

BAB II

PENDIDIKAN SEKSUAL PADA ANAK USIA 0-3 TAHUN – PENGENALAN KONSEP DASAR

Pendidikan seksual pada anak usia dini, terutama pada rentang usia 0-3 tahun, sering kali dianggap sebagai topik yang kontroversial dan dipenuhi stigma. Banyak orang tua dan pengasuh ragu untuk memperkenalkan konsep ini karena menganggapnya tidak sesuai dengan tahap perkembangan anak atau bahkan tabu. Padahal, pada usia ini, anak mulai membentuk pemahaman awal tentang tubuh, privasi, dan batasan melalui pengalaman sehari-hari dan interaksi dengan lingkungan. Bab ini hadir untuk menjelaskan pentingnya pendidikan seksual sebagai fondasi bagi perkembangan pemahaman yang sehat tentang identitas diri, hubungan sosial, dan keselamatan pribadi. Dengan pendekatan yang tepat, pendidikan ini dapat menjadi langkah awal untuk melindungi anak dari risiko pelecehan serta mencegah penyimpangan perilaku di masa depan.

Pembahasan dalam bab ini bertujuan untuk memaparkan pentingnya pendidikan seksual bagi anak usia 0-3 tahun sebagai dasar pembentukan pemahaman tentang tubuh, privasi, dan batasan yang sehat. Mengacu pada teori psikoseksual Sigmund Freud, bab ini menjelaskan bagaimana kebutuhan biologis dan emosional anak pada tahap awal memengaruhi perkembangan kepribadian mereka. Selain itu, teori perkembangan kognitif Jean Piaget digunakan untuk memahami cara anak memproses informasi dari lingkungan sekitar, yang menjadi dasar untuk merancang pendekatan pendidikan yang sesuai. Dengan memahami kedua teori ini, orang tua dan pengasuh dapat lebih mudah mengenali momen-momen kritis dalam perkembangan anak untuk memperkenalkan konsep seksualitas secara alami dan tidak memaksa.

Untuk mendukung proses pembelajaran, bab ini juga menyampaikan strategi komunikasi yang efektif serta media pembelajaran yang ramah anak, seperti flash card, video animasi, buku cerita, lagu, dan simulasi ringan. Pendekatan ini dirancang agar sesuai dengan tahap perkembangan kognitif dan emosional anak usia 0-3 tahun, sehingga konsep seksualitas dapat dikenalkan dengan cara yang sederhana, aman, dan menyenangkan. Media ini tidak hanya membantu anak memahami tubuh dan batasan, tetapi juga memudahkan orang tua dan pengasuh dalam menyampaikan informasi yang sensitif dengan cara yang mudah dipahami. Dengan demikian, pendidikan seksual pada usia dini menjadi proses yang alami dan terintegrasi dalam aktivitas sehari-hari.

Lebih jauh, bab ini bertujuan untuk menghapus stigma bahwa pendidikan seksual pada usia dini adalah sesuatu yang tidak pantas atau berisiko. Sebaliknya, pembahasan ini menekankan bahwa pendidikan seksual yang diberikan dengan benar dapat membekali anak dengan pengetahuan dasar untuk melindungi diri mereka dari ancaman seperti pelecehan seksual. Dengan melibatkan orang tua dan pengasuh sebagai pendidik utama, bab ini berupaya memberdayakan mereka untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak. Melalui pendekatan yang berbasis teori, praktis, dan bebas stigma, bab ini menjadi panduan awal untuk membangun pemahaman yang sehat tentang seksualitas sejak dini, sekaligus memperkuat peran keluarga dalam pendidikan anak.

A. Teori Seksualitas Pada Anak Usia 0-3 Tahun

Sigmund Freud seorang tokoh penting dalam psikoanalisa menunjukkan teorinya tentang seksualitas yang berkaitan dengan perkembangan kepribadian dari bayi hingga masa pubertas. Pendidikan seksualitas penting diberikan kepada anak-anak dan remaja agar mereka memahami dan bertanggung jawab atas seksualitas mereka. Peneliti mengangkat tema "Seksualitas Psikoanalisa dan Pendidikan" untuk melihat penerapan teori Sigmund Freud dalam pendidikan seksualitas. Sigmund Freud lahir di Freiberg, Moravia, bagian dari Austria-Hongaria, sekarang Ceko, pada 6 Mei 1856. Saat ia berusia empat tahun, keluarganya pindah ke Wina, di mana ia tinggal selama delapan puluh dua tahun. Sigmund Freud mengungsi ke Inggris setelah Nazi menduduki Austria pada 1937. Di sana dia meninggal pada 1939. Sebelum menikah pada 1886, ia belajar kedokteran di Wina, bekerja di laboratorium, dan menyelidiki kokain.

Setelah itu, Freud meneliti neurologi dan menulis beberapa karangan penting tentang cacat otak pada anak-anak setelah berkunjung ke Berlin. Seiring waktu, fokusnya beralih dari neurologi ke psikopatologi, karena terpengaruh oleh Breuer, ia mulai menggunakan hipnose dan sugesti dalam praktik medisnya kira-kira sekitar tahun 1888 (Rubin, Zick, & Elton et al, 1981). Psikoanalisa Freud memiliki makna yang sangat luas. Seksualitas mencakup semua kegiatan seorang anak, seperti menyusu, mengisap, buang air kecil, dan makan, serta hubungan genital mereka. Kegiatan seksualitas seperti ini sudah ada sejak kecil. Sigmund Freud mengatakan bahwa kehidupan emosi anak-anak harus baik agar tidak menjadi masalah saat dewasa. Untuk menghindari fiksasi, anak-anak harus berperilaku sesuai dengan tahap perkembangan. Pendapat Sigmund Freud ini menunjukkan bahwa seksualitas telah berkembang selama masa anak-anak. Ini juga menunjukkan bahwa keinginan untuk pemenuhan seksual timbul saat masih anak-anak. Akibatnya, pengetahuan seksualitas harus ditanamkan pada anak sejak usia dini, sehingga perkembangan anak sesuai dengan perkembangan umurnya.

Tahap Sensorimotor (0-2 Tahun) Menurut Jean Piaget, perkembangan kognitif anak pada usia 0-2 tahun berada pada tahap sensorimotor. Pada tahap ini, anak belajar tentang dunia melalui indera dan tindakan fisiknya. Anak belum mampu berpikir secara simbolik atau membentuk representasi mental yang kompleks. Beberapa karakteristik utama dalam tahap ini yaitu :

- 1) **Eksplorasi sensorik** : Anak menggunakan indera (seperti mulut dan tangan) untuk memahami objek di sekitarnya, misalnya dengan mengisap atau menyentuh benda.
- 2) **Perkembangan skema** : Anak membentuk skema, yaitu pola pikir atau perilaku sederhana, melalui pengalaman langsung. Misalnya, anak belajar bahwa mengisap puting memberikan makanan.
- 3) **Pemahaman kausalitas awal** : Anak mulai memahami hubungan sebab-akibat, seperti menangis dapat menarik perhatian orang tua.
- 4) **Permanensi objek** : Menjelang usia 2 tahun, anak mulai menyadari bahwa objek tetap ada meskipun tidak terlihat, misalnya mencari mainan yang disembunyikan.

Pada usia 2-3 tahun, anak mulai memasuki tahap praoperasional awal, di mana kemampuan berpikir simbolik mulai berkembang, tetapi anak masih egosentris dan belum mampu memahami perspektif orang lain. Dan juga pada anak usia 0-3 tahun, fokus utama anak adalah memahami hubungan sebab-akibat sederhana dan mengembangkan skema dasar (pola pikir awal) melalui interaksi fisik dengan lingkungan. Sigmund Freud dalam teori psikoseksualnya menjelaskan bahwa perkembangan kepribadian anak didorong oleh energi libido yang terfokus pada zona erogen tertentu. Pada usia 0-3 tahun, anak berada pada dua tahap utama:

- 1) **Tahap Oral (0-1 tahun):** Mulut adalah pusat kenikmatan utama. Anak memperoleh kepuasan melalui aktivitas seperti menyusu, mengisap jari, atau menggigit. Kepuasan oral ini penting untuk membangun rasa aman dan kepercayaan terhadap lingkungan, terutama melalui hubungan dengan pengasuh. Jika kebutuhan oral tidak terpenuhi (misalnya, karena kurangnya perhatian atau pemberian makan yang tidak konsisten), anak dapat mengembangkan kecemasan atau ketergantungan berlebihan di kemudian hari.
- 2) **Tahap Anal (1-3 tahun):** Pada usia sekitar 1-3 tahun, fokus libido beralih ke area anus, terutama terkait dengan proses latihan buang air besar (toilet training). Anak mulai belajar mengendalikan kebutuhan biologisnya dan menghadapi konflik antara keinginan pribadi dan ekspektasi sosial dari orang tua. Pengalaman positif pada tahap ini dapat membentuk rasa otonomi, sedangkan pendekatan yang terlalu keras atau terlalu permisif dapat menyebabkan sifat obsesif atau impulsif.

Dalam tahap sensorimotor Piaget, anak belajar melalui tindakan fisik seperti mengisap, menggenggam, atau menyentuh. Tindakan ini selaras dengan tahap oral Freud, di mana mulut menjadi sumber kenikmatan utama. Seperti saat anak menyusu, ia tidak hanya memenuhi kebutuhan biologis (Sigmund Freud), tetapi juga mempelajari hubungan sebab-akibat (jika menyusu, ia merasa kenyang) yang membentuk skema kognitif awal (Jean Piaget). Pada tahap anal, anak mulai mengembangkan kontrol diri melalui latihan buang air besar. Ini sejalan dengan perkembangan sensorimotor lanjutan, di mana anak mulai memahami hubungan antara tindakan (mengendalikan buang air) dan respons lingkungan (pujian atau teguran dari orang tua).

Jean Piaget menekankan pentingnya lingkungan yang kaya akan stimulus untuk perkembangan kognitif anak. Peran pengasuh yang responsif dapat memberikan anak kesempatan untuk bereksplorasi, seperti dengan menyediakan mainan atau berinteraksi secara langsung, yang mendukung pembentukan permanensi objek. Sigmund Freud juga mengamati hubungan emosional dengan peran pengasuh, terutama pada tahap oral untuk membangun rasa aman. Pengasuhan yang hangat dan konsisten tidak hanya memenuhi kebutuhan psikoseksual, tetapi juga menciptakan lingkungan yang aman bagi anak untuk bereksplorasi, yang penting bagi tahap sensorimotor.

Pada tahap anal, anak menghadapi konflik antara keinginan pribadi dan aturan sosial, yang menurut Sigmund Freud dapat membentuk kepribadian. Konflik ini juga relevan dengan tahap sensorimotor Jean Piaget, di mana anak mulai memahami batasan lingkungan melalui trial and error, seperti saat anak belajar bahwa ia tidak boleh buang air sembarangan, ia juga mengembangkan skema kognitif tentang aturan dan konsekuensi.

Sigmund Freud menekankan bahwa kepuasan kebutuhan biologis (oral dan anal) dapat mempengaruhi perkembangan emosi dan kepribadian. Dan di sisi lain teori Jean Piaget,

berfokus pada bagaimana interaksi fisik membentuk pemahaman kognitif mereka. Kedua aspek ini saling berkaitan, seperti anak yang merasa aman secara emosional (Sigmund Freud) cenderung lebih percaya diri dalam bereksplorasi, yang mendukung perkembangan kognitif (Jean Piaget). Teori Jean Piaget dan Sigmund Freud merupakan perspektif yang saling melengkapi tentang bagaimana perkembangan anak usia 0-3 tahun. Jean Piaget menjelaskan bagaimana anak membangun pemahaman kognitif melalui interaksi fisik dengan lingkungan, sedangkan Sigmund Freud menekankan bagaimana kebutuhan biologis dan hubungan emosional dengan pengasuh membentuk kepribadian. Keduanya menekankan pentingnya lingkungan yang mendukung baik untuk eksplorasi kognitif maupun pemenuhan kebutuhan emosional agar anak dapat berkembang secara optimal.

B. Strategi Komunikasi Pendidikan Seksual Pada Usia 0-3 Tahun

Kesalahan dalam memberikan pendidikan seks bisa menyebabkan perilaku menyimpang hingga kejahatan seksual. Sayangnya, di masyarakat, pendidikan seks sering dianggap tabu dan sulit dibicarakan. Orang tua seringkali salah paham dan mengira pendidikan seks belum perlu diajarkan pada anak usia dini (Tampubolon et al., 2019). Seharusnya, pendidikan seks sejak dini itu sangat penting sebagai dasar agar anak menerima diri dengan baik, memiliki kepercayaan diri, menjaga kesehatan diri, dan mengembangkan harga diri. Edukasi tentang seks sama pentingnya dengan mengembangkan aspek perkembangan anak lainnya seperti agama dan moral, kognitif, sosial emosional, serta fisik dan motorik (Isnaeni & Latipah et al, 2021). Ada beberapa strategi yang dapat digunakan oleh orang tua dalam memperkenalkan pendidikan seks:

1. Orang tua membimbing anak dalam tata cara berpakaian yang tepat

Strategi orang tua dalam mengajarkan cara berpakaian yang benar adalah serangkaian tindakan terencana dan bertahap yang bertujuan untuk menanamkan pemahaman mendalam serta kebiasaan positif terkait pemilihan dan penggunaan pakaian yang sesuai dengan berbagai aspek kehidupan anak. Ini bukan sekadar instruksi jangka pendek, melainkan proses pendidikan holistik yang melibatkan penjelasan logis mengenai alasan di balik aturan berpakaian, pemberian contoh nyata melalui perilaku orang tua sehari-hari, dan penciptaan rutinitas yang konsisten sejak usia dini. Misalnya, sebagai orang tua wajib memberi pengetahuan tentang cara berpakaian yang benar dengan mengajarkan anak sejak usia 6 bulan untuk menggunakan pelindung diri seperti pakaian lengkap dengan kaos atau celana dalam ketika keluar rumah. Orang tua sudah mengajarkan kepada anak untuk tertib menggunakan pakaian lengkap sejak anak belajar merangkak sampai saat ini.

Sebagai orang tua kita dapat memberikan pemahaman kepada anak untuk mewajibkan anak-anaknya untuk berpakaian lengkap ketika pergi keluar rumah, bahkan main ke rumah tetangga sekalipun. Selain pakaian lengkap, penting bagi anak seperti menjaga bagian tubuh dengan menggunakan pakaian dalam, mengajarkan kepada anak-anak bahwa dengan menggunakan baju tertutup, anak dapat menutup aurat. Jika aurat anak terbuka, maka orang lain akan berpikir macam-macam dan melihat bentuk tubuh anak yang seharusnya tidak boleh terlihat oleh orang lain. Dengan demikian, anak tidak hanya sekadar mengikuti perintah, tetapi juga memahami nilai dan alasan di balik cara berpakaian yang benar, sehingga membentuk kesadaran diri dan kemandirian dalam berbusana yang akan terbawa hingga dewasa.

2. Orang tua menjelaskan anggota tubuh yang harus dilindungi kepada anak

Sebagai orang tua, kita punya peran penting untuk menjaga keamanan anak, bahkan sejak mereka masih sangat kecil. Salah satu caranya adalah mengajarkan mereka tentang tubuh mereka sendiri dan siapa saja yang boleh menyentuhnya. Bayangkan seperti ini : tubuh anak itu "miliknya" dan ada bagian-bagian yang sangat pribadi, seperti area yang tertutup popok. Hanya Mama, Papa, atau orang yang merawatnya saat mandi atau ganti popok yang boleh menyentuh area ini. Kita bisa mulai dengan sering menyebutkan nama-nama anggota tubuh saat memandikan atau memakaikan baju. Misalnya, "Ini perut Adik," sambil memegang tangannya. Untuk area pribadi, kita bisa bilang, "Ini area popok Adik, hanya Mama yang bersihkan ya."

Penting juga untuk mendengarkan apa yang dirasakan anak. Kalau ada yang mencium atau menyentuh dan anak tidak suka, meskipun orang itu kita kenal, kita harus menghargai perasaannya. Dengan begitu, anak belajar bahwa perasaannya penting dan dia berhak atas tubuhnya. Orang tua juga perlu mengajarkan anak secara bertahap dan konsisten. Konsistensi dan kejelasan dalam komunikasi menjadi kunci agar anak mulai memahami batasan tubuhnya dan siapa yang boleh menyentuhnya dalam konteks yang aman. Tindakan aktif orang tua dalam mengajarkan hal ini sejak dini menunjukkan kesadaran akan pentingnya pendidikan perlindungan diri untuk memberdayakan anak dengan pemahaman tentang hak atas tubuh mereka dan mencegah potensi pelecehan.

3. Orang tua mengajarkan anak cara membedakan laki-laki dan perempuan

Strategi orang tua dalam mengajarkan anak membedakan laki-laki dan perempuan adalah cara-cara yang digunakan orang tua untuk membantu anak mengerti perbedaan mendasar antara cowok dan cewek. Ini dilakukan sedikit demi sedikit, sesuai dengan usia anak. Sebagai orang tua, kita bantu anak-anak kita mengenal bedanya cowok dan cewek, dapat menggunakan cara yang sederhana. Kita bisa mulai dari apa yang mereka lihat langsung, misalnya rambutnya (panjang atau pendek) atau pakaian yang sering dipakai.

Lalu, kita sering-sering sebut kata "cowok" dan "cewek" saat bicara tentang diri sendiri, keluarga, atau orang lain. Misalnya, "Itu Kakek, dia cowok," atau "Itu Nenek, dia cewek." Kalau anak bertanya, jawab saja dengan jujur dan sederhana, sesuai umurnya. Tidak perlu jawaban yang terlalu panjang atau bikin bingung. Kita juga bisa pilih buku atau tontonan yang ceritanya ada cowok dan cewek melakukan berbagai hal seru bersama. Yang penting, kita sebagai orang tua jangan sampai membatasi anak berpikir kalau cowok cuma boleh ini dan cewek cuma boleh itu. Kita ajarkan mereka untuk menghargai semua orang, baik cowok maupun cewek.

4. Orang tua mengenalkan alat kelamin sesuai dengan usianya

Orang tua dapat mengenalkan alat kelamin pada anak usia 0-3 tahun adalah proses bertahap dan jujur untuk memberikan nama yang tepat dan pemahaman dasar tentang bagian tubuh pribadi ini, terintegrasi dalam rutinitas harian dengan bahasa yang sederhana dan tidak tabu. Alih-alih menggunakan istilah kekanak-kanakan atau menghindarinya, orang tua secara konsisten menyebutkan nama alat kelamin (penis, vagina) layaknya anggota tubuh lain saat memandikan, mengganti popok, atau berpakaian, sembari menekankan kepemilikan ("Ini penis Adik") dan fungsi dasar yang relevan dengan usia ("Ini tempat keluarnya pipis"). Ketika anak menunjukkan minat atau bertanya, jawaban yang diberikan oleh orang tua harus singkat, jujur, tidak boleh ragu dalam menjelaskan, menciptakan suasana terbuka dan menjelaskan bahwa menjaga area kemaluan tetap bersih akan membuat anak menjadi nyaman, tidak gatal dan sakit. Bersamaan dengan pengenalan nama, orang tua mulai menanamkan konsep batasan tubuh yang sederhana, bahwa area ini adalah pribadi dan memerlukan perlindungan. Dengan konsistensi dan integrasi dalam momen sehari-hari, strategi ini meletakkan fondasi penting bagi kosakata yang benar, normalisasi alat kelamin, dan pemahaman awal tentang privasi tubuh, yang akan mendukung anak dapat melindungi dirinya dari berbagai penyimpangan serta paham betul dampak dari penyimpangan yang dilakukan (Nawafilaty et al, 2019).

5. Orang tua mengajarkan anak untuk bersikap semestinya dengan orang lain.

Orang tua dapat mengajarkan anak bersikap baik dengan orang lain adalah cara-cara yang dipakai orang tua untuk membantu anak tahu bagaimana bergaul dan bertingkah laku yang sopan dan benar dengan semua orang di sekitarnya. Ini bukan cuma soal menyuruh, tapi juga memberi contoh langsung bagaimana kita sendiri bersikap, menjelaskan kenapa sikap tertentu itu baik atau tidak baik, dan melatih anak berinteraksi dengan berbagai macam orang. Misalnya, orang tua menunjukkan cara menyapa yang sopan, mendengarkan saat orang lain bicara, dan membantu teman yang kesulitan. Mereka juga menjelaskan kenapa kita harus menghormati orang yang lebih tua dan bersikap ramah pada teman sebaya. Terkadang, orang tua juga bermain peran dengan anak agar anak bisa mencoba berbagai cara berinteraksi. Intinya, strategi ini membantu anak mengerti perasaan orang lain, tahu cara berkomunikasi yang baik, dan belajar menghargai perbedaan, sehingga mereka bisa bertumbuh menjadi anak yang disukai dan bisa hidup rukun dengan siapa saja.

6. Orang tua mengajarkan anak untuk menumbuhkan perasaan malu

Menanamkan rasa malu yang sehat pada anak merupakan aspek krusial dalam perkembangan sosial dan emosional mereka. Melainkan dianggap sebagai emosi negatif, rasa malu yang sehat justru berperan penting dalam membantu anak memahami batasan perilaku yang dapat diterima di masyarakat serta mendorong mereka untuk bertindak sesuai dengan norma yang berlaku. Sebagai pendidik utama, orang tua dapat menerapkan beberapa strategi efektif. Pertama, jelaskan konsekuensi perilaku dengan bahasa sederhana dan fokus pada perasaan orang lain, hindari menakut-nakuti namun berikan contoh konkret. Kedua, jadilah teladan perilaku yang baik dengan menunjukkan rasa hormat, meminta maaf saat berbuat salah, dan menjelaskan norma sosial. Ketiga, berikan pujian spesifik untuk perilaku positif,

fokus pada usaha anak, dan bangun kepercayaan diri mereka. Keempat, bantu anak mengenali dan memahami emosi diri sendiri, termasuk rasa malu, diskusikan penyebabnya, dan ajarkan cara mengatasinya secara sehat. Terakhir, hindari memperlakukan anak di depan umum; berikan kritik membangun secara pribadi dan fokus pada perbuatan yang perlu diperbaiki. Rasa malu yang sehat dapat membantu anak memahami batasan, mengembangkan empati, bertanggung jawab, menyesuaikan diri dengan norma sosial, dan membangun hubungan yang sehat. Dengan konsistensi dan kasih sayang, orang tua dapat membimbing anak mengembangkan emosi ini sebagai bekal penting dalam kehidupan sosial mereka, mengingat bahwa setiap anak unik dan membutuhkan pendekatan yang disesuaikan.

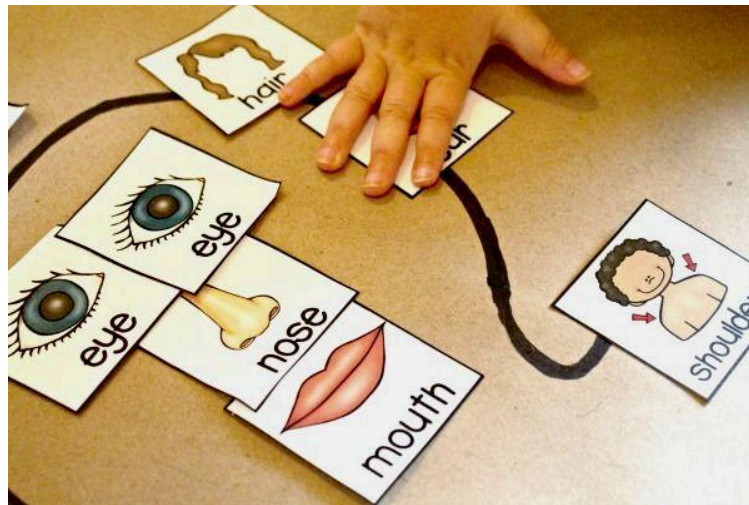
C. Media Pendidikan Seksual untuk Anak Usia Dini (0–3 Tahun)

Menurut Sigmund Freud, seksualitas adalah dimensi integral manusia yang muncul sejak bayi, bukan hanya aktivitas genital dewasa, tetapi juga aktivitas seperti menyusu, mengisap, atau buang air besar, yang memenuhi desakan libido melalui zona erogen (mulut, anus, kelamin). Dalam teori psikoanalisisnya, seksualitas berkembang melalui fase oral, anal, falis, latens, dan genital, yang sejalan dengan perkembangan kepribadian. Jika desakan seksual pada fase tertentu tidak terpenuhi, dapat terjadi fiksasi, menyebabkan gangguan kepribadian, seperti homoseksualitas atau perilaku kompulsif. Hubungan seksualitas dengan pendidikan seksualitas menurut Freud sangat penting untuk mencegah fiksasi dan memastikan perkembangan harmonis (Ardiansyah et al., 2022).

Pendidikan seksualitas harus dimulai sejak dini, disesuaikan dengan fase perkembangan anak, dan melibatkan orang tua serta guru. Tujuannya adalah membantu anak memahami dan menghargai kodrat seksualnya, mengarahkan dorongan seksual ke perilaku yang sesuai norma sosial, agama, dan moral, serta melindungi dari pengaruh negatif lingkungan, seperti media porno. Pendidikan ini harus bersifat bertahap, tidak indoktrinasi, dan didukung teladan dari pendidik untuk membentuk sikap bertanggung jawab terhadap seksualitas. Pendidikan seksual untuk anak usia 0–3 tahun penting untuk membangun kesadaran tentang tubuh, privasi, dan batasan sejak dini. Pada tahap ini, anak belajar melalui pengalaman konkret karena mereka berada dalam fase sensorimotor, seperti dijelaskan Jean Piaget, di mana indera dan gerakan menjadi cara utama mereka memahami dunia (Margiani et al., 2023).

Media berperan sebagai jembatan untuk menyampaikan konsep abstrak, seperti privasi atau sentuhan aman, dengan cara yang sederhana, visual, dan menyenangkan. Media harus mendukung tujuan pendidikan seksual, yaitu mengenalkan bagian tubuh, memahami perbedaan jenis kelamin, membentuk konsep privasi, dan mengajarkan batasan sentuhan. Namun, orang tua sering kali kesulitan menjelaskan hal ini tanpa membuat anak bingung atau takut, terutama karena keterbatasan bahasa anak. Media seperti flash card, video animasi, atau lagu sederhana membantu mengatasi tantangan ini dengan menyampaikan pesan secara alami dan interaktif. Media yang baik merangsang indera anak, menggunakan pengulangan untuk membantu mengingat, dan melibatkan orang tua sebagai pendamping untuk memperkuat pembelajaran. Dengan pendekatan ini, media tidak hanya mendidik tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang aman dan positif. Berikut adalah uraian detail media-media yang relevan, efektif, dan aplikatif untuk kelompok usia ini.

1. Kartu Pintar Tubuhku: Mengenal Bagian Tubuh dan Privasiku



Gambar 1. Flash Card

Flash card bergambar adalah media sederhana berupa kartu dengan gambar bagian tubuh manusia, seperti mata, tangan, perut, penis, atau vagina, lengkap dengan label nama yang jelas dan lugas. Media ini sangat cocok untuk anak usia 0–3 tahun yang sedang dalam tahap sensorimotor menurut teori Jean Piaget, di mana mereka belajar melalui melihat, menyentuh, dan mendengar (Margiani et al., 2023). Gambar yang warna-warni dan jelas menarik perhatian anak, sementara pengulangan saat menunjukkan kartu membantu mereka mengingat nama-nama bagian tubuh dengan mudah. Flash card tidak hanya mengajarkan anak mengenal tubuh mereka, tetapi juga menanamkan konsep penting dalam pendidikan seksual, seperti memahami bagian tubuh pribadi yang harus dijaga, membedakan sentuhan yang boleh dan tidak boleh, serta membangun keberanian anak untuk berbicara jika merasa tidak nyaman (Margiani et al., 2023). Untuk hasil terbaik, flash card harus didesain dengan gambar kartun yang ramah anak tapi realistis, warna cerah yang tidak berlebihan, dan bahan aman seperti kain atau plastik tebal agar anak bisa meraba, sesuai dengan cara belajar mereka melalui sentuhan. Orang tua atau pengasuh bisa menjadikan flash card sebagai alat bermain yang seru dalam suasana santai, misalnya 5–10 menit setiap hari, agar anak merasa nyaman dan tidak tertekan. Flash card juga membantu mengajarkan konsep privasi, seperti membedakan bagian tubuh publik dan pribadi, serta memperkuat perkembangan kognitif dan bahasa anak (Margiani et al., 2023). Penting untuk menjaga suasana positif selama kegiatan, menggunakan bahasa sederhana seperti “Ini bagian pribadi, hanya mama atau dokter yang boleh bantu bersihkan,” dan tidak memaksa anak jika mereka sedang tidak tertarik. Berikut adalah beberapa contoh penggunaan flash card yang bisa diterapkan:

- 1) Bermain “tebak bagian tubuh” dengan bertanya, “Mana hidungmu?” atau “Mana bagian yang hanya boleh disentuh mama?” untuk membantu anak mengenal tubuhnya.

- 2) Mencocokkan kartu dengan pakaian, misalnya, “Celana dalam dipakai di mana?” untuk mengajarkan bahwa bagian pribadi perlu dilindungi.
- 3) Menyanyikan lagu sederhana seperti “Kepala, pundak, lutut, kaki” sambil menunjukkan kartu untuk membuat anak lebih mudah mengingat.
- 4) Menggunakan kartu dengan tanda centang atau silang untuk menjelaskan bagian tubuh publik (seperti tangan) dan pribadi (seperti vagina) agar anak memahami batasan sentuhan.

Dengan cara ini, flashcard menjadi alat yang efektif untuk membantu anak merasa percaya diri menjaga tubuh mereka sambil belajar dengan cara yang menyenangkan.

2. Tubuhku Milikku: Animasi Edukasi Privasi untuk Balita



Gambar 2. Video Animasi Edukatif

Video animasi edukatif adalah media audiovisual yang memadukan gambar bergerak, warna-warni cerah, suara, dan musik untuk menarik perhatian anak usia 0–3 tahun, sekaligus menyampaikan nilai-nilai dasar pendidikan seksual dengan cara yang sederhana dan menyenangkan (Rizqi Hardini et al., 2022). Media ini sangat efektif karena anak pada tahap sensorimotor, menurut teori Jean Piaget, belajar melalui pengalaman visual dan auditori yang merangsang indera mereka. Melalui cerita ringan dengan tokoh kartun yang lucu, video animasi membantu anak memahami pentingnya menjaga bagian tubuh pribadi, menyadari bahwa tubuh mereka adalah milik mereka sendiri, dan belajar bereaksi jika merasa tidak nyaman terhadap sentuhan orang lain (Rizqi Hardini et al., 2022). Untuk anak usia dini, desain video harus sederhana dengan gerakan lambat, karakter yang ekspresif, dan warna lembut seperti kuning atau biru muda agar tidak membingungkan. Audio juga perlu jelas, menggunakan suara narator yang hangat atau lagu dengan lirik berulang yang mudah diikuti, seperti tentang nama-nama bagian tubuh. Durasi video sebaiknya pendek, sekitar 2–5 menit, agar sesuai dengan rentang perhatian anak yang masih terbatas. Orang tua atau pengasuh berperan penting dengan menonton bersama anak, menjelaskan pesan dalam video, atau mengulang lagu dan gerakan untuk memperkuat pemahaman (Rizqi Hardini et al., 2022). Video animasi juga harus menghindari adegan yang menakutkan dan menggunakan bahasa positif, seperti “Tubuhku spesial”

alih-alih “Jangan disentuh,” agar anak merasa aman dan percaya diri. Berikut adalah beberapa contoh isi video animasi yang dapat diterapkan:

- 1) Animasi tentang anak kucing bernama Mimi yang diajarkan ibunya untuk melindungi bagian tubuh pribadi, dengan adegan Mimi berkata “tidak” dengan tegas saat merasa tidak nyaman.
- 2) Lagu interaktif berjudul “Tubuhku Milikku” dengan lirik sederhana dan gerakan tangan yang mengajarkan anak menyebutkan dan menjaga bagian tubuh mereka.
- 3) Cerita pendek tentang Riko, seorang anak yang merasa terganggu saat dipeluk orang asing, lalu meminta bantuan kepada orang dewasa yang dipercaya dengan penuh keberanian.

Dengan desain yang tepat dan pendampingan orang tua, video animasi edukatif menjadi alat yang menarik dan bermakna untuk membantu anak usia dini memahami konsep tubuh dan privasi secara alami dan positif.

3. Buku Cerita Bergambar: Belajar Mengenal Tubuh dan Batasan Pribadi Sejak Dini



Gambar 3. Buku Cerita Bergambar

Media cerita bergambar untuk pendidikan seks pada anak usia dini (1-5 tahun) adalah alat pembelajaran yang efektif, menggabungkan teks sederhana dan ilustrasi menarik untuk menyampaikan konsep tubuh, kebersihan, batasan pribadi, dan peran gender dengan cara yang sesuai perkembangan kognitif dan emosional anak. Penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan anak PAUD dari skor 4,82 menjadi 6,99 setelah menggunakan media ini, dengan 85% anak memahami jenis kelamin dan 78% menguasai kebiasaan seperti mandi dua kali sehari serta mencuci tangan. Materi buku mencakup tema seperti “Aku dan Tubuhku” untuk mengenalkan organ tubuh termasuk penis dan vagina tanpa stigma, “Aku dan Pakaianku” untuk memahami privasi melalui pakaian yang pantas, serta “Aku, Orang Tua, dan Orang di Sekitarku” untuk mengajarkan batasan fisik, seperti melapor jika area pribadi disentuh tanpa izin. Buku juga menekankan kebersihan, seperti mencuci tangan dan alat kelamin, melalui cerita tentang rutinitas sehari-hari, membantu anak membangun kebiasaan sehat.

Manfaatnya meliputi peningkatan pemahaman, rasa percaya diri, dan pencegahan risiko negatif, seperti informasi keliru dari media lain atau potensi pelecehan, dengan anak belajar menghormati lawan jenis dan memahami konsekuensi perilaku seksual (Heather et al., 2019; Hurlock, 2010). Cerita yang lucu dan realistis merangsang imajinasi, membuat anak senang, sehingga lebih mudah mengingat informasi, seperti menutup pintu saat ke kamar mandi atau mengatakan “Tidak!” pada sentuhan yang salah. Dikembangkan dengan masukan pakar dan diuji validitasnya, buku ini digunakan oleh orang tua saat mandi atau sebelum tidur, dan guru PAUD melalui kegiatan interaktif seperti menggambar atau bernyanyi, memastikan pembelajaran bertahap sesuai rentang atensi anak yang pendek. Meski menghadapi tantangan seperti sensitivitas budaya, solusi seperti cerita pendek dan desain ramah anak menjadikan media ini fleksibel, aman, dan ideal untuk membentuk pemahaman sehat tentang tubuh dan seksualitas sejak dini.

Contoh isi buku cerita:

- 1) **Buku “Aku dan Tubuhku”** Cerita ini mengisahkan seorang anak bernama Budi yang belajar mengenal anggota tubuhnya melalui petualangan sehari-hari. Dengan ilustrasi menarik, Budi diperkenalkan pada bagian tubuh seperti kepala, tangan, kaki, hingga organ kelamin (misalnya penis atau vulva) dengan bahasa sederhana dan sesuai usia. Cerita menekankan bahwa setiap bagian tubuh penting dan harus dijaga, serta mengajarkan anak untuk menyebutkan nama-nama anggota tubuh dengan percaya diri.
- 2) **Buku “Aku dan Pakaianku”** Buku ini menceritakan pengalaman seorang anak perempuan bernama Sari yang belajar memilih pakaian yang nyaman dan tepat untuk melindungi tubuhnya. Melalui cerita, Sari diajarkan bahwa pakaian membantu menjaga privasi tubuhnya, terutama bagian tubuh tertentu yang tidak boleh dilihat atau disentuh orang lain. Ilustrasi warna-warni menunjukkan Sari memilih pakaian dan merasa bangga dengan tubuhnya.
- 3) **Buku “Siapa Boleh Menyentuh Tubuhku?”** Cerita ini mengisahkan seorang anak bernama Dika yang belajar tentang siapa saja yang boleh menyentuh bagian tubuhnya, seperti orang tua saat membantu mandi, dan siapa yang tidak boleh, seperti orang asing. Dalam cerita, Dika diajarkan untuk berteriak atau melapor kepada orang tua jika ada yang menyentuhnya tanpa izin. Ilustrasi cerita menampilkan situasi sehari-hari di rumah dan sekolah untuk memperkuat pesan tentang batasan tubuh.

4. Lagu dan Gerakan Edukatif: Mengetahui Sentuhan Aman dan Menjaga Tubuh



Gambar 4. Lagu dan Gerakan

Lagu dan gerakan dipilih karena sesuai dengan dunia anak yang penuh permainan, menciptakan pembelajaran yang menyenangkan dan mudah dipahami. Menurut Indrijati (2017), bermain mendorong kreativitas, sementara Dewi et al. (2017) menyebutkan bernyanyi meningkatkan kosakata dan kepuasan emosional. Lestari & Erik (2017) menambahkan bahwa lagu menciptakan suasana riang dan gerakan memperkuat keterlibatan, membuat topik sensitif seperti seksualitas lebih mudah diterima. Lagu dan gerakan mengajarkan keselamatan tubuh dan kebersihan, seperti lirik tentang sentuhan aman/tidak aman atau mencuci tangan, disertai gerakan menunjuk bagian tubuh atau mencuci tangan. Finkelhor (via Anggraini et al., 2017) menyatakan lagu membantu anak mengenali bahaya, sementara Idayanti et al. (2017) membuktikan efektivitasnya dalam meningkatkan keterampilan kebersihan. Fadlillah (2016) menegaskan metode ini mencegah kebosanan dan membentuk kebiasaan melalui pengulangan (Syarbini via Ihsani et al., 2018). Ratnasari & Alias (2016) menyarankan lirik sederhana dan gerakan intuitif, seperti menunjuk bagian tubuh. Azzahra (2020) merekomendasikan lagu berbasis aturan "PANTS" untuk privasi tubuh, dengan gerakan pelindung. Jatmikowati et al. (2015) menyarankan lagu tentang "aturan celana dalam," dan Chomaria (2012) mengusulkan lagu untuk latihan toilet, semua dengan gerakan pendukung. Guru harus antusias dan konsisten dengan orang tua dalam menyampaikan pesan.

Contoh lagu dan aktivitas:

- 1) Lagu: "Sentuhan boleh, sentuhan boleh... Kepala, tangan, kaki... Karena sayang, karena sayang, karena sayang... Sentuhan tidak boleh, sentuhan tidak boleh... Tertutup baju dalam... Hanya diriku, hanya diriku, yang boleh menyentuh..." Anak diajak menyentuh bagian tubuh sesuai lirik.
- 2) Aktivitas: Anak-anak diajak menyanyi sambil menunjuk bagian tubuh seperti kepala, tangan, dan kaki sesuai lirik lagu. Saat lirik menyebut "tertutup baju dalam," anak diminta menyilangkan tangan di depan dada sebagai simbol melindungi bagian pribadi.

- 3) Lagu penguatan: Mengajarkan konsep batasan sentuhan aman dan tidak aman, memperkuat pemahaman “tubuhku milikku” untuk keselamatan diri.

5. Yuk Bermain Peran! Belajar Sentuhan Aman Lewat Simulasi



Gambar 5. Bermain Peran

Simulasi ringan atau bermain peran adalah media pembelajaran interaktif yang melibatkan anak usia 0–3 tahun dalam skenario sederhana yang mencerminkan situasi sehari-hari, sehingga mereka dapat belajar tentang tubuh dan batasan dengan cara yang menyenangkan dan konkret. Sesuai dengan tahap sensorimotor menurut teori Jean Piaget, anak pada usia ini belajar melalui aktivitas fisik, sentuhan, dan pengalaman langsung, menjadikan bermain peran sangat efektif karena mereka aktif berpartisipasi, bukan hanya mendengar atau melihat. Dalam konteks pendidikan seksual, simulasi ringan membantu anak memahami situasi di mana sentuhan diperbolehkan atau tidak, seperti saat pemeriksaan dokter atau interaksi dengan orang lain, serta melatih mereka mengenali perasaan nyaman dan tidak nyaman. Media ini juga membangun keberanian anak untuk mengekspresikan diri, misalnya dengan mengatakan “tidak” atau meminta bantuan, yang penting untuk kesadaran akan batasan tubuh (Ismiulya et al., 2022). Bermain peran sebaiknya dilakukan dengan alat bantu sederhana seperti boneka atau mainan, dalam suasana yang santai dan penuh kasih sayang, agar anak merasa aman. Orang tua atau pengasuh perlu memandu dengan sabar, menggunakan bahasa sederhana seperti “Ini boleh, ini tidak boleh,” dan menghindari skenario yang menakutkan agar anak tidak cemas. Penting juga untuk mengulang simulasi secara rutin tapi singkat, sesuai rentang perhatian anak yang terbatas, sehingga pesan tentang privasi dan rasa aman tersampaikan secara alami (Ismiulya et al., 2022). Berikut adalah beberapa contoh simulasi ringan yang dapat diterapkan:

- 1) Bermain dokter dan pasien dengan alat mainan medis, di mana orang tua menjelaskan bahwa sentuhan dokter hanya boleh dilakukan dengan izin dan saat orang tua ada di samping anak.
- 2) Bermain peran sebagai guru dan murid, lalu melatih anak mengatakan “tolong jangan sentuh aku” dengan suara tegas jika merasa tidak nyaman dalam situasi tertentu.

- 3) Bermain dengan boneka untuk memperagakan kegiatan seperti mandi atau berganti popok, sambil menekankan pentingnya izin dan rasa aman saat orang tua membantu.

Dengan pendampingan yang tepat, simulasi ringan tidak hanya mengajarkan anak tentang batasan tubuh dan privasi, tetapi juga membantu mereka merasa percaya diri dan nyaman dalam lingkungan yang mendukung.

Kesimpulan

Pendidikan seksual pada anak usia 0-3 tahun merupakan langkah penting untuk membentuk kesadaran tentang tubuh, privasi, dan batasan yang sehat sejak dini. Berdasarkan teori psikoseksual Sigmund Freud, seksualitas anak berkembang melalui tahap oral dan anal, yang dipengaruhi oleh kepuasan kebutuhan biologis dan hubungan emosional dengan pengasuh. Sementara itu, teori Jean Piaget menunjukkan bahwa anak pada tahap sensorimotor belajar melalui indera dan tindakan fisik, sehingga pendidikan seksual perlu disampaikan melalui media konkret dan interaktif. Strategi komunikasi, seperti mengajarkan cara berpakaian, melindungi anggota tubuh, membedakan jenis kelamin, mengenalkan alat kelamin, bersikap sopan, dan menumbuhkan rasa malu yang sehat, harus dilakukan secara bertahap, konsisten, dan dengan bahasa sederhana. Media seperti flash card, video animasi, buku cerita, lagu, dan simulasi ringan membantu anak memahami konsep seksualitas dengan cara yang menyenangkan dan aman. Pendidikan seksual yang tepat pada usia ini tidak hanya mendukung perkembangan kognitif dan emosional anak, tetapi juga mencegah risiko penyimpangan perilaku dan melindungi anak dari potensi bahaya, dengan melibatkan peran aktif orang tua dan pengasuh dalam menciptakan lingkungan yang mendukung.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). 912-Article Text-2505-1-10-20220630. *Jurnal Kependidikan*, Vol.7 No.1, 25–31.
- Bornstein, M. H., & Lamb, M. E. (2019). *Developmental Science: An Advanced Textbook*. New York: Psychology Press
- Feldman, R. S. (2020). *Child Development*. New York: Pearson.
- Hasanah, A. (2021). Introducing Sex Education To Children Through Pictures And Singing. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, 6(1), 66-77.
- Isnaeni, R. F., & Latipah, E. (2021). Perkembangan Seksual Anak Usia Dini (0-6 Tahun) Dan Stimulasinya. *Jurnal Golden Age*, 5(02), 275-282. <https://doi.org/29408/jga.v5i02.3561>
- Ismiulya, F., Diana, R. R., Na'imah, N., Nurhayati, S., Sari, N., & Nurma, N. (2022). Analisis Pengenalan Edukasi Seks pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4276–4286. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2582>
- Kwirinus, D. (2022). Menyingkap teori seksualitas psikoanalisa sigmund freud dan usaha penerapannya dalam pendidikan seksualitas. *Jurnal Pendidikan Sosiologi dan Humaniora*, 13(2), 556-573.
- Margiani, K., Koten, A., & Ralim, M. E. S. (2023). Edukasi Seks Anak Usia Dini: Sebuah Pengenalan Melalui Modul Anggota Tubuh. 10(2), 1–11. <https://doi.org/10.23887/paud.v10i2>
- Nawafilaty, T. (2019). Pendidikan Seks Pada Anak Usia Dini Ditinjau Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam. *JCE (Journal of Childhood Education)*, 2(1). <https://doi.org/10.30736/jce.v1i2.12>
- Oktarina, N. D., & Liyanovitasari, L. (2019). The Influence of Illustrated Story Media on Children's Early Sex Knowledge. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 6(2), 110-115.
- Oktarina, A. (2020). Pendidikan Seks Usia Dini dalam Kajian Hadis. *Riwayah: Jurnal Studi Hadis*, 6(2), 369. <https://doi.org/10.21043/riwayah.v6i2.7615>
- Rakhmawati, E. (2023). *Pendidikan Seksual Anak Usia Dini*. Potlot Publisher.
- Rizqi Hardini, R., Sasmita, D., Rikha Mahmudah, S., Magister Psikologi, D., & Psikologi, F. (2022). Pengenalan Pendidikan Seks Anak Usia Dini pada Orang Tua di Masa Pandemi Covid-19 Article Info. *Jurnal Warta LPM*, 25(2), 143–151. <http://journals.ums.ac.id/index.php/warta>
- Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2022). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*. Boston: Cengage Learning

Tampubolon, G. N., Nurani, Y., & Meilani, S. M. (2019). Pengembangan Buku Pendidikan Seksual Anak Usia 1-3 Tahun. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(2), 527. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.243>

Nama Anggota Kelompok :

1. Alysha Ramadhani (24010684193)
2. Alya Najmah Firdaus (24010684108)
3. Amanda Reza Saputro (24010684180)
4. Dika Ayu Anggraini (24010684192)
5. Habibah Aminatus Sadyah (24010684140)