

## **GAMBARAN *SELF-PROTECTION* REMAJA PEREMPUAN DI KOTA PADANG TERHADAP KEKERASAN SEKSUAL**

Adinda Fortuna <sup>1\*</sup>, Free Dirga Dwatra <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Padang

Corresponding Author: [freedirga@fip.unp.ac.id](mailto:freedirga@fip.unp.ac.id)

### **ABSTRACT**

This study aims to determine the descriptive overview of *self-protection* capabilities among adolescent girls in Padang City against the risk of sexual violence. This research applies a descriptive quantitative approach. The population in this study consisted of early adolescent girls aged 12 to 15 years in Padang City, with a total sample of 409 respondents selected using *quota sampling* technique. Data collection was conducted using a modified *self-protection* scale based on the dimensions of *self-defense* and *self-efficacy*, which demonstrated high reliability ( $\alpha = 0.891$ ). Data analysis was performed using descriptive statistical analysis assisted by SPSS software. The results showed that the empirical *mean* score (75.17) was higher than the hypothetical *mean* score (57.5), indicating a high level of *self-protection* among the respondents. Categorization analysis revealed that 52.6% of respondents fell into the very high category, 41.3% into the high category, 5.9% into the moderate category, and only 0.2% into the low category. These findings suggest that the majority of adolescent girls in Padang City possess strong *self-protection* capacities, driven by high *self-defense* mechanisms and solid *self-efficacy* in identifying, anticipating, and responding to situations involving potential sexual violence.

**Keywords:** *self-protection, adolescent girls, sexual violence, Padang City*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kemampuan *self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang dalam menghadapi risiko kekerasan seksual. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja perempuan awal berusia 12 hingga 15 tahun di Kota Padang, dengan jumlah sampel sebanyak 409 responden yang diperoleh melalui teknik *quota sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner berupa skala *self-protection* yang disusun berdasarkan aspek pertahanan diri dan *self-efficacy* dengan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,891. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan nilai rerata empirik (75,17) lebih tinggi dibandingkan rerata hipotetik (57,5), yang menandakan tingkat *self-protection* subjek berada di atas rata-rata teoritis. Berdasarkan kategorisasi data, sebanyak 52,6% responden berada pada kategori sangat tinggi, 41,3% kategori tinggi, 5,9% kategori sedang, dan 0,2% berada pada kategori rendah. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas remaja perempuan di Kota Padang memiliki kemampuan dan keyakinan diri yang sangat baik dalam melakukan tindakan

perlindungan diri (*self-protection*) untuk mengenali dan mengantisipasi situasi yang berpotensi mengarah pada kekerasan seksual.

**Kata Kunci:** *self-protection*, remaja perempuan, kekerasan seksual, Kota Padang

### **A. Pendahuluan**

Kasus kekerasan seksual menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun dan menjadi persoalan yang serius di Indonesia, khususnya pada kelompok usia remaja. Kondisi kerentanan kelompok usia ini dipertegas melalui data nasional. Berdasarkan Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) menyebutkan bahwa kelompok usia 13-17 tahun tercatat sebagai kelompok yang paling banyak mengalami kekerasan seksual, dimana 19% remaja perempuan pernah menjadi korban setidaknya satu kali (Susilowati et al., 2022). Data berskala internasional juga memperkuat realitas ini, di mana United Nations Children's Fund atau UNICEF (2023) melaporkan bahwa 1 dari 9 remaja perempuan usia 15-19 tahun di Indonesia pernah mengalami kekerasan seksual. Selain itu, Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan atau Komnas Perempuan (2024) menyebutkan bahwa remaja perempuan menjadi kelompok usia yang paling rentan terhadap kekerasan seksual, terutama dalam

relasi pacaran dengan peningkatan kasus mencapai 15% dibandingkan dengan tahun sebelumnya.

Kekerasan seksual terhadap remaja juga secara nyata tercermin dalam berbagai kasus konkret yang diberitakan di media massa. Pada Januari 2026, Kepolisian Resor Metro Tangerang Selatan mengamankan seorang pelaku berinisial OF (19) atas kasus hubungan seksual dan pelecehan korban di bawah umur (Ramidy, 2026). Kasus tersebut bermula dari hubungan interpersonal yang dianggap sebagai "kenalan biasa" yang kemudian berkembang menjadi tindakan eksploitasi seksual terhadap remaja (Ramidy, 2026). Kasus serupa juga marak terjadi di bagian timur Indonesia, salah satunya berdasarkan berita remaja dan mahasiswa sasaran kekerasan seksual di Alor 2025, dimana disebutkan bahwa remaja dan mahasiswa menjadi sasaran kekerasan seksual yang semakin sering terjadi di Alor, Nusa Tenggara Timur (Fahik, 2025).

Peningkatan kasus kekerasan seksual terhadap kelompok usia

remaja ini terlihat jelas di berbagai daerah di Indonesia, termasuk di Kota Padang. Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3AP2KB) mencatat terdapat 42 kasus kekerasan seksual terhadap usia dibawah umur sepanjang tahun 2024 (Rahmadhani & Susanti, 2024). Angka tahun 2024 ini mengalami peningkatan yang cukup signifikan jika dibandingkan dengan 31 kasus yang tercatat pada tahun 2023 di Kota Padang (Rahmadhani & Susanti, 2024). Peningkatan kasus kekerasan seksual di Kota Padang ini diperkuat juga oleh hasil wawancara mendalam dengan pekerja sosial Dinas Sosial Kota Padang yaitu W dan M pada tanggal 09 Mei 2025. Keduanya menyampaikan fakta bahwa sejak tahun 2015 laporan kasus kekerasan seksual terhadap usia 7 hingga 17 tahun terus meningkat. Dari data laporan tersebut, mayoritas korban berjenis kelamin perempuan, dengan sebagian besar korban berasal dari keluarga kurang mampu dan pelaku umumnya adalah orang terdekat seperti orang tua, kakek, paman, atau bahkan pasangan.

Kondisi kerentanan tersebut juga di temukan pada salah satu wilayah spesifik di Kota Padang yaitu di Purus,

yang merupakan kawasan pesisir dengan aktivitas sosial dan ekonomi yang cukup padat. Berdasarkan hasil wawancara awal peneliti dengan tiga orang masyarakat Purus dan satu anggota Satuan Polisi Pamong Praja (Satpol PP) pada 30 Januari 2026, diperoleh informasi empiris bahwa kawasan ini kerap menjadi tempat berkumpulnya remaja hingga larut malam, baik secara berkelompok maupun berpasangan. Informan mengungkapkan adanya kekhawatiran terkait minimnya pengawasan orang tua serta rendahnya pemahaman remaja mengenai batasan perilaku yang aman dalam pergaulan. Selain itu, Satpol PP setempat menyampaikan bahwa meskipun patroli rutin telah dilakukan, perilaku berisiko remaja di kawasan Purus masih sulit dikendalikan.

Remaja menurut badan kesehatan dunia atau WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun (Diananda, 2018). Menurut Santrock (2019) remaja dibagi menjadi beberapa tahap perkembangan, salah satunya adalah remaja awal (*early adolescence*) yang berada pada rentang usia 12 hingga 15 tahun. Pada masa remaja awal

(*early adolescence*) ini terjadi kira-kira sama dengan masa sekolah menengah pertama, di mana biasanya pada masa ini perkembangan terfokus kebanyakan pada perubahan pubertas (Nisya & Sofiah, 2012). Pada fase ini, remaja berada pada fase eksplorasi dan pembentukan identitas, termasuk identitas seksual. Pada tahap perkembangan ini, remaja mulai menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap hal-hal yang berkaitan dengan tubuh dan seksualitas, namun mereka belum memiliki pemahaman dan kontrol diri yang matang (Santrock, 2019). Menurut Nisya & Sofiah (2012) remaja memiliki proses perkembangan yang sangat kompleks, sehingga dinamika ini sering menimbulkan permasalahan, baik pada diri remaja itu sendiri maupun pada lingkungan sekitarnya.

Masa remaja juga ditandai dengan meningkatnya pengaruh teman sebaya yang sangat kuat. Tekanan sosial dalam konteks hubungan atau interaksi sosial ini dapat mendorong remaja untuk mengambil keputusan berisiko tanpa mempertimbangkan keselamatan diri (Widman et al., 2016). Berada di tengah ancaman ini, remaja yang

berada dalam masa pubertas seharusnya memiliki kemampuan *self-protection* untuk melindungi, mengidentifikasi serta mengantisipasi segala macam bentuk kekerasan seksual yang terjadi pada diri (Nugroho Jati, 2024). Kekerasan seksual terhadap remaja sendiri mengacu pada segala macam bentuk tindakan pemaksaan maupun ancaman untuk melakukan aktivitas seksual, di mana aktivitas seksual itu bisa meliputi meraba, pencabulan, dan bahkan pemerkosaan (Purbararas, 2018). Menurut World Health Organization (WHO), kekerasan seksual mencakup setiap tindakan seksual, percobaan untuk melakukan tindakan seksual, komentar ataupun ajakan seksual yang tidak diinginkan, serta tindakan lain yang melibatkan paksaan terhadap seseorang, tanpa memandang hubungan pelaku dengan korban (Iksan et al., 2024).

Kondisi perkembangan remaja yang kompleks membutuhkan kemampuan *self-protection* untuk mendeteksi situasi yang berpotensi membahayakan diri dan kemampuan untuk merespon gejala-gejala yang tidak sesuai dalam bentuk verbal maupun non verbal guna melindungi

diri sendiri dari situasi membahayakan (Syani & Nurwadani, 2019). Secara idealnya, semakin tinggi pengetahuan tentang seksual yang dimiliki maka semakin baik remaja untuk melindungi diri, serta remaja dengan kemampuan perlindungan diri yang baik akan mampu mendeteksi dan menghindari bahaya sehingga dapat menghindari perilaku yang dapat membahayakan diri (Riyani, 2024).

Pada kenyataannya, masih banyak remaja yang memiliki kemampuan *self-protection* rendah terhadap kekerasan seksual. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maurida dan Silvanasari (2023), ditemukan fakta bahwa kemampuan mengenali resiko dan melaporkan kejadian berbahaya masih kurang dimiliki oleh lebih dari separuh remaja perempuan yang diteliti, sehingga kemampuan mereka dalam melindungi diri dari situasi berisiko kekerasan seksual masih perlu ditingkatkan. Penelitian oleh Yuniar et al. (2022) juga menunjukkan bahwa literasi remaja mengenai kekerasan seksual masih perlu ditingkatkan karena perilaku protektif terhadap situasi berisiko belum optimal. Selain itu, penelitian oleh Hidayah (2023) menemukan bahwa

remaja masih memiliki pengetahuan yang rendah tentang kekerasan seksual, yang kemudian memberikan dampak negatif pada sikap dan kemampuan mereka dalam menerapkan tindakan pencegahan dan *self-protection*.

*Self-protection* pada remaja bukanlah kemampuan yang terbentuk secara otomatis, melainkan keterampilan yang dapat dikembangkan melalui proses pembelajaran serta pengalaman yang tepat (Syani & Nurwadani, 2019). Pembentukan *self-protection* dipengaruhi oleh beberapa aspek, seperti pengetahuan mengenai risiko kekerasan seksual, kemampuan mengenali situasi berbahaya, keberanian untuk menolak perlakuan yang tidak sesuai, serta kemampuan mencari bantuan ketika berada dalam kondisi terancam (Riyani, 2024). Remaja yang tidak mendapatkan pembekalan yang memadai cenderung mengalami kesulitan dalam mengenali batasan diri dan merespons situasi berisiko secara tepat, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap kekerasan seksual (Yuniar et al., 2022).

Temuan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara tingginya

risiko kekerasan seksual dengan kemampuan perlindungan diri yang dimiliki oleh remaja. Hingga saat ini, penelitian yang secara khusus menggambarkan *self-protection* remaja, khususnya di Kota Padang, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran *self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang sebagai upaya memahami kesiapan remaja dalam menghadapi risiko kekerasan seksual.

Berdasarkan latar belakang diatas diperoleh beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi sebagai berikut: pertama, meningkatnya angka kasus kekerasan seksual terhadap remaja, baik yang terjadi di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Kedua, remaja berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap perilaku berisiko, namun belum memiliki kematangan dalam pengambilan keputusan terkait keselamatan diri. Ketiga, penelitian yang secara khusus menggambarkan kemampuan *self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang masih terbatas. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana gambaran kemampuan

*self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang dalam menghadapi risiko kekerasan seksual?". Selaras dengan rumusan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kemampuan *self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang dalam menghadapi risiko kekerasan seksual.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif untuk memberikan gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai kapasitas perlindungan diri remaja tanpa memberikan perlakuan khusus atau manipulasi terhadap variabel penelitian (Nisya & Sofiah, 2012). Menurut Santrock (2019), metode deskriptif kuantitatif sangat tepat digunakan untuk memetakan distribusi data dan karakteristik spesifik dari suatu populasi yang sedang mengalami fase perkembangan tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja perempuan awal berusia 12 hingga 15 tahun di Kota Padang, yang mewakili fase perkembangan masa pubertas dan rentan terhadap dinamika lingkungan sosial (Santrock, 2019).

Mengingat ukuran populasi yang sangat besar dan tidak diketahui secara pasti jumlah anggotanya secara menyeluruh, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *quota sampling* hingga diperoleh sampel sebanyak 409 responden remaja perempuan awal di Kota Padang yang memenuhi kriteria inklusi (Susilowati et al., 2022).

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner berupa Skala *Self-protection* yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan teori aspek-aspek utama dalam perlindungan diri dari Syani dan Nurwadani (2019), yaitu aspek pertahanan diri (*self-defense*) dan aspek keyakinan diri (*self-efficacy*). Modifikasi butir instrumen ini juga menyelaraskan indikator perlindungan diri terhadap kekerasan seksual yang dikembangkan oleh Riyani (2024). Setiap butir pernyataan dinilai menggunakan empat pilihan jawaban skala Likert yang diadopsi dari model pengukuran sikap Santrock (2019) guna menghindari kecenderungan subjek memilih jawaban netral. Sebelum digunakan, instrumen ini telah melalui uji reliabilitas menggunakan formula *Cronbach's*

*Alpha* dan menunjukkan nilai koefisien sebesar 0,891, yang menurut kriteria teoretis mengindikasikan bahwa skala ini memiliki tingkat keandalan yang sangat tinggi untuk digunakan sebagai alat ukur (Maurida & Silvanasari, 2023).

Setelah data terkumpul, seluruh data diolah menggunakan analisis statistik deskriptif dengan bantuan program SPSS untuk melihat nilai rerata (*mean*) dan standar deviasi sesuai dengan prosedur analisis data kuantitatif (Yuniar et al., 2022). Peneliti melakukan komparasi antara rerata hipotetik dan rerata empirik, yang dilanjutkan dengan pengelompokan skor responden ke dalam kategori berjenjang (Hidayah, 2023). Tingkat *self-protection* subjek dikelompokkan ke dalam empat kategori utama, yaitu kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi ini kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk mempermudah interpretasi gambaran data lapangan (Iksan et al., 2024).

## C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

### 1. Hasil Penelitian

#### a. Rerata Skor Hipotetik Skala *Self-protection*

| Variabel               | Skor Hipotetik |         |          |      |
|------------------------|----------------|---------|----------|------|
|                        | Mi<br>n        | Ma<br>x | Mea<br>n | SD   |
| <i>Self-protection</i> | 23             | 92      | 57,5     | 11,5 |

#### b. Rerata Skor Empirik *Self-protection*

| Variabel               | Skor Empirik |     |       |    |
|------------------------|--------------|-----|-------|----|
|                        | Min          | Max | Mean  | SD |
| <i>Self-protection</i> | 49           | 92  | 75,17 | 8  |

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa rerata empirik *selfprotection* pada remaja Perempuan Adalah 75,17 lebih tinggi dibandingkan rerata hipotetik 57,5. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *self-protection* pada remaja Perempuan dalam penelitian ini berada di atas rata-rata teoritis atau cenderung tinggi.

#### c. Kategorisasi Skala *Self-protection*

| Pedoman                    | Skor             | Kategori | F | %     |
|----------------------------|------------------|----------|---|-------|
| $M-1,5SD \leq X < M-0,5SD$ | $40 \leq X < 51$ | Rendah   | 1 | 0,2 % |

|                            |                  |               |     |        |
|----------------------------|------------------|---------------|-----|--------|
| $M-0,5SD \leq X < M+0,5SD$ | $52 \leq X < 63$ | Sedang        | 24  | 5,9 %  |
| $M+0,5SD \leq X < M+1,5SD$ | $64 \leq X < 74$ | Tinggi        | 169 | 41,3 % |
| $X \geq M+1,5SD$           | $X \geq 75$      | Sangat Tinggi | 215 | 52,6 % |
| Total                      |                  |               | 409 | 100 %  |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagai besar responden berada pada kategori sangat tinggi yaitu sebanyak 215 responden (52,6%). Selanjutnya sebanyak 169 responden (41,3%) berada pada kategori tinggi, 24 responden (5,9%) berada pada kategori sedang, dan 1 responden (0,2%) berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Tingkat *self-protection* pada remaja Perempuan Kota Padang cenderung berada pada kategori sangat tinggi.

#### d. Rerata Hipotetik Aspek *Self-protection*

| Aspek                  | Skor Hipotetik |     |      |     |
|------------------------|----------------|-----|------|-----|
|                        | Min            | Max | Mean | SD  |
| Pertahanan Diri        | 14             | 56  | 35   | 7   |
| <i>Self-protection</i> | 9              | 36  | 22,5 | 4,5 |

#### e. Rerata Empirik Aspek *Self-protection*

| Aspek           | Skor Empirik |     |       |    |
|-----------------|--------------|-----|-------|----|
|                 | Min          | Max | Mean  | SD |
| Pertahanan Diri | 25           | 56  | 45,99 | 5  |
| Self-Efficacy   | 19           | 36  | 29,18 | 4  |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pada aspek pertahanan diri diperoleh rerata empirik sebesar 45,99 sedangkan rerata hipotetik sebesar 35. Hal ini menunjukkan bahwa rerata empirik lebih tinggi dibandingkan rerata hipotetik. Dengan demikian, aspek pertahanan diri pada remaja perempuan berada pada kategori tinggi. Pada aspek *self-efficacy* diperoleh rerata empirik sebesar 29,18 sedangkan rerata hipotetik sebesar 22,5. Hasil ini menunjukkan bawa rerata empirik lebih tinggi dibandingkan rerata hipotetik. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *self-efficacy* remaja perempuan tergolong tinggi.

#### f. Kategori Berdasarkan Aspek Self-protection

| Aspek           | Skor                 | Kategori | F   | %      |
|-----------------|----------------------|----------|-----|--------|
| Pertahanan Diri | $X < 31,5$           | Rendah   | 4   | 1,0 %  |
|                 | $31,5 \leq X < 38,5$ | Sedang   | 19  | 4,6 %  |
|                 | $38,5 \leq X < 45,5$ | Tinggi   | 175 | 42,8 % |

|               |                        |               |     |        |
|---------------|------------------------|---------------|-----|--------|
|               | $X \geq 45,5$          | Sangat Tinggi | 211 | 51,6 % |
| Self-efficacy | $X < 20,25$            | Rendah        | 7   | 1,7 %  |
|               | $20,25 \leq X < 24,7$  | Sedang        | 37  | 9 %    |
|               | $24,75 \leq X < 29,25$ | Tinggi        | 177 | 43,3 % |
|               | $X \geq 29,25$         | Sangat Tinggi | 188 | 46 %   |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pada aspek pertahanan diri sebagian besar responden berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 211 responden (51,6%), diikuti kategori tinggi sebanyak 175 responden (42,8%), kategori sedang sebanyak 19 responden (4,6%), dan kategori rendah sebanyak 4 responden (1,0%). Pada aspek *self-efficacy*, sebagian besar responden juga berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 188 responden (46,0%), diikuti kategori tinggi sebanyak 177 responden (43,3%), kategori sedang sebanyak 37 responden (9,0%), dan kategori rendah sebanyak 7 responden (1,7%).

#### g. Uji Normalitas

| Variabel        | N   | P     | Keterangan |
|-----------------|-----|-------|------------|
| Self-protection | 409 | 0,184 | Normal     |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil uji normalitas

pada variable *self-protection* memiliki nilai p sebesar 0,184 ( $p>0.05$ ). Maka dapat disimpulkan data terdistribusi normal.

## **2. PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kemampuan *self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang dalam menghadapi risiko kekerasan seksual. Kemampuan perlindungan diri atau *self-protection* merupakan instrumen yang sangat krusial bagi kelompok remaja perempuan mengingat tingginya angka kerentanan mereka terhadap kejahatan seksual di ruang publik maupun domestik. Responden dalam penelitian ini melibatkan sebanyak 409 remaja perempuan berusia 12 hingga 15 tahun yang berdomisili di Kota Padang. Berdasarkan hasil analisis data melalui pengisian skala *self-protection*, ditemukan data empiris yang sangat positif. Sebanyak 215 responden (52,6%) berada pada kategori sangat tinggi dan sebanyak 169 responden (41,3%) berada pada kategori tinggi. Jika diakumulasikan, mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat perlindungan diri yang solid. Temuan ini secara umum menunjukkan bahwa kemampuan

*self-protection* pada remaja perempuan di Kota Padang cenderung berada pada kategori tinggi.

Hasil positif ini mengindikasikan bahwa para remaja perempuan di Kota Padang tidak lagi memandang kekerasan seksual sebagai hal yang tabu atau tidak terprediksi, melainkan sebuah ancaman riil yang harus diantisipasi melalui kesiapan tindakan protektif. Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maurida dan Silvanasari (2023), yang menemukan bahwa remaja perempuan di Kabupaten Jember telah menunjukkan kemampuan *self-protection* yang cukup baik dalam menghadapi risiko kekerasan seksual. Tingginya tingkat kemampuan ini membuktikan adanya peningkatan kesadaran kolektif di kalangan remaja perempuan di berbagai wilayah urban di Indonesia mengenai pentingnya menjaga integritas fisik dan psikis dari segala bentuk pelecehan.

Untuk membedah lebih dalam dinamika psikologis dari kemampuan perlindungan diri tersebut, penelitian ini juga mengukur dua aspek utama penyusun konstruk *self-protection*, yaitu aspek pertahanan diri (*self-*

*defense*) dan aspek *self-efficacy*. Kedua aspek ini bekerja secara sinergis dalam membentuk perilaku protektif yang utuh. Pada aspek pertahanan diri, hasil pengolahan data menunjukkan kondisi yang sangat baik, di mana aspek ini diketahui memiliki rerata empirik sebesar 45,99. Nilai rerata empirik tersebut secara signifikan jauh lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rerata hipotetiknya yang hanya sebesar 35. Selanjutnya, hasil analisis kategorisasi memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang kategori sangat tinggi (51,6%) dan kategori tinggi (42,8%).

Temuan nyata pada aspek pertahanan diri ini membuktikan bahwa remaja perempuan dalam penelitian ini memiliki kemampuan operasional yang sangat baik dalam melakukan tindakan perlindungan diri secara riil ketika mereka dihadapkan pada situasi konkrit yang berpotensi mengarah pada kekerasan seksual. Kemampuan pertahanan diri yang tergolong tinggi ini mencakup kapasitas subjek dalam mengenali situasi berisiko, menetapkan batasan yang jelas (*personal boundaries*) terhadap orang lain, menghindari

situasi-situasi lingkungan yang membahayakan keselamatan, serta keberanian dalam mencari bantuan dari figur otoritas atau lingkungan sekitar ketika menghadapi ancaman fisik maupun verbal.

Kondisi tersebut diperjelas dalam studi yang dilakukan oleh Nugroho Jati (2024), yang menyatakan bahwa kemampuan dalam mengenali bentuk ancaman, pemahaman yang komprehensif mengenai bentuk-bentuk kekerasan seksual, serta keberanian untuk bersikap tegas (*asertif*) merupakan komponen utama dan paling penting dalam meningkatkan perlindungan diri individu terhadap risiko kekerasan seksual. Ketika remaja memiliki keterampilan pertahanan diri yang fungsional, mereka tidak akan mengalami kelumpuhan psikologis (*freezing*) saat menghadapi agresi seksual.

Lebih lanjut, temuan pada aspek pertahanan diri ini juga sangat sejalan dengan penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Decker et al. (2018). Dalam studi tersebut ditemukan bahwa adanya peningkatan pada kemampuan pertahanan diri (*self-defense skills*) serta perluasan pengetahuan mengenai *self-*

*protection* berkontribusi secara langsung dan signifikan terhadap penurunan risiko mengalami kekerasan seksual pada populasi remaja perempuan. Remaja yang dibekali dengan kemampuan *self-defense* dan *self-protection* yang baik cenderung akan jauh lebih peka dalam mengevaluasi situasi berbahaya, mampu membaca intensi negatif dari pelaku, serta secara taktis dapat meloloskan atau melindungi dirinya sebelum kekerasan terjadi. Hal ini juga diperkuat oleh argumen dari Yuniar et al. (2025) yang menunjukkan adanya korelasi linear, di mana semakin tinggi kemampuan remaja dalam memahami seluk-beluk kekerasan seksual, maka akan semakin tinggi pula manifestasi kemampuan perlindungan diri yang mereka tunjukkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain aspek pertahanan fisik dan tindakan, *self-protection* juga sangat ditentukan oleh faktor kognitif internal, yaitu aspek *self-efficacy*. Berdasarkan hasil perhitungan statistik, aspek *self-efficacy* pada subjek penelitian memiliki nilai rerata empirik sebesar 29,18, nilai yang berada di atas rerata hipotetik sebesar 22,5. Selaras dengan skor tersebut,

hasil analisis kategorisasi mendapati bahwa mayoritas responden berada pada tingkat kategori sangat tinggi (46,0%) dan kategori tinggi (43,3%). Temuan ini memberikan gambaran psikologis yang optimis, di mana sebagian besar remaja perempuan di Kota Padang memiliki keyakinan subjektif yang sangat tinggi terhadap kapasitas dan kemampuan dirinya untuk melindungi diri dari berbagai risiko kekerasan seksual. Mereka percaya bahwa tindakan pencegahan yang mereka lakukan akan efektif dan mereka merasa mampu mengendalikan situasi interpersonal yang mengancam.

Keyakinan diri yang tinggi ini dikonfirmasi oleh penelitian dari Razani (2024), yang menemukan fakta empiris bahwa remaja yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung jauh lebih adaptif dan mampu melakukan tindakan perlindungan diri secara nyata di lapangan dibandingkan dengan kelompok remaja yang memiliki *self-efficacy* rendah. Rasa percaya diri ini bertindak sebagai bahan bakar psikologis yang mendorong remaja untuk berani menolak perlakuan tidak senonoh dan proaktif melakukan

perilaku pencegahan kekerasan seksual.

Dukungan teoritis mengenai pentingnya faktor ini juga dikemukakan oleh Gadama dan Utami (2025), yang memaparkan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu fondasi internal paling mendasar dalam menjaga keselamatan diri dari kekerasan seksual. Semakin kokoh keyakinan individu terhadap kemampuannya, maka akan semakin optimal pula upaya *self-protection* yang dikerahkannya. Selain itu, Ishak et al. (2026) turut menjelaskan bahwa peran utama *self-efficacy* terletak pada kemampuannya membentuk struktur kognitif remaja agar tetap optimis dan tangguh dalam mengeksekusi tindakan-tindakan preventif guna memotong celah terjadinya kejahatan seksual.

Secara interaktif, tingginya capaian pada aspek pertahanan diri dan aspek *self-efficacy* ini menunjukkan bahwa remaja perempuan di Kota Padang dalam penelitian ini tidak hanya sekadar memiliki ketrampilan motorik atau pengetahuan teoretis untuk mengenali dan merespons situasi yang mengarah pada kekerasan seksual, namun mereka juga memiliki fondasi

mental berupa keyakinan internal yang kuat untuk mempraktikkan perilaku *self-protection* tersebut. Keterkaitan ini didukung oleh Yuniar et al. (2025) yang menyatakan bahwa integrasi antara pemahaman kekerasan seksual dan efikasi diri secara simultan akan meningkatkan ketahanan perlindungan diri pada remaja. Razani (2024) juga menegaskan kembali bahwa kombinasi keyakinan dan kompetensi operasional inilah yang menjadi determinan utama dalam melahirkan perilaku pencegahan kekerasan seksual yang sukses.

Jika ditinjau dari sudut pandang psikologi perkembangan, mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada fase usia 14 hingga 15 tahun. Menurut Albert dan Steinberg (2011), perkembangan kognitif pada masa remaja pertengahan ini ditandai dengan lompatan kemampuan penalaran yang luar biasa, kematangan pengambilan keputusan, serta peningkatan kemampuan dalam mempertimbangkan risiko jangka panjang dan konsekuensi logis dari suatu tindakan. Kapasitas neurologis dan kognitif yang matang inilah yang memberikan ruang bagi remaja untuk berpikir secara strategis, mengenali

situasi yang berpotensi mengeksploitasi tubuh mereka, serta menentukan keputusan protektif secara cepat dan tepat.

Sejalan dengan hal tersebut, Korucuoglu et al. (2020) menjelaskan bahwa perkembangan fungsi eksekutif kognitif pada remaja sangat berpengaruh terhadap bagaimana mereka mengevaluasi situasi berisiko; di mana seiring bertambahnya usia kronologis, remaja menunjukkan keahlian yang lebih matang dalam mengalkulasi konsekuensi negatif dari lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, perkembangan kognitif yang optimal ini menjadi pilar pendukung utama bagi terbentuknya kapasitas *self-protection* yang tinggi pada remaja perempuan di Kota Padang dalam menghadapi ancaman kekerasan seksual.

Secara konseptual, tingginya tingkat *self-protection* yang dimiliki oleh remaja perempuan dalam penelitian ini merupakan sebuah temuan yang sangat positif dan membawa angin segar bagi upaya preventif kedaruratan kekerasan seksual di tingkat daerah. Kemampuan *self-protection* yang mapan terbukti menjadi salah satu faktor protektif internal yang paling

efektif dalam meminimalisir viktimisasi. Remaja dengan tingkat perlindungan diri yang baik tidak akan bersikap pasif; mereka mampu mengidentifikasi perilaku tidak pantas sejak dini, berani menegakkan batasan tubuh, serta tahu ke mana harus mencari bantuan ketika keamanan mereka mulai terancam. Realitas ini didukung sepenuhnya oleh Maurida dan Silvanasari (2023) yang menyimpulkan bahwa penguasaan perilaku perlindungan diri yang adaptif adalah perisai utama bagi remaja perempuan untuk mengenali ancaman, menyuarakan penolakan asertif terhadap tindakan seksual yang tidak diinginkan, sekaligus mengamankan pertolongan dari lingkungan sosial demi menghindari dampak buruk kekerasan seksual.

Berdasarkan seluruh pemaparan analisis data dan rujukan teoretis di atas, maka dapat ditarik sebuah benang merah kesimpulan bahwa remaja perempuan di Kota Padang secara umum memiliki tingkat kemampuan *self-protection* yang cenderung tinggi dan memuaskan dalam menghadapi risiko kekerasan seksual. Capaian indeks *self-protection* yang tinggi ini berhasil

dicapai karena didukung secara kokoh oleh sinergi positif antara tingginya penguasaan aspek pertahanan diri serta tingginya tingkat *self-efficacy* yang tertanam di dalam diri para responden. Fakta ini mencerminkan bahwa sebagian besar remaja perempuan di Kota Padang telah memiliki kesiapan perilaku untuk mendeteksi bahaya, memiliki opsi tindakan perlindungan diri yang taktis, serta diiringi dengan keyakinan mental yang kuat untuk menghadapi dan menyelesaikan situasi interpersonal yang berisiko memicu terjadinya kekerasan seksual.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran *self-protection* remaja perempuan di Kota Padang terhadap kekerasan seksual, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki kapasitas perlindungan diri yang cenderung tinggi. Penelitian deskriptif kuantitatif terhadap 409 remaja perempuan berusia 12 hingga 15 tahun ini menunjukkan bahwa sebanyak 52,6% responden berada pada kategori sangat tinggi dan 41,3% berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian

besar remaja perempuan di Kota Padang telah memiliki kesiapan operasional serta kesadaran yang baik untuk mengantisipasi risiko kejahatan seksual.

Tingginya tingkat *self-protection* ini didukung secara kokoh oleh sinergi antara aspek pertahanan diri (*self-defense*) dan aspek keyakinan diri (*self-efficacy*). Responden terbukti terampil dalam mengenali situasi berisiko, menetapkan batasan personal, menghindari bahaya, serta mencari pertolongan. Di sisi lain, mereka juga memiliki keyakinan internal yang kuat terhadap kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan penyelamatan diri. Kondisi ini diperkuat oleh fase perkembangan kognitif responden yang mayoritas berada pada rentang usia 14–15 tahun, di mana fungsi penalaran dan kemampuan mengevaluasi konsekuensi risiko sudah berkembang optimal. Kombinasi ketrampilan taktis, rasa percaya diri, dan kematangan kognitif ini berhasil membentuk perisai internal yang efektif dalam meminimalisir risiko kekerasan seksual.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albert, D., & Steinberg, L. (2011). Judgment and decision making in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 211–224. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00724.x>
- Decker, M. R., Wilcox, H. C., Holliday, C. N., & Webster, D. W. (2018). Evaluation of a gender-based violence prevention and self-defense program for adolescent girls. *American Journal of Public Health*, 108(8), 1045–1051. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2018.304447>
- Diananda, A. (2018). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Istighna*, 1(1), 116-133.
- Fahik, A. G. (2025). *Remaja dan Mahasiswa Sasaran Kekerasan Seksual di Alor. Rri*.
- Gadama, L., & Utami, M. S. (2025). Peran self-efficacy dalam perilaku menjaga diri remaja perempuan dari risiko kekerasan seksual. *Jurnal Psikologi Sosial*, 23(1), 45–56.
- Hidayah, V. R. (2023). Analysis of the level of adolescent knowledge about sexual violence on adolescent attitudes in sexual violence prevention. *Buana Gender: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 8(2). <https://doi.org/10.22515/bg.v8i2.6606>
- Iksan, R. R., Muftadi, M., Batubara, S. T., Yusrini, Y., Herdalisa, W., Watunglawar, C. E., Rainuny, Y. R., & Said, F. F. I. (2024). Health education anti kekerasan seksual pada usia remaja wilayah x. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1766-1774. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13951>
- Ishak, F., Ahmad, N., & Ibrahim, R. (2026). Peran self-efficacy dalam membentuk tindakan pencegahan kekerasan seksual pada remaja usia sekolah. *Jurnal Ilmiah Perilaku Remaja*, 11(2), 112–125.
- Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan. (2024). *Catahu 2024: Catatan tahunan kekerasan terhadap perempuan di Indonesia*. <https://komnasperempuan.go.id/download-file/1364>
- Korucuoglu, O., Sheridan, M. A., & Luna, B. (2020). Cognitive function development and risk-taking evaluation during adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 42(1), 100–112. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2020.100762>
- Maurida, N., & Silvanasari, I. A. (2023). Personal safety skills as a prevention of sexual violence in adolescent women. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 11(1), 23-30. <https://doi.org/10.36858/jkds.v11i1.415>
- Nisya, & Sofiah. (2012). Perkembangan remaja awal. *Jurnal Perkembangan Psikologi*.
- Nugroho Jati, S. (2024). Self-protection model through children's knowledge and

- assertive behavior as an early protection effort against sexual violence in Kubu Raya Regency. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 26(2), 2548-1800. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v26i2.4043>
- Purbararas, E. D. (2018). *Problema traumatik: Kekerasan seksual pada remaja*.
- Rahmadhani, & Susanti, R. (2024, 21 November). *Kasus Kekerasan pada Anak di Padang, Didominasi Kekerasan Seksual*. Kompas.
- Ramidy. (2026). *Police Arrest Perpetrator of Child Sexual Abuse in Tangerang*. VOL.
- Razani, M. (2024). Pengaruh self-efficacy terhadap perilaku pencegahan kekerasan seksual pada remaja awal. *Jurnal Psikologi Teoretis dan Terapan*, 15(2), 89–101.
- Riyani, W. I. (2024). *Dinamika self protection remaja dalam pendidikan seks berbasis integration islam dan sains pada siswa Sma Trensains Muhammadiyah Kab. Sragen* (Doctoral dissertation). UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Susilowati, E., Yuliani, D., Suharna, Praptoraharjo, I., Dewi, E. H., Yusuf, H., Susantyo, B., Kurniasari, A., & Sarpono. (2022). *Pengalaman hidup anak dan remaja*.
- Syani, R. S., & Nurwadani, M. (2019). Effectiveness in sexual education training to improve the knowledge of self-protection from sexual harassment of teenage girls in junior high school X Sleman, Yogyakarta, Indonesia. *Journal of Sexual Education*.
- United Nations Children's Fund. (2023). *Violence against children and adolescents in Indonesia: National report 2023*. UNICEF Indonesia.
- Widman, L., Choukas-Bradley, S., Helms, S. W., & Prinstein, M. J. (2016). Adolescent susceptibility to peer influence in sexual situations. *Journal of Adolescent Health*, 58(3), 323-329. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.10.253>
- Yuniar, A. D., Azahra, A. N., & Qonitalillah, A. (2025). Hubungan pemahaman kekerasan seksual dengan kemampuan perlindungan diri remaja di lingkungan pendidikan. *Muwazah: Jurnal Kajian Gender*, 17(1), 34–48.