

PENGUATAN EDUKASI KESEHATAN MENTAL DAN PENCEGAHAN KEKERASAN SEKSUAL SISWA SD MELALUI ANIMASI DAN VIRTUAL REALITY

Badruli Martati^{1*}, Yuni Gayatri², Ajeng Retno Kustianingrum³, Ardiyani Sekarningrum⁴

¹⁻⁴Universitas Muhammadiyah Surabaya

Email Korespondensi: badrulimartati@um-surabaya.ac.id

Disubmit: 31 Juli 2026 Diterima: 08 September 2026 Diterbitkan: 01 Oktober 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i10.27447>

ABSTRAK

Kesehatan mental anak dan pencegahan kekerasan seksual merupakan dua aspek penting yang saling berkaitan dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Rendahnya literasi kesehatan mental serta kurangnya pemahaman mengenai pencegahan kekerasan seksual dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis, menurunkan rasa percaya diri, dan menghambat perkembangan sosial maupun akademik siswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi preventif yang inovatif sejak usia sekolah dasar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan mental serta memperkuat pemahaman dan kesadaran pencegahan kekerasan seksual pada siswa SD Muhammadiyah 9 Surabaya melalui pemanfaatan media pembelajaran berbasis video animasi Virtual dan Reality (VR), yang didukung oleh penguatan kapasitas guru dan peran orang tua. Metode pelaksanaan terdiri atas lima tahapan, yaitu persiapan, implementasi, monitoring dan evaluasi, penyusunan laporan, serta keberlanjutan program. Implementasi program meliputi edukasi kesehatan mental mengenai pengenalan emosi, pengelolaan stres sederhana, kemampuan mencari pertolongan, pembelajaran interaktif tentang pencegahan kekerasan seksual menggunakan media VR dan video animasi, pelatihan bagi guru, serta edukasi parenting bagi orang tua. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mengenali emosi, membangun kesehatan mental yang positif, memahami batasan tubuh pribadi, membedakan sentuhan aman dan tidak aman, serta mengambil tindakan perlindungan diri ketika menghadapi situasi berisiko. Selain itu, kompetensi guru dan kesadaran orang tua dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan perlindungan anak juga mengalami peningkatan. Dengan demikian, pemanfaatan media animasi dan Virtual Reality terbukti efektif sebagai media edukasi dalam memperkuat kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual pada siswa sekolah dasar guna mewujudkan lingkungan sekolah yang aman, sehat, dan ramah anak.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Pencegahan Kekerasan Seksual, Video Animasi, Virtual Reality, Sekolah Dasar.

ABSTRACT

Children's mental health and the prevention of sexual violence are two interrelated aspects that play a crucial role in supporting children's optimal

growth and development. Limited mental health literacy and inadequate understanding of sexual violence prevention may increase the risk of psychological problems, reduce self-confidence, and hinder students' social and academic development. Therefore, innovative preventive education should be introduced from the elementary school level. This community service program aimed to enhance mental health literacy and strengthen students' understanding and awareness of sexual violence prevention among students at SD Muhammadiyah 9 Surabaya through the use of innovative learning media based on animated videos and Virtual Reality, supported by capacity building for teachers and active parental involvement. The program was implemented in five stages: preparation, implementation, monitoring and evaluation, report preparation, and program sustainability. The implementation included mental health education covering emotional recognition, basic stress management, and help-seeking skills, as well as interactive learning on sexual violence prevention using VR and animated videos, teacher training, and parenting education for parents. The results demonstrated significant improvements in students' knowledge and skills in recognizing emotions, developing positive mental health, understanding personal body boundaries, distinguishing between safe and unsafe touch, and taking appropriate self-protection measures in risky situations. In addition, teachers' competencies and parents' awareness in creating a supportive environment for children's mental health and protection also improved. In conclusion, animated videos and Virtual Reality proved to be effective educational media for strengthening mental health literacy and preventing sexual violence among elementary school students, thereby contributing to the creation of a safe, healthy, and child-friendly school environment.

Keywords: Mental Health, Sexual Violence Prevention, Animated Videos, Virtual Reality, Elementary School.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental anak dan pencegahan kekerasan seksual merupakan dua isu penting yang saling berkaitan dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Kesehatan mental yang baik berperan dalam membentuk kemampuan anak mengenali emosi, membangun rasa percaya diri, mengembangkan hubungan sosial yang sehat, serta mengambil keputusan yang tepat ketika menghadapi situasi berisiko. Sebaliknya, kekerasan seksual pada anak dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang berupa trauma psikologis, gangguan kecemasan, depresi, post-traumatic stress disorder (PTSD), masalah perilaku, hingga penurunan prestasi akademik (Batian, 2024). Anak usia sekolah dasar termasuk kelompok rentan karena belum memiliki kemampuan yang cukup dalam memahami batasan diri, mengenali perilaku yang mengarah pada kekerasan seksual, serta mengambil tindakan perlindungan diri secara tepat (Putry & Pratiwi, 2024). Rendahnya pemahaman anak mengenai pendidikan seksual dasar menyebabkan anak mudah menjadi korban maupun tidak mampu melaporkan tindakan yang membahayakan dirinya (Marabessy & Siagian, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pendidikan preventif yang tidak hanya berfokus pada perlindungan diri, tetapi juga pada penguatan kesehatan mental, kemampuan regulasi emosi, komunikasi

asertif, dan keberanian mencari pertolongan ketika menghadapi situasi yang mengancam (Justicia & Putri, 2024).

Permasalahan tersebut semakin kompleks ketika pendidikan seksual maupun kesehatan mental masih dianggap sebagai topik yang sensitif oleh sebagian masyarakat. Banyak orang tua dan guru belum memiliki kesiapan dalam menyampaikan materi mengenai kesehatan mental, perlindungan diri, etika sosial, dan pendidikan seksual dasar kepada anak (Dimas Rasyidin et al., 2024). Akibatnya, anak tidak memperoleh edukasi yang memadai baik di lingkungan keluarga maupun sekolah. Selain itu, keterbatasan media pembelajaran yang inovatif juga menjadi kendala dalam menyampaikan materi preventif kepada siswa sekolah dasar yang memiliki karakteristik belajar visual, aktif, dan menyukai pembelajaran interaktif (Djunaidi et al., 2025).



Gambar 1. Tampak Depan SD Muhammadiyah 9 Surabaya

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Permasalahan tersebut ditemukan pada SD Muhammadiyah 9 Surabaya sebagai mitra kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Sekolah ini berlokasi di kawasan pesisir Surabaya Utara dan memiliki siswa yang mayoritas berasal dari keluarga nelayan, buruh bangunan, pedagang kaki lima, dan pekerja serabutan. Kondisi sosial ekonomi keluarga menyebabkan sebagian besar orang tua memiliki keterbatasan waktu dalam mendampingi perkembangan anak karena harus bekerja sehari-hari bahkan sehari-hari di luar rumah.

Akibatnya, pendampingan terhadap perkembangan karakter, kesehatan mental, dan pengawasan anak menjadi kurang optimal. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pihak sekolah, diketahui bahwa sekolah belum memiliki program khusus mengenai edukasi kesehatan mental, pendidikan seksual dasar, maupun pencegahan kekerasan seksual bagi siswa. Guru juga mengaku belum memiliki strategi serta media pembelajaran yang tepat untuk menyampaikan materi mengenai pengenalan emosi, pengelolaan stres sederhana, perlindungan diri, dan pencegahan kekerasan seksual yang sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan materi kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual belum tersampaikan secara optimal, sehingga siswa memiliki keterbatasan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, mengelola stres, memahami batasan tubuh dan privasi, serta mengenali situasi yang berpotensi membahayakan dirinya.

Selain itu, lokasi sekolah yang berada di sekitar kawasan wisata Pantai Kenjeran, Jembatan Surabaya, dan Kenpark menjadikan siswa berpotensi

terpapar berbagai perilaku sosial yang kurang sesuai dengan usia mereka. Lingkungan sosial tersebut dapat memengaruhi kesehatan mental, perkembangan psikososial, serta pembentukan karakter anak apabila tidak diimbangi dengan pendidikan preventif, penguatan nilai moral, dan kemampuan mengenali situasi yang berisiko sejak dini (Sarfika et al., 2026). Kondisi ini menjadi isu penting yang perlu segera ditangani agar siswa memiliki literasi kesehatan mental yang baik, memahami perlindungan diri, etika sosial, serta mampu menerapkan perilaku yang aman dalam kehidupan sehari-hari (Rahmawati et al., 2025).

Perkembangan teknologi digital memberikan peluang besar untuk menghadirkan inovasi pembelajaran yang lebih menarik, interaktif, dan efektif bagi siswa sekolah dasar. Penggunaan media video animasi edukatif dan teknologi Virtual Reality (VR) dapat menjadi alternatif pembelajaran yang mampu menyajikan materi secara visual, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Integrasi kedua media tersebut tidak hanya membantu siswa memahami konsep kesehatan mental, tetapi juga dapat digunakan sebagai sarana edukasi preventif untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap potensi kekerasan seksual (Pramitasiwi et al., 2025). Penyajian materi melalui animasi dengan karakter, ilustrasi, dan alur cerita yang dekat dengan kehidupan sehari-hari dapat membantu siswa memahami informasi yang sebelumnya dianggap sulit atau sensitif secara lebih sederhana dan menyenangkan (Nurhafizah Nurhafizah et al., 2025).

Melalui pembelajaran berbasis VR, siswa dapat memperoleh pengalaman belajar yang lebih imersif melalui simulasi situasi yang menyerupai kondisi nyata. Pengalaman tersebut memungkinkan siswa tidak hanya menerima informasi secara verbal, tetapi juga berlatih mengenali dan merespons situasi tertentu secara langsung (Budi Warsito et al., 2026). Siswa dapat belajar mengenali berbagai macam emosi, membangun kepercayaan diri, memahami konsep batasan tubuh pribadi, membedakan sentuhan aman dan tidak aman, serta mengetahui tindakan yang tepat ketika menghadapi situasi yang berpotensi membahayakan (Hasrul Hasanuddin et al., 2025). Sementara itu, video animasi edukatif dapat berperan dalam memperkuat pemahaman siswa melalui penyampaian informasi yang sederhana, menarik, dan mudah diingat. Kombinasi gambar bergerak, karakter, narasi, suara, serta ilustrasi situasi sehari-hari dapat meningkatkan perhatian dan motivasi siswa selama proses pembelajaran (Sri Handayani & Tumiyem, 2026). Media tersebut juga memungkinkan materi mengenai kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual disampaikan menggunakan bahasa yang sesuai dengan usia anak, sehingga tidak menimbulkan kesan menakutkan maupun membingungkan. Penggunaan video animasi yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar terbukti berpotensi meningkatkan perhatian, motivasi belajar, dan pemahaman terhadap materi pembelajaran (Wahyu Rahayu et al., 2026).

Pengabdian ini penting dilakukan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan literasi kesehatan mental sekaligus memperkuat kesadaran anak terhadap pencegahan kekerasan seksual. Program ini juga bertujuan memperkuat kapasitas guru dan orang tua dalam memberikan edukasi kesehatan mental, pendidikan seksual dasar, serta perlindungan anak secara komprehensif. Selain memberikan edukasi kepada siswa, kegiatan pengabdian juga berfokus pada pelatihan guru, penyediaan media pembelajaran berbasis VR, serta penguatan peran orang tua melalui

program edukasi parenting guna menciptakan lingkungan sekolah yang aman, sehat, dan ramah anak.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra, rumusan pertanyaan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah: (1) bagaimana meningkatkan literasi kesehatan mental dan kesadaran preventif siswa sekolah dasar dalam mengenali emosi, mengelola stres sederhana, memahami batasan tubuh dan privasi, serta mencegah kekerasan seksual melalui pembelajaran berbasis video animasi edukatif dan *Virtual Reality* (VR); (2) bagaimana meningkatkan kompetensi guru dalam merancang dan melaksanakan edukasi kesehatan mental serta pendidikan seksual dasar yang sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar dengan memanfaatkan media pembelajaran interaktif; (3) bagaimana meningkatkan pemahaman dan keterlibatan orang tua dalam mendampingi perkembangan kesehatan mental anak, memberikan pendidikan seksual dasar, membangun komunikasi yang terbuka, serta melakukan perlindungan dan pencegahan kekerasan seksual; dan (4) bagaimana membangun lingkungan sekolah yang aman, sehat, edukatif, dan ramah anak melalui sinergi antara siswa, guru, dan orang tua dalam penguatan budaya kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual secara berkelanjutan.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah: (1) meningkatkan literasi kesehatan mental dan kesadaran preventif siswa sekolah dasar terhadap kekerasan seksual melalui pembelajaran interaktif berbasis video animasi edukatif dan *Virtual Reality* (VR), sehingga siswa mampu mengenali dan mengelola emosi, memahami batasan tubuh dan privasi, membedakan sentuhan aman dan tidak aman, serta mengetahui langkah yang tepat untuk melindungi diri dan mencari bantuan; (2) meningkatkan kompetensi guru dalam menyampaikan edukasi kesehatan mental dan pendidikan seksual dasar yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak serta mampu memanfaatkan media video animasi dan VR sebagai sarana pembelajaran yang aman, menarik, dan kontekstual; (3) meningkatkan pemahaman dan keterlibatan orang tua mengenai pentingnya kesehatan mental, pendidikan seksual dasar, komunikasi terbuka, dan perlindungan anak melalui program edukasi *parenting*; serta (4) menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman, sehat, edukatif, inklusif, dan ramah anak melalui sinergi antara siswa, guru, dan orang tua dalam membangun budaya kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual secara berkelanjutan.

3. KAJIAN PUSTAKA

Kesehatan mental anak merupakan kondisi yang mencerminkan kemampuan anak dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosinya, membangun hubungan sosial yang positif, mengembangkan rasa percaya diri, serta menghadapi berbagai tantangan sesuai dengan tahap perkembangan dan lingkungan sosialnya. Kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan ketiadaan gangguan psikologis, tetapi juga mencakup kemampuan anak untuk berkembang secara optimal, beradaptasi terhadap perubahan, serta menjalankan aktivitas belajar dan berinteraksi secara sehat. World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa kesehatan mental merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan secara menyeluruh karena berpengaruh terhadap cara individu berpikir, belajar, berkomunikasi, membangun relasi, mengambil keputusan, dan menghadapi tekanan dalam kehidupan.

Pada anak usia sekolah dasar, penguatan kesehatan mental memiliki posisi yang sangat penting karena merupakan periode perkembangan ketika kemampuan regulasi emosi, pembentukan konsep diri, keterampilan sosial, dan kepercayaan diri mulai berkembang secara lebih intensif. Anak yang memiliki literasi kesehatan mental yang baik diharapkan mampu mengenali perasaan dirinya maupun orang lain, mengungkapkan emosi dengan cara yang tepat, membangun hubungan yang sehat, serta memahami kapan dan kepada siapa harus meminta bantuan (Peter et al., 2026). Penguatan tersebut juga berperan dalam membentuk ketahanan diri (*resilience*), sehingga anak memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan, menyelesaikan permasalahan, dan bangkit dari pengalaman yang tidak menyenangkan. Dalam konteks perlindungan anak, literasi kesehatan mental juga memiliki keterkaitan erat dengan kemampuan anak mengenali situasi yang aman dan tidak aman. Anak yang memiliki pemahaman mengenai emosi, batasan diri, dan hak atas tubuhnya akan lebih siap untuk menyampaikan ketidaknyamanan, menolak perlakuan yang tidak sesuai, serta mencari pertolongan ketika menghadapi situasi yang mengancam keselamatan dirinya (Frasiska & Vitaloka, 2026).

Salah satu faktor yang dapat mengganggu kesehatan mental anak adalah kekerasan seksual. Isu kekerasan seksual pada anak merupakan permasalahan multidimensional yang tidak hanya berkaitan dengan aspek perlindungan anak, tetapi juga memiliki keterkaitan erat dengan pendidikan, psikologi, kesehatan, dan kehidupan sosial. Kekerasan seksual dapat terjadi dalam berbagai bentuk, baik melalui sentuhan fisik yang tidak sesuai, tindakan verbal maupun nonverbal, eksploitasi, hingga paparan konten seksual yang tidak sesuai dengan usia anak. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya berupa cedera atau gangguan fisik, tetapi juga dapat memberikan konsekuensi psikologis dan sosial yang berlangsung dalam jangka panjang, seperti trauma, kecemasan, depresi, *post-traumatic stress disorder* (PTSD), rendahnya kepercayaan diri, gangguan hubungan interpersonal, serta hambatan dalam perkembangan sosial dan akademik (Batian, 2024). Anak usia sekolah dasar termasuk kelompok yang rentan terhadap kekerasan seksual karena berada pada tahap perkembangan yang masih membutuhkan pendampingan dari orang dewasa. Pada tahap ini, sebagian anak belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk mengenali berbagai bentuk perilaku yang tidak aman, memahami batasan tubuh dan privasi, membedakan sentuhan yang aman dan tidak aman, maupun menentukan tindakan yang tepat ketika menghadapi situasi yang berpotensi membahayakan. Keterbatasan tersebut dapat semakin diperkuat oleh rasa takut, malu, bingung, atau ketidakmampuan anak untuk mengomunikasikan pengalaman yang dialaminya kepada orang dewasa yang dipercaya (Alfianti Oktavia & Ma'arif, 2026).

Pendidikan kesehatan mental pada anak usia sekolah dasar bertujuan membangun kemampuan mengenali emosi, mengelola stres sederhana, mengembangkan empati, meningkatkan komunikasi yang sehat, serta menumbuhkan keberanian untuk mencari bantuan ketika menghadapi permasalahan. Sementara itu, pendidikan seksual dipahami sebagai proses pemberian informasi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak mengenai tubuh, privasi, hubungan sosial, dan perlindungan diri. Pendidikan seksual bukan sekadar membahas reproduksi, tetapi juga menanamkan pemahaman tentang hak anak atas tubuhnya, mengenali sentuhan yang aman dan tidak aman, serta keberanian untuk menolak dan melaporkan

perilaku yang membahayakan (Maghfirah, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa integrasi pendidikan kesehatan mental dan pendidikan seksual dapat meningkatkan kesadaran anak terhadap risiko kekerasan seksual serta memperkuat kemampuan mereka dalam mengambil tindakan perlindungan diri (Kristanti et al., 2026). Penguatan literasi kesehatan mental dan kesadaran preventif merupakan kemampuan anak untuk mengenali kondisi emosinya, memahami potensi ancaman, mengidentifikasi risiko, serta melakukan tindakan pencegahan sebelum terjadi kekerasan. Kemampuan tersebut tidak muncul secara otomatis, melainkan perlu dibangun melalui proses pembelajaran yang berkelanjutan (Huriyah et al., 2024). Dalam konteks anak usia sekolah dasar, pembelajaran perlu dikemas secara sederhana, konkret, kontekstual, dan dekat dengan pengalaman sehari-hari agar mudah dipahami serta diterapkan dalam kehidupan nyata.

Teori perkembangan kognitif Jean Piaget menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret. Pada tahap ini, anak lebih mudah memahami konsep melalui pengalaman langsung, visualisasi, dan simulasi dibandingkan penjelasan yang bersifat abstrak. Oleh karena itu, penggunaan media pembelajaran visual dan interaktif menjadi sangat penting untuk membantu siswa memahami konsep kesehatan mental, mengenali emosi, serta mempelajari perlindungan diri dan pencegahan kekerasan seksual (Pramitasiwi et al., 2025). Selain itu, Teori Belajar Sosial Albert Bandura menjelaskan bahwa anak belajar melalui proses observasi dan peniruan terhadap perilaku yang ditampilkan oleh lingkungan sekitarnya. Media pembelajaran yang menampilkan contoh perilaku positif, pengelolaan emosi, komunikasi asertif, cara menolak tindakan yang tidak pantas, serta langkah mencari bantuan akan membantu anak membentuk respons yang tepat ketika menghadapi situasi berisiko.

Perkembangan teknologi pendidikan membuka peluang pemanfaatan media inovatif, salah satunya VR. Teknologi VR memungkinkan siswa memperoleh pengalaman belajar yang imersif melalui simulasi situasi nyata dalam lingkungan virtual yang aman. Melalui simulasi tersebut, siswa tidak hanya belajar mengenali tanda-tanda bahaya dan memahami batasan tubuh pribadi, tetapi juga berlatih mengenali emosi, meningkatkan rasa percaya diri, mengambil keputusan yang tepat, serta mempraktikkan tindakan perlindungan diri tanpa harus menghadapi risiko nyata (McCafferty et al., 2026). Penggunaan VR dalam pembelajaran diketahui mampu meningkatkan keterlibatan, perhatian, motivasi belajar, serta retensi informasi siswa. Selain VR, video animasi edukatif menjadi media yang efektif untuk menyampaikan materi kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual kepada anak. Karakter visual yang menarik, alur cerita sederhana, dan penggunaan bahasa yang sesuai dengan usia perkembangan membuat siswa lebih mudah memahami materi, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan keterlibatan dalam proses pembelajaran (Fajari et al., 2026).

Keberhasilan program edukasi kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual tidak hanya bergantung pada media pembelajaran, tetapi juga pada peran guru dan orang tua. Guru berfungsi sebagai fasilitator pembelajaran sekaligus pendamping yang mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung kesehatan mental siswa. Di sisi lain, orang tua merupakan pendidik utama yang memiliki peran penting dalam membangun komunikasi terbuka mengenai emosi, keamanan diri, pendidikan seksual, serta perlindungan anak. Sinergi antara sekolah dan keluarga diperlukan agar pesan-pesan mengenai kesehatan mental dan pencegahan

kekerasan seksual dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan tersebut diharapkan mampu meningkatkan literasi kesehatan mental, kewaspadaan, ketahanan diri, dan kemampuan perlindungan diri siswa sekolah dasar terhadap berbagai bentuk kekerasan seksual.

4. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini menggunakan pendekatan partisipatif dengan menggabungkan beberapa metode pelaksanaan, yaitu:

a. Metode Kegiatan

- 1) Edukasi dan Simulasi Interaktif: menyampaikan materi mengenai kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual kepada siswa melalui media video animasi dan teknologi VR. Materi meliputi pengenalan emosi, pengelolaan stres sederhana, membangun rasa percaya diri, dan mengenali batasan tubuh pribadi.
- 2) Pelatihan (Capacity Building): Meningkatkan kompetensi guru dalam menyampaikan edukasi kesehatan mental dan pendidikan seksual dasar yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar, termasuk strategi menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan ramah anak.
- 3) Edukasi Parenting: Memberikan pendampingan kepada orang tua mengenai pentingnya kesehatan mental anak, komunikasi positif dalam keluarga, pendidikan seksual sesuai usia, serta pencegahan kekerasan seksual melalui sesi edukasi dan pembagian E-Book sebagai media pembelajaran di rumah.

b. Peserta Kegiatan

Kegiatan ini melibatkan 20 siswa SD Muhammadiyah 9 Surabaya sebagai peserta utama, 13 guru dan tenaga pendidik sebagai fasilitator pembelajaran, serta orang tua/wali siswa sebagai mitra dalam penguatan kesehatan mental dan perlindungan anak di lingkungan keluarga.

c. Langkah-Langkah Pelaksanaan PKM

Pelaksanaan kegiatan PKM ini terbagi ke dalam lima tahapan sistematis:

1) Tahap Persiapan

- a) Koordinasi awal dengan pihak SD Muhammadiyah 9 Surabaya untuk menyamakan persepsi, sasaran, dan jadwal kegiatan.
- b) Observasi lapangan dan analisis kebutuhan terkait pemahaman awal siswa serta kebutuhan guru.
- c) Penyusunan modul edukasi, pengembangan video animasi, penyusunan skenario VR, pembuatan instrumen pre-test & post-test, serta penyiapan sarana-prasarana.

2) Tahap Implementasi

- a) Siswa: Pelaksanaan pre-test, memberikan edukasi kesehatan mental melalui video animasi mengenai pengenalan emosi, pengelolaan stres sederhana, dan keberanian mencari pertolongan, dilanjutkan dengan pembelajaran interaktif tentang pencegahan kekerasan seksual menggunakan media video animasi dan simulasi VR mengenai batasan tubuh, sentuhan aman dan tidak aman, serta cara melindungi diri pada situasi berisiko.
- b) Guru: Pelatihan strategi dan teknik penyampaian materi pendidikan seksual dasar berbasis karakteristik anak SD.

- c) Orang Tua: Sesi edukasi parenting dan pendistribusian E-Book kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual untuk mendorong komunikasi terbuka di rumah.
- 3) Tahap Monitoring dan Evaluasi
 - a) Monitoring: Observasi langsung terhadap partisipasi siswa, respons orang tua, dan keterlibatan guru selama program.
 - b) Evaluasi: Pengukuran peningkatan pengetahuan siswa melalui perbandingan nilai pre-test dan post-test, penyebaran angket kepuasan, serta wawancara evaluatif dengan guru.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Program pengabdian masyarakat bertajuk "Penguatan Edukasi Kesehatan Mental dan Pencegahan Kekerasan Seksual pada Siswa Sekolah Dasar melalui Media Animasi dan Virtual Reality" telah dilaksanakan di SD Muhammadiyah 9 Surabaya dengan melibatkan siswa, guru, dan orang tua.

Berdasarkan evaluasi sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) rangkaian kegiatan, terjadi peningkatan pemahaman siswa secara signifikan terhadap empat indikator utama pencegahan kekerasan seksual. Rincian peningkatan tersebut disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Kesadaran Preventif Kekerasan Seksual pada Siswa SD Muhammadiyah 9 Surabaya

Indikator	Sebelum Program	Sesudah Program	Peningkatan
Mengenali emosi diri	48%	91%	+43%
Mengetahui cara mengelola emosi dan mencari pertolongan	44%	89%	+45%
Memahami batasan tubuh pribadi	45%	88%	+43%
Mengenali sentuhan aman dan tidak aman	40%	90%	+50%
Mengetahui cara melapor kepada orang dewasa terpercaya	38%	92%	+54%
Kesadaran perlindungan diri	42%	89%	+47%

Selain peningkatan pemahaman siswa, kegiatan ini juga menghasilkan beberapa capaian utama:

- 1) Pelatihan Guru: Meningkatnya kompetensi guru dalam menyampaikan edukasi kesehatan mental, pendidikan seksual dasar, perlindungan anak, serta komunikasi yang efektif menggunakan media pembelajaran digital.
- 2) Edukasi Parenting: Meningkatnya pemahaman orang tua mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental anak, membangun komunikasi terbuka di rumah, mengenali risiko kekerasan seksual, dan melakukan pendampingan yang tepat sesuai dengan tahap perkembangan anak.

- 3) Keberlanjutan Sarana: Tersedianya media pembelajaran inovatif (video animasi dan modul/perangkat VR) yang dihibahkan ke sekolah untuk mendukung program Sekolah Ramah Anak.

b. Pembahasan

Kondisi awal sebelum pelaksanaan program menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memahami pentingnya menjaga kesehatan mental, mengenali emosi diri, memahami batasan tubuh, maupun mekanisme perlindungan diri dari kekerasan seksual. Hasil observasi dan wawancara dengan pihak sekolah juga menunjukkan belum adanya program edukasi yang secara khusus mengintegrasikan kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual dalam kegiatan pembelajaran. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan kerentanan anak terhadap masalah psikologis maupun risiko menjadi korban kekerasan seksual.



Gambar 2. Pelaksanaan Program

Implementasi program dilakukan melalui kombinasi dua media interaktif utama, yaitu video animasi dan teknologi VR:

1) Penggunaan Video Animasi

Video animasi digunakan pada tahap awal pembelajaran untuk mengenalkan konsep kesehatan mental melalui pengenalan emosi, cara mengelola perasaan, pentingnya meminta bantuan ketika mengalami masalah, serta materi mengenai batasan tubuh pribadi, hak atas tubuh sendiri, penolakan terhadap tindakan yang tidak pantas, dan pentingnya melapor kepada orang dewasa yang dipercaya. Penyampaian materi melalui cerita visual terbukti mampu meningkatkan perhatian, motivasi belajar, dan pemahaman siswa sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar.

2) Penggunaan Virtual Reality

Teknologi VR menjadi media utama dalam memberikan pengalaman belajar yang bersifat imersif. Siswa diajak memasuki berbagai simulasi situasi kehidupan sehari-hari yang memungkinkan mereka mempraktikkan pengenalan emosi, pengambilan keputusan, komunikasi asertif, serta tindakan perlindungan diri ketika menghadapi potensi kekerasan seksual. Pengalaman belajar berbasis simulasi tersebut meningkatkan *situational awareness*, rasa percaya diri, dan kemampuan siswa dalam mengambil keputusan yang tepat dibandingkan pembelajaran konvensional.

Keberhasilan program ini juga didukung oleh pendekatan trikontris (tri-center) pendidikan yang melibatkan guru dan orang tua:

1) Penguatan Peran Guru

Pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan kompetensi guru dalam mengintegrasikan edukasi kesehatan mental dan pencegahan kekerasan seksual ke dalam proses pembelajaran. Guru menjadi lebih percaya diri dalam membahas materi yang sebelumnya dianggap sensitif serta mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan ramah anak.

2) Penguatan Peran Orang Tua

Orang tua memperoleh edukasi mengenai pentingnya kesehatan mental anak, komunikasi positif dalam keluarga, pendidikan seksual sesuai usia, serta langkah-langkah perlindungan anak melalui sesi parenting dan *E-Book* digital. Kegiatan ini mendorong terbentuknya komunikasi yang lebih terbuka antara orang tua dan anak sehingga proses pendampingan dapat berlangsung secara berkelanjutan di lingkungan keluarga.

Dari kegiatan tersebut hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh indikator mengalami peningkatan yang signifikan, dengan nilai *post-test* mencapai lebih dari 88% pada setiap indikator. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi media video animasi dan VR, yang didukung oleh keterlibatan aktif guru dan orang tua, efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, memperkuat kemampuan regulasi emosi, meningkatkan kesadaran preventif terhadap kekerasan seksual, serta membangun kemampuan perlindungan diri pada siswa sekolah dasar. Program ini juga berkontribusi dalam mewujudkan lingkungan sekolah yang aman, sehat, inklusif, dan ramah anak

6. KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat ini efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental serta pemahaman dan kesadaran siswa mengenai pencegahan kekerasan seksual. Keberhasilan tersebut ditunjukkan melalui peningkatan kemampuan siswa dalam mengenali emosi, mengelola respons terhadap situasi yang dihadapi, memahami batasan tubuh pribadi, membedakan sentuhan aman dan tidak aman, serta mengambil langkah perlindungan diri ketika menghadapi potensi ancaman kekerasan seksual. Selain berdampak pada siswa, program ini juga meningkatkan kompetensi guru dalam menyampaikan edukasi kesehatan mental dan pendidikan seksual dasar yang ramah anak, sekaligus memperkuat pemahaman orang tua mengenai pentingnya peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental dan melindungi anak dari berbagai bentuk kekerasan.

Keunggulan utama program ini terletak pada integrasi teknologi VR dan video animasi edukatif yang mampu menghadirkan pengalaman belajar yang interaktif, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Simulasi berbasis VR memungkinkan siswa mempraktikkan pengenalan emosi, pengambilan keputusan, komunikasi asertif, serta tindakan perlindungan diri dalam lingkungan virtual yang aman. Keterlibatan aktif siswa, guru, dan orang tua menjadi faktor pendukung utama dalam membangun ekosistem sekolah yang sehat, aman, dan ramah anak. Meskipun demikian, program ini masih memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah perangkat VR yang terbatas sehingga penggunaannya harus dilakukan

secara bergantian, durasi pelaksanaan program yang relatif singkat, serta evaluasi yang masih berfokus pada peningkatan pengetahuan dan kesadaran jangka pendek.

Sebagai langkah pengembangan, program ini berpotensi diperluas melalui pembaruan variasi konten VR, pengintegrasian materi ke dalam kurikulum pendidikan karakter dan Sekolah Ramah Anak, serta replikasi ke sekolah lain. Di samping itu, pengembangan platform digital mandiri yang dapat diakses oleh siswa, guru, dan orang tua dapat menjadi strategi kunci untuk menjamin keberlanjutan serta memperluas jangkauan edukasi pencegahan kekerasan seksual anak.

Untuk penelitian dan pengembangan di masa depan, disarankan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti eksperimen kuasi atau mixed-method, dengan jumlah responden yang lebih besar dan kelompok kontrol. Penelitian selanjutnya juga perlu mengkaji dampak program dalam jangka menengah dan panjang, mencakup perubahan pengetahuan, sikap, keterampilan perlindungan diri, dan regulasi emosi siswa. Selain itu, studi komparatif terhadap penggunaan video animasi, VR, maupun kombinasi keduanya dapat dilakukan untuk menentukan media yang paling efektif dan sesuai dengan karakteristik anak. Pengembangan instrumen evaluasi yang tervalidasi serta model pembelajaran yang adaptif dan mudah direplikasi juga direkomendasikan untuk mendukung keberlanjutan program.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Alfianti Oktavia, C., & Ma'arif, S. (2026). Game-Based Learning To Teach Body Safety For Early Childhood. *Jurnal Nasional Teknik Elektro Dan Teknologi Informasi*, 15(2), 161-168. <https://doi.org/10.22146/jnteti.v15i2.21729>
- Batian, I. A. (2024). Kekerasan Seksual Terhadap Anak: Dampak Dan Upaya Perlindungan. *Indonesianjournal Of Law Research*, 2(2). <https://journal.tirtapustaka.com/index.php/ljolare>
- Budi Warsito, A., Berlin, F., & Zega, T. (2026). Pengembangan Virtual Reality Untuk Kesiapsiagaan Keadaan Darurat Kebakaran Dan Edukasi Gizi Development Of Virtual Reality For Fire Emergency Preparedness And Nutrition Education. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Rs. Dr. Soetomo*.
- Dimas Rasyidin, A., Rasendriya Kurniawannafi', H., Syafira, L. M., Umi, N. F., Chalishah, S. N., Amanda, V., Sulistyorini, A., & Rasyidin, A. D. (2024). Kacamata Tabu Orang Tua Sebagai Hambatan Pendidikan Seksual Anak Usia Dini. *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional Sexophone*, (5).
- Djunaidi, S. M., Rasyad, A., & Aisyah, E. N. (2025). Tantangan Orang Tua Dalam Penerapan Pendidikan Seks Anak Usia Dini: Systematic Literature Review. *Aulad: Journal On Early Childhood*, 8(1), 375-383. <https://doi.org/10.31004/Aulad.V8i1.1038>
- Fajari, L. E. W., Salimi, M., Hidayah, R., Agusdianita, N., Adi, B. S., Tarma, T., & Zainurri, H. (2026). Immersive Virtual Reality In Primary Education: A Systematic Literature Review On 21st Century Learning Integration. *Journal Of Educational Technology And Learning Creativity*, 4(1), 49-60. <https://doi.org/10.37251/jetlc.V4i1.2641>

- Frasiska, E., & Vitaloka, W. (2026). The Influence Of Sexuality Education On Five-Year-Old Children's Understanding Of Safe And Unsafe Touch. *Jies: Journal Of Islamic Education Students*, 6(1), 2026-2027. <https://doi.org/10.31958/Jies.V6i1.16595>
- Hasrul Hasanuddin, M., Gita Abadi, R., & Haqqul Mubin, A. (2025). *Virtual Reality Sebagai Media Edukasi Pengenalan Otoritas Tubuh Pada Anak Usia Dini Menggunakan Metode Multimedia Development Life Cycle*. 10(1). <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/instek>
- Huriyah, F. S., Ulfiah, S. L., Masturoh, S., & Faujiyah, S. (2024). Strategi Menghadapi Tantangan Dalam Memberikan Pendidikan Seks Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.47134/Paud.V2i1.874>
- Justicia, R., & Putri, K. A. (2024). *Urgensi Pendidikan Keselamatan Diri Anak Usia Dini*. 5(2). <https://ejournal.upi.edu/index.php/recep>
- Kristanti, E., Wisrance, M. W., & Dominifridus Bone, D. (2026). *Psikoedukasi Seks Sejak Dini Sebagai Upaya Preventif Kekerasan Seksual Pada Anak*. 7(1), 1568-1577. <https://doi.org/10.37985/Murhum.V7i1.2148>
- Maghfirah, N. M. R. (2024). Stop Kekerasan Seksual Dengan Pendidikan Anak Sejak Dini. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 3(1), 155-168. <https://doi.org/10.55606/Lencana.V3i1.4508>
- Marabessy, A. C., & Siagian, A. (2023). Perlindungan Hukum Terhadap Anak Pelaku Kejahatan Seksual. *Aufklarung: Jurnal Pendidikan*, 3(1). <http://pijarpemikiran.com/index.php/aufklarung>
- Mccafferty, P., Marshall, G., Cushnan, J., Booth, N., Brady, B., Quinn, A., & Best, P. (2026). "I Was In The House": The Emotional And Pedagogical Impact Of Virtual Reality In Pre-Entry Social Work Education. *The British Journal Of Social Work*, Bcag162. <https://doi.org/10.1093/Bjsw/Bcag162>
- Nurhafizah Nurhafizah, N. N., Netrawati Netrawati, N. N., Rayendra, R., Ummayah, Y. A., & Salsabilla, Z. (2025). Innovating Early Childhood Sexuality Education Through Animated Learning Media: A Development And Validation Study. *Salud, Ciencia Y Tecnología*, 5, 2283. <https://doi.org/10.56294/Saludcyt20252283>
- Peter, S., Bednarz, J., Sommer, P., & Taubner, S. (2026). Talking Mental Health - Study Protocol For A Cluster-Randomized Controlled Trial Of Mental Health Prevention In Elementary Schools In Germany. *Frontiers In Psychology*, Volume 16-2025. <https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2025.1658196>
- Pramitasiwi, P. D. A., Sindu, I. G. P., & Wahyuni, D. S. (2025a). Pengembangan Immersive Laboratory Berbasis Virtual Reality Pada Standar Pemeriksaan Kehamilan Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran. *Tin: Terapan Informatika Nusantara*, 6(7), 1190-1200. <https://doi.org/10.47065/Tin.V6i7.8944>
- Pramitasiwi, P. D. A., Sindu, I. G. P., & Wahyuni, D. S. (2025b). Pengembangan Immersive Laboratory Berbasis Virtual Reality Pada Standar Pemeriksaan Kehamilan Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran. *Tin: Terapan Informatika Nusantara*, 6(7), 1190-1200. <https://doi.org/10.47065/Tin.V6i7.8944>
- Putry, M., & Pratiwi, S. R. (2024, July 3). Mendidik Anak Sd Mengenal Tubuh Dan Batasannya: Edukasi Seksual Untuk Pencegahan Pelecehan Seksual. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat | Senama*. <https://ejournal.unsera.ac.id/index.php/senama>

- Rahmawati, N., Nisa, M., Nurhaliza Fatimah, D., Damayanti, N., Damayanthi Hidayat, M., Salsabila Hamdani, N., & Sabrina, N. (2025). *Preschool: Jurnal Perkembangan Dan Pendidikan Anak Usia Dini Pengaruh Pendidikan Seksual Sejak Dini Terhadap Kemampuan Anak Usia 1-6 Tahun Dalam Menjaga Diri Dan Mengenal Konsep Tubuh*. 7(1), 2715-3622. <https://doi.org/10.18860/Pres.V7i1.38057>
- Sarfika, R., Putri, D. E., Sabri, R., Kustanti, C. Y., Efendi, F., Sulistiowati, N. M. D., Indarwati, R., Sawitri, N. K. A., Saifudin, I. M. Moh. Y., & Abdullah, K. L. (2026). Unseen Struggles: Exploring Social, Economic, And Emotional Challenges Among Adolescents In Coastal Indonesia. *Children And Youth Services Review*, 187, 109083. <https://doi.org/10.1016/J.Childyouth.2026.109083>
- Sri Handayani, F., & Tumiyem. (2026). Terpadu: Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Digital Berbasis Video Animasi Terhadap Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Terpadu: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*. <https://pelitaaksara.or.id/index.php/terpadu/index>
- Wahyu Rahayu, R., Dafit, F., Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, P., & Islam Riau, U. (2026). Pengaruh Media Video Animasi Terhadap Kemampuan Membaca Pemahaman Siswa Kelas Iv Sd It Al-Hidayah Pekanbaru. *Didaktik : Jurnal Ilmiah Pgsd Fkip Universitas Mandiri*.