

Efektivitas Edukasi BERDAYA (Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga) dalam Peningkatan Pengetahuan Perlindungan Diri Siswa MTsN 7 Malang

**Elsa Ananta Putri¹, Nayla Zalzabilla Ramadhani², Khalisa Lubnaifa Hanasya³,
Renatha Putri Amarsya⁴, Alya Fauziani Syahida⁵, Hanifah Yumna F.⁶, Aufa
Tiovanabil Prabawa⁷, Muhammad Hali Shaquille⁸, Rian Kusuma Anggara⁹,
Yuliezar Perwira Dara¹⁰**

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 Universitas Brawijaya, Indonesia

Received : 18 Agustus 2026, Revised : 5 September 2026, Published : 11 September 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Elsa Ananta Putri

E-mail: elsananta@student.ub.ac.id

Abstrak

Program BERDAYA (Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga) bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri, body boundaries, consent, dan healthy relationship. Program dilaksanakan di MTsN 7 Malang, Kecamatan Tumpang, Kabupaten Malang, dengan melibatkan siswa kelas VIII. Metode pelaksanaan dilakukan melalui sosialisasi interaktif, drama edukasi, diskusi dan tanya jawab, permainan Mitos dan Fakta, serta Pohon Komitmen. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test yang terdiri atas soal pilihan ganda. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji Wilcoxon Signed-Rank, dan perhitungan N-Gain. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti Program BERDAYA. Program BERDAYA dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri, body boundaries, consent, dan healthy relationship.

Kata kunci - batasan tubuh, edukasi remaja, perlindungan diri

Abstract

The BERDAYA Program (Dare to Educate Adolescents for a Safe and Valuable Self) aimed to improve students' knowledge of self-protection, body boundaries, consent, and healthy relationships. The program was conducted at MTsN 7 Malang, Tumpang District, Malang Regency, involving eighth-grade students. The implementation methods included interactive socialization, educational drama, discussions and question-and-answer sessions, a Myth and Fact game, and a Commitment Tree activity. Evaluation was conducted using pre-tests and post-tests consisting of multiple-choice questions. Data were analyzed using descriptive statistics, the Wilcoxon Signed-Rank test, and N-Gain calculation. The analysis showed an improvement in students' knowledge after participating in the BERDAYA Program. The BERDAYA Program can improve students' knowledge regarding self-protection, body boundaries, consent, and healthy relationships.

Keywords - adolescent education, body boundaries, self-protection

How To Cite : Putri, E. A., Ramadhani, N. Z., Hanasya, K. L., Amarsya, R. P., Syahida, A. F., Yumna F, H., Prabawa, A. T., Shaquille, M. H., Anggara, R. K., & Dara, Y. P. (2026). Efektivitas Edukasi BERDAYA (Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga) dalam Peningkatan Pengetahuan Perlindungan Diri Siswa MTsN 7 Malang. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa, 4(7), 3593 - 3608. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i7.4998>

Copyright ©2026 Elsa Ananta Putri, Nayla Zalzabilla Ramadhani, Khalisa Lubnaifa Hanasya, Renatha Putri Amarsya, Alya Fauziani Syahida, Hanifah Yumna F., Aufa Tiovanabil Prabawa, Muhammad Hali Shaquille, Rian Kusuma Anggara, Yuliezar Perwira Dara

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial (Nur'aeni et al., 2024). Pada tahap ini, remaja mulai mengeksplorasi diri, membentuk identitas, dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (Gruber & Fandakova, 2021). Remaja juga memiliki kebutuhan yang besar untuk diterima oleh lingkungan dan teman sebaya, sehingga lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan maupun perilaku di sekitarnya (Fadly & Islawati, 2024; Watts et al., 2024). Kemampuan remaja dalam memahami diri, mengenali pengaruh lingkungan, dan menentukan pilihan menjadi penting karena berbagai keputusan yang diambil pada masa ini dapat memengaruhi kehidupan dan perkembangannya.

Salah satu permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan remaja adalah perkawinan anak. Perkawinan anak dapat berdampak pada kesehatan, kondisi psikologis, keberlanjutan pendidikan, serta pemenuhan hak anak. Permasalahan tersebut juga menjadi perhatian di Kabupaten Malang. Pemerintah Kabupaten Malang menetapkan Peraturan Bupati Malang Nomor 36 Tahun 2024 tentang Pencegahan dan Penanganan Perkawinan Anak sebagai salah satu bentuk upaya pencegahan dan penanganan perkawinan anak serta perlindungan terhadap anak (Pemerintah Kabupaten Malang, 2024).

Konteks tersebut juga relevan dengan kondisi di Kecamatan Tumpang. Ardiansyah et al. (2026) melaksanakan kegiatan sosialisasi mengenai pernikahan dini kepada siswa SMAN 1 Tumpang Kabupaten Malang. Kegiatan tersebut bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai konsep dasar, faktor penyebab, dampak, perspektif hukum, serta pencegahan pernikahan dini. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti sosialisasi, dengan persentase rata-rata pengetahuan meningkat dari 75,95% pada pre-test menjadi 92,10% pada post-test, atau mengalami peningkatan sebesar 16,15 poin persentase (Ardiansyah et al., 2026). Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi kepada remaja di wilayah Tumpang memiliki relevansi dalam memperkuat pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai persoalan yang berkaitan dengan perlindungan dan masa depan remaja.

Temuan tersebut tidak secara langsung menunjukkan bahwa siswa kelas VIII MTsN 7 Malang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai *body boundaries*, *consent*, *healthy relationship*, atau perlindungan diri. Kebutuhan edukasi pada siswa MTsN 7 Malang tidak didasarkan pada asumsi bahwa seluruh siswa memiliki pengetahuan yang rendah, tetapi pada pentingnya memberikan penguatan pengetahuan mengenai perlindungan diri pada tahap perkembangan remaja. Sekolah merupakan salah satu lingkungan yang strategis untuk memberikan edukasi tersebut karena siswa berada dalam lingkungan pembelajaran yang memungkinkan penyampaian materi secara terstruktur dan interaktif.

Remaja membutuhkan kemampuan untuk mengenali dan melindungi dirinya, termasuk memahami hak atas diri dan batasan pribadi. Salah satu aspek penting dalam perlindungan diri adalah kemampuan mengenali dan menjaga *boundaries* atau batasan diri. Pada remaja, pemahaman mengenai *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship* dapat membantu mereka mengenali hak atas tubuh dan dirinya, menyampaikan ketidaknyamanan, memahami persetujuan, serta membangun hubungan yang aman dan saling menghargai. Kemampuan mengenali kebutuhan pribadi dan mengomunikasikan batasan secara asertif juga dapat mendukung terbentuknya hubungan sosial yang sehat (Mahsuni, 2023). Selain itu, *boundary management* berperan dalam membangun integritas diri sekaligus menjadi bentuk perlindungan dari perilaku yang mengancam (Arsyad et al., 2024). Sebaliknya, lemahnya *self-boundaries* dapat membuat individu lebih mudah mengutamakan keinginan orang lain dengan mengabaikan kenyamanan dirinya sendiri (Zalika & Nisa, 2024).

Kebutuhan tersebut menunjukkan pentingnya edukasi perlindungan diri bagi remaja. Edukasi dapat membantu remaja memperoleh pengetahuan mengenai batasan diri, persetujuan, situasi yang tidak aman, serta cara merespons dan mengambil keputusan yang tepat. Edukasi mengenai *personal*

boundaries telah dikembangkan sebagai upaya membentuk perilaku melindungi diri sejak usia dini (Pramesti & Nursalim, 2023). Penguatan *self-boundaries* juga menjadi bagian penting dalam membantu remaja menghadapi tekanan sosial dan agresi teman sebaya (Arsyad et al., 2024).

Edukasi perlindungan diri pada remaja telah dilakukan melalui berbagai pendekatan. Pradnyani et al. (2023) menggunakan ceramah, diskusi, dan tanya jawab dalam edukasi *sex education*, sedangkan Tazkia et al. (2025) menggunakan modul interaktif dan diskusi dalam psikoedukasi pendidikan seksual. Pendekatan yang lebih partisipatif juga ditemukan pada Luturmas et al. (2019) melalui permainan, *role play*, dan simulasi, serta Harianti et al. (2021) melalui *peer education*. Sementara itu, Awaru et al. (2025) menggabungkan penyuluhan, diskusi, simulasi keterampilan protektif, dan *role play* dalam pembekalan perlindungan diri bagi siswa. Penelitian Pinandari et al. (2023) dan Boku et al. (2024) juga menunjukkan bahwa edukasi seksualitas berbasis sekolah yang disusun secara terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan dan kompetensi remaja.

Meskipun berbagai pendekatan tersebut menunjukkan hasil yang positif, masing-masing program memiliki fokus dan bentuk kegiatan yang berbeda. Sebagian penelitian menekankan penyampaian materi dan diskusi, sementara penelitian lainnya menggunakan *peer education*, permainan dan simulasi, atau pembekalan keterampilan protektif. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa edukasi perlindungan diri dapat dikembangkan melalui berbagai bentuk pembelajaran, tetapi materi dan aktivitas yang diberikan tidak selalu disusun dalam satu rangkaian yang secara bersama-sama membahas *body boundaries*, *consent*, *healthy relationship*, serta strategi menghadapi situasi yang tidak aman. Ruang pengembangan tersebut menjadi dasar bagi Program BERDAYA untuk mengintegrasikan materi perlindungan diri dengan beberapa aktivitas pembelajaran partisipatif dalam satu rangkaian kegiatan.

Program BERDAYA (Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga) dirancang sebagai upaya edukasi perlindungan diri bagi remaja melalui materi *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship* dengan pendekatan interaktif. Program ini memadukan penyampaian materi, drama *role play*, diskusi dan tanya jawab, permainan “Mitosis atau Fakta”, serta “Pohon Komitmen”. Pengembangan kegiatan tersebut didasarkan pada *Social Cognitive Theory* (SCT) yang menekankan proses belajar melalui interaksi antara individu, perilaku, dan lingkungan serta penguatan *self-efficacy* (Fuente & Kau, 2023). Dengan mengacu pada ruang pengembangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peningkatan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri setelah mengikuti Program BERDAYA melalui perbandingan skor sebelum dan sesudah edukasi.

METODE

Pelaksanaan Program

Program “BERDAYA: Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga” merupakan program edukasi preventif yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai perlindungan diri (*self protection*), batasan tubuh (*body boundaries*), *consent*, dan hubungan yang sehat (*healthy relationship*). Program dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi dan edukasi interaktif yang ditujukan kepada siswa kelas VIII MTsN 7 Malang. Program “BERDAYA: Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga” dilaksanakan pada **Senin, 20 Juli 2026, pukul 12.00–15.00 WIB**. Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa metode, yaitu penyampaian materi secara interaktif, drama atau *role play*, diskusi dan tanya jawab, permainan edukatif “Mitosis atau Fakta”, serta refleksi melalui Pohon Komitmen BERDAYA. Media yang digunakan meliputi presentasi, LCD proyektor, platform Wordwall, serta *sticky notes* dan media berbentuk pohon untuk kegiatan refleksi.

Rangkaian kegiatan program “BERDAYA: Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga” dilaksanakan secara bertahap untuk memberikan pengalaman edukasi yang berlangsung dari pengukuran kondisi awal hingga refleksi akhir. Kegiatan dimulai dengan pengukuran pengetahuan awal melalui *pre-test*. Setelah itu, peserta mengikuti drama atau *role play* “Tubuhku,

Hakku” sebagai pengantar materi, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi dalam bentuk presentasi interaktif, diskusi dan tanya jawab, serta permainan edukatif “Mitos dan Fakta”. Setelah seluruh materi dan aktivitas edukasi selesai, peserta mengerjakan *post-test* untuk mengetahui perubahan pengetahuan. Kegiatan kemudian ditutup dengan refleksi melalui Pohon Komitmen BERDAYA.

Tabel 1. Rundown Program BERDAYA

Waktu	Durasi	Kegiatan	Penanggung Jawab
12.00–13.00	60 menit	Persiapan dan Pengkondisian Peserta	Seluruh Panitia
13.00–13.05	5 menit	Pembukaan: Doa, Indonesia Raya, dan Penyampaian SOP Peserta	Master of Ceremony
13.05–13.08	3 menit	Sambutan Ketua KKN	Master of Ceremony
13.08–13.13	5 menit	Sambutan Pihak Sekolah	Master of Ceremony
13.13–13.23	10 menit	Pre-test	MC & Fasilitator
13.23–13.28	5 menit	Drama Edukasi	Fasilitator
13.28–14.13	45 menit	Sosialisasi BERDAYA: <i>Body Boundaries</i> , <i>Consent</i> , dan Perlindungan Diri	Moderator & Pemateri
14.13–14.38	25 menit	Tanya Jawab (QnA)	Moderator & Pemateri
14.38–14.40	2 menit	Post-test	MC & Fasilitator
14.40–14.45	5 menit	Ice Breaking: Mitos dan Fakta	Master of Ceremony
14.45–14.50	5 menit	Dokumentasi dan Take Content	PDD
14.50–14.55	5 menit	Pohon Komitmen	Fasilitator
14.55–15.00	5 menit	Penutupan	Master of Ceremony

Pre-Test dan Post-Test

Pengukuran pengetahuan peserta dilakukan menggunakan *pre-test* dan *post-test* berupa 10 soal pilihan ganda. Instrumen disusun berdasarkan materi yang diberikan dalam program “BERDAYA: Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga”, meliputi perlindungan diri (*self protection*), batasan tubuh (*body boundaries*), persetujuan (*consent*), dan hubungan yang sehat (*healthy relationship*). Setiap soal memiliki satu jawaban yang benar. Jawaban benar diberikan skor 1, sedangkan jawaban salah diberikan skor 0, sehingga skor total peserta berada pada rentang 0–10.

Pre-test diberikan sebelum pelaksanaan edukasi untuk mengetahui kondisi awal pengetahuan peserta. Setelah seluruh rangkaian edukasi selesai, *post-test* diberikan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi. Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dibandingkan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti program BERDAYA.



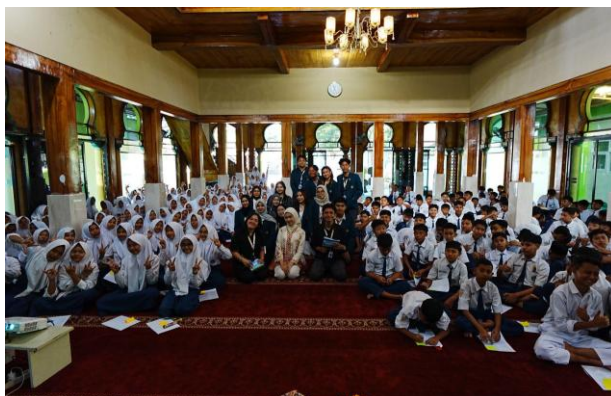
Gambar 1. Pelaksanaan *pre-test* pada peserta program BERDAYA

Sosialisasi

Sosialisasi merupakan kegiatan utama dalam Program “BERDAYA: Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga” yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa kelas VIII MTsN 7 Malang mengenai perlindungan diri, *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship*. Kegiatan dilaksanakan melalui penyampaian materi secara langsung oleh Novitha Mashar, mahasiswa semester 6 Psikologi Universitas Brawijaya, dengan menggunakan media presentasi dan LCD proyektor. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan melibatkan peserta melalui pertanyaan pemantik dan contoh situasi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari remaja. Materi yang disampaikan dalam sosialisasi meliputi *body boundaries*, *safe touch* dan *unsafe touch*, *consent*, keberanian mengatakan “no” dan “stop”, langkah yang dapat dilakukan ketika menghadapi situasi yang membuat tidak nyaman, keamanan dalam menggunakan media sosial, serta *healthy relationship*. Materi *body boundaries* membahas mengenai hak individu terhadap tubuhnya sendiri, batasan pribadi, serta pentingnya menghormati batasan tubuh orang lain. Materi *safe touch* dan *unsafe touch* diberikan untuk membantu peserta membedakan bentuk sentuhan yang aman dan sentuhan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman.

Selanjutnya, peserta diberikan pemahaman mengenai *consent* atau persetujuan, termasuk pentingnya meminta izin sebelum melakukan tindakan yang melibatkan tubuh atau ruang pribadi orang lain serta menghormati keputusan ketika seseorang mengatakan “tidak”. Peserta juga diberikan pemahaman mengenai cara menyampaikan penolakan melalui kata “no” dan “stop”, serta langkah yang dapat dilakukan ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman, seperti menjauh dari situasi, mencari tempat aman, dan menceritakan kejadian kepada orang yang dipercaya.

Materi kemudian dilanjutkan dengan pembahasan mengenai keamanan dalam bermedia sosial, termasuk pentingnya menjaga informasi pribadi, tidak membagikan foto atau data pribadi kepada orang yang tidak dikenal, serta tindakan yang dapat dilakukan ketika menerima pesan atau permintaan yang membuat tidak nyaman. Selain itu, peserta diberikan pemahaman mengenai karakteristik *healthy relationship*, seperti adanya rasa aman, saling menghargai, komunikasi yang baik, dukungan, dan penghormatan terhadap batasan masing-masing, serta tanda-tanda hubungan yang tidak sehat.



Gambar 2. Sosialisasi program BERDAYA

Drama/Role Play

Drama atau *role play* berjudul “Tubuhku, Hakku” digunakan sebagai media pembelajaran kontekstual dalam program BERDAYA. Drama menggambarkan situasi interaksi antar teman yang berkaitan dengan *body boundaries* dan *consent*, yaitu ketika seseorang melakukan kontak fisik terhadap temannya tanpa meminta izin. Drama diperankan oleh anggota tim program BERDAYA yang terdiri dari empat tokoh, yaitu Khalisa sebagai narator, Hali sebagai tokoh laki-laki, Alya sebagai tokoh perempuan, dan Hanifah sebagai penasihat. Peserta berperan sebagai pengamat dan tidak terlibat

langsung sebagai pemeran.

Penggunaan drama bertujuan membantu peserta memahami konsep *body boundaries* dan *consent* melalui situasi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Secara teoritis, penggunaan drama sebagai media pembelajaran berkaitan dengan konsep *observational learning* dalam *Social Cognitive Theory*, yaitu proses belajar yang dapat berlangsung melalui pengamatan terhadap perilaku yang ditampilkan oleh suatu model. Dalam kegiatan ini, anggota tim berperan sebagai model yang memperagakan situasi tertentu, sementara peserta mengamati perilaku dan konsekuensi yang ditampilkan untuk kemudian menghubungkannya dengan materi edukasi.

Drama dilaksanakan di MTsN 7 Malang pada bagian awal rangkaian edukasi, yaitu sebelum penyampaian materi utama. Penempatan drama pada awal kegiatan bertujuan memberikan gambaran konkret mengenai situasi yang berkaitan dengan materi yang akan disampaikan. Drama diawali dengan situasi ketika Hali mengajak Alya berfoto dengan cara menarik tangan Alya secara spontan. Alya kemudian menyampaikan ketidaknyamanannya terhadap tindakan tersebut. Selanjutnya, Hanifah memberikan penjelasan mengenai *body boundaries*, yaitu hak setiap individu untuk menentukan batasan atas tubuhnya, serta *consent*, yaitu persetujuan yang diberikan secara sadar, sukarela, dan tanpa paksaan. Dialog kemudian dilanjutkan dengan contoh penerapan *consent*, seperti meminta izin sebelum melakukan kontak fisik dan menghormati jawaban “tidak”. Drama ditutup dengan refleksi tokoh mengenai pentingnya menghargai batasan diri dan orang lain.

Drama dilaksanakan selama 5 menit dengan pesan utama yang disampaikan adalah bahwa setiap individu memiliki hak atas tubuhnya sendiri, dan setiap orang memiliki batasan yang perlu dihormati, serta perlunya *consent* dalam interaksi yang melibatkan tubuh atau ruang pribadi orang lain. Peserta juga diberikan pemahaman bahwa mengatakan “tidak” ketika merasa tidak nyaman merupakan bentuk menjaga diri dan penolakan tersebut perlu dihormati oleh orang lain.



Gambar 3. Pelaksanaan drama program BERDAYA

Mitos/Fakta

Kegiatan “Mitos atau Fakta” bertujuan untuk mengulang kembali pemahaman peserta terhadap materi perlindungan diri, *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship* yang telah disampaikan, sekaligus menjadi *ice breaking* agar suasana pembelajaran tidak monoton setelah sesi pemaparan materi dan tanya jawab. Kegiatan dilaksanakan melalui media pembelajaran interaktif berbasis platform Wordwall yang ditampilkan menggunakan LCD proyektor. MC membacakan setiap pernyataan yang muncul di layar, kemudian peserta yang ingin menjawab mengangkat tangan terlebih dahulu sebelum ditunjuk. Peserta yang ditunjuk diminta menentukan apakah pernyataan tersebut termasuk mitos atau fakta beserta alasannya, lalu pemateri atau MC memberikan pembahasan singkat sebelum melanjutkan ke pernyataan berikutnya. Peserta yang menjawab benar memperoleh *reward* sebagai bentuk apresiasi. Permainan terdiri dari 12 pernyataan, mencakup topik batasan tubuh, *consent*, relasi sehat, serta langkah mencari bantuan saat menghadapi situasi yang tidak nyaman. Dari 12 pernyataan yang diberikan, komposisi kunci jawaban terbagi rata, yaitu 6 pernyataan berkategori mitos

dan 6 pernyataan berkategori fakta. Rekapitulasi jumlah jawaban benar atau salah dari peserta secara individual tidak dicatat secara formal karena sesi ini bersifat partisipatif lisan.



Gambar 4. Pelaksanaan permainan edukasi Mitos/Fakta pada program BERDAYA

Pohon Komitmen

Rangkaian kegiatan kemudian diakhiri dengan refleksi melalui Pohon Komitmen BERDAYA. Sebagai bentuk refleksi akhir kegiatan, setiap peserta diberikan satu lembar *sticky notes*. Peserta diminta menuliskan satu komitmen sederhana yang akan diterapkan setelah mengikuti Program BERDAYA. Setelah selesai menulis, peserta maju secara bergantian untuk menempelkan *sticky notes* tersebut pada media berbentuk pohon yang telah disiapkan panitia, sehingga membentuk Pohon Komitmen BERDAYA. Kegiatan ini bertujuan menumbuhkan rasa tanggung jawab peserta untuk menerapkan nilai-nilai yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari, sekaligus menjadi simbol komitmen bersama dalam menciptakan lingkungan yang aman, saling menghormati, dan bebas dari kekerasan.

Komitmen yang dituliskan peserta bervariasi namun secara umum mengerucut pada beberapa tema besar, yaitu menjaga diri, misalnya komitmen untuk lebih waspada terhadap situasi yang berpotensi membahayakan dan berani bercerita kepada orang yang dipercaya bila mengalami hal yang tidak nyaman; menghargai batasan diri/orang lain, yaitu komitmen untuk menghormati *body boundaries* dan meminta izin (*consent*) sebelum melakukan tindakan yang melibatkan orang lain; serta berani mengatakan tidak, yaitu komitmen untuk lebih tegas menolak tindakan atau ajakan yang membuat tidak nyaman. Seluruh peserta berpartisipasi menuliskan komitmennya dan menempelkannya pada Pohon Komitmen BERDAYA, sejalan dengan indikator keberhasilan program yang menetapkan bahwa seluruh peserta menuliskan komitmen sebagai bentuk penerapan nilai-nilai yang diperoleh. Peserta terlihat antusias dan tertib mengikuti arahan panitia selama proses penempelan komitmen berlangsung.



Gambar 5. Pohon Komitmen BERDAYA

Analisis Data

Data hasil *pre-test* dan *post-test* dikumpulkan dari 294 siswa kelas VIII yang mengikuti Program BERDAYA. Selanjutnya, dilakukan pemeriksaan kelengkapan dan validitas data untuk menentukan data yang dapat digunakan dalam analisis. Data dinyatakan memenuhi kriteria analisis apabila (1) identitas peserta berupa nama tercantum pada *pre-test* dan *post-test* sehingga kedua data dapat dipasangkan, (2) jawaban pada *pre-test* dan *post-test* terisi secara lengkap, dan (3) peserta mengerjakan soal secara memadai sehingga data dapat dinilai dan dianggap valid. Kriteria pemilihan data tersebut didasarkan pada kelengkapan dan validitas pasangan data *pre-test* dan *post-test*, bukan pada karakteristik tertentu dari peserta. Penelitian ini tidak melakukan analisis perbedaan karakteristik antara peserta yang datanya memenuhi kriteria analisis dan peserta yang datanya tidak memenuhi kriteria. Berdasarkan proses pemeriksaan tersebut, dari 294 peserta diperoleh 165 peserta yang memenuhi seluruh kriteria dan memiliki data *pre-test* dan *post-test* yang lengkap serta dapat dipasangkan, sedangkan 129 data tidak digunakan dalam analisis.

Data dari 165 peserta yang memenuhi kriteria kemudian diberi skor berdasarkan kunci jawaban. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memperoleh nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi. Uji normalitas dilakukan menggunakan **Shapiro-Wilk** sebagai dasar untuk menentukan jenis uji beda yang digunakan. Berdasarkan hasil uji normalitas, perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Uji *Wilcoxon Signed-Rank* digunakan untuk membandingkan dua data berpasangan yang berasal dari subjek yang sama, yaitu skor *pre-test* dan *post-test*, untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Siswa

Penilaian peserta dilakukan dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test*, setiap siswa menjawab 10 butir pertanyaan pilihan ganda untuk mengukur pengetahuan mereka mengenai perlindungan diri (*body boundaries*), persetujuan (*consent*), dan hubungan yang sehat (*healthy relationship*). Instrumen *pre-test* diberikan sebelum sesi pemaparan materi BERDAYA dimulai, sementara *post-test* diberikan setelah sesi drama, pemaparan materi dan *ice breaking* selesai. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan siswa setelah mengikuti Edukasi Berdaya. Berdasarkan hasil penyebaran *pre-test* dan *post-test* kepada 294 siswa, dilakukan proses seleksi data berdasarkan kelengkapan data *pre-test* dan *post-test*. Sebanyak 165 siswa memiliki data lengkap dan dinyatakan valid, sehingga dapat digunakan dalam analisis.

Rata-rata skor *pre-test* peserta adalah 8,29 (SD = 0,931). Setelah diberikan Edukasi BERDAYA, rata-rata pengetahuan peserta meningkat menjadi 9,24 (SD = 1,019). Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor sebesar **0,95 poin** setelah peserta mengikuti Edukasi BERDAYA. Berikut merupakan hasil analisis data dari instrumen *pre-test* dan *post-test* yang telah dilakukan oleh para peserta. Terdapat peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta terhadap perlindungan diri, adapun materi perlindungan diri meliputi *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship*.

Tabel 2. Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Siswa

Pengukuran	N	Mean	SD	Min-Max
Pre-Test	165	8,29	0,931	7-10
Post-Test	165	9,24	1,019	7-10
Selisih	-	+0,95	-	-

Berdasarkan hasil tersebut, distribusi skor juga menunjukkan adanya perubahan setelah Edukasi BERDAYA. Pada *pre-test*, skor yang paling banyak diperoleh siswa adalah 8, yaitu sebanyak

57 siswa (34,5%). Pada post-test, skor yang paling banyak diperoleh adalah 10, yaitu sebanyak 96 siswa (58,2%). Proporsi siswa yang memperoleh skor maksimal meningkat dari 16 siswa (9,7%) pada pre-test menjadi 96 siswa (58,2%) pada post-test. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan distribusi skor ke arah yang lebih tinggi setelah pelaksanaan edukasi.

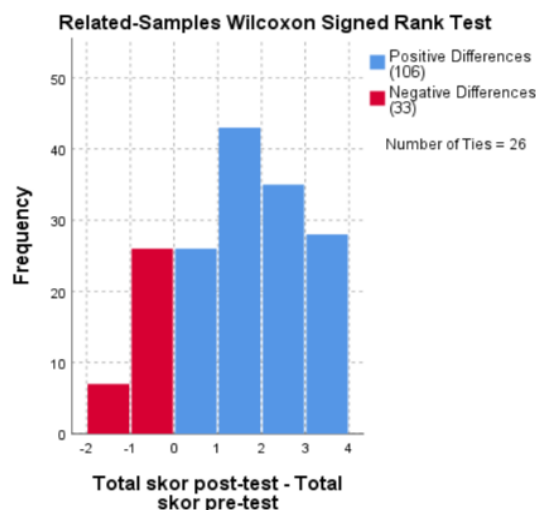
Hasil Uji Wilcoxon

Sebelum dilakukan uji perbedaan, dilakukan uji normalitas terhadap selisih skor pre-test dan post-test. Hasil uji Shapiro-Wilk menunjukkan nilai $p < 0,001$, sehingga data selisih skor tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah mengikuti Edukasi BERDAYA dilakukan menggunakan **Wilcoxon Signed-Rank Test**.

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami perubahan positif setelah mengikuti Edukasi BERDAYA. Sebanyak **106 siswa mengalami peningkatan skor** (*positive ranks*), **33 siswa mengalami penurunan skor** (*negative ranks*) dan sebanyak **26 siswa memiliki skor yang tetap** atau tidak mengalami perubahan antara pre-test dan post-test (*ties*). Variasi tersebut dapat berkaitan dengan beberapa kondisi selama proses pembelajaran dan pengukuran, seperti perbedaan tingkat pemahaman peserta, konsentrasi ketika mengerjakan *post-test*, serta keterbatasan waktu pengerjaan pada akhir kegiatan. Skor pengetahuan sebagian peserta relatif tetap setelah mengikuti program, salah satu kemungkinan adalah sebagian peserta telah memiliki pengetahuan awal yang cukup tinggi sehingga ruang peningkatan skor menjadi lebih terbatas.

Tabel 3. Perubahan Skor Pengetahuan Siswa Berdasarkan Uji Wilcoxon

Perubahan Skor	N	Persentase
Meningkat (<i>positive ranks</i>)	106	64,2
Menurun (<i>negative ranks</i>)	33	20,0
Tetap (<i>ties</i>)	26	15,8
Total	165	100,0



Gambar 6. Distribusi Perubahan Skor Pre-Test dan Post-Test Berdasarkan Uji Wilcoxon

Berdasarkan Tabel 2 dan gambar diatas, sebagian besar siswa, yaitu **64,2%**, mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah mengikuti Edukasi BERDAYA. Sebanyak **20,0%** siswa mengalami penurunan skor dan **15,8%** siswa tidak mengalami perubahan skor. Pola perubahan tersebut juga dapat dilihat pada gambar, yang menunjukkan bahwa jumlah perubahan positif lebih besar dibandingkan perubahan negatif.

Tabel 4. Hasil Uji Statistik

Variabel	Shapiro -Wilk (p)	Wilcoxon (P)	Kesimpulan
Pengetahuan siswa tentang perlindungan diri	<0,001	<0,001	Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Total skor post-test - Total skor pre-test	Negative Ranks	33 ^a	46.77	1543.50
	Positive Ranks	106 ^b	77.23	8186.50
	Ties	26 ^c		
	Total	165		

a. Total skor post-test < Total skor pre-test

b. Total skor post-test > Total skor pre-test

c. Total skor post-test = Total skor pre-test

Test Statistics^a

Total skor post-test - Total skor pre-test	
Z	-7.124 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Gambar 7. Hasil Uji Wilcoxon Signed-Rank Test

Berdasarkan Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai $Z = -7,124$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Karena nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Jadi, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan siswa sebelum dan sesudah mengikuti Edukasi BERDAYA. Hasil analisis menunjukkan bahwa setelah mengikuti Edukasi BERDAYA, skor pengetahuan siswa mengalami peningkatan dari rata-rata 8,29 pada pre-test menjadi 9,24 pada post-test, dengan selisih rata-rata sebesar 0,95 poin. Peningkatan tersebut juga didukung oleh hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami peningkatan skor dan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Hal ini menunjukkan bahwa pelaksanaan Edukasi BERDAYA menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri.

Hasil N-Gain

Statistics				
NGain				
N	Valid	149		
	Missing	16		
Mean		.3926		
Median		1.0000		
Std. Deviation		.85250		
Range		3.00		
Minimum		-2.00		
Sum		58.50		

NGain				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	-2.00	6	3.6	4.0
	-1.00	18	10.9	16.1
	-.50	8	4.8	21.5
	.00	11	6.7	28.9
	.33	8	4.8	34.2
	.50	15	9.1	44.3
	.67	2	1.2	45.6
	1.00	81	49.1	54.4
	Total	149	90.3	100.0

Gambar 8. Hasil N-Gain

Penelitian ini juga menghitung nilai *N-Gain* untuk melihat tingkat peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Perhitungan *N-Gain* dilakukan dengan membandingkan selisih antara skor *pre-test* dan *post-test* terhadap kemungkinan peningkatan skor yang dapat dicapai peserta. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai rata-rata *N-Gain* sebesar 0,3926. Nilai tersebut termasuk dalam kategori sedang, yang menunjukkan bahwa Edukasi BERDAYA mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri dengan tingkat peningkatan sedang. Hasil ini melengkapi temuan sebelumnya dari uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* ($Z = -7,124$; $p < 0,001$). Perhitungan *N-Gain* dalam penelitian ini dilakukan pada 149 peserta, sedangkan 16 peserta tidak dapat dihitung nilai *N-Gain*-nya karena telah memperoleh skor maksimal pada *pre-test*. Kondisi tersebut menyebabkan nilai *N-Gain* tidak dapat dihitung karena tidak terdapat kemungkinan peningkatan skor lebih lanjut berdasarkan rumus *N-Gain*. Hasil peningkatan rata-rata skor, perbedaan yang signifikan berdasarkan uji *Wilcoxon*, serta nilai *N-Gain* dalam kategori sedang menunjukkan bahwa Program BERDAYA efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai perlindungan diri, *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship*.

Pembahasan

Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti Program BERDAYA, dari rata-rata 8,29 menjadi 9,24 (*Wilcoxon Signed Rank Test*, $Z = -7,124$; $p < 0,001$), dengan 106 dari 165 peserta (64,2%) mengalami peningkatan skor. Temuan ini menunjukkan bahwa Program BERDAYA efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai perlindungan diri, *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship*. Efektivitas Program BERDAYA dalam penelitian ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 0,95 poin, dari 8,29 pada saat *pre-test* menjadi 9,24 pada saat *post-test*. Peningkatan tersebut juga diperkuat oleh hasil uji *Wilcoxon* yang menunjukkan perbedaan signifikan antara skor sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi ($Z = -7,124$; $p < 0,001$) sebanyak 106 dari 165 peserta atau 64,2% mengalami peningkatan skor.

Penelitian ini juga menghitung nilai *N-Gain* untuk melihat tingkat peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti Edukasi BERDAYA. Perhitungan *N-Gain* dilakukan dengan membandingkan selisih antara skor *pre-test* dan *post-test* terhadap kemungkinan peningkatan skor yang dapat dicapai peserta. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai rata-rata *N-Gain* sebesar 0,3926 yang termasuk dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Edukasi BERDAYA mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri dengan tingkat peningkatan sedang. Hasil *N-Gain* ini melengkapi temuan sebelumnya dari uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* ($Z = -7,124$; $p < 0,001$). Efektivitas Program BERDAYA ditunjukkan oleh tingkat peningkatan pengetahuan yang berada pada kategori sedang berdasarkan hasil perhitungan *N-Gain*.

Peningkatan pengetahuan yang ditemukan dalam Program BERDAYA sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa berbagai pendekatan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan seksual dan reproduksi. (Pradnyani et al., 2023) menyebutkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab, sedangkan (Tazkia et al., 2025). menunjukkan peningkatan pemahaman melalui penggunaan modul interaktif dan diskusi. Temuan lain pada penelitian (Ma et al., 2022) juga menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan seksual dan reproduksi yang menggunakan berbagai aktivitas interaktif dapat meningkatkan pengetahuan seksual remaja secara signifikan dibandingkan kelompok yang memperoleh pendidikan seksual seperti biasa. Program tersebut juga menunjukkan peningkatan pada aspek sikap dan *self-efficacy*, sehingga menunjukkan bahwa edukasi yang melibatkan keterlibatan aktif peserta dapat memberikan hasil yang lebih luas dibandingkan penyampaian informasi secara pasif.

Pendekatan yang melibatkan aktivitas peserta secara lebih langsung juga diterapkan oleh (Luturmas et al., 2019) melalui permainan, *role play*, dan simulasi pada 755 siswa dari dua SMP Negeri di Kota Ambon, yang menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan maupun sikap positif siswa ($p = 0,000$). Sementara itu, (Harianti et al., 2021) menunjukkan bahwa metode *peer education* pada 52 siswa SMK di Pekanbaru menghasilkan peningkatan pengetahuan, sikap, dan *self-efficacy* remaja yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Hasil serupa juga pada penelitian (Pinandari et al., 2023) dalam studi pendidikan seksualitas komprehensif berbasis sekolah di Indonesia melalui program SEMangaT duniA Remaja (SETARA). Penelitian quasi-eksperimental tersebut menemukan bahwa peserta yang menerima intervensi menunjukkan peningkatan kompetensi terkait seksualitas sehat, termasuk pengetahuan mengenai kehamilan dan komunikasi terkait kesehatan serta hak seksual dan reproduksi. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi seksualitas yang diberikan secara terstruktur di lingkungan sekolah berpotensi meningkatkan kompetensi pengetahuan dan keterampilan remaja. Temuan-temuan yang telah disebutkan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan seksual dapat dilaksanakan melalui beragam bentuk keterlibatan peserta, mulai dari penyampaian materi dan diskusi hingga aktivitas yang bersifat simulatif dan berbasis pengalaman. Dalam penelitian ini, temuan tersebut memperkuat hasil bahwa efektivitas Program BERDAYA menggunakan metode penyampaian yang melibatkan peserta secara aktif. Dengan kata lain, peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan melalui hasil *pre-test* dan *post-test* terjadi setelah peserta mengikuti rangkaian edukasi yang memadukan pemaparan materi, simulasi, permainan, dan refleksi. Kombinasi tersebut menjadi salah satu aspek yang mendukung efektivitas Program BERDAYA dalam meningkatkan pengetahuan siswa.

Dalam konteks tersebut, Program BERDAYA mengintegrasikan beberapa bentuk keterlibatan peserta dalam satu rangkaian kegiatan. *Role play* digunakan untuk memberikan gambaran situasi yang berkaitan dengan batasan diri dan *consent*, permainan "Mitosis atau Fakta" digunakan untuk menguji pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan, sedangkan "Pohon Komitmen" memberikan ruang bagi peserta untuk merefleksikan pemahaman yang diperoleh selama kegiatan. Integrasi antara observasi, pengujian pemahaman, dan refleksi tersebut menjadi karakteristik yang membedakan Program BERDAYA dari program yang lebih berfokus pada penyampaian informasi maupun program yang menggunakan satu bentuk pendekatan partisipatif seperti *role play* saja (Luturmas et al., 2019) atau *peer education* saja (Harianti et al., 2021).

Inovasi Program BERDAYA terletak pada penggabungan beberapa aktivitas dengan fungsi pembelajaran yang berbeda dalam satu rangkaian edukasi mengenai perlindungan diri dan batasan pribadi. Temuan tersebut didukung oleh (Boku et al., 2024), yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan seksual dan reproduksi berbasis sekolah dapat menghasilkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok yang menerima intervensi dibandingkan kelompok pembandingan. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dapat dicapai melalui edukasi yang disusun secara terstruktur dan disesuaikan dengan konteks peserta. Karakteristik tersebut menjadi salah satu dasar dalam menjelaskan efektivitas Program BERDAYA. Apabila edukasi satu arah berfokus pada penyampaian informasi, Program BERDAYA memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh informasi, mengamati contoh situasi, menguji pemahaman, serta melakukan refleksi terhadap materi yang telah diterima. Efektivitas program didukung oleh rancangan kegiatan yang memungkinkan peserta terlibat dalam beberapa tahapan proses pembelajaran.

Dari sisi pelaksanaan, efektivitas Program BERDAYA didukung oleh penggunaan metode yang bersifat partisipatif dan eksperiensial. Sebagaimana dibahas lebih lanjut pada bagian berikutnya, kecenderungan remaja untuk lebih mudah menyerap dan mengadopsi pengetahuan melalui pengamatan dan simulasi langsung ini sejalan dengan prinsip *Social Cognitive Theory*. Kombinasi antara sasaran program yang menjangkau remaja secara langsung, metode yang partisipatif dan eksperiensial, serta evaluasi yang dilakukan melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test* menjadi karakteristik Program BERDAYA dalam upaya meningkatkan pengetahuan perlindungan diri siswa.

Selain itu, terdapat penelitian lain yang membahas hasil *scoping review* oleh (Putri et al., 2025) menunjukkan bahwa intervensi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi remaja dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, termasuk edukasi berbasis sekolah, permainan edukatif, diskusi, demonstrasi, maupun media digital. Tinjauan tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat satu bentuk metode tunggal yang digunakan dalam seluruh intervensi, melainkan keterlibatan peserta melalui aktivitas edukatif menjadi salah satu karakteristik yang banyak digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja.

Peningkatan pengetahuan peserta yang terjadi tidak lepas dari rancangan kegiatan program BERDAYA yang menggabungkan berbagai metode penyampaian materi yang disusun secara interaktif. Materi mengenai *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship* tidak hanya disampaikan melalui pemaparan materi, tetapi melibatkan penampilan drama *role play*, permainan “Mitosis atau Fakta” sebagai *ice breaking*, serta “Pohon Komitmen” dipenghujung kegiatan. Penggunaan berbagai metode memungkinkan peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga mengamati contoh perilaku secara langsung melalui drama, menguji pemahaman melalui permainan “Mitosis atau Fakta”, serta merefleksikan kembali pemahaman yang diperoleh melalui tulisan yang dipasang pada “Pohon Komitmen”.

Kombinasi metode yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan pengalaman langsung merupakan faktor peserta lebih mudah memahami dan mengingat materi yang disajikan, dibandingkan apabila materi hanya disajikan secara satu arah tanpa keterlibatan aktif peserta. Pendekatan yang serupa juga digunakan dalam program pembekalan keterampilan protektif bagi siswa di SMP 9 Maros oleh (Awaru et al., 2025). Program tersebut menggabungkan penyuluhan, diskusi, simulasi keterampilan protektif, dan *role play*, serta mengevaluasi perubahan pengetahuan melalui *pre-test* dan *post-test*. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa mengenai kekerasan seksual, *consent*, *personal boundaries*, dan strategi perlindungan diri. Kesamaan tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan simulasi dan aktivitas partisipatif dapat menjadi pendekatan yang relevan dalam edukasi perlindungan diri pada siswa.

Perubahan pengetahuan yang terjadi pada peserta sejalan dengan *Social Cognitive Theory* yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Bandura menjelaskan bahwa kapasitas manusia untuk mengendalikan kualitas hidupnya ditandai oleh sejumlah ciri utama yang beroperasi melalui kesadaran fenomenal dan fungsional, termasuk pertimbangan matang dan pemikiran ke depan (*forethought*), regulasi diri (*self-regulation*), serta refleksi diri terhadap kemampuan dan kualitas fungsinya (Bandura, 2020). Pada program BERDAYA, *Social Cognitive Theory* dicerminkan melalui rancangan kegiatan yang memaparkan materi secara interaktif, menghadirkan drama *role play*, permainan “Mitosis atau Fakta”, dan “Pohon Komitmen” sebagai stimulus yang memungkinkan peserta untuk mengamati, memproses secara kognitif, dan merefleksikan pemahaman yang diperoleh secara aktif. Keterkaitan antara pendekatan interaktif dan *Social Cognitive Theory* juga terlihat pada penelitian (Ma et al., 2022) yang menggunakan *Social Cognitive Theory* sebagai dasar program edukasi kesehatan seksual dan reproduksi. Dalam penelitian tersebut, edukasi yang melibatkan aktivitas interaktif menghasilkan peningkatan pengetahuan, sikap, dan *self-efficacy* peserta. Hal ini memperkuat relevansi penggunaan proses observasi, keterlibatan aktif, dan pengalaman belajar dalam menjelaskan perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti Program BERDAYA. Berdasarkan penelitian, peningkatan skor pengetahuan peserta setelah mengikuti Program BERDAYA dapat dipahami sebagai hasil dari proses belajar sosial sebagaimana dijelaskan oleh Bandura, yang mana pemahaman baru terbentuk melalui interaksi timbal balik antara faktor personal peserta, perilaku yang ditampilkan, dan lingkungan edukatif yang diciptakan selama program berlangsung.

Faktor Pendukung dan Penghambat

Pelaksanaan Program BERDAYA didukung oleh tingkat partisipasi dan antusiasme yang

tinggi dari MTsN 7 Malang. Hal ini dibuktikan dengan kehadiran seluruh siswa kelas VIII dalam rangkaian kegiatan edukasi. Dukungan ini terwujud secara nyata melalui adanya instruksi langsung dari pihak sekolah untuk memastikan seluruh siswa kelas 8 mengikuti Program BERDAYA secara menyeluruh. Partisipasi penuh dari siswa kelas 8 ini menjadi elemen positif yang memperlancar proses penyampaian informasi mengenai *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship*. Dengan kehadiran seluruh target sasaran, penyampaian materi perlindungan diri dapat dilakukan secara komprehensif dan merata.

Meskipun mendapat dukungan penuh dari aspek kehadiran peserta, proses pelaksanaan di lapangan tetap menghadapi beberapa kendala situasional dan teknis. Dari sisi kesiapan awal, persiapan lokasi baru mulai dilaksanakan setelah Sholat Dzuhur, sementara peserta ternyata sudah lebih dahulu menempati tempat kegiatan sehingga fokus panitia terbagi antara menyelesaikan persiapan dan mengondisikan peserta yang telah menunggu. Kondisi ini diperparah dengan kesalahan pemasangan banner yang tidak sesuai posisi karena dipasang oleh pihak sekolah, sehingga tim panitia harus memasang ulang, serta lembar *post-test* yang belum dilengkapi *sticky notes* sehingga Master of Ceremony (MC) harus mengulur waktu di hadapan peserta hingga proses pemasangan selesai. Kendala turut berlanjut pada tahap pelaksanaan, yakni terjadinya perpanjangan durasi penyampaian materi oleh pemateri utama yang menggeser alur dan jadwal acara, serta dipindahkan dan dibongkarnya area instalasi Pohon Komitmen oleh pihak sekolah tepat sebelum acara dimulai, yang memaksa panitia bekerja di bawah tekanan waktu untuk merangkai ulang fasilitas tersebut agar siap digunakan pada sesi penutup. Sebagai langkah mitigasi, Master of Ceremony (MC) mengambil kendali untuk menyesuaikan rundown dan memadatkan alur kegiatan berikutnya, guna memastikan seluruh rangkaian acara tetap terlaksana secara optimal dan selesai tepat waktu sebelum pukul 15.00 WIB.

Rangkaian kendala tersebut menunjukkan bahwa tahap persiapan di lokasi belum sepenuhnya matang, baik dari segi kesesuaian waktu, kesiapan teknis lapangan, maupun koordinasi antar panitia dalam mengkondisikan situasi yang berjalan tidak sesuai rencana. Namun demikian, melalui strategi mitigasi yang dilaksanakan panitia di lokasi, kendala-kendala tersebut tidak mengurangi esensi edukasi, sehingga program BERDAYA tetap berhasil mencapai tujuannya, sebagaimana dibuktikan dengan peningkatan skor pengetahuan peserta.

KESIMPULAN

Program BERDAYA (Berani Edukasi Remaja untuk Diri yang Aman dan Berharga) dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai perlindungan diri, *body boundaries*, *consent*, dan *healthy relationship*. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui sosialisasi interaktif yang dikombinasikan dengan drama edukasi, diskusi dan tanya jawab, permainan Mitos dan Fakta, serta kegiatan Pohon Komitmen. Pendekatan tersebut memberikan ruang bagi siswa untuk memperoleh informasi sekaligus berpartisipasi secara aktif selama kegiatan berlangsung.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti Program BERDAYA. Rata-rata skor pre-test sebesar 8,29 meningkat menjadi 9,24 pada post-test. Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah edukasi ($p < 0,001$). Hasil perhitungan *N-Gain* memperoleh nilai rata-rata sebesar 0,3926 yang termasuk dalam kategori sedang. Berdasarkan peningkatan rata-rata skor, hasil uji statistik, dan nilai *N-Gain*, Program BERDAYA menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri dengan tingkat peningkatan sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Program BERDAYA berhasil mencapai tujuan kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perlindungan diri, batasan tubuh, *consent*, dan hubungan sehat.

Pelaksanaan edukasi mengenai perlindungan diri disarankan dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan pihak sekolah, orang tua, dan lingkungan sekitar remaja. Kegiatan selanjutnya dapat mengembangkan materi dan metode edukasi yang lebih beragam, interaktif, serta disesuaikan

dengan kebutuhan remaja. Evaluasi juga dapat dilakukan dengan pemantauan lanjutan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya (FISIP UB) atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan program Fisip Bakti Desa (FBD). Terima kasih juga disampaikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan, Yuliezar Perwira Dara, S.Psi., M.Psi., atas arahan, bimbingan, dan masukan selama pelaksanaan program hingga penyusunan artikel ini. Apresiasi disampaikan kepada perangkat Desa Pandanajeng dan seluruh warga Desa Pandanajeng atas penerimaan, dukungan, partisipasi, dan kerja sama yang diberikan selama kegiatan berlangsung. Selain itu, terima kasih disampaikan kepada seluruh anggota FBD Kelompok 10 atas kerja sama, kontribusi, dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan serta penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, A. Z., Ma'ani, A., & Muchlis, I. (2024). Membangun self boundaries dalam peningkatan pendidikan karakter di era bullying sekolah. *GAHWA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 32–48. <https://doi.org/https://doi.org/10.61815/gahwa.v2i2.398>
- Awaru, A. O. T., Najamuddin, Juwita, R., Massaunna, M. W., & Nur, M. (2025). Pembekalan Keterampilan Protektif bagi Siswa untuk Pencegahan Kekerasan Seksual di SMP 9 Maros. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 6(4), 5400–5409. <https://doi.org/https://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i4.7126>
- Bandura, A. (2020). Psychology : the Journal of the Hellenic Psychological Society. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 12(3), 313–333. <https://doi.org/10.12681/psy>
- Boku, G. G., Abeya, S. G., Ayers, N., & Wordofa, M. A. (2024). The Effect of School-Linked Module-Based Friendly-Health Education on Adolescents ' Sexual and Reproductive Health Knowledge , Guji Zone , Ethiopia - Cluster Randomized Controlled Trial. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 15(January), 5–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.2147/AHMT.S441957>
- Fadly, D., & Islawati. (2024). Tantangan Bagi Perkembangan Psikososial Anak dan Remaja di Era Pendidikan Modern : Studi Literatur. *VENN: Jurnal of Sustainable Innovation on Education, Mathematics and Natural Sciences*, 3(2), 66–75. <https://doi.org/https://doi.org/10.53696/venn.v3i2.156>
- Fuente, J. De, & Kau, D. F. (2023). Editorial : Past , present and future contributions from the social cognitive theory (Albert Bandura). *Frontiers in Psychology*, 14(1258249), 1–3. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1258249>
- Gruber, M. J., & Fandakova, Y. (2021). Curiosity in childhood and adolescence — what can we learn from the brain. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 39, 178–184. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.03.031>
- Harianti, R., Nurjanah, T., & Hasrianto, N. (2021). Peer education as a method in sexual, reproductive health promotion and risk communication for adolescent. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 9(2), 213–223. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jkk.v9i2.32280>
- Luturmas, N., Noya, F. C., Soumena, R. Z., & Natalia, T. (2019). Role Play, Games Dan Simulasi Efektif Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Positif Siswa SMPN 4 Dan SMPN 10 Ambon. *Molucca Medica*, 12(2), 19–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.30598/molmed.2019.v12.i2.19>
- Ma, X., Yang, Y., Chow, K. M., & Zang, Y. (2022). Chinese adolescents ' sexual and reproductive health education : A quasi- experimental study. *Public Health Nursing*, 39(1), 116–125. <https://doi.org/10.1111/phn.12914>
- Mahsuni, I. S. (2023). Pentingnya lingkungan keluarga dalam menjaga kesehatan mental bagi remaja.

- Maliki Interdisciplinary Journal, 1(6), 563–569.
<https://doi.org/https://doi.org/10.30598/molmed.2019.v12.i2.19>
- Nur'aeni, Y., Fitri, S. Y. R., & Kurniawan, K. (2024). Resiliensi Remaja di Wilayah Pesisir: A Scoping Review. *Jurnal Keperawatan*, Vol 16 No 3 (2024): *Jurnal Keperawatan: September 2024*, 1063–1072.
<https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/1788/1213>
- Pemerintah Kabupaten Malang. (2024). *Peraturan Bupati Malang Nomor 36 Tahun 2024 tentang Pencegahan dan Penanganan Perkawinan Anak*. Pemerintah Kabupaten Malang.
- Pinandari, A. W., Kågesten, A. E., Li, M., Moreau, C., Reeuwijk, M. Van, & Wilopo, S. A. (2023). Short-Term Effects of a School-Based Comprehensive Sexuality Education Intervention Among Very Young Adolescents in Three Urban Indonesian Settings : A Quasi-Experimental Study. *Journal of Adolescent Health*, 73(1), S21–S32. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.01.030>
- Pradnyani, I. G. A. A., Rahayu, N., & Yasin, M. (2023). Penyuluhan Sex Education dalam Mencegah Kekerasan Seksual di Mi Miftahul Ulum De Conning School. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(7), 1118–1123. <https://doi.org/https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i7.316>
- Pramesti, M., & Nursalim, M. (2023). Pengembangan Paket Personal Boundaries Awareness Untuk Membentuk Perilaku Melindungi Diri Pada Anak Usia Dini. *Jurnal BK UNESA*, 13(5), 559–564. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/55736>
- Putri, Y. H. S., Maryati, I., & Solehati, T. (2025). Interventions to Improve Sexual and Reproductive Health Related Knowledge and Attitudes Among the Adolescents : Scoping Review. *Risk Management and Healthcare Policy*, 18, 105–116. <https://doi.org/doi:10.2147/RMHP.S490395>
- Tazkia, S. B., Augustiya, T., Rahmawati, L. N., & Dewi, R. (2025). Psikoedukasi Pendidikan Seksual melalui Kuliah Kerja Nyata (KKN) untuk Meningkatkan Pemahaman dan Sikap Remaja terhadap Pencegahan Kekerasan Seksual di Desa Paseh Kidul. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(2), 13251–13256. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.2592ARTICLE>
- Watts, L. L., Hamza, E. A., Bedewy, D. A., & Moustafa, A. A. (2024). A meta-analysis study on peer influence and adolescent substance use. *Current Psychology*, 43(5), 3866–3881. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04944-z>
- Zalika, F. R., & Nisa, A. T. (2024). The Relationship between Self Boundaries and People Pleaser Behavior in Islamic Guidance and Counseling Students at UIN Raden Mas Said Surakarta Hubungan Self Boundaries Terhadap Perilaku People Pleaser pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam di UIN. *Al-Hiwar: Jurnal Ilmu Dan Teknik Dakwah*, 12(2), 15–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.18592/alhiwar.v11i2.14355>
- Ardiansyah, A. E. S., Putri, M. H., Putri, T. Z., & Sukmana, O. (2026). Sosialisasi Pernikahan Dini: Fakta, Risiko, Dan Pilihan Cerdas Siswa SMAN 1 Tumpang Kabupaten Malang. *ININNAWA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 04(01), 162–171. <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/tryd4m56>