



## Pencegahan Pelecehan Dan Kekerasan Pada Anak Melalui Pendampingan Pertahanan Diri Berbasis Nilai-Nilai Karakter Konservasi Bagi Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Gunungpati Semarang

Ipang Setiawan<sup>1</sup>, Moch. Fahmi Abdulaziz<sup>2</sup>, Bhayu Billiandri<sup>3</sup>, Dhimas Bagus Dharmawan<sup>4</sup>,  
Vivi Septiana Parista<sup>5</sup>

<sup>1,2,3</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, FIK, Unnes

<sup>4,5</sup>Program Studi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Unnes

Email: [Ipang\\_setiawan@yahoo.co.id](mailto:Ipang_setiawan@yahoo.co.id)

DOI: <http://dx.doi.org/10.15294/abdimas.v24i3.21992>

Received : 20 November 2018; Accepted: 5 Agustus 2019; Published: 30 June 2020

### Abstrak

Dewasa ini, banyak kekerasan dan pelecehan terhadap anak dan wanita yang dilakukan oleh pria dewasa bahkan teman sebayanya sendiri yang melakukannya, isu tersebut memang sungguh cukup meresahkan. Peristiwa yang terjadi mengarah pada pelecehan seks pada anak-anak perempuan yang masih duduk di bangku sekolah dasar dan kategori sekolah yang memiliki siswa yang bermasalah, baik dari segi ekonomi lemah pada orang tuanya, pendiam, dan kurang bisa bergaul dengan teman-temannya. Berdasarkan permasalahan tersebut maka tim pengabdian memberikan program pengabdian kepada masyarakat terhadap permasalahan mitra yang ada melalui pendampingan pada anak sekolah dasar yang berbasis nilai-nilai karakter konservasi, yang kegiatannya berupa pendampingan pertahanan anak melalui pelatihan beladiri pencak silat dan latihan fisik olahraga yang kegiatannya diberi penugasan rutin melakukan kegiatan yang mengarah seperti tuntutan butir karakter konservasi (seperti kemandirian, tanggungjawab, kepedulian, dan lain-lain). Dari program pelatihan pengabdian masyarakat tersebut dihasilkan peningkatan kemampuan keterampilan teknik dasar pencak silat pada siswa-siswi, siswa mampu melakukan teknik pukulan, hindaran, tangkisan, dan tendangan (samping, sabit, dan depan).

**Kata kunci** : Pencegahan; Pelecehan seksual; Kekerasan Anak; Pendampingan pertahanan diri; Siswa Sekolah Dasar

### PENDAHULUAN

Usia sekolah dasar sebagai masa kanak-kanak akhir berlangsung dari usia 6 - 12 tahun. Karakteristik utama siswa sekolah dasar adalah mereka menampilkan perbedaan perkembangan dan pertumbuhan individual dalam banyak segi dan bidang, di antaranya, perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan

kepribadian dan perkembangan fisik anak. Salah satu perkembangan yang harus dicapai anak sekolah dasar pada umumnya adalah perkembangan sosial.

Akan tetapi situasi sosial sekarang saat ini justru menunjukkan adanya ancaman bagi anak yang merupakan dampak dari penurunan terhadap fungsi dari lembaga keluarga. Sebagai contoh menurut Komisi Nasional

Anak (Komnas Anak) mencatat 21.689.797 kasus kekerasan telah menimpa anak-anak Indonesia dalam kurun empat tahun terakhir. Sebanyak 42-58% dari pelanggaran hak anak tersebut merupakan kejahatan seksual, selebihnya kekerasan fisik, penelantaran, penculikan, eksploitasi ekonomi, perdagangan anak untuk eksploitasi seksual komersial serta kasus-kasus perebutan anak. Ketua Umum Pergerakan Indonesia, Sereida Tambunan, juga mengatakan tidak ada tempat aman untuk anak Indonesia. Selama 2015, korban kasus pelecehan seksual didominasi anak berdasar data Komisi Nasional Perlindungan Anak sejak Januari hingga Agustus. Setidaknya ada 1.726 kasus melibatkan anak-anak, dan 58 % diantaranya merupakan perkara pelecehan seksual. Hal tersebut berarti ada sekitar 1000 kasus yang menimpa anak dari Januari hingga Agustus 2015 adalah kasus kekerassan seksual. Berdasarkan Laporan KPA 3.339 kasus kejahatan terhadap anak yang terjadi pada 2014, pelecehan seksual mencapai 52%. Kondisi inilah yang menunjukkan adanya penurunan fungsi lembaga keluarga. (sumber: <http://www.tribunnews.com/nasional/2015/10/09/indonesia-daruratkekerasan-seksual-terhadap-anak/> diakses pada 11/02/ 2017/ 14.42).

Undang-undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, yang menyebutkan anak adalah potensi dan generasi muda penerus cita-cita perjuangan bangsa, memiliki peran yang strategis dan mempunyai ciri dan sifat khusus yang menjamin kelangsungan eksistensi bangsa dan negara pada masa depan. Di samping itu, Undang-undang Dasar 1945 Amandemen Keempat sebagai landasan konstitusional pun telah memberikan penegasan perlunya diberikan perlindungan pada anak, sebagaimana dinyatakan dalam Pasal 28 B ayat (2): bahwa Setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Oleh karena itu berdasarkan Undang-Undang tersebut maka perlindungan terhadap anak perlu segera diperhatikan dengan fokus, meskipun perlindungan anak sebenarnya adalah tanggungjawab semua pihak baik keluarga, masyarakat maupun pemerintah.

Namun demikian dewasa ini, banyak kekerasan dan pelecehan terhadap anak dan wanita yang dilakukan oleh pria dewasa bahkan teman sebayanya sendiri yang

melakukannya, isu tersebut memang sungguh cukup meresahkan. Peristiwa yang terjadi mengarah pada pelecehan seks pada anak-anak perempuan yang masih duduk di bangku sekolah dasar dan kategori sekolah yang memiliki siswa yang bermasalah, baik dari segi ekonomi lemah pada orang tuanya, pendiam, dan kurang bisa bergaul dengan teman-temannya.

Perempuan memang menjadi obyek sasaran bagi para pria dewasa atau anak-anak yang kurang dalam pengetahuan tentang seks serta berada pada tekanan ekonomi dan kehampaan hati. Kejadian tersebut tidak menuntut kemungkinan akan menimbulkan dampak yang sangat buruk yaitu adanya perasaan trauma atau ketakutan yang akan selalu menyelimuti pada anak tersebut, hal tersebut juga berdampak pada perkembangan proses belajarnya yang akan mempengaruhi prestasi akademiknya. Kejadian yang sangat rawan terjadi terhadap pelecehan seks atau kekerasan fisik itu pada umumnya terjadi di daerah-daerah pedesaan yang tidak terlalu padat penduduk.

Daerah Kecamatan Gunungpati Semarang merupakan daerah transisi dari daerah pedesaan yang mengarah pada keramaian, ini terjadi akibat adanya kampus Universitas Negeri Semarang (Unnes) yang ada di dalamnya. Walaupun daerah tersebut sudah banyak mendapat sentuhan budaya dan pengetahuan dari Unnes tetapi masih banyak penduduk yang masih jauh tertinggal dan kehidupannya berekonomi lemah. Akibatnya mereka kurang memiliki waktu untuk memperhatikan anaknya dalam kegiatan sehari-hari. Kejadian-kejadian berikut ini menandakan bahwa daerah tersebut masih terjadi adanya masalah seperti:

1. Sekar Maharani (13) seorang anak baru gede (ABG) yang menjadi korban penculikan lalu diperkosa, dan akhirnya dibunuh dan mayatnya dikubur di Waduk Jatibarang Gunungpati, Semarang. (Sumber: <http://daerah.sindonews.com/read/1041747/22/abg-dibunuh-dan-dikubur-di-kompleks-waduk-jatibarang-1441631129/> diakses pada 10/02/ 2017/ 09.02).
2. Seorang bocah berumur 12 tahun dari SD Penggaron Semarang telah beramai

- ramai diperkosa oleh 21 pria selama 3 kali di tanggal yang berbeda (Tgl 7, 12 dan 14 Mei 2016) dengan sistem pelaku membayar Rp 20.000 hingga Rp 40.000 pada pimpinan gang yang bernama 'Gang Rape' (Sumber: <http://regional.liputan6.com/read/2520044/kepedihan-bocah-sd-semarang-korban-kejahatan-seksual-21-pria/> diakses pada 10/02/2017/ 11.10)
3. Bocah berumur 6 tahun di Kabupaten Semarang pulang sekolah sendirian dicabuli pamannya sendiri (34 tahun) hingga luka parah di alat kemaluannya (Sumber: <http://www.solopos.com/2014/04/30/pelecehan-seksualanakkorban-bocahsd-sema-rang-pelaku-paman-sendiri-505406/> diakses pada 10/02/2017/ 14.05).
  4. MN (34), warga Gunungpati, Semarang, melaporkan sejumlah siswa SD yang merupakan kakak kelas KA,10, puterinya, ke Polrestabes Semarang karena perlakuan tindak kekerasan oleh kakak kelas tersebut (Sumber: <http://gaul.solopos.com/penganiayaan-ibu-di-semarang-laporkan-siswi-sd-ke-polisi560969/> diakses pada 11/02/ 2017/ 14.15).
  5. Siswa sekolah dasar di Pongangan, Gunungpati, tewas setelah terjatuh lalu tertimpa batu di pinggir kali gedung saat pelajaran olahraga. (Sumber: <http://www.tribunnews.com/regional/2015/09/10/siswi-sd-digunungpatitewaskecem-plung-jurang-saat-pelajaran-olahraga/> diakses pada 11/02/2017/ 15.05)

Itulah beberapa peristiwa-peristiwa yang sangat perlu mendapat perhatian. Hal itu terjadi karena masih didapati penduduk miskin di Kota Semarang sekitar 26,41% termasuk tersebar di daerah Kecamatan Gunungpati (sumber: [simgakin.semarang.kota.go.id/](http://simgakin.semarang.kota.go.id/) diakses pada 11/02/2017/ 19.05), terkotak kotaknya kehidupan di wilayah Kecamatan Gunungpati, mereka yang ada di sekitar Unnes umumnya merupakan penduduk pendatang dari luar Gunungpati. Bagi mereka penduduk asli berdomisili agak menjauh dari kampus Unnes mereka menjual tanah-tanah mereka dan bergeser ke pedesaan, mereka belum bisa bergaul secara bebas dengan masyarakat pendatang.

Berdasarkan identifikasi permasalahan yang telah diuraikan di atas Universitas Negeri

Semarang (Unnes) yang saat ini mempunyai visi menjadi Universitas berwawasan konservasi dan bereputasi internasional harus mempunyai tanggungjawab dan kepedulian yang lebih untuk menyebarluaskan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) yang telah dimiliki yang berwawasan konservasi agar masyarakat sekitar turut merasakan keamanan dan kenyamanan terhadap keberadaan Unnes disekitarnya dan sebagai universitas unggul (akreditasi A) hal tersebut perlu disikapi *civitas academica* dengan meningkatkan prestasi di berbagai bidang dan meningkatkan kepedulian terhadap beberapa masalah yang ada disekitar. Bagi dosen dan tenaga kependidikan, akreditasi itu perlu disikapi dengan meningkatkan pelayanan, agar akreditasi unggul, pelayanan juga lebih unggul. Pelayanan tersebut tidak hanya ditujukan kepada warga Unnes saja melainkan juga pelayanan pada warga masyarakat yang berada dekat disekitar Unnes dengan melalui program pengabdian yang berbasis konservasi agar eksistensi Unnes tetap terjaga sebagai universitas berwawasan konservasi.

Maka dari itu diperlukan program pengabdian kepada masyarakat terhadap permasalahan mitra yang ada melalui pendampingan pada anak sekolah dasar yang berbasis nilai-nilai karakter konservasi, yang kegiatannya berupa pendampingan pertahanan anak melalui pelatihan beladiri pencak silat dan latihan fisik olahraga, yang kegiatannya diberi penugasan rutin melakukan kegiatan yang mengarah seperti tuntutan butir karakter konservasi (seperti kemandirian, tanggungjawab, kepedulian, dan lain-lain),

Bela diri merupakan satu kesenian yang timbul sebagai satu cara seseorang mempertahankan / membela diri. Seni bela diri telah lama ada dan berkembang dari masa ke masa. Pada dasarnya, manusia mempunyai insting untuk selalu melindungi diri dan hidupnya. Dalam tumbuh atau berkembang, manusia tidak dapat lepas dari kegiatan fisiknya, kapan pun dan di manapun. Hal inilah yang akan memacu aktivitas fisiknya sepanjang waktu (sumber: [https://id.wikipedia.org/wiki/Seni\\_bela\\_diri/](https://id.wikipedia.org/wiki/Seni_bela_diri/) diakses pada 11/02/2017/ 22.17). Salah satu beladiri yang mampu membentuk karakter seseorang adalah pencak silat, suatu seni bela diri tradisional yang berasal dari Indonesia.

Seperti yang diungkapkan oleh Nur Dyah (2008:10) pencak silat dapat membangun dan mengembangkan kepribadian dan karakter

mulia seseorang dengan adanya ajaran kerohanian, dengan ini diharapkan bisa mewujudkan keselarasan dan keseimbangan antara diri individu dengan alam sekitarnya. Pada perkembangan selanjutnya, pencak silat juga bisa dijadikan sarana dan materi pendidikan untuk membentuk manusia-manusia yang mampu melaksanakan perbuatan dan tindakan yang bermanfaat dalam rangka menjalin keamanan dan kesejahteraan bersama. Pencak silat merupakan hasil budi daya manusia yang bertujuan untuk menjamin keamanan dan kesejahteraan bersama, pencak silat merupakan bagian dari kebudayaan dan peradaban manusia yang diajarkan kepada warga masyarakat yang meminatinya (Pandji Oetomo, 2000:2).

Pendampingan pertahanan diri melalui pencak silat bertujuan untuk membantu anak mampu menguasai keterampilan dan pengetahuan teknik beladiri agar dapat melindungi dirinya dan terbentuk karakter dan jiwa konservasi yang sehat dan unggul, serta bertujuan untuk mengarahkan siswa juga tuntutan pembentukan butir karakter konservasi (seperti kemandirian, tanggungjawab, kepedulian, mawas diri, dan lain-lain), selanjutnya program pelatihan latihan olahraga bertujuan agar siswa siswa mempunyai pengetahuan tentang manfaat dan tujuan serta praktek latihan untuk menjaga kebugaran jasmaninya. Oleh karena itu berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra dan fenomena yang ada serta Unnes sebagai universitas berwawasan konservasi yang sangat bedekatan keberadaannya dengan mitra, tim pengusul berencana akan mengadakan program pengabdian pada masyarakat yang berbasis nilai-nilai karakter konservasi untuk memberikan solusi atas permasalahan yang dihadapi oleh mitra.

Berdasarkan solusi yang ditawarkan mengenai permasalahan mitra, maka target dari kegiatan pengabdian ini adalah 1) Penguasaan pengetahuan dan keterampilan para siswa dalam bermawas diri dan melindungi diri sendiri serta orang lain terhadap ancaman pelecehan dan kekerasan pada anak, 2) Siswa terdidik beladiri, 3) Terbentuknya siswa bekarakter konservasi yang cerdas, sehat dan unggul seperti siswa yang bertanggungjawab terhadap keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, siswa yang menghargai perbedaan karakteristik setiap individu, siswa yang menunjukkan kemauan bekerjasama dalam menghadapi ancaman dari

pelecehan dan kekerasan oleh orang lain, siswa yang disiplin, siswa yang memiliki perilaku hidup sehat untuk selalu menjaga kebugaran jasmaninya, siswa yang memiliki kemandirian dalam menghadapi dan bijak mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya saat sedang dalam keadaan seorang diri serta siswa yang bersikap religus bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan 4) Terbentuknya siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang baik dan unggul.

## METODE

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh mitra seperti terungkap dalam bab sebelumnya dan beberapa alternatif solusi yang dapat ditawarkan yang telah diuraikan sebelumnya agar semua program kegiatan pengabdian terealisasi dengan nyata dan dapat terlaksana dengan optimal, maka pelaksanaan program pengabdian akan dilaksanakan dengan mengadopsi langkah-langkah *action research* yang terdiri dari 4 (empat) tahapan, yaitu: perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi, dan refleksi.

Dalam kegiatan pelaksanaannya metode yang paling penting dilaksanakan tim pengabdian adalah 1) Melakukan koordinasi dengan Kepala UPTD Pendidikan kecamatan Gunungpati, 2) Pemilihan beberapa sekolah dasar, tim pengabdian pertama memilih 4 sekolah dasar di kelurahan yang berbeda yang dipandang melalui kategori sekolah yang memiliki siswa yang bermasalah, baik dari segi ekonomi lemah pada orang tuanya, pendiam, dan kurang bisa bergaul dengan teman-temannya, 3) Sebelum dilakukan program kegiatan bagi siswa akan diberikan sosialisasi program kegiatan pengabdian kepada guru dan orang tua, dan 4) Penyusunan program pelatihan Pemberian program pelatihan beladiri (pencak silat) dan pelatihan latihan olahraga sebagai program prioritas

Pada pelatihan beladiri materi yang diberikan berupa teori dan praktek teknik dasar pencak silat (seperti tendangan, pukulan, tangkisan, hindaran, sikap pasang, sikap bertahan, dll). Sedangkan pelatihan latihan olahraga materi yang diberikan berupa teori manfaat dan tujuan serta praktek latihan untuk menjaga kebugaran jasmani seperti latihan mempertahankan ketahanan kardiovaskuler dengan *Multi Stage Fitness* (MFT) jogging, senam aerobik dan latihan ketahanan otot seperti *push up, back up, squat trush* yang akan

dilakukan setelah atau sebelum pelaksanaan kegiatan pelatihan beladiri (pencak silat).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tindakan yang dilakukan dalam implementasi program pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan mengadopsi langkah-langkah *action research* yang terdiri dari 4 (empat) tahapan, yaitu: perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi, dan refleksi.

### Perencanaan

Langkah pertama dalam perencanaan kegiatannya meliputi 1) melakukan koordinasi dengan Kepala UPTD Pendidikan kecamatan Gunungpati, menjelaskan rencana program kegiatan pengabdian, meminta izin melaksanakan program pengabdian di sekolah dasar yang ada di kecamatan Gunungpati.

Lalu setelah berkoordinasi tim melakukan Pemilihan beberapa sekolah dasar yang ada di Kecamatan Gunungpati, tim pengabdian pertama memilih 4 sekolah dasar di kelurahan yang berbeda yang dipandang melalui kategori sekolah yang memiliki siswa yang bermasalah, baik dari segi ekonomi lemah pada orang tuanya, pendiam, dan kurang bisa bergaul dengan teman-temannya. Pada kegiatan ini tim memilih siswa dari kelas 5 di masing-masing sekolah dasar. Pilihan jenjang kelas ditujukan karena keadaan anatomi, fisiologis serta dari aspek kognitif dan psikomotor yang sudah cukup optimal untuk dilakukan pelatihan beladiri dan pelatihan latihan olahraga. Pemilihan 4 sekolah juga ditujukan atas dasar perwakilan karakteristik sekolah dasar yang sama di beberapa kelurahan.

Sebelum dilakukan program kegiatan bagi siswa akan diberikan sosialisasi program kegiatan pengabdian kepada guru dan orang tua, agar kedua belah pihak mengetahui tujuan, manfaat, alokasi hari dan waktu program kegiatan pengabdian serta memberikan rasa nyaman dan aman serta menepis rasa kekhawatir guru terutama orangtua.

Selanjutnya tim melakukan penyusunan program pelatihan berdasarkan hasil identifikasi, hasil analisis permasalahan yang ada dan hasil analisis kebutuhan, selanjutnya disusun program pelatihan beladiri (pencak silat) dan latihan kebugaran dengan menyusun rencana alokasi waktu, penentuan berapakah pertemuan tatap muka dan jam, penyusunan materi teori dan praktek program pelatihan beladiri (pencak silat) dan latihan kebugaran, hal tersebut dilakukan

agar pemberian program kegiatan pengabdian tersusun dan terencana secara sistematis dan tepat.

### Tindakan

Tindakan dalam kegiatan ini berupa implementasi program. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam implementasi program adalah yang pertama dilakukan pemilihan 4 sekolah dasar yang ada kecamatan Gunungpati berdasarkan kriteria yang telah ditentukan

Selanjutnya pemberian program pelatihan beladiri (pencak silat) dan pelatihan latihan olahraga sebagai program prioritas yang diupayakan untuk mengatasi permasalahan mitra yang dilaksanakan dalam 4 kali pertemuan pada setiap sekolah dengan tatap muka selama 120 menit dengan rincian 90 menit untuk pelatihan pencak silat dan 30 menit untuk pelatihan latihan olahraga/kebugaran, kegiatan ini mengambil pada jam diluar proses belajar mengajar yaitu sore hari.



**Gambar 1.** Pemberian materi sikap pasang dan pukulan

Pada pelatihan beladiri materi yang diberikan berupa teori dan praktek teknik dasar pencak silat (seperti tendangan, pukulan, tangkisan, hindaran, sikap pasang, sikap bertahan, dll).



**Gambar 2.** Pemberian materi tendangan

Sedangkan pelatihan latihan olahraga materi yang diberikan berupa teori manfaat dan tujuan serta praktek latihan untuk menjaga kebugaran jasmani seperti latihan mempertahankan ketahanan kardiovaskuler dengan *Multi Stage Fitness* (MFT) jogging dan latihan ketahanan otot seperti *push up*, *back up*, *squat trush* yang dikemas kedalam bentuk permainan yang menyenangkan bagi anak-anak agar tidak merasa jenuh dan bosan.



**Gambar 3.** Pemberian Pelatihan Kebugaran dalam Bentuk Permainan

### Observasi dan Evaluasi

Observasi dilakukan terhadap keseluruhan proses program kegiatan pelatihan dan pendampingan terhadap siswa. Instrumen yang digunakan berupa catatan lapangan, dokumentasi, dan panduan atau modul. Beberapa hal yang diobservasi adalah kendala-kendala, kekurangan-kekurangan, dan kelemahan-kelemahan yang muncul dalam proses pelaksanaan kegiatan di lapangan maupun dalam proses pelaksanaan kegiatan di kelas. Evaluasi dilakukan terhadap kuantitas dan kualitas pelaksanaan program.

### Refleksi

Refleksi dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini dilakukan semata-mata untuk mengetahui kekurangan atau kelebihan-kelebihan terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan dalam rangka untuk menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan-kegiatan berikutnya.

### SIMPULAN

### Simpulan

Simpulan Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian masyarakat ini, penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut: IPTEKS yang di implementasikan bagi siswa sekolah dasar di kecamatan Gunungpati, Kota Semarang diterima dengan baik oleh pihak mitra dan mencapai tujuan yang sudah direncanakan sebelumnya. Hampir keseluruhan pelaksanaan pengabdian ini sudah terlaksana sesuai jadwal perencanaan. Pengabdian ini masih membutuhkan pelatihan, monitoring dan pendampingan secara berkesinambungan karena untuk dapat menguasai teknik dasar pencak silat juga dibutuhkan waktu yang cukup lama agar anak-anak benar-benar merasa percaya diri dan mandiri dalam menghadapi permasalahan yang ada di hadapannya. Secara aspek penguasaan teknik dasar pencak silat siswa sudah mampu melakukan gerakan otomatisasi dan manipulasi dalam prakteknya, hal ini menandakan bahwa pemberian pelatihan pencak silat sudah cukup baik dan anak mampu menguasai materi yang telah diberikan.

### Saran

Saran bagi mitra sekolah, hendaknya membuka kegiatan ekstrakurikuler beladiri pencak silat khususnya, karena hal ini perlu agar siswa mempunyai bekal beladiri, sehingga siswa saat mengalami kendala dapat mengatasinya dengan mandiri, bagi siswa hendaknya selalu berlatih untuk meningkatkan kemampuan teknik dasarnya diluar jam sekolah atau bisa mengikuti perguruan pencak silat yang ada disekitarnya. Karena dengan terus berlatih secara teratur maka kemampuan penguasaan teknik dasarnya bisa terus berkembang.

### ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan pengabdian ini, kepada :

1. Universitas Negeri Semarang yang telah bersedia sebagai rumah ilmu untuk penulis

2. LP2M Universitas Negeri Semarang yang telah memberi dukungan secara materil
3. FIK Unnes sebagai tempat penulis dalam mendapatkan refrensi.
4. Kepala UPTD Pendidikan Kecamatan Gunungpati, Semarang yang telah memberikan izin dan memfasiliasi atas pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.
5. Mahasiswa PJKR FIK Unnes yang bersedia menjadi pembantu lapangan dan kesekretariatan.

Tanpa bantuan pihak yang terkait penulis dapat menyelesaikan penelitian sebagai tugas dari Tri Dharma pada perguruan tinggi sehingga dapat terlaksana dengan lancar dan baik tanpa suatu halangan apapun serta hasil penelitian ini juga mampu di publikasikan untuk di baca dan sebagai sumber informasi oleh khalayak umum yang bermanfaat.

- Nur Dyah Naharsari. 2008. Olahraga Pencak Silat. Jakarta: Ganeca Exact
- Pandji Oetojo. 2000. Pencak Silat. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan
- [simgakin.semarangkota.go.id/](http://simgakin.semarangkota.go.id/) diakses pada 11/02/2017/ 19.05
- Undang-undang Dasar 1945 Amandemen Keempat dalam Pasal 28 B ayat
- Undang-undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, Undang-Undang Perlindungan Anak pasal 7 ayat 1
- Wahyu Aji. 2015. *Indonesia Darurat Kekerasan Seksual terhadap Anak*. sumber: <http://www.tribunnews.com/nasional/2015/10/09/indonesia-daruratkekerasan-seksual-terhadap-anak/> diakses pada 11/02/2017/ 14.42

## DAFTAR PUSTAKA

- Badiatul Muchlisin Asti. 2009. *Fun Outbound-Merancang Kegiatan Outbound Yang Efektif*. Yogyakarta: Diva Press.
- Buku penelitian dan pengabdian masyarakat Unnes tahun 2016/ diunduh melalui laman <http://lp2m.unnes.ac.id/data-penelitian-dan-pengabdian-kepada-masyarakat-tahun-2016.html> / pada 11/02/2017/ 11.22)
- Daniel Goleman. 2007. Kecerdasan Emosional. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Djamaludin Ancok. 2007. *Outbound Management Training*. Yogyakarta: UII Press Yogyakarta.
- <http://daerah.sindonews.com/read/1041747/22/abg-dibunuh-dan-dikubur-di-kompleks-waduk-jatibarang-1441631129/> diakses pada 10/02/ 2017/ 09.02)
- <http://gaul.solopos.com/penganiayaan-ibu-di-semarang-laporkan-siswi-sd-ke-polisi560969/> diakses pada 11/02/ 2017/ 14.15
- [https://id.wikipedia.org/wiki/Seni\\_bela\\_diri/](https://id.wikipedia.org/wiki/Seni_bela_diri/) diakses pada 11/02/2017/ 22.17
- <http://regional.liputan6.com/read/2520044/kepedihan-bocah-sd-semarang-korban-kejahatan-seksual-21-pria/> diakses pada 10/02/2017/ 11.10)
- <http://www.solopos.com/2014/04/30/pelecehan-seksual-anakkorbanbocahsd-semarang-pelaku-paman-sendiri-505406/> diakses pada 10/02/2017/ 14.05).
- <http://www.tribunnews.com/regional/2015/09/10/siswi-sddigunungpatitewaskecem-plung-jurang-saat-pelajaran-olahraga/> diakses pada 11/02/2017/ 15.05