujuan pendidikan dan gambaran masa depan yang lebih jelas. Orientasi masa depan membantu remaja mengenali apa yang ingin dicapai, menentukan langkah yang perlu dilakukan, serta lebih berhati-hati dalam mempertimbangkan dampak dari setiap keputusan yang mereka ambil. Remaja yang memiliki orientasi masa depan yang jelas cenderung lebih termotivasi untuk belajar dan menghindari perilaku berisiko yang dapat mengancam pencapaian tujuan mereka.

Dalam sosialisasi Jaga Diri, Jaga Asa, peserta diarahkan untuk memahami bahwa kelulusan sekolah bukan akhir dari proses pendidikan, tetapi awal dari menentukan pilihan kehidupan selanjutnya. Pilihan tersebut dapat berupa melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, mengikuti pelatihan keterampilan, bekerja, maupun mengembangkan kemampuan sesuai minat dan potensi yang dimiliki. Dengan memiliki tujuan yang lebih jelas, remaja diharapkan dapat mempertimbangkan manfaat jangka panjang dari keputusan yang diambil (Astuti dkk., 2025). Peserta juga diberikan pemahaman bahwa setiap pilihan memiliki konsekuensi, dan mereka perlu mempertimbangkan dengan matang sebelum mengambil keputusan penting yang akan mempengaruhi masa depan mereka. Para peserta juga didorong untuk tidak terburu-buru menikah dan lebih memprioritaskan pendidikan serta pengembangan diri sebelum memasuki jenjang pernikahan.

KESIMPULAN

Sosialisasi Jaga Diri, Jaga Asa: Edukasi Remaja Cegah Pernikahan Dini dan Kekerasan Seksual memberikan pemahaman kepada remaja tentang pentingnya menjaga diri dan menghindari hal-hal yang dapat mengganggu masa depan mereka. Peserta juga mendapatkan pemahaman tentang kekerasan seksual, cara mengenali bentuk dan situasi yang berisiko, serta pentingnya menjaga batas diri dan mencari bantuan ketika mengalami atau melihat tindakan yang tidak aman. Kegiatan ini juga mendorong peserta untuk lebih sadar dalam mengambil keputusan dan membangun hubungan yang sehat dengan lingkungan sekitarnya. Siswa didorong untuk tetap memiliki semangat belajar, melanjutkan pendidikan setelah lulus, dan mulai menentukan tujuan yang ingin dicapai. Dengan menjaga diri, menjauhi kekerasan dan pernikahan dini, serta terus mengembangkan kemampuan melalui pendidikan, remaja diharapkan mampu membuat pilihan yang lebih baik dan memiliki arah masa depan yang lebih jelas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi di Yayasan At-Takwa. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ahmad Subhan, S.IP., M.A., selaku pemateri yang telah berbagi ilmu dan memberikan wawasan yang bermanfaat. Tak lupa, kami mengucapkan terima kasih kepada pihak Yayasan At-Takwa serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi sehingga kegiatan ini dapat terlaksana. Semoga artikel ini dapat memberikan informasi dan gambaran mengenai kegiatan Kukerta yang telah kami laksanakan serta memberikan manfaat bagi para pembaca.

REFERENSI

- Achmad, Zainal Abidin, Zusnia Fuji Arista, Roro Anggi Ratnawati, Mohammad Isnain, and Adi Septo Prastyo. "Edukasi Pencegahan Kekerasan Seksual Dan Pernikahan Dini Bagi Remaja Desa Jerili Sebagai Upaya Mendukung SDGs Nomor 5." *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi Dan Perubahan* 4, no. 6 (2024): 288–96. <https://doi.org/10.59818/jpm.v4i6.988>.
- Astuti, Intan Rizki Widya, Aulia Agustina, Hardiatun Hasanah, Aprilia Ningsih, Nanda Rizqi Amalia, Risna Septiandani, Supyan Azzaury, Restu Agung Ramadhani, and Agus Kurnia. "Meningkatkan Motivasi Siswa Untuk Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi." *ADMA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat* 5, no. 2 (2025): 387–406. <https://doi.org/10.30812/adma.v5i2.4421>.
- Aulia, Azka Widi Zulfa, Estin Yulastuti, and Suyatno. "Pengaruh Terapi Butterfly Hug Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja." *ASJN (Aisyiah Surakarta Journal Of Nursing)* 5, no. 1 (2024): 1–8. <https://doi.org/10.30787/asjn.v5i1.1514>.
- Bariyyah, Hidayati Khoirul, and M Farid. "Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 5, no. 2 (2016): 137–44. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>.
- Field, Erica, and Attila Ambrus. "Early Marriage, Age of Menarche, and Female Schooling Attainment in Bangladesh." *Journal of Political Economy* 116, no. 5 (2008): 881–930. <https://doi.org/10.1086/593333>.
- Hajawiyah, Ain, Mirra Fasya Hapsari, Rikhy Yuliyanto, and Soni Efandi. "Sosialisasi Kenakalan Remaja, Sex Education, Dan Kekerasan Seksual Di SMP Negeri 3 Trucuk." *Jurnal Bina Desa* 4, no. 3 (2022): 355–62. <https://doi.org/10.15294/jbd.v4i3.39289>.
- Pamukthi, Bagas Biyanzah Drajad, Dyaz Amelia Putri, Ester Khotiva Lukito Wati, and Fitri Ana Amanda. "Pencegahan Seks Bebas Dan Pernikahan Dini Melalui Edukasi Kesehatan Reproduksi." *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)* 7, no. 3 (2025): 228–37. <https://doi.org/10.30644/jphi.v7i3.1004>.

- Prasetyo, Joko, and Sofa Qurrata A'yun. "Edukasi Untuk Meminimalisir Pernikahan Usia Dini , Kekerasan Pada Anak , Dan Perempuan Di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Geger , Kabupaten Bangkalan." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka* 3, no. 4 (2025): 107–20. <https://bhinnekapublishing.com/ojsbp/index.php/Jpmb>.
- Roach, Ashley. "Supportive Peer Relationships and Mental Health in Adolescence: An Integrative Review." *Issues in Mental Health Nursing* 39, no. 9 (2018): 723–37. <https://doi.org/10.1080/01612840.2018.1496498>.
- Taufikurrahman, T, A Zulfi, E.F.F Irmawati, W.P Setiawan, P.N Azizah, and F.F Soeliono. "Sosialisasi Pernikahan Usia Dini Dan Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pabean, Kabupaten Probolinggo." *Scientia: Jurnal Hasil Penelitian* 8, no. 1 (2023): 73–88. <https://doi.org/10.32923/sci.v8i1.3379>.
- Zahwa, Amelia, Ratna Dwi Safitri, Aulia Nabila Rizky Pratiwi, and Vania Sahda Nabilah Subiakto. "Meningkatkan Daya Saing Bangsa: Peran Strategis Investasi Pendidikan Dalam Pengembangan SDM." *Indonesian Journal of Education* 2, no. 1 (2025): 150–55. <https://doi.org/10.71417/ije.v2i1.392>.