

Aku *dan* Tubuhku

Modul untuk Siswa Sekolah Dasar



Oleh:

Elisabeth Victoria Harianto

Meliana Hartanto

Steffanie Laurent Angeline

Elissa Suryani Harsono

Heidy Asali

Dr. Monique Elizabeth Sukanto, M. Si., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SURABAYA**

Kata Pengantar

Modul ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada siswa dan siswi sekolah dasar tentang berbagai hal yang berhubungan dengan bagian tubuh umum dan bagian tubuh pribadi yang harus dijaga. Modul ini juga dilengkapi dengan lembar kerja untuk mengevaluasi pemahaman para siswa mengenai materi yang telah disampaikan.

Surabaya, November 2023

Elisabeth Victoria Harianto

Meliany Hartanto

Steffanie Laurent Angeline

Elissa Suryani Harsono

Heidy Asali

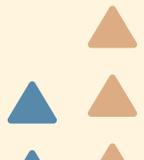
Dr. Monique Elizabeth Sukamto, M. Si., Psikolog

Fakultas Psikologi

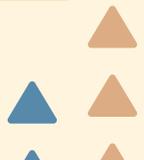
Universitas Surabaya

Daftar Isi

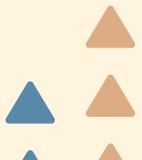
Isi	Halaman
Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii
Bagian 1: Apa Sih Bagian Tubuh Pribadi (<i>Private Body Part</i>) dan Bagian Tubuh Umum (<i>Public Body Part</i>) itu?	1
• Bagian Tubuh Pribadi	2
• Bagian Tubuh Umum	3
• Bagian Tubuh Pribadi dan Umum	4
• Lembar Kerja 1a	6
• Lembar Kerja 1b	9



Isi	Halaman
Bagian 2: Siapa dan Kapan? Bagian Tubuh Pribadi dan Bagian Tubuh Umum.	11
• Bagian Tubuh Pribadi	12
• Bagian Tubuh Umum	13
• Lembar Kerja 2	14
Bagian 3: Yuk, Jaga dan Sayangi Tubuh Kita !	15
• Apa yang Bisa Kulakukan ?	16
• Bagaimana Cara untuk Memblokir Akun Instagram dari Orang Lain yang 'Berbahaya'?	17



Isi	Halaman
• Contoh Kasus	18
Kunci Jawaban Lembar Kerja	20
Pustaka Acuan	24
Referensi Gambar	25



BAGIAN I

Apa sih Bagian Tubuh Pribadi
(*Private Body Parts*) & Bagian Tubuh
Umum (*Public Body Parts*) itu?



Bagian Tubuh Pribadi

(Private Body Parts; LSDData, 2023)

1

Tidak boleh disentuh
atau dilihat oleh
orang lain

2

Tidak boleh
ditunjukkan di
tempat umum,
seperti ruang kelas,
lapangan

3

Bersifat
personal atau sangat
pribadi

4

Tertutup dengan
pakaian dan pakaian
dalam

Bagian Tubuh Umum

(Public Body Parts; Government of Western Australia, n. d.)

1

Bagian tubuh yang terlihat

2

Boleh ditunjukkan kepada orang lain di tempat umum, kecuali bagi kamu yang berhijab

3

Tidak tertutup dengan pakaian

4

Membutuhkan izin apabila orang lain ingin menyentuhnya

Bagian Tubuh Pribadi dan Umum

Bagian Tubuh Pribadi	Bagian Tubuh Umum
Kepala	Rambut
Mulut	Telinga
Dada	Bahu
Perut	Lengan
Kemaluan	Tangan
Paha	Lutut
Pantat	Kaki

Bagian Tubuh Pribadi dan Umum

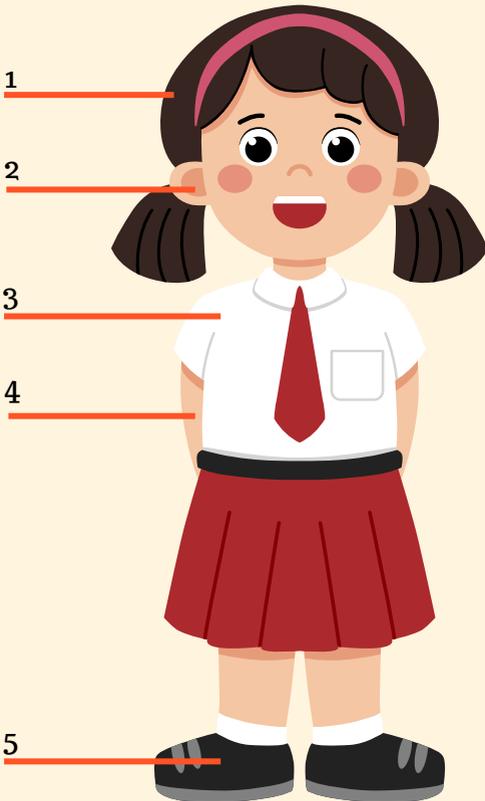
(Khusus bagi yang Berhijab)

Bagian Tubuh Pribadi		Bagian Tubuh Umum
Kepala	Pantat	Tangan
Mulut	Telinga	Kaki
Dada	Bahu	
Perut	Lengan	
Kemaluan	Lutut	
Paha	Rambut	

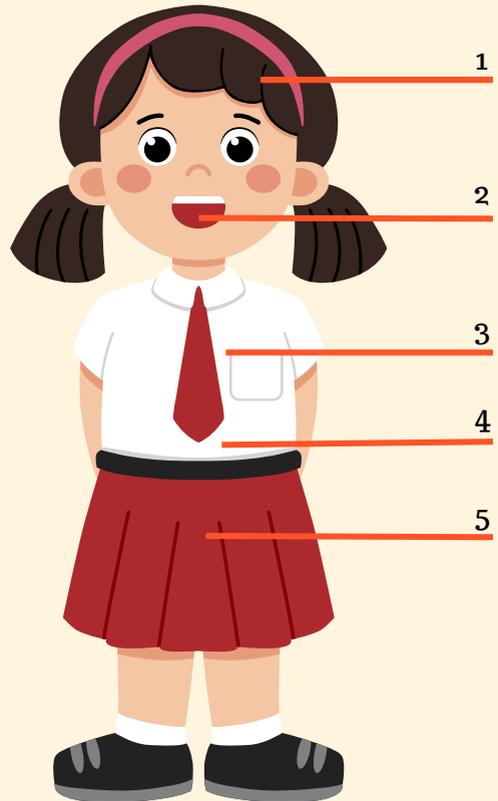
Lembar Kerja 1a

Tuliskan nama bagian tubuh umum dan bagian tubuh pribadi yang ditunjuk oleh garis!

Bagian Tubuh Umum



Bagian Tubuh Pribadi

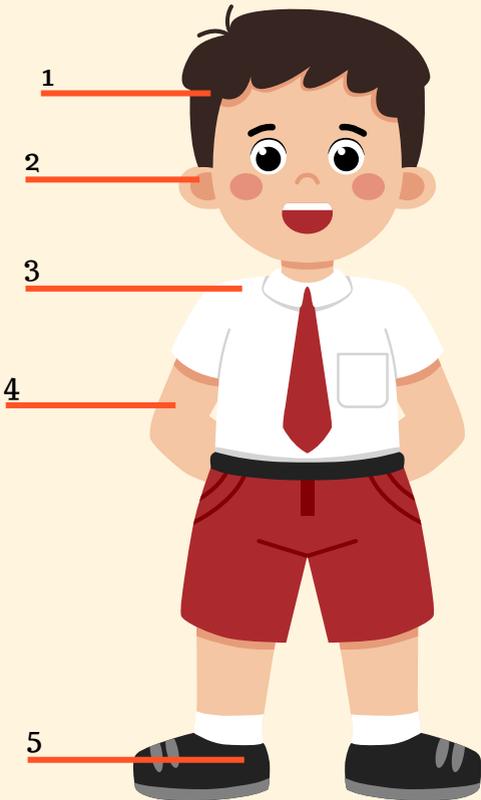


Tulislah jawabannya pada lembar kerjamu, ya!

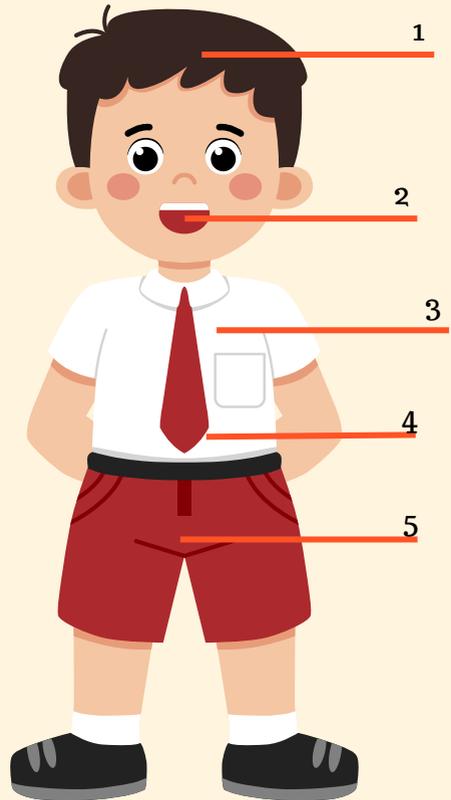
Lembar Kerja 1a

Tuliskan nama bagian tubuh umum dan bagian tubuh pribadi yang ditunjuk oleh garis!

Bagian Tubuh Umum



Bagian Tubuh Pribadi



Tulislah jawabannya pada lembar kerjamu, ya!

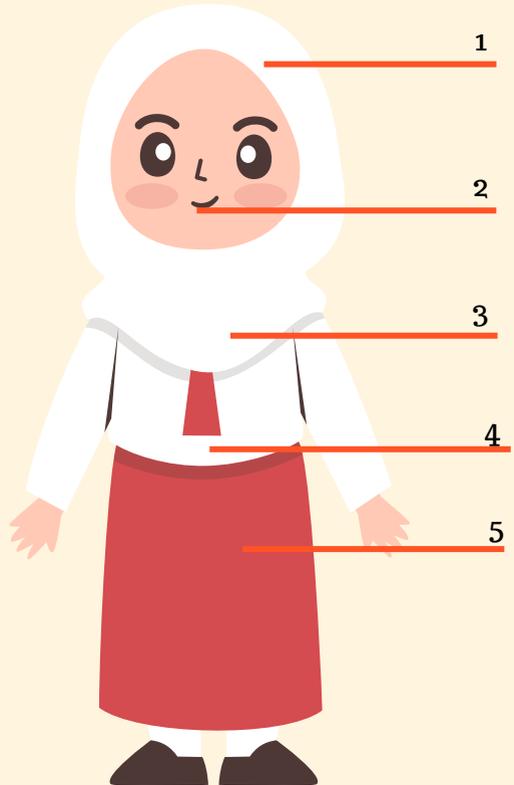
Lembar Kerja 1a

Tuliskan nama bagian tubuh umum dan bagian tubuh pribadi yang ditunjuk oleh garis!

Bagian Tubuh Umum



Bagian Tubuh Pribadi



Tuliskan jawabannya pada lembar kerjamu, ya!

Lembar Kerja 1b

Temukan 10 tempat umum dan pribadi!

X	V	S	E	K	O	L	A	H	C	D	P	V
K	E	L	A	S	Q	T	O	A	P	U	M	F
G	D	I	F	C	S	O	R	L	E	N	I	U
K	A	M	A	R	T	I	D	U	R	V	R	K
I	K	J	N	O	A	L	I	G	P	Q	U	S
Y	A	Q	F	D	M	E	H	B	U	W	A	V
W	N	D	J	A	A	T	Z	H	S	H	N	O
E	T	L	F	O	N	C	R	X	T	F	G	L
S	I	Y	E	V	S	E	V	Q	A	F	G	L
S	N	D	D	B	N	N	L	W	K	W	U	E
T	E	E	Q	W	T	H	I	Y	A	S	R	J
O	P	D	Z	V	E	W	T	E	A	T	U	G
J	K	L	A	P	A	N	G	A	N	Q	C	T

Tuliskan jawabannya pada lembar kerjamu, ya!

Lembar Kerja 1b

Tuliskan 10 tempat umum dan pribadi!

Tempat Umum	Tempat Pribadi
1.	1.
2.	2.
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	



BAGIAN 2

Siapa dan Kapan? Bagian Tubuh Pribadi dan Umum



Bagian Tubuh Pribadi

Bagian tubuh ini hanya dapat disentuh oleh:

Diri Sendiri

Diri sendiri yang paling mengetahui perubahan tubuh dan kondisinya sendiri (Rachmawati & Nurhidayah, 2020)



Orang tua (khususnya ibu) atau pengasuh

Orang tua (khususnya ibu) atau pengasuh yang boleh mengecek atau menyentuh bagian tubuh pribadi anak (Rachmawati & Nurhidayah, 2020)



Dokter (ketika sakit)

Dokter anak dan profesional perawatan kesehatan sudah dilatih untuk mengenali dan mematuhi batasan yang tepat antara dokter dan pasien (Laskey, Haney, & Northrop, 2022)



Bagian Tubuh Umum

Bagian tubuh ini dapat disentuh sesuai dengan persetujuan anak dan pihak-pihak yang memiliki hubungan dekat dengan anak (orang tua, guru, teman sesama jenis).



Pesan dari Kak Seto

"Masyarakat perlu disadarkan, tidak boleh memegang, merab-raba anak yang bukan saudaranya atau tanpa seizin orang tuanya."



Prof. Dr. Seto Mulyadi,
M.Si., Psikolog

Lembar Kerja 2

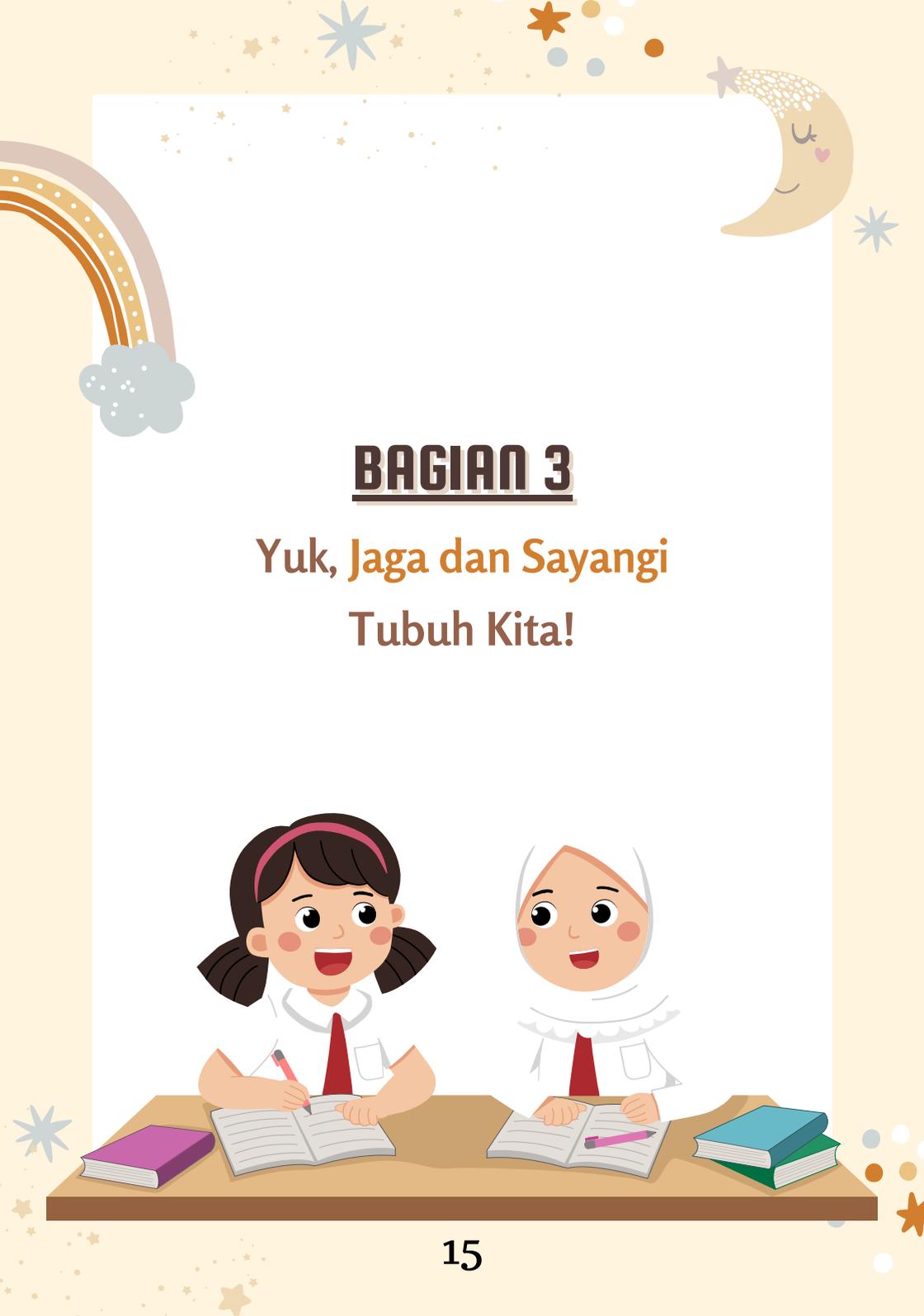
Berikut ini merupakan sekumpulan kegiatan

- Mandi
- Mengganti pakaian
- Makan
- Berbelanja
- Menyentuh bagian tubuh pribadi
- Menonton TV
- Belajar
- Buang air kecil/besar
- Menari
- Menggosok gigi

Kelompokkan kegiatan di atas ke dalam tabel di bawah ini!

KEGIATAN UMUM	KEGIATAN PRIBADI
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

Tulislah jawabanmu pada lembar kerjamu, ya!



BAGIAN 3

**Yuk, Jaga dan Sayangi
Tubuh Kita!**



Apa yang Bisa Kulakukan?

- 1 Memakai pakaian yang dapat menutupi bagian tubuh pribadi (Chesnokova, 2022)



- 2 Beritahu orang tua atau guru jika orang lain mencoba menyentuhmu atau membuatmu merasa tidak nyaman (Meisa, 2022)

- 3 Menggunakan handphone dengan pendampingan orang tua (Fatimah & Effendi, 2022)



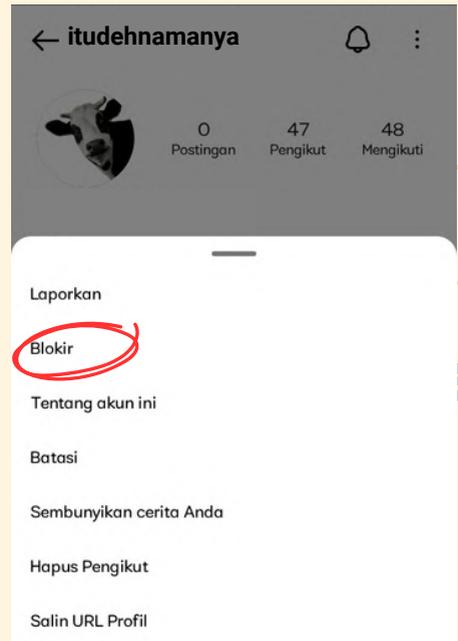
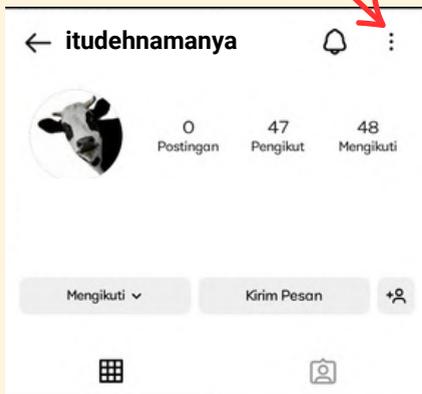
- 4 Menggunakan internet dan media sosial sesuai dengan batasan usia (CNN Indonesia, 2020)

Bagaimana Cara untuk Memblokir Akun Instagram dari Orang Lain yang 'Berbahaya'?

1. Cari nama orang yang akan diblokir dan buka akunnya.

3. Klik Blokir, lalu klik lagi untuk mengonfirmasi.

2. Klik titik tiga di pojok kanan atas.



Lembar Kerja 3

Contoh Kasus

Tini merupakan seorang siswa SD kelas 5. Beberapa hari yang lalu, ia diperbolehkan oleh orang tuanya untuk membuat akun Instagram. Tini sangat senang dengan hal ini karena banyak teman-temannya yang juga sudah memiliki dan bermain Instagram.

Setelah selesai membuat akun Instagram, Tini mulai sibuk mencari akun teman-teman sekolahnya untuk di-follow. Di tengah pencarian tersebut, Tini juga menemukan salah satu akun Instagram idola favoritnya. Tini pun merasa sangat senang dan akhirnya memutuskan untuk mem-follow akun tersebut.

Beberapa hari kemudian, akun 'idola' tersebut tiba-tiba menghubungi Tini melalui DM Instagram. Pada awalnya mereka hanya berbincang-bincang terkait keseharian Tini di sekolah. Namun setelah sekian waktu berlalu, 'idola' tersebut mulai bertanya terkait kehidupan Tini di rumah, seperti apa saja yang sedang ia lakukan saat ini, ada siapa saja di rumah, dsb. Perbincangan ini berlanjut selama beberapa hari.

Setelah beberapa hari berlalu, 'idola' tersebut mulai meminta Tini untuk mengirimkan foto wajahnya saat di rumah. Tidak hanya itu, 'idola' juga meminta Tini untuk mengirimkan foto pakaian yang ia pakai di rumah. 'Idola' tersebut beralasan bahwa ia memiliki keponakan yang seumuran Tini, sehingga ia ingin tahu tren baju anak saat ini. Tini pun mengirimkan foto-foto yang diminta tersebut kepada 'idolanya', namun Tini mulai merasa ada yang janggal dari peristiwa tersebut dan merasa tidak nyaman.

1. Menurutmu, masalah apa yang sebenarnya terjadi pada Tini?

2. Langkah-langkah apa saja yang harus dilakukan selanjutnya oleh Tini untuk mengatasi masalah tersebut?

3. Apa saja yang dapat dilakukan oleh Tini agar kejadian ini tidak terulang lagi?

Kunci Jawaban Lembar Kerja

Lembar Kerja 1a

Perempuan	
Bagian Tubuh Umum	Bagian Tubuh Pribadi
1. Rambut	1. Kepala
2. Telinga	2. Mulut
3. Bahu	3. Dada
4. Lengan	4. Perut
5. Kaki	5. Kemaluan
Laki-laki	
1. Rambut	1. Kepala
2. Telinga	2. Mulut
3. Bahu	3. Dada
4. Lengan	4. Perut
5. Kaki	5. Kemaluan
Perempuan (Berhijab)	
1. Tangan	1. Kepala
2. Kaki	2. Mulut
	3. Dada
	4. Perut
	5. Kemaluan

Lembar Kerja 1b

Tempat Umum	Tempat Pribadi
1. Sekolah	1. Toilet
2. Kelas	2. Kamar Tidur
3. Perpustakaan	
4. UKS	
5. Ruang Guru	
6. Lapangan	
7. Kantin	
8. Taman	

Lembar Kerja 2

KEGIATAN UMUM	KEGIATAN PRIBADI
<ol style="list-style-type: none">1. Makan2. Berbelanja3. Menonton TV4. Belajar5. Menari	<ol style="list-style-type: none">1. Mandi2. Mengganti pakaian3. Menyentuh bagian tubuh pribadi4. Buang air kecil / besar5. Menggosok gigi

Lembar Kerja 3

1. Mengirim foto kepada orang yang tidak dikenal, berkomunikasi atau berkenalan dengan orang yang tidak dikenal.
2. Menceritakan kepada orang tua dan/atau guru mengenai masalah/peristiwa tersebut, mencari tahu cara memblokir orang di media sosial.
3. Tidak menerima permintaan pertemanan dari orang yang tidak dikenal, selalu izin dan terbuka kepada orang tua jika mau menerima pertemanan dan berkomunikasi dengan orang lain, tidak mengirimkan foto pribadi kepada orang yang tidak dikenal.

“

Dirimu dan tubuhmu sangat berharga. Jadi, ingatlah selalu untuk menjaga dan menyayangi tubuhmu.

”



Pustaka Acuan

- Chesnokova, L.V. (2022). Bodily Privacy: Essential Characteristics and Visual Defence Practices. *Vestnik of Northern (Arctic) Federal University. Series Humanitarian and Social Sciences*.
- CNN Indonesia (2020). RUU PDP: Batasan usia boleh pakai medsos 17 tahun. URL: <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20201119164545-185-571979/ruu-pdp-batasan-usia-boleh-pakai-medsos-17-tahun>.
- Damarjati, D. (2022, 27 Januari). Anak Kecil Punya Otoritas Tubuh, Om-Tante Jangan Asal Pegang-pegang Ya!. <https://apps.detik.com/detik/https://news.detik.com/berita/d-6149497/anak-kecil-punya-otoritas-tubuh-om-tante-jangan-asal-pegang-pegang-ya>. *SATWIKA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 2 (1), 6-13.
- Fatimah, S., & Effendi, M. R. (2022). Pendampingan Orangtua Dalam Penggunaan Smartphone terhadap Siswa DTA Al-Barokah di Perum Bumi Jaya Indah Purwakarta
- Government of Western Australia. (n. d.). Private and Public Body Parts. URL: <https://gdhr.wa.gov.au/-/public-vs-private-bodies>
- Laskey, A., Haney, S., & Northrop, S.. (2022). Protecting children from sexual abuse by health care professionals and in the health care setting. *Pediatrics*, 150(3), e2022058879.
- LSDData. (2023). A Quick Definition of Private Parts. URL: <https://www.lsd.law/define/private-parts>
- Meisa, N. (2022). 5 Cara Mengajarkan Anak tentang Body Boundaries, Penting!. URL: <https://www.idntimes.com/life/family/nisa-meisa-zarawaki/cara-mengajarkan-anak-tentang-body-boundaries-c1c2>. (Diakses pada Rabu, 8 November 2023).
- Rachmawati, D., & Nurhidayah, S. (2020). Pendidikan Seksual Sejak Dini pada Anak. *DEVOSI*, 1(2), 18-22

Referensi Gambar

- Gambar 1: Grup Anak SD Pegang Poster. Canva Originals Stickers
- Gambar 2: Kelompok Anak Sekolah Dasar. Canva Originals Stickers
- Gambar 3: Anak Sekolah Dasar Perempuan. Canva Originals Stickers
- Gambar 4: Anak Sekolah Dasar Laki Laki. Canva Originals Stickers
- Gambar 5: Indonesia Elementary school student Girl. Canva Originals Stickers
- Gambar 6: Anak SD Acungkan Jari. Canva Originals Stickers
- Gambar 7: Indonesia Elementary Student Writing in Class. Canva Originals Stickers
- Gambar 8: Anak SD Laki Laki Angkat Tangan di Kelas. Canva Originals Stickers
- Gambar 9: Cute Muslim Kids. Canva Originals Stickers
- Gambar 10: Happy is with parents and children have time to take. Canva Originals Stickers
- Gambar 11: Child with Cancer and Doctor. Canva Original Stickers
- Gambar 12: Kids Doing Craft. Canva Originals Stickers
- Gambar 13: Kak Seto. Instagram [@kaksetosahabatanak](#)
- Gambar 14: Anak SD Perempuan Sedang Belajar. Canva Originals Stickers
- Gambar 15: Cute Islamic Girl Illustration. Canva Originals Stickers
- Gambar 16: Cute Islamic Boy Illustration. Canva Originals
- Gambar 17: Happy Mother Hugging Small Daughter. Canva Originals Stickers
- Gambar 18: Instagram
- Gambar 19: Instagram
- Gambar 20: Text Box Quote. Canva Originals Stickers
- Gambar 21: Illustration of happy children hugging. Canva Originals Stickers

Aku *dan* Tubuhku

Modul untuk Siswa Sekolah Dasar mengenai pengenalan bagian tubuh pribadi dan umum. Modul ini mengenalkan cara menjaga bagian tubuh umum dan pribadi.

