

SKRIPSI

**PENGARUH PELATIHAN *PERSONAL SAFETY SKILL*
DENGAN METODE BERMAIN KARTU TERHADAP
SELF AWARENESS DALAM MENCEGAH
KEKERASAN SEKSUAL ANAK**



**Oleh:
HESTY WINDIANTARI
2025080026R**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2026**

SKRIPSI

**PENGARUH PELATIHAN *PERSONAL SAFETY SKILL*
DENGAN METODE BERMAIN KARTU TERHADAP
SELF AWARENESS DALAM MENCEGAH
KEKERASAN SEKSUAL ANAK**

Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keperawatan (S.Kep)
Pada Fakultas Ilmu Kesehatan



Oleh:

HESTY WINDIANTARI

2025080026R

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2026**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : "Pengaruh Pelatihan Personal *Safety Skill* dengan Metode Bermain Kartu Terhadap *Self Awareness* dalam Mencegah Kekerasan Seksual Anak."
Nama : Hesty Windiantari
NIM : 2025080026R

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas Akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Gresik, 17 Juni 2026

Pembimbing I



Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes., M.Biomed
NIPY. 107102020120066

Pembimbing II



Hj. Retno Twistandayani, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 107102020070043

Mengetahui,



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202024236

HALAMAN PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan *Personal Safety Skill* dengan Metode Bermain Kartu Terhadap *Self Awareness* dalam Mencegah Kekerasan Seksual Anak

Nama mahasiswa : HESTY WINDIANTARI

NIM : 2025080026R

Telah dipertahankan / diuji dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal :

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK

TA 2025/2026

TIM PENGUJI

1. Istiroha S.Kep., Ns., M.Kep.

NIDN. 107102020150118

Ketua

2. Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes., M.Biomed.

NIPY. 107102020120066

Anggota I

3. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Tr.Kep.

NIPY. 107102020070043

Anggota II

1.....

2.....

3.....

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIPY. 107102020070043

PERNYATAAN ORIGINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hesty Windiantari
NIM : 2025080026R
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S1)
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan *Personal Safety Skill* dengan Metode
Bermain Kartu Terhadap *Self Awareness* dalam Mencegah
Kekerasan Seksual Anak

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar Pustaka.

Apabila terdapat didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur- unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 16 Juli 2026
Yang Menyatakan


Hesty Windiantari
2025080026R



UNIGRES
UNIVERSITAS GRESIK
Character Building Through Education

SK BAN PT No. 1208/SK/BAN-PT/Akred/PT/10/2021 Peringkat Akreditasi "Baik Sekali"

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN | PROGRAM STUDI PROFESI NERS
PROGRAM STUDI KESEHATAN DAN KESEHATAN KERJA
TERAKREDITASI

Prodi Ilmu Perawatan SK No. 102/2020/PT/Keperawatan/2020/08
Prodi Profesi Ners SK No. 103/2020/PT/Keperawatan/2020/08
Prodi SK No. 107/2020/PT/Keperawatan/2020/08

SURAT KETERANGAN CEK PLAGIASI SKRIPSI

Pada hari ini Kamis, 18 Juni 2026. Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa:

Nama : Hesty Windiantari
NIM : 2025080026R
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul : Pengaruh Pelatihan Personal Safety Skill dengan Metode Bermain
Kartu Terhadap Self Awareness dalam Mencegah Kekerasan
Seksual Anak

Hasil Cek Plagiasi : 27%

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan lolos/~~tidak~~
lolos*.

Pembimbing I

Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes., M.Biomed
NIPY. 107102020120066

Gresik, 18 Juni 2026

Pembimbing II

Hj. Retno Twistiahdayani, S.Kep.,Ns., M.Tr.Kep
NIPY. 107102020070043



Jl. Arif Rahman Hakim 2 B Gresik, Jawa Timur



(031) 3981918 | (031) 3976628



psik@unigres.ac.id



fikes.unigres.ac.id

HALAMAN MOTTO

"Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain."

Hadits Riwayat (HR) Ahmad

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa. Skripsi ini kupersembahkan sebagai wujud cinta dan dedikasi kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta, yang doa, bimbingan, dan kasih sayangnya menjadi fondasi dari setiap langkah dan keberhasilanku.
2. Suamiku, yang selalu sabar mendampingi, mendukung, dan menjadi tempat bersandar di setiap proses penyusunan karya ini.
3. Anak-anakku tercinta, pelita hati yang senantiasa memberi warna dan semangat dalam setiap langkah perjuangan ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan BimbinganNya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Pengaruh Pelatihan *Personal Safety Skill* dengan Metode Bermain Kartu Terhadap *Self Awareness* dalam Mencegah Kekerasan Seksual Anak**” dapat terselesaikan.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Gresik.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes., M.Biomed selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada Kami untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Maman, S.Kom selaku Kepala Sekolah MINU Lumpur Gresik yang telah memnerikan izin untuk melakukan penelitian.
3. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada Kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, sekaligus sebagai Dosen Pembimbing 2 yang selalu memberikan dukungan moril dan arahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan benar.

4. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan, bimbingan dan motivasi kepada Kami untuk menyelesaikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
5. Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes., M.Biomed selaku Dosen Pembimbing 1 yang selalu memberikan dukungan moril dan arahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan benar.
6. Siswa dan Siswi Kelas 3 MINU Lumpur Gresik yang telah bersedia meluangkan waktu menjadi responden penelitian.
7. Rekan-rekan S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik yang selalu memberikan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Keluarga besar yang telah memberikan dukungan agar dapat menyelesaikan penelitian dengan hasil yang maksimal.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Kami sadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, tetapi kami berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi keperawatan.

Gresik, 19 Februari 2026

Hesty Windiantari

**PENGARUH *PELATIHAN PERSONAL SAFETY SKILL* DENGAN
METODE BERMAIN KARTU TERHADAP *SELF AWARENESS*
DALAM MENCEGAH KEKERASAN SEKSUAL ANAK**

ABSTRAK

Hesty Windiantari

Kekerasan seksual pada anak merupakan permasalahan serius yang berdampak multidimensional. Rendahnya *self awareness* dalam mengenali, menolak, dan melaporkan situasi tidak aman meningkatkan kerentanan anak terhadap kekerasan seksual. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pelatihan *personal safety skill* dengan metode bermain kartu terhadap *self awareness* dalam mencegah kekerasan seksual anak. Metode penelitian menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *pre-eksperimental one group pretest-posttest design*. Populasi sekaligus sampel penelitian adalah seluruh siswa kelas 3 MINU Lumpur Gresik tahun ajaran 2025–2026 sebanyak 38 anak, dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian kuesioner *self awareness* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Intervensi dilakukan melalui *personal safety skill* menggunakan media kartu edukatif selama 3 kali pertemuan. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden berada pada kategori *self awareness* kurang (65,8%) dan tidak ada yang berada pada kategori baik (0%). Setelah intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori baik (68,4%) dan tidak ada lagi yang berada pada kategori kurang (0%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan pelatihan *personal safety skill* melalui metode bermain kartu terhadap peningkatan *self awareness* anak. Penelitian ini menemukan bahwa *self awareness* yang merupakan fondasi kemampuan *recognize, resist, and report* dapat dibentuk melalui pembelajaran sistematis, partisipatif, dan sesuai tahap perkembangan anak. Maka penting untuk mengintegrasikan program edukasi perlindungan diri berbasis permainan dalam kurikulum sebagai strategi preventif yang berkelanjutan.

Kata kunci: *personal safety skill, self awareness*, kekerasan seksual anak, metode bermain kartu, sekolah dasar.

THE EFFECT OF PERSONAL SAFETY SKILL TRAINING USING A CARD-BASED PLAY METHOD ON SELF-AWARENESS IN PREVENTING CHILD SEXUAL ABUSE

ABSTRACT

Hesty Windiantari

Child sexual abuse is a serious issue with multidimensional impacts. Low self-awareness in recognizing, resisting, and reporting unsafe situations increases children's vulnerability to sexual violence. This study aims to analyze the effect of personal safety skill training using a card-game method on self-awareness in preventing child sexual abuse. The research method utilized a descriptive-analytic design with a pre-experimental one-group pretest–posttest approach. The population and sample consisted of all 38 third-grade students at MINU Lumpur Gresik for the 2025–2026 academic year, selected using a total sampling technique. The research instrument was a self-awareness questionnaire that had been tested for validity and reliability. The intervention was conducted through personal safety skill training using educational cards over three sessions. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of 0.05. The results showed that before the intervention, the majority of respondents were in the poor self-awareness category (65.8%), with none in the good category (0%). After the intervention, most respondents reached the good category (68.4%), and none remained in the poor category (0%). The Wilcoxon test results yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant influence of personal safety skill training via the card-game method on increasing children's self-awareness. This study finds that self-awareness, which serves as the foundation for "recognize, resist, and report" abilities, can be developed through systematic, participatory learning tailored to children's developmental stages. Therefore, it is essential to integrate game-based self-protection education programs into the curriculum as a sustainable preventive strategy.

Keywords: *personal safety skill, self-awareness, child sexual abuse, card-based play method, elementary school.*

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	2
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN PANITIA PENGUJI	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN ORIGINALITAS	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ...	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN MOTTO	6
HALAMAN PERSEMBAHAN	7
KATA PENGANTAR.....	8
ABSTRAK	10
DAFTAR ISI	12
DAFTAR TABEL.....	15
DAFTAR GAMBAR	16
DAFTAR LAMPIRAN	17
DAFTAR SINGKATAN	18
BAB 1 PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
BAB 2 TINJUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Kekerasan Seksual	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Kekerasan Seksual.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Faktor Penyebab Kekerasan Seksual...	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Bentuk-Bentuk Kekerasan Seksual	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Dampak Kekerasan Seksual terhadap Anak.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Pencegahan Kekerasan Seksual Terhadap Anak	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep <i>Personal Safety Skill</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi <i>Personal Safety Skill</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Komponen Utama Keterampilan Keselamatan Diri.	Error! Bookmark not defined.
2.3 Metode Bermain Kartu	Error! Bookmark not defined.

2.3.1	Pengertian Metode Bermain Kartu.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.2	Karakteristik dan Manfaat Bermain Kartu	Error! Bookmark not defined.
2.3.3	Implementasi Metode Bermain Kartu dalam Pelatihan	Error! Bookmark not defined.
2.3.4	Mekanisme dalam Meningkatkan <i>Self-Awareness</i> Anak melalui Metode Bermain Kartu.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.5	Manfaat Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> dengan Bermain Kartu	Error! Bookmark not defined.
2.4	Konsep <i>Self-Awareness</i>	Error! Bookmark not defined.
2.4.1	Definisi <i>Self-Awareness</i>	Error! Bookmark not defined.
2.4.2	Komponen <i>Self-Awareness</i> dalam Pencegahan Kekerasan Seksual	Error! Bookmark not defined.
2.4.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Awareness</i> .	Error! Bookmark not defined.
2.4.4	Kategori <i>Self Awareness</i>	Error! Bookmark not defined.
2.5	Keaslian Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....		Error! Bookmark not defined.
3.1	Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
3.2	Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB 4 METODE PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.3	Kerangka Kerja	Error! Bookmark not defined.
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	Error! Bookmark not defined.
4.4.1	Populasi	Error! Bookmark not defined.
4.4.2	Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
4.4.3	Teknik Sampling	Error! Bookmark not defined.
4.5	Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.6	Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
4.7	Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
4.7.1	Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.7.2	Prosedur Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
4.8	Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
4.8.1	Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.8.2	Uji Kualitas Data	Error! Bookmark not defined.
4.8.3	Analisis data	Error! Bookmark not defined.
4.9	Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.

4.9.1	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	Error! Bookmark not defined.
4.9.2	Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>).....	Error! Bookmark not defined.
4.9.3	Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	Error! Bookmark not defined.
4.9.4	Keadilan dan Kemanfaatan (<i>Beneficence and Non-maleficence</i>)	Error! Bookmark not defined.
4.9.5	Integritas Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
5.1	Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
5.1.1	Gambaran Umum MINU Lumpur Gresik.....	Error! Bookmark not defined.
5.1.2	Data Umum	Error! Bookmark not defined.
5.1.3	Data Khusus	Error! Bookmark not defined.
5.2	Pembahasan.....	65
5.2.1	Tingkat <i>Self Awareness</i> Dalam Mencegah Kekerasan Seksual Sebelum Diberikan Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> Melalui Metode Bermain Kartu.....	65
5.2.2	Tingkat <i>Self Awareness</i> Dalam Mencegah Kekerasan Seksual Sesudah Diberikan Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> Melalui Metode Bermain Kartu.....	68
5.2.3	Pengaruh Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> Melalui Metode Bermain Kartu Terhadap Tingkat <i>Self Awareness</i> Dalam Mencegah Kekerasan Seksual Pada Anak	71
5.3	Keterbatasan.....	74
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....		76
6.1	Kesimpulan	76
6.2	Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....		79
LAMPIRAN.....		82

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Keaslian Penelitian.....	36
Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	48
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di MINU Lumpur.....	61
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di MINU Lumpur.....	61
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Pemberian Edukasi di MINU Lumpur.....	62
Tabel 5.4 Tingkat <i>Self Awareness</i> dalam Mencegah Kekerasan Seksual Sebelum diberikan Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> melalui Metode Bermain Kartu.....	62
Tabel 5.5 Tingkat <i>Self Awareness</i> dalam Mencegah Kekerasan Seksual Sesudah diberikan Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> melalui Metode Bermain Kartu.....	63
Tabel 5.6 Analisis Pengaruh Pelatihan <i>Personal Safety Skill</i> Melalui Metode Bermain Kartu Terhadap Tingkat <i>Self Awareness</i> Dalam Mencegah Kekerasan Seksual Pada Anak.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Kerangka Konseptual.....	40
Gambar 4.1	<i>One Group Pretest–Posttest Design</i>	43
Gambar 4.2	Kerangka Kerja.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Izin Penelitian	83
Lampiran 2 Keterangan Kelaikan Etik	84
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	85
Lampiran 4 Informed Consent	86
Lampiran 5 Lembar Kuesioner	88
Lampiran 6 SOP Permainan Kartu.....	90
Lampiran 7 Hasil Pengumpulan Data Excel	94
Lampiran 8 Hasil SPSS.....	98
Lampiran 9 Berita Acara Bimbingan	104
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian.....	106
Lampiran 11 Hasil Cek Turnitin	107
Lampiran 12 Surat Keterangan Cek Plagiasi Skripsi	108

DAFTAR SINGKATAN

MINU	: Madrasah Ibtidaiyah Nahdlatul Ulama
SD	: Sekolah Dasar
WHO	: <i>World Health Organization</i>
UNICEF	: <i>United Nations Children's Fund</i>
Simfoni-PPA	: Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak
KemenPPPA	: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak
UU TPKS	: Undang-Undang Tindak Pidana Kekerasan Seksual
APE	: Alat Permainan Edukatif
et al.	: <i>Et alii</i> (Bahasa Latin untuk dan kawan-kawan)

