



## Pelatihan Karate Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual terhadap Anak Usia Sekolah Dasar

Nur Syafikah<sup>1</sup>, Khalid Rijaluddin<sup>2</sup>, Andi Temmassonge<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Muhammadiyah Bone, Indonesia

E-mail: [nursyafikah01212@gmail.com](mailto:nursyafikah01212@gmail.com)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2024-11-11 Revised: 2024-12-23 Published: 2025-01-09	<p>Sexual violence against elementary school children is a serious problem that requires attention and effective prevention. One approach that can be taken in prevention efforts is through martial arts training, such as karate, which not only strengthens children's physical skills but also builds a strong mentality and self-awareness. This study aims to analyze the impact of karate training as an effort to prevent sexual violence against elementary school children. The method used in this study is a descriptive qualitative research method. This study was conducted in Bonto Mate'ne Village, especially at SD Inpres Morowa. Information, events, and documents are the sources of data for this study. Interviews, observations, and documentation are data collection techniques used. Karate training consists of five basic stages, including introduction to basic techniques (Kihon), stances (dachi), punches (tsuki), blocks (uke), and paired exercises that combine all techniques. The results of the study indicate that karate training can increase children's self-confidence, physical endurance, and children's ability to recognize dangerous situations and respond appropriately. Self-defense techniques taught in karate provide children with the tools to protect themselves from the threat of sexual violence. In addition, mental aspects developed through karate training, such as discipline, situational awareness (zanshin), and self-control, also play an important role in preventing violence. Thus, karate training not only provides physical benefits, but also equips children with mental and social skills that can help them avoid dangerous situations and protect themselves from the threat of sexual violence.</p>
<b>Keywords:</b> <i>Children;</i> <i>Sexual Violence;</i> <i>Prevention;</i> <i>Karate Training.</i>	

Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2024-11-11 Direvisi: 2024-12-23 Dipublikasi: 2025-01-09	<p>Kekerasan seksual terhadap anak usia sekolah dasar merupakan masalah serius yang memerlukan perhatian dan tindakan pencegahan secara efektif. Salah satu pendekatan yang dapat diambil dalam upaya pencegahan adalah melalui pelatihan seni bela diri, seperti karate, yang tidak hanya memperkuat keterampilan fisik anak tetapi juga membangun mentalitas yang kuat dan kesadaran diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak pelatihan karate sebagai upaya pencegahan kekerasan seksual pada anak-anak usia sekolah dasar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, Studi ini dilakukan di Desa Bonto Mate'ne khususnya di SD Inpres Morowa. Informasi, peristiwa, dan dokumen adalah sumber data penelitian ini. Wawancara, observasi, dan dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang digunakan. Pelatihan karate yang terdiri dari lima tahap dasar, meliputi pengenalan teknik dasar (Kihon), kuda-kuda (dachi), pukulan (tsuki), tangkisan (uke), serta latihan berpasangan yang menggabungkan seluruh teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan karate dapat meningkatkan kepercayaan diri anak, ketahanan fisik, serta kemampuan anak dalam mengenali situasi berbahaya dan merespon nya dengan tepat. Teknik pertahanan diri yang diajarkan dalam karate memberikan anak-anak alat untuk melindungi diri dari ancaman kekerasan seksual. Selain itu, aspek mental yang dikembangkan melalui latihan karate, seperti disiplin, kesadaran situasional (zanshin), dan kontrol diri, juga berperan penting dalam pencegahan kekerasan. Dengan demikian, pelatihan karate tidak hanya memberikan manfaat fisik, tetapi juga membekali anak-anak dengan keterampilan mental dan sosial yang dapat membantu mereka menghindari situasi berbahaya dan melindungi diri dari ancaman kekerasan seksual.</p>
<b>Kata kunci:</b> <i>Anak-Anak;</i> <i>Kekerasan Seksual;</i> <i>Pencegahan;</i> <i>Pelatihan Karate.</i>	

### I. PENDAHULUAN

Anak-anak merupakan generasi penerus cita-cita bangsa dan memiliki potensi besar untuk masa depan. Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak menyatakan

bahwa Mereka memainkan peran penting dalam menjaga kelangsungan hidup negara. Anak-anak memiliki peran yang strategis serta karakteristik khusus yang menjamin keberlanjutan eksistensi bangsa dan negara dimasa depan (Setiawan et al.,

2020). Namun, salah satu pelanggaran hak anak adalah tingginya angka Kekerasan Seksual pada Anak (KSA) yang bervariasi diberbagai belahan dunia. Pelecehan seksual terhadap anak adalah salah satu bentuk penyiksaan anak di mana orang dewasa atau remaja menggunakan anak sebagai alat pemuas hasrat dengan meminta anak untuk melakukan aktivitas seksual, memberikan paparan yang tidak senonoh untuk anak, memperlihatkan video pornografi untuk anak, melihat alat kelamin anak atau menggunakan anak untuk memproduksi pornografi anak, melakukan hubungan seksual terhadap anak-anak. Kekerasan seksual pada anak adalah ancaman serius yang memerlukan perhatian. Anak-anak, yang masih polos dan belum memiliki banyak pengalaman, sangat rentan menjadi target kekerasan seksual. Tindakan ini memiliki dampak negatif, baik bagi pelaku maupun korban. Kekerasan seksual pada anak dapat menghambat proses tumbuh kembang mereka. Lebih dari itu, anak yang sering menjadi korban kekerasan seksual berisiko tumbuh menjadi pelaku dikemudian hari. (Seksual et al., 2022).

Sepanjang tahun 2019 hingga Oktober, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melaporkan bahwa banyak kasus kekerasan seksual pada anak terjadi di lingkungan sekolah. Berdasarkan data KPAI, tercatat ada 17 kasus kekerasan seksual di dunia pendidikan dengan total 89 anak menjadi korban. Dari jumlah tersebut, 55 korban adalah anak perempuan dan 34 lainnya adalah anak laki-laki (Prasasti, 2019). (Joni & Surjaningrum, 2020). Kekerasan terhadap anak di bawah umur sangat mengkhawatirkan karena tingginya jumlah kasus kekerasan seksual. Dari total 14.517 kasus kekerasan terhadap anak, sekitar 6.547 diantaranya adalah kasus kekerasan seksual, yang mencakup 45,1 persen dari keseluruhan kasus di tahun 2021 (Efendi & Kasih, 2022). Pada tahun 2021, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) mencatat puluhan ribu kasus kekerasan yang melibatkan anak dan perempuan. Pada tahun 2021, terdapat 10.247 kasus kekerasan terhadap perempuan yang dilaporkan, dengan 15,2 persen di antaranya adalah kekerasan seksual (Munawaroh et al., 2024).

Banyaknya kasus kekerasan seksual pada anak tidak terlepas dari kurangnya pengawasan dari orang tua, lingkungan sekitar, dan pihak sekolah. Namun, keluarga, sekolah, dan lingkungan juga dapat menjadi faktor yang memicu terjadinya kekerasan seksual pada anak. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kesadaran

dan kepedulian terhadap anak, tanggung jawab utama ada pada orang tua sebagai pihak yang paling bertanggung jawab terhadap kesejahteraan anak (Supriani & Ismaniar, 2022). Pendidikan seks pada anak dapat membantu mencegah mereka menjadi korban pelecehan seksual. Dengan pengetahuan yang memadai tentang seks, anak-anak dapat mengenali perilaku yang termasuk pelecehan seksual. Pengetahuan tentang seks pada anak-anak dapat membantu mencegah terjadinya penyimpangan seksual, karena mereka diajarkan mengenai peran gender, cara bersikap sebagai anak laki-laki atau perempuan, serta bagaimana berinteraksi dengan lawan jenis. Idealnya, pendidikan seks pertama kali diberikan oleh orang tua di rumah atau dalam lingkungan keluarga. (Adolph, 2016).

Saat ini, kekerasan dan pelecehan seksual menjadi masalah yang sangat mengkhawatirkan dan memerlukan tindakan pencegahan yang serius, terutama di lingkungan pendidikan, mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Di tingkat sekolah dasar, pencegahan terhadap tindak kekerasan dan pelecehan seksual harus menjadi prioritas sebagai bentuk kesiapan sekolah dalam mencegah segala tindakan yang tidak sesuai dengan norma. Salah satunya di Desa Bonto Mate'ne, Kec.Sinoa, Kab.Bantaeng khususnya di Sekolah Dasar Inpres Morowa, di mana siswa berasal dari berbagai latar belakang, kepercayaan orang tua terhadap sekolah harus dijaga dan dibuktikan melalui kegiatan-kegiatan yang menunjukkan komitmen sekolah dalam memberikan pelayanan terbaik bagi siswa. Salah satu masalah yang dihadapi mitra, yaitu SD Inpres Morowa, adalah kekhawatiran terhadap tindakan bullying yang dapat mengarah pada kekerasan seksual, terutama jika terjadi tanpa pengawasan guru. Sebagai langkah pencegahan, sekolah menjalin kerja sama dengan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Bone, khususnya Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Kerja sama ini berfokus pada kegiatan yang rutin dilakukan, dengan memberikan pelatihan bela diri berupa karate dan aktivitas fisik sederhana. Keterampilan ini diharapkan dapat digunakan oleh siswa untuk melindungi diri jika terjadi situasi yang tidak sesuai norma dan tidak terawasi oleh guru di sekolah.

Salah satu upaya untuk mencegah kekerasan dan pelecehan seksual terhadap anak adalah dengan membekali mereka keterampilan seni bela diri. Seni bela diri adalah hasil dari cipta,

rasa, karsa, dan karya manusia yang muncul sebagai upaya untuk mempertahankan atau membela diri (Firdaus & Hazrati, 2013). Bela diri juga dikenal sebagai sistem perlawanan yang melibatkan teknik menyerang dan bertahan, baik dengan tangan kosong maupun menggunakan senjata (Ahmad & Diana, 2013). (Ajat Rukajat et al., 2021). Karate merupakan salah satu jenis bela diri yang bisa diajarkan. Untuk menghindari ancaman kejahatan, menguasai teknik-teknik bela diri sangat bermanfaat bagi masyarakat umum maupun anak-anak. Pembelaan diri dengan menggunakan bela diri adalah cara yang efektif dan efisien untuk mengurangi jumlah kejahatan dilingkungan masyarakat dan sekolah (Vidya et al., 2024). Karate, selain sebagai seni bela diri tangan kosong, memiliki nilai-nilai positif yang berkaitan langsung dengan kehidupan sehari-hari. Prinsip-prinsip dasar karate tercermin dalam sikap sehari-hari, seperti menghormati sesama, cara berpikir, semangat, ketepatan berpikir, dan pengambilan keputusan yang berdasarkan prinsip-prinsip dalam karate. Selain memiliki ciri khas dalam bela diri, olahraga karate juga mengajarkan keterampilan dan teknik khusus untuk menjaga dan melindungi diri (Sumarsono & Riyanto, 2021). Olahraga bela diri ini berbeda dari bela diri lainnya karena tidak hanya mengajarkan keterampilan gerak, tetapi juga membentuk individu yang mampu mengendalikan jiwa dan semangat mereka. Hal ini tercermin dalam kehidupan bermasyarakat (Andibowo et al., 2022).

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan karate sebagai langkah pencegahan terhadap kekerasan dan pelecehan seksual pada anak-anak. Pendampingan bela diri melalui karate bertujuan untuk membantu anak menguasai teknik-teknik bela diri sehingga mereka dapat melindungi diri, sekaligus membentuk karakter dan jiwa konservasi yang sehat dan unggul. Program ini juga berfokus pada penanaman nilai-nilai karakter konservasi, seperti kemandirian, tanggung jawab, kepedulian, dan kesadaran diri. Selain sebagai pertahanan diri, karate juga berfungsi sebagai olahraga yang dapat meningkatkan kebugaran fisik.

## **II. METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode Participatory Action Research (PAR). Metode PAR merupakan metode pengabdian yang melibatkan partisipasi aktif dari siswa untuk mengubah sikap dan perilaku.

Dalam metode ini terdapat beberapa tahapan diantaranya yaitu tahap pengenalan dan edukasi dasar tentang perlindungan diri, tahap pemahaman teknik dasar karate, tahap penutup. Program pelatihan karate ini dilaksanakan diSD Inpres Morowa, Desa Bonto Mate'ne, Kecamatan Sinoa, Kabupaten Bantaeng sebagai bagian dari Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM). Pelatihan diikuti oleh sejumlah siswa yang menjadi model pelatihan. Pada pertemuan pertama, siswa diberikan pemahaman mengenai kekerasan seksual, termasuk mengenali situasi berbahaya dan pentingnya menjaga batasan fisik. Pelatihan ini membuat siswa lebih sadar akan perilaku yang tidak pantas dan cara meresponnya. Metode pelatihan bela diri karate melibatkan beberapa tahapan yang mencakup pengenalan teori, demonstrasi, praktik, dan evaluasi teknik dasar. Dengan metode ini, pelatihan bela diri karate bagi anak-anak dapat menjadi proses yang menyenangkan dan efektif, memungkinkan mereka untuk menguasai teknik dasar secara bertahap sambil menumbuhkan kesadaran akan pentingnya melindungi diri dari ancaman.

## **III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kekerasan seksual terhadap anak usia sekolah dasar adalah tindakan yang sangat merugikan dan berdampak pada fisik, emosional, serta psikologis anak. Tindakan ini mencakup segala bentuk aktivitas seksual yang dilakukan terhadap anak yang belum bisa memberikan persetujuan atau belum memahami konsekuensinya. Kekerasan semacam ini sering tidak terdeteksi oleh orang tua, guru, atau pengasuh, sehingga bisa berdampak jangka panjang, bahkan hingga dewasa. Pelatihan karate untuk anak usia sekolah dasar merupakan langkah yang efektif untuk memberikan keterampilan fisik dan mental dalam mencegah kekerasan seksual. Selain meningkatkan kesehatan fisik, karate juga mengajarkan disiplin, kepercayaan diri, pengenalan Batasan pribadi, serta teknik perlindungan diri. Melalui latihan ini, anak-anak diajarkan tentang pentingnya menjaga keselamatan diri dan bagaimana bersikap atau bertindak dalam situasi berbahaya.

Kegiatan pelatihan karate ini dilaksanakan diSD Inpres Morowa, Desa Bonto Mate'ne, Kecamatan Sinoa, Kabupaten Bantaeng. Dalam Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM). Kegiatan pelatihan karate ini diikuti oleh beberapa siswa yang menjadi model pelatihan. Pada awal pertemuan memberikan pemahaman

tentang kekerasan seksual, menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai kekerasan seksual, termasuk bagaimana mengenali situasi berbahaya dan pentingnya menjaga batasan fisik. Siswa menjadi lebih sadar tentang apa yang dianggap sebagai perilaku tidak pantas dan bagaimana meresponnya.

Anak-anak yang mengikuti pelatihan karate memperoleh keterampilan dasar dalam membela diri, seperti teknik kuda-kuda, tangkisan, dan pukulan. Keterampilan ini memberikan rasa percaya diri kepada siswa, terutama dalam situasi yang dapat membahayakan keamanan mereka. Pelatihan karate juga membekali siswa dengan sikap mental untuk bertindak tegas dan berani dalam menghadapi ancaman. Anak-anak belajar bagaimana mengatakan "tidak" secara tegas ketika merasa tidak nyaman, serta pentingnya melaporkan hal-hal mencurigakan kepada orang dewasa yang dipercaya. Siswa mulai menyadari bahwa mereka memiliki hak penuh atas tubuh mereka, dan tidak ada orang yang boleh melanggar batasan tersebut. Hal ini membantu mencegah kekerasan seksual dengan menanamkan kesadaran bahwa mereka berhak menolak sentuhan atau tindakan yang tidak diinginkan.

Pelatihan teknik dasar karate, diadakan pretest untuk mengevaluasi pengetahuan awal peserta. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki wawasan yang rendah tentang seni bela diri karate dan aktivitas fisik. Oleh karena itu, materi pelatihan ditekankan agar peserta lebih fokus dan memperhatikan dengan sungguh-sungguh selama sesi pelatihan berlangsung. Latihan karate dapat dilakukan dengan dengan tahapan-tahapan sebagai berikut.

#### 1. Tahap Perkenalan dan Edukasi Dasar tentang Perlindungan Diri

Tahapan awal perkenalan dalam pelatihan karate penting untuk menciptakan suasana yang nyaman dan membangun kedekatan antar peserta. Tahapan perkenalan ini tidak hanya bertujuan untuk mengenalkan peserta satu sama lain, tetapi juga membangun fondasi komunikasi yang baik, menciptakan suasana yang positif, dan menyiapkan anak-anak untuk fokus dalam latihan karate. Pelatih memberikan penjelasan tentang apa itu perlindungan diri dan mengapa penting untuk mengenali situasi yang tidak aman. Anak-anak diajarkan tentang konsep "zona aman" (area di mana mereka merasa aman) dan "zona tidak aman" (situasi atau tindakan yang membuat mereka tidak nyaman). Pelatih juga

menjelaskan tujuan dari pelatihan karate, apa yang akan dipelajari, dan harapan bagi setiap peserta. Ini memberikan gambaran umum tentang program pelatihan dan mengatur ekspektasi sejak awal. Dan latihan dimulai dengan sikap sempurna, berdoa, melakukan pemanasan, dan mempelajari materi lebih lanjut. Sebelum memulai latihan, pemanasan dipandu oleh pelatih.



**Gambar 1.** (Tahap Perkenalan tentang Perlindungan Diri)



**Gambar 2.** (Tahap pemanasan)

#### 2. Tahap Pemahaman Teknik Dasar Karate

Pelatihan karate untuk anak-anak dimulai dengan beberapa langkah yang dirancang agar mereka bisa memahami teknik. Pelatih memulai dengan memberikan penjelasan singkat mengenai konsep atau teknik yang akan dipelajari pada sesi latihan. Pelatih memulai dengan menjelaskan teknik dasar yang disebut juga dengan *kihon* yang akan dipelajari, seperti sikap kuda-kuda (*dachi*), pukulan (*tsuki*), dan tangkisan (*uke*). Latihan ini dimulai dengan pengenalan sikap kuda-kuda, yaitu postur berdiri yang kuat dan stabil. Kemudian dilanjutkan dengan latihan pukulan dasar seperti pukulan depan dan pukulan atas, serta tendangan dasar seperti tendangan depan dan tendangan samping. Latihan blokir juga diajarkan, seperti blokir

atas dan blokir bawah, teknik ini dapat digunakan untuk melindungi diri seperti posisi berdiri yang kuat (kuda-kuda), blokir, dan teknik meloloskan diri. Teknik- teknik ini diajarkan secara bertahap, dengan fokus pada gerakan yang sederhana. Penjelasan dilakukan dengan bahasa yang sederhana, singkat, dan jelas, sehingga anak- anak bisa memahami konsep dasarnya. Pelatih juga menjelaskan tujuan dari teknik tersebut dan situasi di mana teknik itu bisa digunakan.

Pelatih memperagakan teknik dasar secara perlahan dan bertahap, menunjukkan setiap langkah dengan jelas. Pelatih menjelaskan detail gerakan, seperti bagaimana posisi kaki, postur tubuh, arah pandangan, dan posisi tangan yang benar. Demonstrasi dilakukan beberapa kali agar anak-anak bisa melihat setiap detail gerakan. Bertujuan memberikan visualisasi yang jelas kepada anak-anak tentang bagaimana melakukan teknik dengan benar. Anak-anak mulai mempraktikkan teknik yang telah dijelaskan dengan bimbingan langsung dari pelatih. Pelatih mendampingi mereka satu per satu, memberikan koreksi langsung jika ada gerakan yang kurang tepat, seperti posisi kaki yang salah atau pukulan yang kurang kuat. Koreksi dilakukan secara bertahap dan ramah agar anak-anak merasa nyaman.

Berikutnya latihan pengulangan teknik dasar. Anak-anak mengulangi gerakan teknik dasar yang telah dipelajari secara berulang-ulang. Pengulangan ini bertujuan untuk membantu mereka mengingat dan juga membiasakan diri dengan gerakan tersebut, sehingga menjadi lebih natural dan otomatis. Pada tahap ini, fokus adalah konsistensi gerakan. Ini bertujuan memperkuat pemahaman dan keterampilan anak-anak melalui latihan berulang. Setelah latihan berulang, pelatih mengajak anak-anak untuk dapat memperhatikan detail lebih lanjut, seperti kekuatan pukulan, keseimbangan saat berdiri, atau posisi tubuh saat melakukan tendangan. Latihan ini membantu anak-anak menyempurnakan teknik dan mengoreksi kesalahan yang mungkin masih terjadi.



**Gambar 3.** (Tahap Pelatihan teknik dasar)

### 3. Tahap Penutu

Setelah latihan selesai, pelatih mengadakan tahap pendinginan untuk mengembalikan kondisi tubuh anak-anak. Pendinginan ini melibatkan peregangan ringan untuk mencegah otot kaku dan latihan pernapasan untuk membuat anak-anak rileks kembali. Pada akhir sesi, pelatih mengadakan diskusi singkat mengenai apa yang telah dipelajari selama latihan, memberikan umpan balik positif, dan memotivasi anak- anak agar terus bersemangat dalam belajar karate. latihan diakhiri dengan tahap refleksi di mana anak-anak diajak untuk merenungkan apa yang telah dipelajari dan berbagi pengalaman mereka selama latihan. Pelatih memberikan apresiasi atas usaha dan pencapaian anak-anak, baik dalam menguasai teknik maupun dalam menunjukkan sikap yang baik selama latihan. Kemudian pelatih menyampaikan rencana latihan untuk sesi berikutnya sebelum menutup sesi latihan dengan sikap hormat sebagai tanda penghargaan dan penutup latihan.

Proses pelatihan ini diharapkan dapat mengajarkan karate secara bertahap dan menyenangkan, dengan memastikan anak-anak menguasai teknik dasar, meningkatkan disiplin, fokus, serta mengingatkan anak-anak tentang pentingnya melindungi diri, dan

memberikan semangat agar mereka selalu merasa aman dan percaya diri. Pembacaan doa dibacakan sebagai bagian dari penutupan kegiatan pendidikan dan pelatihan. Setelah itu, acara dilanjutkan dengan pembubaran, yang dilakukan dengan berjabat tangan, dimulai oleh pemimpin kelompok dan diikuti oleh seluruh peserta Latihan.



Gambar 4. (Tahap Pendinginan)

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Kekerasan seksual terhadap anak usia sekolah dasar adalah masalah serius yang berdampak negatif pada fisik, emosional, dan psikologis anak. Banyak kasus kekerasan seksual yang tidak terdeteksi oleh orang tua atau pengasuh, yang bisa mengakibatkan dampak jangka panjang bagi anak. Pelatihan karate untuk anak usia sekolah dasar terbukti efektif sebagai langkah pencegahan. Selain memperkuat fisik, karate juga mengajarkan anak tentang batasan pribadi, disiplin, dan teknik perlindungan diri. Di SD Inpres Morowa, pelatihan ini dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang kekerasan seksual dan mengajarkan teknik dasar seperti kuda-kuda, pukulan, dan tangkisan. Anak-anak belajar cara mengenali dan menghadapi situasi berbahaya dengan percaya diri, serta berlatih mengatakan "tidak" secara tegas jika merasa tidak nyaman. Proses pelatihan mencakup tahap pengenalan, latihan teknik dasar, dan sesi penutupan yang melibatkan refleksi. Anak-anak dilatih secara bertahap untuk menguasai gerakan dengan pengulangan, sehingga lebih siap menghadapi ancaman. Pelatihan ini juga memperkuat kesadaran mereka akan hak atas tubuh sendiri, membantu mencegah potensi kekerasan seksual, dan memberikan rasa aman serta percaya diri.

##### B. Saran

Pembahasan terkait penelitian ini masih sangat terbatas dan membutuhkan banyak masukan, saran untuk penulis selanjutnya adalah mengkaji lebih dalam dan secara komprehensif tentang Pelatihan Karate Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual terhadap Anak Usia Sekolah Dasar.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Adolph, R. (2016). *Gambaran Pemahaman Anak Usia Sekolah Dasar Tentang Pendidikan Seksual Dalam Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak*. 9(1), 1-23.
- Ajat Rukajat, K., Tauhidin Abas, T., & Nugraha Gusniar, I. (2021). Pelatihan Seni Bela Diri Karate Teknik Zenkutsu Dachii Pada Siswa Smp Negeri 1 Karawang Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 8065-8069. <https://doi.org/10.31004/jptam.v5i3.2300>
- Andibowo, T., Santosa, T., Sulistyono, J., Supriyoko, A., & Budiyo, K. (2022). Pelatihan Fisik Dan Teknik Cabang Olahraga Karate Inka Wonogiri. *Proficio*, 3(1), 23-28. 3(1), 23-28. <https://doi.org/10.36728/jpf.v3i1.1778>
- Joni, I. D. A. M., & Surjaningrum, E. R. (2020). Psikoedukasi Pendidikan Seks Kepada Guru dan Orang Tua Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak. *Jurnal Diversita*, 6(1), 20-27. <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.3582>
- Munawaroh, S., Wijaya, A. P., Nafis, I., Patricia, I., Widiyanti, R. P., Ardiansyah, F., & Fauziah, M. (2024). Pentingnya Penerapan Sex Education dalam Upaya Pencegahan Pelecehan Seksual Terhadap Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 8(1), 747-761. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i1.7171>
- Seksual, K., Tua Anak, O., Anak, P., Manusia Anak, K., Anak, P., Anak Aspek Hukum, P., Talak di Luar Pengadilan, P., Islam Aspek Pidana, H., Anak, P., Dana Desa, O., Sosial, M., Masyarakat, P., Kesejahteraan Rumah Tangga Kajian Hukum, dan, Kekerasan Seksual, A., Kekerasan seksual, P., Kekerasan, pelaku, Pajak, K., & Pelecehan atau Kekerasan Seksual, K. (2022). *FONT SIZE JOURNAL HELP NOTIFICATIONS View*

Subscribe CURRENT ISSUE KEYWORDS. 1(1).  
<http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/sanksi/sue/view/1356/showToc>

- Setiawan, I., Abdulaziz, M. F., Billiandri, B. Dharmawan, D. B., & Parista, V. S. (2020). Pencegahan Pelecehan Dan Kekerasan Pada Anak Melalui Pendampingan Pertahanan Diri Berbasis Nilai-Nilai Karakter Konservasi Bagi Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Gunungpati Semarang. *Jurnal Abdimas*, 24(1), 238-244. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/abdimas/article/view/9731>
- Sumarsono, A., & Riyanto, P. (2021). Motivasi Orang Tua dan Anak Berlatih Karate. *Jendela Olahraga*, 6(1), 37-49. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6759>
- Supriani, R. A., & Ismaniar, I. (2022). Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak Usia Dini. *Jambura Journal of Community Empowerment*, 3(1), 1-20. <https://doi.org/10.37411/jjce.v3i2.1335>
- Vidya, S., Mitra, R., Ramadhan, I., & Daffa, D. (2024). Inisiasi Pembekalan Beladiri Praktis Sebagai Sarana Non-Penal Terhadap Ancaman Kekerasan Seksual di Lingkungan Kampus. 2(3).