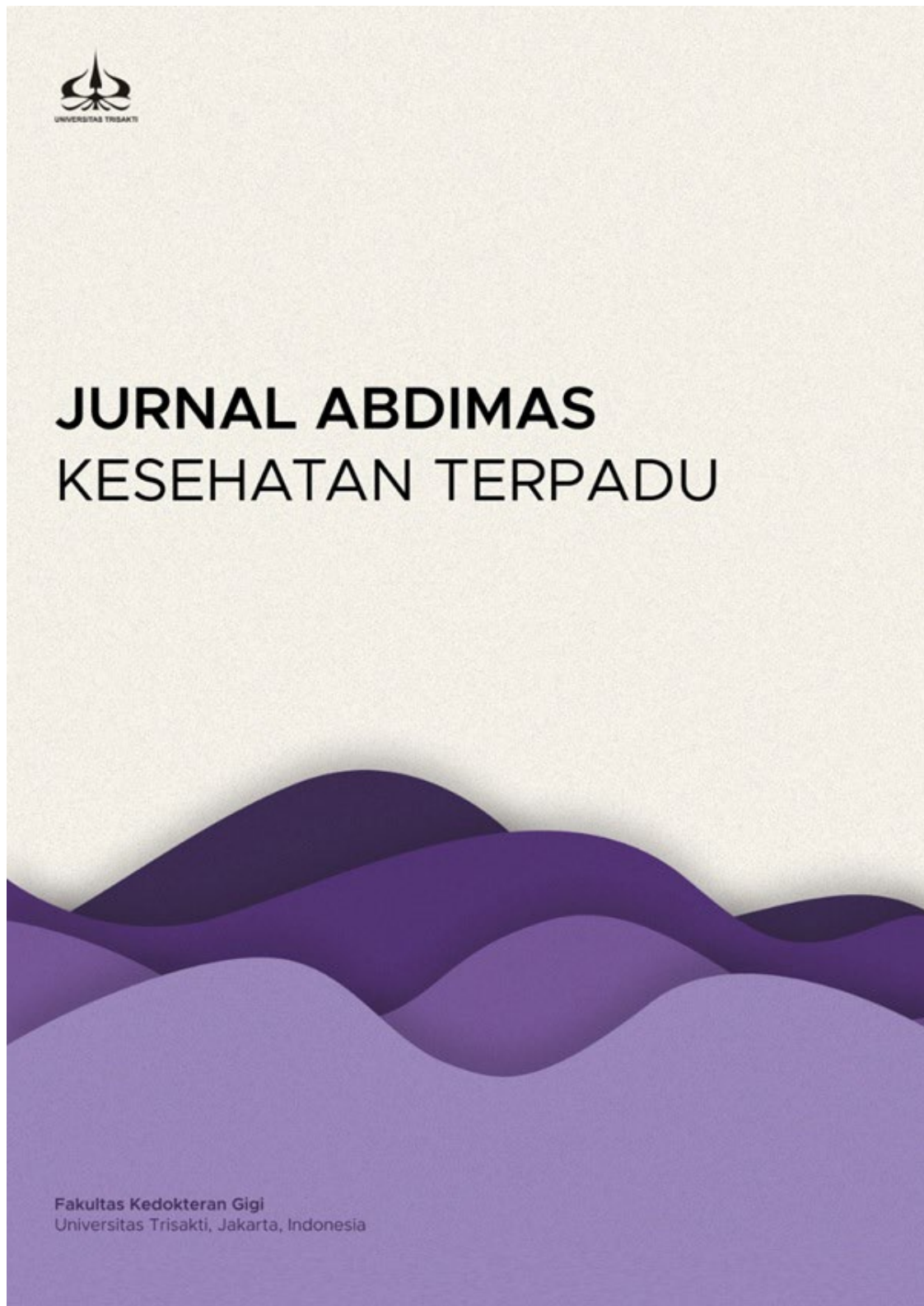


JURNAL ABDIMAS KESEHATAN TERPADU

Cover



Daftar Isi (1)



Penyuluhan Dan Pelatihan Cara Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut pada Komunitas Guru,Orang Tua Dan Murid TK Anugerah Bogor

Melaniwati, Tri Putriany Agustin, Fajar Hamonagan Nasution, Siti Chandra Dwijayanti, Tansza Permata Setiana

16-25

[Download PDF](#)



Abstract: 0 |  PDF downloads:0



Peningkatan Pengetahuan Tentang Diabetes di PKK Dusun Godehan dengan Menggunakan Booklet

Dhanang Prawira Nugraha, Rollando, Eva Monica, Godeliva Adriani Hendra

26-34

[Download PDF](#)



Abstract: 0 |  PDF downloads:0

Daftar Isi (2)



Penyuluhan Pencegahan dan Penanganan Kegawatdaruratan Dental dan Orofasial dalam Olahraga Sepakbola

Riko Nofrizal, Melanie Hendriarty, Sri Ratna Laksmiastuti, Nova Adrian , Fergie Christin Maitimu
1-6

[Download PDF](#)



Abstract: 0 |  PDF downloads:0



Penyuluhan Bantuan Hidup Dasar untuk Komunitas Sehat Eltekers Indonesia Area Kota dan Kabupaten Bogor

Binti Solihah, Diani Nazma, Syaifudin
7-15

[Download PDF](#)



Abstract: 0 |  PDF downloads:0

Daftar isi (3)



Pendidikan dan Pelatihan Terhadap Kebersihan Diri dan Lingkungan di SMA Daarut Tauhid, Bandung

Ricky Anggara Putranto, Didi Nugroho, Isya Hanin, Tien Suwartini, Johni Halim, Dicky Hardi, Ahmad Dzaki Hibatillah, Alyah Heriandi, Alya Chamilia, Syifa Ameliya, Nabila Chairani Achsan 35-43

[Download PDF](#)



Abstract: 0 |



PDF downloads:0



Mengenal Tubuhku: Edukasi Pendidikan Seksual untuk Remaja Down Syndrome

Sisca, Monica Dwi Hartanti, Suriyani, Ratna Shofiati, Farrel Tandhira 44-50

[Download PDF](#)



Abstract: 0 |



PDF downloads:0

Dewan Editor (1)

Editorial Boards

Editorial Boards

Editor in Chief



Dr. drg. Johan Arief Budiman, Sp.Ort

Prodi S1 Pendidikan Dokter Gigi, FKG, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: johanarief@trisakti.ac.id



Managing Editor



drg. Wiwiek Poedjiastoeti, M.Kes., Sp.BM., Ph.D.

Prodi Profesi Dokter Gigi, FKG, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: wiwiek@trisakti.ac.id



Member of Editors



Prof. Dr. drg. Tri Erri Astoeti, M.Kes.

Prodi S1 Pendidikan Dokter Gigi, FKG, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: erriastoeti@trisakti.ac.id



Dewan Editor (2)



Prof. drg. Rahmi Amtha, MDS., Sp.PM., Ph.D.

Prodi Profesi Dokter Gigi, FKG, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: rahmi.amtha@trisakti.ac.id



Dr. drg. Ciptadhi Tri Oka Binarta, M.Kes.

Prodi S1 Pendidikan Dokter Gigi, FKG, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: ciptadhi.trioka@trisakti.ac.id



Dr. Himawan Halim, DMD., M.S., Sp.Ort.

Prodi Profesi Dokter Gigi, FKG, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: himawan@trisakti.ac.id



Sertifikat SINTA



Suriyani Tan

JAKT_26_06-07.R1_JAB

Document Details

Submission ID

trn:oid::3618:147386344

Submission Date

Aug 5, 2026, 7:06 AM GMT+0

Download Date

Aug 5, 2026, 7:09 AM GMT+0

File Name

JAKT_26_06-07.R1_JAB.pdf

File Size

535.4 KB

7 Pages**2,645 Words****17,373 Characters**

20% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Submitted works

Exclusions

- 3 Excluded Sources
- 4 Excluded Matches

Top Sources

- 18%  Internet sources
- 9%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 18% Internet sources
- 9% Publications
- 0% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	e-journal.trisakti.ac.id	5%
2	Internet	journal.al-matani.com	<1%
3	Internet	eprints.undip.ac.id	<1%
4	Internet	journal.uta45jakarta.ac.id	<1%
5	Internet	www.rumahjurnal.or.id	<1%
6	Internet	ejournal.uhb.ac.id	<1%
7	Internet	ojs.unm.ac.id	<1%
8	Internet	journal.unpas.ac.id	<1%
9	Internet	juris.id	<1%
10	Internet	pekayunan.stmiklombok.ac.id	<1%
11	Internet	www.ut.ac.id	<1%

12	Internet	openjurnal.unmuhpnk.ac.id	<1%
13	Internet	pkm.lpkd.or.id	<1%
14	Publication	M. Budi Hartanto, Fatimah Fahurian. "Pemanfaatan Teknologi Komputasi untuk S...	<1%
15	Internet	e-journal.hamzanwadi.ac.id	<1%
16	Internet	jurnal.penerbitwidina.com	<1%
17	Publication	Advensia Meliana Lipat, Eka Setyowati, Muhaimin, Indiaty, David Kasidi. "Peran P...	<1%
18	Publication	Icha Rahmalia Indri, Fitri Dyna, Deswinda Deswinda, Dini Maulinda. "Intervensi E...	<1%
19	Internet	abdimasku.lppm.dinus.ac.id	<1%
20	Internet	beritajabar.info	<1%
21	Internet	core.ac.uk	<1%
22	Internet	e-journal.unair.ac.id	<1%
23	Internet	jakartabahasatoastmasters.wordpress.com	<1%
24	Internet	repository.usd.ac.id	<1%
25	Internet	docplayer.info	<1%

26	Internet	eprints.ums.ac.id	<1%
27	Internet	eprints.uny.ac.id	<1%
28	Internet	erkstw.blogspot.com	<1%
29	Internet	jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id	<1%
30	Internet	rcf-indonesia.org	<1%
31	Publication	Felix Prasepta Sejahtera Surbakti. "EDUKASI PEMILIHAN JURUSAN DAN PENEMU...	<1%

Mengenal Tubuhku: Edukasi Pendidikan Seksual untuk Remaja Down Syndrome

Sisca¹, Monica Dwi Hartanti¹, Suriyani², Ratna Shofiati³, Farrel Tandhira⁴

¹Departmen Biologi, Program Studi Sarjana Kedokteran,
Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

²Departmen Parasitologi, Program Studi Sarjana Kedokteran,
Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

³Program Studi Informatika, Fakultas Teknologi Informatika,
Universitas Trisakti

⁴Mahasiswa Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

Sejarah Artikel
Diterima 04 April 2026
Revisi 18 Mei 2026
Disetujui 25 Mei 2026
Terbit Online 12 Juni 2026

✉Penulis Korespondensi: Sisca; Tel. +62 85298053635 | E-mail: sisca@trisakti.ac.id

ABSTRACT

Adolescents with Down Syndrome have limitations in understanding abstract concepts, thus requiring concrete and visual sexual education. Limited knowledge about body awareness and privacy increases the risk of inappropriate behavior and vulnerability to sexual abuse. This community service activity aimed to improve adolescents' understanding as well as enhance parents' capacity for providing appropriate sexual education. The method used was an educative-participatory approach through counseling, demonstrations, and visual media (flashcards, videos, and role-play). The activity was conducted on March 3, 2026, at Rumah Ceria Down Syndrome POTADS, South Jakarta, involving approximately 30 adolescents aged 10–18 years and 30 parents. The results showed an increase in the average score from 40.25 to 75.6, along with improved understanding among 78% of parents. In conclusion, the visual-interactive approach effectively enhances understanding and self-protection skills. It is recommended to develop sustainable programs and integrate them into inclusive education.

Keywords: Down Syndrome; Flashcard; Inclusive education; Intellectual disability; Sexual education.

ABSTRAK

Remaja dengan Down Syndrome memiliki keterbatasan dalam memahami konsep abstrak sehingga memerlukan edukasi seksual yang konkret dan visual. Kurangnya pemahaman tentang tubuh dan privasi meningkatkan risiko perilaku tidak sesuai dan kerentanan terhadap kekerasan seksual. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pemahaman remaja Down Syndrome serta kapasitas orang tua dalam memberikan edukasi seksual. Metode yang digunakan adalah edukatif-partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi, dan media visual (flashcard, video, role play). Kegiatan dilaksanakan pada 3 Maret 2026 di Rumah Ceria Down Syndrome POTADS Jakarta Selatan dengan melibatkan ±30 remaja usia 10–18 tahun dan ±30 orang tua. Hasil menunjukkan peningkatan nilai rata-rata peserta dari 40,25 menjadi 75,6 serta peningkatan pemahaman pada 78% orang tua. Simpulan, pendekatan visual-interaktif efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan perlindungan diri. Disarankan program berkelanjutan dan integrasi dalam pendidikan inklusif.

Kata Kunci: Disabilitas intelektual; Down syndrome; Edukasi seksual; Flashcard; Inklusi.

1. PENDAHULUAN

Remaja dengan Down Syndrome merupakan kelompok penyandang disabilitas intelektual yang memiliki karakteristik khusus dalam aspek kognitif, komunikasi, dan perilaku sosial.

Keterbatasan dalam memahami konsep abstrak menjadikan mereka memerlukan pendekatan pembelajaran yang lebih konkret, visual, dan berulang. Salah satu aspek penting yang sering terabaikan adalah pendidikan seksual, padahal fase remaja ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Kurangnya pemahaman terhadap perubahan tubuh dan batasan sosial dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku yang tidak sesuai serta kerentanan terhadap kekerasan seksual. [1]

Secara global, anak dengan disabilitas intelektual memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami kekerasan dibandingkan anak tanpa disabilitas. Data menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 3 anak penyandang disabilitas pernah mengalami kekerasan dalam berbagai bentuk, termasuk kekerasan seksual. Risiko ini meningkat pada individu dengan keterbatasan komunikasi dan pemahaman sosial yang rendah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan dalam pemberian edukasi seksual yang inklusif dan adaptif bagi kelompok ini, terutama di negara berkembang yang masih menganggap topik seksual sebagai hal tabu. [2]

Mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah komunitas POTADS (Persatuan Orang Tua Anak dengan Down Syndrome) wilayah Jakarta, yang terdiri dari sekitar 30 keluarga dengan anak usia 10–18 tahun. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, sebagian besar remaja dalam komunitas ini telah memasuki masa pubertas, namun belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai perubahan tubuh, kebersihan diri, serta konsep privasi. Orang tua cenderung merasa canggung dalam menyampaikan materi terkait seksual, sementara guru di sekolah inklusi belum memiliki panduan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan anak. [2]

Permasalahan ini berdampak pada munculnya perilaku yang kurang sesuai secara sosial, seperti menyentuh bagian tubuh tertentu di ruang publik atau berinteraksi tanpa memahami batasan personal. Selain itu, rendahnya literasi seksual menyebabkan remaja Down Syndrome tidak mampu mengenali situasi berisiko atau menolak perlakuan yang tidak pantas. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan kerentanan terhadap pelecehan seksual, tetapi juga berpotensi menimbulkan stigma sosial terhadap anak dan keluarganya. [3]

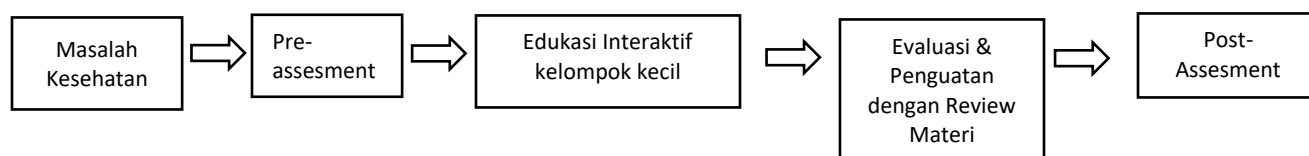
Upaya yang telah dilakukan selama ini dalam konteks pendidikan inklusif masih terbatas pada pengembangan kemampuan akademik dasar dan keterampilan hidup sehari-hari, sementara pendidikan seksual belum menjadi prioritas utama. Beberapa program edukasi yang ada belum dirancang secara spesifik untuk kebutuhan anak dengan disabilitas intelektual. Padahal, penelitian menunjukkan bahwa pendidikan seksual yang disesuaikan dengan kemampuan kognitif anak dapat meningkatkan pemahaman tentang tubuh, memperkuat konsep privasi, serta mengurangi risiko kekerasan seksual. [1]

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu intervensi berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEKS) yang mampu menjawab kebutuhan mitra secara efektif. Program “Mengenal Tubuhku” menawarkan pendekatan edukasi seksual berbasis media visual dan interaktif, seperti flashcard, video animasi, serta permainan peran. Media ini dirancang menggunakan prinsip pembelajaran konkret dan berulang, sehingga lebih mudah dipahami oleh remaja Down

Syndrome. Penggunaan alat bantu visual terbukti efektif dalam meningkatkan retensi informasi pada individu dengan keterbatasan kognitif. [2]

Selain edukasi bagi remaja, program ini juga mencakup pelatihan bagi orang tua dan guru sebagai pendamping utama anak. Pelatihan ini meliputi teknik komunikasi efektif, cara menyampaikan materi seksual secara sederhana, serta strategi menghadapi perilaku yang muncul selama masa pubertas. Dengan demikian, keberlanjutan program dapat terjamin melalui peran aktif keluarga dan lingkungan sekolah dalam memberikan edukasi secara konsisten. [4]

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja Down Syndrome dalam mengenal tubuh, menjaga kebersihan diri, serta memahami batasan sosial dan privasi. Selain itu, kegiatan ini bertujuan meningkatkan kapasitas orang tua dan guru dalam memberikan pendidikan seksual yang sesuai dan berkelanjutan. Manfaat yang diharapkan adalah terciptanya lingkungan yang lebih aman, inklusif, dan mendukung perkembangan remaja dengan Down Syndrome secara optimal. Uraian alur kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka solusi pemecahan masalah

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di komunitas POTADS wilayah Jakarta, dengan sasaran remaja Down Syndrome sebanyak ± 30 orang serta didampingi oleh 30 orang tua. Kegiatan inti berupa seminar dan edukasi interaktif dilaksanakan selama satu hari, sementara tahap persiapan dilakukan selama 2–3 bulan yang meliputi penyusunan materi, pembuatan media pembelajaran, serta koordinasi dengan mitra.

Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif-partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi, dan interaksi langsung menggunakan media visual seperti flashcard, video, dan role play. Kegiatan diawali dengan pre-assessment untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta, dilanjutkan dengan penyampaian materi secara interaktif, serta diakhiri dengan penguatan materi dan post-assessment untuk mengukur peningkatan pemahaman.

Keberhasilan kegiatan ini ditandai dengan adanya peningkatan pemahaman peserta, dimana minimal 80% remaja Down Syndrome mampu memahami konsep dasar tubuh, kebersihan diri, dan privasi setelah kegiatan berlangsung. Selain itu, minimal 75% orang tua menunjukkan peningkatan pengetahuan dalam memberikan edukasi seksual kepada anak. Keberhasilan juga terlihat dari adanya perubahan perilaku peserta yang lebih mampu menjaga kebersihan diri dan memahami batasan sosial. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

2.1 Tempat dan Waktu

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada komunitas POTADS (Persatuan Orang Tua Anak dengan Down Syndrome) wilayah Jakarta. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 3 Maret 2026 di Rumah Ceria Down Syndrome POTADS Jakarta Selatan pada pukul 10.00 - 12.00 WIB.

2.2 Masyarakat Sasaran/ Mitra

Sasaran kegiatan ini adalah remaja dengan Down Syndrome yang tergabung dalam komunitas POTADS wilayah Jakarta, dengan rentang usia 10–18 tahun. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak ±30 remaja yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu telah memasuki masa pubertas, mampu mengikuti instruksi sederhana, dan mendapatkan persetujuan dari orang tua untuk mengikuti kegiatan.

Selain remaja, kegiatan ini juga melibatkan orang tua sebagai mitra pendamping, dengan jumlah sekitar 30 orang. Keterlibatan orang tua sangat penting untuk memastikan keberlanjutan edukasi di rumah. Penentuan peserta dilakukan melalui koordinasi dengan pengurus komunitas POTADS dan berdasarkan hasil pendataan awal yang dilakukan oleh tim pengabdian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program “Mengenal Tubuhku” telah dilaksanakan dalam bentuk seminar dan edukasi interaktif selama satu hari dengan melibatkan remaja Down Syndrome, dan orang tua. Kegiatan diawali dengan pre-test untuk mengukur pemahaman awal peserta terkait konsep tubuh, kebersihan diri, dan privasi. Hasil awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang rendah, terutama dalam membedakan batasan tubuh pribadi dan mengenali sentuhan yang tidak pantas. [5]

Pelaksanaan edukasi dilakukan secara interaktif menggunakan media visual seperti flashcard, video animasi, dan permainan peran (role play) (Gambar.2). Metode ini terbukti meningkatkan keterlibatan peserta, ditunjukkan dengan antusiasme selama sesi berlangsung serta kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan sederhana secara lisan maupun melalui gambar (Tabel 2, Gambar 2).



Gambar 2. Flashcard Edukasi “mengenal tubuhku”

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari perbandingan nilai pre-test dan post-test yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Nilai Pre-Post Test

	Nilai rata-rata	Min-max
Pre Test	40,25	20-65
Post Test	75,6	50-90

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan nilai rata-rata dari 40,2 pada pre-test menjadi 75,6 pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja Down Syndrome terhadap materi yang diberikan. Secara keseluruhan, lebih dari 80% peserta mengalami peningkatan nilai, sehingga indikator keberhasilan kegiatan telah tercapai.

Dari sisi orang tua, hasil kuesioner menunjukkan bahwa sekitar 78% peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai cara menyampaikan edukasi seksual kepada anak dengan Down Syndrome. Mereka juga menyatakan bahwa media pembelajaran yang digunakan mudah dipahami dan dapat diterapkan kembali di rumah. [6]

Tabel 2. Daftar pertanyaan sederhana secara lisan

• “Ini boleh atau tidak?”	• “Kalau bukan Mama/Papa, boleh?”
• “Pegang tangan boleh?”	• “Kalau tidak boleh, kamu bilang apa?”
• “Pegang bahu boleh?”	• “Ayo bilang: TIDAK!”
• “Ini bagian pribadi?”	• “Kalau ada yang sentuh, kamu harus apa?”
• “Siapa yang boleh sentuh?”	• “Kamu cerita ke siapa?”

Pembahasan hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa implementasi metode edukatif-partisipatif berbasis media visual merupakan solusi yang efektif dalam mengatasi permasalahan rendahnya literasi seksual pada remaja Down Syndrome. Pendekatan konkret dan interaktif membantu peserta memahami konsep yang sebelumnya sulit dipahami secara abstrak, seperti privasi dan batasan tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa individu dengan disabilitas intelektual lebih mudah memahami informasi melalui media visual dan pembelajaran berbasis pengalaman. [1,10]

Luaran dari kegiatan ini, yaitu peningkatan pemahaman peserta dan terbentuknya kemampuan pendamping pada orang tua, menunjukkan bahwa program telah memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan. Selain itu, media pembelajaran berupa flashcard “Mengenal Tubuhku” menjadi produk yang dapat digunakan secara berkelanjutan sebagai sarana edukasi.

Faktor pendorong keberhasilan kegiatan ini antara lain adalah keterlibatan aktif peserta, dukungan dari komunitas POTADS, serta penggunaan media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan anak. Namun, terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan yang hanya satu hari sehingga materi tidak dapat disampaikan secara mendalam, serta variasi kemampuan kognitif peserta yang memerlukan pendekatan individual lebih intensif.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan remaja Down Syndrome dalam menjaga diri, serta meningkatkan kapasitas orang tua dalam memberikan edukasi seksual. Program ini berpotensi untuk dikembangkan lebih lanjut dalam bentuk pelatihan berkelanjutan atau integrasi ke dalam kurikulum pendidikan inklusif, sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dalam perlindungan dan pemberdayaan anak dengan disabilitas. [7,8,11]



Gambar 3. Antusiasme remaja Down Syndrome selama sesi berlangsung

4. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program “Mengenal Tubuhku” berhasil meningkatkan pemahaman remaja Down Syndrome mengenai konsep tubuh, kebersihan diri, dan privasi, serta meningkatkan kapasitas orang tua dalam memberikan edukasi seksual yang sesuai. Pendekatan edukatif-partisipatif berbasis media visual terbukti efektif dan mudah dipahami oleh peserta, sehingga mampu mendukung tercapainya indikator keberhasilan kegiatan. Program ini memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan perlindungan diri dan kemandirian remaja Down Syndrome serta berpotensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan dalam lingkungan keluarga dan pendidikan inklusif.

5. SARAN

Kegiatan edukasi seksual bagi remaja Down Syndrome perlu dilanjutkan secara berkelanjutan melalui sesi lanjutan dan integrasi dalam lingkungan keluarga agar pemahaman

peserta semakin optimal dan konsisten diterapkan. Orang tua diharapkan terus memanfaatkan media pembelajaran yang telah diberikan serta membangun komunikasi yang terbuka sesuai kebutuhan anak, sementara dukungan institusi pendidikan diperlukan untuk mengembangkan program edukasi seksual yang lebih sistematis. Ke depan, kegiatan serupa dapat diperluas dengan metode yang lebih inovatif dan evaluasi jangka panjang guna meningkatkan dampak terhadap perlindungan dan kemandirian remaja Down Syndrome.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Trisakti atas dukungan pendanaan melalui hibah pengabdian kepada masyarakat, serta kepada komunitas POTADS Jakarta yang telah berpartisipasi dan mendukung pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Oliveira C, Ozorio S, Gomes V, Araujo S, Lopes J. Sex education for individuals with intellectual development disorder (IDD): A scoping review. *Education Sciences*. 2025;15(6):685. doi:10.3390/educsci15060685
- [2] Devkota A, Robards F, Zablotska-Manos I. Relationships and consent education for adolescents with intellectual disability: A scoping review. *Youth*. 2025;5(1):22. doi:10.3390/youth5010022
- [3] World Health Organization. Sexual and reproductive health and rights of persons with disabilities. Geneva: WHO; 2017.
- [4] Paulauskaite L, Rivas C, Paris A, Totsika V. A systematic review of relationships and sex education outcomes for students with intellectual disability. *J Intellect Disabil Res*. 2022;66(7):577–616.
- [5] Colarossi L, Collier KL, Dean R, Pérez S. Sexual and reproductive health education for youth with intellectual disabilities. *Prev Sci*. 2023;24(Suppl 2):150–162.
- [6] Strnadová I, Loblinzk J, Danker J. Sex education for students with an intellectual disability: Teachers' experiences and perspectives. *Social Sciences*. 2022;11(7):302. doi:10.3390/socsci11070302
- [7] Schmidt EK, Hand BN, Havercamp S, Sommerich C, Weaver L, Darragh A. Sex education practices for people with intellectual disabilities. *Am J Occup Ther*. 2021;75(3):7503180060. doi:10.5014/ajot.2020.044859
- [8] Rohleder P. Educating healthcare professionals about disability and sexuality: A systematic review. *Disabil Rehabil*. 2020;42(10):1438–1447. doi:10.1080/09638288.2018.1514072
- [9] Brown M, McCann E. Sexuality issues and voices of adults with intellectual disabilities: A systematic review. *Res Dev Disabil*. 2018;74:124–138. doi:10.1016/j.ridd.2018.01.009
- [10] Koller R. Sexuality and adolescents with intellectual disabilities: A literature review. *Sexuality and Disability*. 2020;38(3):343–359. doi:10.1007/s11195-020-09615-8
- [11] Xavierees Tungka E, David D, Suriyani S, Pakpahan A, Steward Castellano J, Sisca S. Penyuluhan dan Pelatihan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS): Mengajarkan Anak TK Hidup Sehat dan Bersih Sejak Dini. dbe [Internet]. 2025Dec.11 [cited 2026Apr.4];10(1):24-3. Available from: <https://ojs.ekuitas.ac.id/index.php/dharma-bhakti/article/view/1011>

Mengenal Tubuhku: Edukasi Pendidikan Seksual untuk Remaja Down Syndrome

Sisca¹, Monica Dwi Hartanti¹, Suriyani², Ratna Shofiati³, Farrel Tandhira⁴

¹Departmen Biologi, Program Studi Sarjana Kedokteran,
Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

²Departmen Parasitologi, Program Studi Sarjana Kedokteran,
Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

³Program Studi Informatika, Fakultas Teknologi Informatika,
Universitas Trisakti

⁴Mahasiswa Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

Sejarah Artikel
Diterima 04 April 2026
Revisi 18 Mei 2026
Disetujui 25 Mei 2026
Terbit Online 12 Juni 2026

✉Penulis Korespondensi: Sisca; Tel. +62 85298053635 | E-mail: sisca@trisakti.ac.id

ABSTRACT

Adolescents with Down Syndrome have limitations in understanding abstract concepts, thus requiring concrete and visual sexual education. Limited knowledge about body awareness and privacy increases the risk of inappropriate behavior and vulnerability to sexual abuse. This community service activity aimed to improve adolescents' understanding as well as enhance parents' capacity for providing appropriate sexual education. The method used was an educative-participatory approach through counseling, demonstrations, and visual media (flashcards, videos, and role-play). The activity was conducted on March 3, 2026, at Rumah Ceria Down Syndrome POTADS, South Jakarta, involving approximately 30 adolescents aged 10–18 years and 30 parents. The results showed an increase in the average score from 40.25 to 75.6, along with improved understanding among 78% of parents. In conclusion, the visual-interactive approach effectively enhances understanding and self-protection skills. It is recommended to develop sustainable programs and integrate them into inclusive education.

Keywords: Down Syndrome; Flashcard; Inclusive education; Intellectual disability; Sexual education.

ABSTRAK

Remaja dengan Down Syndrome memiliki keterbatasan dalam memahami konsep abstrak sehingga memerlukan edukasi seksual yang konkret dan visual. Kurangnya pemahaman tentang tubuh dan privasi meningkatkan risiko perilaku tidak sesuai dan kerentanan terhadap kekerasan seksual. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pemahaman remaja Down Syndrome serta kapasitas orang tua dalam memberikan edukasi seksual. Metode yang digunakan adalah edukatif-partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi, dan media visual (flashcard, video, role play). Kegiatan dilaksanakan pada 3 Maret 2026 di Rumah Ceria Down Syndrome POTADS Jakarta Selatan dengan melibatkan ±30 remaja usia 10–18 tahun dan ±30 orang tua. Hasil menunjukkan peningkatan nilai rata-rata peserta dari 40,25 menjadi 75,6 serta peningkatan pemahaman pada 78% orang tua. Simpulan, pendekatan visual-interaktif efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan perlindungan diri. Disarankan program berkelanjutan dan integrasi dalam pendidikan inklusif.

Kata Kunci: Disabilitas intelektual; Down syndrome; Edukasi seksual; Flashcard; Inklusi.

1. PENDAHULUAN

Remaja dengan Down Syndrome merupakan kelompok penyandang disabilitas intelektual yang memiliki karakteristik khusus dalam aspek kognitif, komunikasi, dan perilaku sosial.

Keterbatasan dalam memahami konsep abstrak menjadikan mereka memerlukan pendekatan pembelajaran yang lebih konkret, visual, dan berulang. Salah satu aspek penting yang sering terabaikan adalah pendidikan seksual, padahal fase remaja ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Kurangnya pemahaman terhadap perubahan tubuh dan batasan sosial dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku yang tidak sesuai serta kerentanan terhadap kekerasan seksual. [1]

Secara global, anak dengan disabilitas intelektual memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami kekerasan dibandingkan anak tanpa disabilitas. Data menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 3 anak penyandang disabilitas pernah mengalami kekerasan dalam berbagai bentuk, termasuk kekerasan seksual. Risiko ini meningkat pada individu dengan keterbatasan komunikasi dan pemahaman sosial yang rendah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan dalam pemberian edukasi seksual yang inklusif dan adaptif bagi kelompok ini, terutama di negara berkembang yang masih menganggap topik seksual sebagai hal tabu. [2]

Mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah komunitas POTADS (Persatuan Orang Tua Anak dengan Down Syndrome) wilayah Jakarta, yang terdiri dari sekitar 30 keluarga dengan anak usia 10–18 tahun. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, sebagian besar remaja dalam komunitas ini telah memasuki masa pubertas, namun belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai perubahan tubuh, kebersihan diri, serta konsep privasi. Orang tua cenderung merasa canggung dalam menyampaikan materi terkait seksual, sementara guru di sekolah inklusi belum memiliki panduan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan anak. [2]

Permasalahan ini berdampak pada munculnya perilaku yang kurang sesuai secara sosial, seperti menyentuh bagian tubuh tertentu di ruang publik atau berinteraksi tanpa memahami batasan personal. Selain itu, rendahnya literasi seksual menyebabkan remaja Down Syndrome tidak mampu mengenali situasi berisiko atau menolak perlakuan yang tidak pantas. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan kerentanan terhadap pelecehan seksual, tetapi juga berpotensi menimbulkan stigma sosial terhadap anak dan keluarganya. [3]

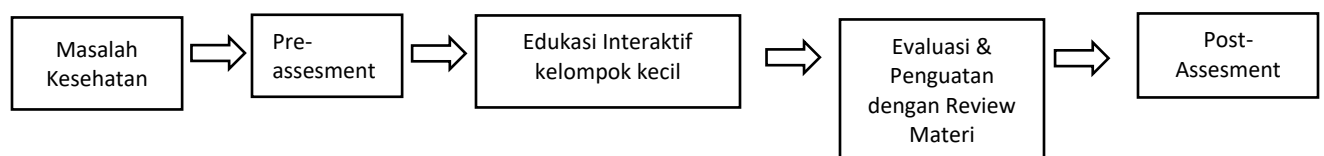
Upaya yang telah dilakukan selama ini dalam konteks pendidikan inklusif masih terbatas pada pengembangan kemampuan akademik dasar dan keterampilan hidup sehari-hari, sementara pendidikan seksual belum menjadi prioritas utama. Beberapa program edukasi yang ada belum dirancang secara spesifik untuk kebutuhan anak dengan disabilitas intelektual. Padahal, penelitian menunjukkan bahwa pendidikan seksual yang disesuaikan dengan kemampuan kognitif anak dapat meningkatkan pemahaman tentang tubuh, memperkuat konsep privasi, serta mengurangi risiko kekerasan seksual. [1]

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu intervensi berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEKS) yang mampu menjawab kebutuhan mitra secara efektif. Program “Mengenal Tubuhku” menawarkan pendekatan edukasi seksual berbasis media visual dan interaktif, seperti flashcard, video animasi, serta permainan peran. Media ini dirancang menggunakan prinsip pembelajaran konkret dan berulang, sehingga lebih mudah dipahami oleh remaja Down

Syndrome. Penggunaan alat bantu visual terbukti efektif dalam meningkatkan retensi informasi pada individu dengan keterbatasan kognitif. [2]

Selain edukasi bagi remaja, program ini juga mencakup pelatihan bagi orang tua dan guru sebagai pendamping utama anak. Pelatihan ini meliputi teknik komunikasi efektif, cara menyampaikan materi seksual secara sederhana, serta strategi menghadapi perilaku yang muncul selama masa pubertas. Dengan demikian, keberlanjutan program dapat terjamin melalui peran aktif keluarga dan lingkungan sekolah dalam memberikan edukasi secara konsisten. [4]

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja Down Syndrome dalam mengenal tubuh, menjaga kebersihan diri, serta memahami batasan sosial dan privasi. Selain itu, kegiatan ini bertujuan meningkatkan kapasitas orang tua dan guru dalam memberikan pendidikan seksual yang sesuai dan berkelanjutan. Manfaat yang diharapkan adalah terciptanya lingkungan yang lebih aman, inklusif, dan mendukung perkembangan remaja dengan Down Syndrome secara optimal. Uraian alur kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka solusi pemecahan masalah

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di komunitas POTADS wilayah Jakarta, dengan sasaran remaja Down Syndrome sebanyak ± 30 orang serta didampingi oleh 30 orang tua. Kegiatan inti berupa seminar dan edukasi interaktif dilaksanakan selama satu hari, sementara tahap persiapan dilakukan selama 2–3 bulan yang meliputi penyusunan materi, pembuatan media pembelajaran, serta koordinasi dengan mitra.

Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif-partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi, dan interaksi langsung menggunakan media visual seperti flashcard, video, dan role play. Kegiatan diawali dengan pre-assessment untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta, dilanjutkan dengan penyampaian materi secara interaktif, serta diakhiri dengan penguatan materi dan post-assessment untuk mengukur peningkatan pemahaman.

Keberhasilan kegiatan ini ditandai dengan adanya peningkatan pemahaman peserta, dimana minimal 80% remaja Down Syndrome mampu memahami konsep dasar tubuh, kebersihan diri, dan privasi setelah kegiatan berlangsung. Selain itu, minimal 75% orang tua menunjukkan peningkatan pengetahuan dalam memberikan edukasi seksual kepada anak. Keberhasilan juga terlihat dari adanya perubahan perilaku peserta yang lebih mampu menjaga kebersihan diri dan memahami batasan sosial. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

2.1 Tempat dan Waktu

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada komunitas POTADS (Persatuan Orang Tua Anak dengan Down Syndrome) wilayah Jakarta. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 3 Maret 2026 di Rumah Ceria Down Syndrome POTADS Jakarta Selatan pada pukul 10.00 - 12.00 WIB.

2.2 Masyarakat Sasaran/ Mitra

Sasaran kegiatan ini adalah remaja dengan Down Syndrome yang tergabung dalam komunitas POTADS wilayah Jakarta, dengan rentang usia 10–18 tahun. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak ± 30 remaja yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu telah memasuki masa pubertas, mampu mengikuti instruksi sederhana, dan mendapatkan persetujuan dari orang tua untuk mengikuti kegiatan.

Selain remaja, kegiatan ini juga melibatkan orang tua sebagai mitra pendamping, dengan jumlah sekitar 30 orang. Keterlibatan orang tua sangat penting untuk memastikan keberlanjutan edukasi di rumah. Penentuan peserta dilakukan melalui koordinasi dengan pengurus komunitas POTADS dan berdasarkan hasil pendataan awal yang dilakukan oleh tim pengabdian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program “Mengenal Tubuhku” telah dilaksanakan dalam bentuk seminar dan edukasi interaktif selama satu hari dengan melibatkan remaja Down Syndrome, dan orang tua. Kegiatan diawali dengan pre-test untuk mengukur pemahaman awal peserta terkait konsep tubuh, kebersihan diri, dan privasi. Hasil awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang rendah, terutama dalam membedakan batasan tubuh pribadi dan mengenali sentuhan yang tidak pantas. [5]

Pelaksanaan edukasi dilakukan secara interaktif menggunakan media visual seperti flashcard, video animasi, dan permainan peran (role play) (Gambar.2). Metode ini terbukti meningkatkan keterlibatan peserta, ditunjukkan dengan antusiasme selama sesi berlangsung serta kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan sederhana secara lisan maupun melalui gambar (Tabel 2, Gambar 2).



Gambar 2. Flashcard Edukasi “mengenal tubuhku”

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari perbandingan nilai pre-test dan post-test yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Nilai Pre-Post Test

	Nilai rata-rata	Min-max
Pre Test	40,25	20-65
Post Test	75,6	50-90

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan nilai rata-rata dari 40,2 pada pre-test menjadi 75,6 pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja Down Syndrome terhadap materi yang diberikan. Secara keseluruhan, lebih dari 80% peserta mengalami peningkatan nilai, sehingga indikator keberhasilan kegiatan telah tercapai.

Dari sisi orang tua, hasil kuesioner menunjukkan bahwa sekitar 78% peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai cara menyampaikan edukasi seksual kepada anak dengan Down Syndrome. Mereka juga menyatakan bahwa media pembelajaran yang digunakan mudah dipahami dan dapat diterapkan kembali di rumah. [6]

Tabel 2. Daftar pertanyaan sederhana secara lisan

• “Ini boleh atau tidak?”	• “Kalau bukan Mama/Papa, boleh?”
• “Pegang tangan boleh?”	• “Kalau tidak boleh, kamu bilang apa?”
• “Pegang bahu boleh?”	• “Ayo bilang: TIDAK!”
• “Ini bagian pribadi?”	• “Kalau ada yang sentuh, kamu harus apa?”
• “Siapa yang boleh sentuh?”	• “Kamu cerita ke siapa?”

Pembahasan hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa implementasi metode edukatif-partisipatif berbasis media visual merupakan solusi yang efektif dalam mengatasi permasalahan rendahnya literasi seksual pada remaja Down Syndrome. Pendekatan konkret dan interaktif membantu peserta memahami konsep yang sebelumnya sulit dipahami secara abstrak, seperti privasi dan batasan tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa individu dengan disabilitas intelektual lebih mudah memahami informasi melalui media visual dan pembelajaran berbasis pengalaman. [1,10]

Luaran dari kegiatan ini, yaitu peningkatan pemahaman peserta dan terbentuknya kemampuan pendamping pada orang tua, menunjukkan bahwa program telah memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan. Selain itu, media pembelajaran berupa flashcard “Mengenal Tubuhku” menjadi produk yang dapat digunakan secara berkelanjutan sebagai sarana edukasi.

Faktor pendorong keberhasilan kegiatan ini antara lain adalah keterlibatan aktif peserta, dukungan dari komunitas POTADS, serta penggunaan media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan anak. Namun, terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan yang hanya satu hari sehingga materi tidak dapat disampaikan secara mendalam, serta variasi kemampuan kognitif peserta yang memerlukan pendekatan individual lebih intensif.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan remaja Down Syndrome dalam menjaga diri, serta meningkatkan kapasitas orang tua dalam memberikan edukasi seksual. Program ini berpotensi untuk dikembangkan lebih lanjut dalam bentuk pelatihan berkelanjutan atau integrasi ke dalam kurikulum pendidikan inklusif, sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dalam perlindungan dan pemberdayaan anak dengan disabilitas. [7,8,11]



Gambar 3. Antusiasme remaja Down Syndrome selama sesi berlangsung

4. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program “Mengenal Tubuhku” berhasil meningkatkan pemahaman remaja Down Syndrome mengenai konsep tubuh, kebersihan diri, dan privasi, serta meningkatkan kapasitas orang tua dalam memberikan edukasi seksual yang sesuai. Pendekatan edukatif-partisipatif berbasis media visual terbukti efektif dan mudah dipahami oleh peserta, sehingga mampu mendukung tercapainya indikator keberhasilan kegiatan. Program ini memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan perlindungan diri dan kemandirian remaja Down Syndrome serta berpotensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan dalam lingkungan keluarga dan pendidikan inklusif.

5. SARAN

Kegiatan edukasi seksual bagi remaja Down Syndrome perlu dilanjutkan secara berkelanjutan melalui sesi lanjutan dan integrasi dalam lingkungan keluarga agar pemahaman

peserta semakin optimal dan konsisten diterapkan. Orang tua diharapkan terus memanfaatkan media pembelajaran yang telah diberikan serta membangun komunikasi yang terbuka sesuai kebutuhan anak, sementara dukungan institusi pendidikan diperlukan untuk mengembangkan program edukasi seksual yang lebih sistematis. Ke depan, kegiatan serupa dapat diperluas dengan metode yang lebih inovatif dan evaluasi jangka panjang guna meningkatkan dampak terhadap perlindungan dan kemandirian remaja Down Syndrome.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Trisakti atas dukungan pendanaan melalui hibah pengabdian kepada masyarakat, serta kepada komunitas POTADS Jakarta yang telah berpartisipasi dan mendukung pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Oliveira C, Ozorio S, Gomes V, Araujo S, Lopes J. Sex education for individuals with intellectual development disorder (IDD): A scoping review. *Education Sciences*. 2025;15(6):685. doi:10.3390/educsci15060685
- [2] Devkota A, Robards F, Zablotska-Manos I. Relationships and consent education for adolescents with intellectual disability: A scoping review. *Youth*. 2025;5(1):22. doi:10.3390/youth5010022
- [3] World Health Organization. Sexual and reproductive health and rights of persons with disabilities. Geneva: WHO; 2017.
- [4] Paulauskaite L, Rivas C, Paris A, Totsika V. A systematic review of relationships and sex education outcomes for students with intellectual disability. *J Intellect Disabil Res*. 2022;66(7):577–616.
- [5] Colarossi L, Collier KL, Dean R, Pérez S. Sexual and reproductive health education for youth with intellectual disabilities. *Prev Sci*. 2023;24(Suppl 2):150–162.
- [6] Strnadová I, Loblinzk J, Danker J. Sex education for students with an intellectual disability: Teachers' experiences and perspectives. *Social Sciences*. 2022;11(7):302. doi:10.3390/socsci11070302
- [7] Schmidt EK, Hand BN, Haverkamp S, Sommerich C, Weaver L, Darragh A. Sex education practices for people with intellectual disabilities. *Am J Occup Ther*. 2021;75(3):7503180060. doi:10.5014/ajot.2020.044859
- [8] Rohleder P. Educating healthcare professionals about disability and sexuality: A systematic review. *Disabil Rehabil*. 2020;42(10):1438–1447. doi:10.1080/09638288.2018.1514072
- [9] Brown M, McCann E. Sexuality issues and voices of adults with intellectual disabilities: A systematic review. *Res Dev Disabil*. 2018;74:124–138. doi:10.1016/j.ridd.2018.01.009
- [10] Koller R. Sexuality and adolescents with intellectual disabilities: A literature review. *Sexuality and Disability*. 2020;38(3):343–359. doi:10.1007/s11195-020-09615-8
- [11] Xavierees Tungka E, David D, Suriyani S, Pakpahan A, Steward Castellano J, Sisca S. Penyuluhan dan Pelatihan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS): Mengajarkan Anak TK Hidup Sehat dan Bersih Sejak Dini. dbe [Internet]. 2025Dec.11 [cited 2026Apr.4];10(1):24-3. Available from: <https://ojs.ekuitas.ac.id/index.php/dharma-bhakti/article/view/1011>