



Psikoedukasi *Psychological First Aid* (PFA) Pada Mahasiswa Untuk Penanganan Awal Korban Kekerasan Seksual di Lingkungan Perguruan Tinggi *Psychological First Aid (PFA) Psychoeducation for Students for Initial Handling of Victims of Sexual Violence in the University Environment*

Ainurizan Ridho Rahmatulloh¹, Nanda Yunika Wulandari¹, Annas Fitria Saadah^{2*}, Akbar Afif Wicaksono¹, Verdi¹, Ilham Jaya Kusuma²

¹Universitas Mercu Buana Yogyakarta

²Institut Seni Indonesia Yogyakarta

ainurizan.ridho@mercubuana-yogya.ac.id, nanda@mercubuana-yogya.ac.id,

annas.fitria@isi.ac.id, 230810443@student.mercubuana-yogya.ac.id,

230810042@student.mercubuana-yogya.ac.id, ilhamlahat2019@gmail.com

*Corresponding author: annas.fitria@isi.ac.id

ABSTRAK

Kekerasan seksual di lingkungan kampus kini menjadi persoalan serius di berbagai negara, termasuk Indonesia. Kasus-kasus tersebut sering kali berakar pada ketimpangan relasi kuasa, kurangnya penghormatan terhadap batasan pribadi, serta minimnya edukasi pencegahan. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melaksanakan psikoedukasi *psychological first aid* atau PFA bagi mahasiswa sebagai penanganan pertama terhadap kekerasan seksual. Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahap, yakni koordinasi, asesmen lapangan, psikoedukasi, dan praktik PFA. Program ini bertujuan meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang bentuk dan dampak kekerasan seksual serta memperkuat kemampuan mereka dalam memberikan bantuan awal kepada korban. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa dalam menangani kasus kekerasan seksual di kampus. Inisiatif ini diharapkan menciptakan lingkungan akademik yang lebih aman, responsif, dan empatik.

Kata Kunci: kekerasan seksual; perguruan tinggi; psikoedukasi; *psychological first aid*

ABSTRACT

Sexual violence on college campuses has become a serious problem in many countries, including Indonesia. These cases often stem from unequal power relations, a lack of respect for personal boundaries, and a lack of prevention education. This community service program aims to provide psychological first aid (PFA) psychoeducation to students as a first response to sexual violence. This program consists of several stages, including coordination, field assessment, psychoeducation, and PFA practice. The program aims to increase students' understanding of the forms and impacts of sexual violence and strengthen their ability to provide initial assistance to victims. This activity is carried out in several stages, namely coordination, field assessment, psychoeducation, and PFA practice. The program aims to increase students' understanding of the forms and impacts of sexual violence and strengthen their ability to provide initial assistance to victims. The results show an increase in students' knowledge and skills in handling cases of sexual violence on campus. This initiative is expected to create a safer, more responsive, and empathetic academic environment.

Keywords: sexual violence; higher education; psychoeducation; *psychological first aid*

PENDAHULUAN

Kekerasan seksual di kampus menjadi persoalan serius yang memicu keprihatinan global karena menunjukkan masih rendahnya rasa aman mahasiswa, termasuk di perguruan tinggi Indonesia.

Menurut data tahunan Komnas Perempuan, selama 2018 – 2023 tercatat 24.529

kasus kekerasan seksual di Indonesia. Menukil data Simfoni-PPPA total laporan kekerasan seksual ada sebanyak 31.947 kasus, dan Data Kemen PPPA mencatat 2.122 kasus sejak 1 Januari hingga 6 Februari 2025.

Terjadinya kekerasan seksual tentunya ada berbagaimacam faktor, salah

satunya karena adanya penyalahgunaan kekuasaan dan ketidakhormatan terhadap batasan pribadi (Irfawandi et al., 2023). Menurut K.W. Aprilita (2012), kekerasan seksual muncul ketika pelaku memiliki kesempatan dan dorongan. Hal ini banyak dijumpai pula di lingkungan pendidikan tinggi. Berdasarkan data Kemen PPPA per April 2024, terdapat 2.681 kasus kekerasan seksual di lingkungan perguruan tinggi.

Saputra et al.(2024) menyebut pelecehan seksual di kampus sering dipicu relasi kuasa, misalnya dosen memanfaatkan alasan penelitian atau bimbingan skripsi untuk mengajak mahasiswa keluar kota hingga terjadi pelecehan, baik fisik maupun non fisik.

Kurangnya edukasi dan penyuluhan seksual turut memicu terjadinya pelecehan di kalangan mahasiswa (Imana et al., 2025). Berdasarkan latar belakang ini, maka psikoedukasi bagi mahasiswa masih sangat relevan sebagai upaya untuk mencegah terjadinya kekerasan seksual. Tim pengabdian memberikan psikoedukasi kepada mahasiswa Institut Seni Indonesia Yogyakarta guna mencegah kekerasan seksual.

Tim pengabdian berdiskusi dengan mitra mengenai kasus kekerasan seksual di kampus. Adapun hasil diskusi tersebut teridentifikasi permasalahan yang dihadapi mitra antara lain : a) kurangnya ruang cerita secara personal untuk mahasiswa bisa menyampaikan masalah yang sedang dihadapi, b) tidak adanya pendampingan khusus dari mitra terkait dengan mahasiswa yang sedang bermasalah, c) belum banyaknya kegiatan psikoedukasi bagi mahasiswa terkait dengan kesehatan mental khususnya psikoedukasi pencegahan terjadinya kekerasan seksual.

Psikoedukasi adalah metode edukatif untuk memberikan informasi dan meningkatkan kemampuan individu atau kelompok dalam menghadapi masalah (Bhattacharjee, 2011), sekaligus menjadi sarana gerakan sosial untuk

mendorong perubahan mental (Natasubagyo & Kusrohmaniah, 2019).

Psikoedukasi merupakan intervensi yang bertujuan mengubah perilaku dan pola pikir melalui strategi seperti penetapan tujuan, pelatihan keterampilan, pencapaian hasil positif, serta peningkatan komunikasi (Makamah dkk., 2019). Dengan demikian, psikoedukasi efektif untuk menyampaikan informasi penting bagi masyarakat. Suprihatin dan Azis (2020) menegaskan bahwa salah satu bentuknya adalah pendidikan seksual.

Psikoedukasi dapat dikombinasikan dengan berbagai materi salah satunya Psychological First Aid (PFA). PFA merupakan pendekatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) yang dirancang untuk memberikan dukungan psikososial awal kepada individu yang terdampak oleh peristiwa krisis atau traumatis (Rahmatulloh & Pratiwi, 2024). PFA tidak bersifat terapeutik atau diagnostik, melainkan dukungan humanistik dan empatik yang menekankan pada prinsip *Look, Listen, and Link* yakni mengamati kondisi korban dan lingkungan, mendengarkan secara aktif dan empatik, serta menghubungkan korban dengan layanan dan dukungan lanjutan (Brymer et al., 2006).

Berdasarkan hal tersebut maka tim pengabdian bertujuan memberikan psikoedukasi PFA terkait penanganan pertama pada korban kekerasan seksual untuk mahasiswa. Harapannya mahasiswa memahami pentingnya wadah sebagai support system untuk mencegah dan menangani kekerasan seksual.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan program pengabdian akan disesuaikan dengan kondisi mitra dan kesepakatan bersama mitra atau kelompok sasaran program. Adapun beberapa

tahapan yang dilakukan untuk memperlancar pelaksanaan, yaitu:

1. Tahap Koordinasi

Koordinasi dilakukan dengan ISI Yogyakarta, yang menjadi institusi mitra. Koordinasi dilakukan untuk menggali program apa saja yang dibutuhkan, dengan salah satu program kegiatannya adalah pemberian pengabdian ini, yakni psikoedukasi mahasiswa untuk pencegahan kekerasan seksual.

2. Tahap Asesmen Lapangan

Asesmen dan pengetahuan terkait kondisi lapangan yang akan dijadikan sasaran program adalah hal penting untuk membuat perencanaan yang tepat. Pada tahap ini asesmen dilakukan dengan observasi lapangan dan wawancara dengan beberapa mahasiswa ISI Yogyakarta.



Gambar 1. Observasi dan Wawancara

3. Tahap Psikoedukasi PFA

Pelaksanaan program psikoedukasi PFA untuk penanganan awal kekerasan seksual dilakukan dengan kesepakatan bersama antara tim pengabdian dengan pihak mitra, yakni ISI Yogyakarta, untuk waktu dan tempatnya. Metode pelaksanaan direncanakan melalui pertemuan luring dengan peserta terbatas dari beberapa program studi. Sasaran *audience* yang dilibatkan untuk pengabdian ini adalah mahasiswa ataupun mahasiswi dari berbagai

tingkat.



Gambar 2. Tahap Psikoedukasi PFA

4. Tahap Praktik PFA

Pada tahap ini peserta diminta untuk mempraktekan pemberian PFA pada korban kekerasan seksual di kampus. Pemberi PFA melakukan prinsip *look, listen and link* untuk membantu korban menghadapi situasi yang traumatis. Proses ini disupervisori langsung tenaga profesional psikolog.



Gambar 3. Praktik PFA

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis dilakukan terhadap 30 peserta yang melalui soal pre test dan post-test. Skor pemahaman diukur menggunakan 4 soal pilihan ganda yang merepresentasikan aspek pengetahuan konseptual mengenai pencegahan kekerasan seksual dan *Psychological First Aid (PFA)* di lingkungan perguruan tinggi. Tabel 1. Data Deskriptif

Statistik	Pre-Test	Post-Test
Mean	3,43	3,87
SD	0,82	0,35
Min	2	3
Max	4	4

Berdasarkan hasil analisis, terjadi peningkatan rata-rata skor dari 3.43 (SD = 0.82) pada pre-test menjadi 3.87 (SD = 0.35) pada post-test. Artinya, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman sebesar 0.43 poin dari total skor maksimum 4.

Tabel 2. Uji Statistik

Uji	Hasil	P	Sig
Paired Sample t-test	t(29) = -3.26	0,003	Sig
Wilcoxon Signed-Rank	Z = 5.00	0,005	Sig
Ukuran Efek (Cohen's d)	0.60	Efek sedang	

Hasil *paired sample t-test* menunjukkan perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*, $t(29) = -3.26$, $p = .003$.

Hasil ini diperkuat oleh uji nonparametrik *Wilcoxon signed-rank test*, $Z = 5.00$, $p = .005$. Ukuran efek yang diperoleh adalah Cohen's $d = 0.60$, yang termasuk dalam kategori sedang (*medium effect size*), menandakan adanya peningkatan yang bermakna secara praktis.

Psikoedukasi ini menitikberatkan pada empat aspek utama, yakni pemahaman definisi dan cakupan kekerasan seksual di perguruan tinggi, pemahaman relasi kuasa dan urgensi PFA bagi mahasiswa. 4 faktor kunci tersebut berhasil disampaikan dengan baik dan mampu menambah pemahaman mahasiswa melalui Psikoedukasi ini.

Pada faktor definisi kekerasan seksual di perguruan tinggi. Berdasarkan pre-test, sebagian besar peserta sudah menjawab benar, dengan rata-rata skor 0.87. Setelah pelatihan,

skor meningkat menjadi 0.93. Peningkatan tersebut menegaskan bahwa pelatihan efektif memperjelas pemahaman peserta mengenai definisi kekerasan seksual sesuai Permendikbudristek No. 30 Tahun 2021. Hal ini penting karena memperkuat pemahaman konseptual yang sudah ada dan mencegah kesalahpahaman istilah yang sering terjadi di kalangan mahasiswa.

Selain itu, Peningkatan pemahaman peserta terhadap definisi kekerasan seksual menunjukkan bahwa pelatihan berhasil memperkuat pengetahuan deklaratif (*declarative knowledge*) tentang konsep dasar yang menjadi fondasi intervensi pencegahan. Menurut Bloom (1956), perubahan pada domain kognitif tingkat pertama yakni pengetahuan dan pemahaman menjadi prasyarat bagi perubahan sikap dan perilaku pada tahap berikutnya. Ketika peserta memahami terminologi dengan benar, mereka lebih mampu mengidentifikasi perilaku bermasalah di lingkungan kampus dan berperan aktif dalam pencegahan (Foubert et al. 2019)

Aspek cakupan kekerasan seksual mengalami peningkatan terbesar, dari skor rata-rata 0,83 saat pre-test menjadi 1,00 pada post-test. Peningkatan yang signifikan ini menegaskan bahwa pelatihan memberikan pengetahuan baru mengenai berbagai bentuk kekerasan seksual, termasuk bentuk-bentuk non-fisik seperti pelecehan verbal, daring, atau manipulasi relasi kuasa.

Peserta yang semula belum memahami cakupan luas kekerasan seksual kini dapat mengidentifikasinya dengan lebih jelas. Hal ini penting untuk membangun sensitivitas mahasiswa dalam mengenali dan mencegah kekerasan seksual di lingkungan kampus.

Katz & Moore (2013) menemukan bahwa banyak mahasiswa cenderung memiliki pemahaman sempit tentang kekerasan seksual, sehingga intervensi psikoedukatif yang menampilkan spektrum perilaku secara eksplisit mampu memperluas kesadaran mereka. Hal ini penting untuk pemaknaan ulang norma sosial dan bahasa dalam membentuk persepsi individu (Flood, 2019).

Pada aspek relasi kuasa, rata-rata skor naik dari 0,87 saat pre-test menjadi 0,93 pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pelatihan efektif dalam memperkuat pemahaman tentang relasi kuasa sebagai faktor risiko.

Peserta menjadi lebih sadar bahwa pelecehan seksual sering kali muncul bukan semata karena individu “berniat jahat”, melainkan karena adanya ketimpangan kekuasaan (misalnya antara dosen dan mahasiswa, senior dan junior, atau pengurus organisasi dan anggotanya). Dengan memahami hal ini, peserta diharapkan lebih waspada dalam interaksi sosial di kampus dan lebih mampu membaca situasi berisiko. Banyard et al. (2021) menunjukkan bahwa pemahaman tentang relasi kuasa meningkatkan kemampuan deteksi situasi berisiko serta intensi intervensi prososial di kalangan mahasiswa.

Aspek urgensi Psychological First Aid (PFA) meningkat dari skor rata-rata 0,87 pada pre-test menjadi 1,00 pada post-test. Peningkatan penuh pada item ini menunjukkan bahwa pelatihan sangat berhasil dalam menekankan pentingnya PFA sebagai keterampilan dasar bagi mahasiswa kader sebaya.

Peserta yang semula hanya sebagian memahami manfaat PFA, setelah pelatihan hampir seluruhnya dapat menjawab dengan benar bahwa PFA krusial untuk memberikan dukungan awal kepada korban sebelum intervensi profesional dilakukan. Hal ini mencerminkan pencapaian utama pelatihan,

karena PFA adalah salah satu kompetensi inti yang ingin ditanamkan.

Shultz & Forbes (2014) menyatakan bahwa pelatihan PFA dapat meningkatkan *self-efficacy* dan *perceived readiness* peserta untuk menghadapi situasi krisis emosional di komunitasnya. Kesadaran ini penting karena mahasiswa sering kali menjadi pihak pertama yang dihubungi korban sebelum melapor secara formal.

Hasil pelatihan menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan pemahaman yang bermakna, khususnya pada aspek-aspek inti yang menjadi fokus program, seperti definisi dan cakupan kekerasan seksual, pemahaman relasi kuasa, serta pentingnya Psychological First Aid (PFA) bagi mahasiswa kader sebaya.

Capaian ini menjadi pondasi untuk mengembangkan program serupa secara berkelanjutan dan lebih sistematis di lingkungan perguruan tinggi, seperti pembentukan *Peer Support Group*, *Integrasi* kurikulum dan Kolaborasi Unit Layanan Kampus (UKM) dengan Satgas PPKS.



Gambar 4. Penyerahan Plakat dan Sertifikat

SIMPULAN

Pelatihan psikoedukasi mengenai pencegahan kekerasan seksual dan pengenalan *Psychological First Aid (PFA)* ini terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta.

Dengan demikian, pelatihan ini dapat disimpulkan sebagai program yang efektif dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa terhadap topik pencegahan kekerasan seksual dan PFA. Selain itu, pelatihan ini memiliki potensi keberlanjutan tinggi, baik melalui pengembangan komunitas kader sebaya, integrasi ke dalam kurikulum, maupun kerja sama dengan Satgas PPKS untuk membentuk sistem dukungan yang berkesinambungan di lingkungan kampus.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilita K.W., Sabrina. 2012. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Pelecehan Seksual Pada Remaja. Skripsi: Universitas Airlangga.
- Banyard, V. L., Moynihan, M. M., & Plante, E. G. (2021). Bystander education: Bringing a broader community perspective to sexual violence prevention. *Psychology of Violence*, 11(1), 65–74. <https://doi.org/10.1037/vio0000362>
- Bhattacharjee, D., Rai, A. K., Singh, N. K., & Kumar, P. (2011). Psychoeducation : A Measure to Strengthen Psychiatric Treatment. *Delhi Psychiatry Journal*, 14(1), 33-39.
- Bloom, B. S. (1956). Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals. Handbook I: Cognitive domain. David McKay Company.
- Brymer, M., Jacobs, A., Layne, C., Pynoos, R., Ruzek, J., Steinberg, A., ... & Watson, P. (2006). Psychological First Aid: Field Operations Guide. National Child Traumatic Stress Network and National Center for PTSD.
- Flood, M. (2019). Engaging men and boys in violence prevention. Palgrave Macmillan.
- Foubert, J. D., Langhinrichsen-Rohling, J., Brasfield, H. M., & Hill, B. (2019). Effects of a rape prevention program on first-year college men's likelihood of committing rape and sexual assault. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(2), 417–437. <https://doi.org/10.1177/0886260516640544>
- Imana, N. A., Divianda, N. G., Wijaya, N. S. U., Ardiani, N. S. R., Eldhini, N. G., Syaiful, N. S. Q., & Yuliana, N. (2025). Psikoedukasi Pencegahan Pelecehan dan Kekerasan Seksual pada Anak Usia Sekolah Dasar sebagai Upaya Preventif dan Perlindungan Dini: Pengabdian Mahasiswa KKN UNP di SDN 09 Bancah Maninjau. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 4398–4403. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1061>
- Irfawandi, I., Hirwan, I., Aziz, Z. M., Syukur, M., & Arifin, I. (2023). Analisis jenis jenis dan penyebab kekerasan seksual di lingkungan kampus. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(04), 383–392. <https://doi.org/10.59141/japendi.v4i04.1747>
- Katz, J., & Moore, J. (2013). Bystander education training for campus sexual assault prevention: An initial meta-analysis. *Violence and Victims*, 28(2), 279–292. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.28.2.279>
- Makamah, J. A., Bisji, J. S., & Umar, S. J. (2019). The effectiveness of psycho education on psychological wellbeing of adolescents in Jos South LGA of Plateau State. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 10(5), 197–201.
- Natasubagyo, O. S., & Kusrohmaniah, S. (2019). Efektivitas psikoedukasi untuk peningkatan literasi depresi. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(1), 26. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.48585>
- Rahmatulloh, A. R., & Pratiwi, R. (2024). Validasi Tata Laksana Pelatihan Psychological Frist Aid untuk Meningkatkan Self-Efficacy Guru Melalui Virtual Synchronous Learning. *G-Couns: Jurnal*

Bimbingan dan Konseling, 8(3), 1785-1795.

- Saputra, M. I., Norfazilah, N., Ramadhani, A., & Marlina, A. (2024). Ketimpangan Relasi Kuasa Dalam Kasus Kekerasan Seksual di Perguruan Tinggi. *Amsir Law Journal*, 5(2), 93–105. <https://doi.org/10.36746/alj.v5i2.424>
- Suprihatin, S., & Azis, A. M. (2020). Pelecehan Seksual Pada Jurnalis Perempuan di Indonesia. *Palastren Jurnal Studi Gender*, 13(2), 413. <https://doi.org/10.21043/palastren.v13i2.8709>
- Shultz, J. M., & Forbes, D. (2014). Psychological first aid: Rapid proliferation and the search for evidence. *Disaster Health*, 2(1), 3–12. <https://doi.org/10.4161/dish.26006>
- Yanti, Aisya Fiqri, dkk. (2022). Kekerasan Seksual Terhadap Anak. *Jurnal Sanksi (Seminar Nasional Hukum, Sosial dan Ekonomi)*, 1(1). <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/sanksi/article/view/10103>