

Smart School Online

Hari-hari Tanpa Pornografi

|

Oleh: Tim SEJIWA





Salam Tangguh

Halo Sahabat Remaja,

Dunia internet telah mengubah kehidupan manusia, dimana informasi dari seluruh dunia bisa didapat dengan mudahnya, dan kesempatan manusia untuk berinteraksi dengan seluruh dunia juga dapat terjadi secara instan. Kondisi ini tentu banyak manfaatnya untuk memperluas wawasan kita semua, dan kamu pasti juga telah merasakannya.

Namun, internet juga mengandung banyak resiko, terutama bagi anak dan remaja, mengingat banyaknya konten negatif disana. Anak dan remaja yang aktif di internet ini beresiko terpapar pornografi, karena tersedianya banyak konten negatif yang dapat muncul pada pop ups sewaktu waktu, atau karena keingintahuannya, atau karena ajakan teman-temannya.

Buku ini mengajak kamu untuk memahami apa itu pornografi, apa saja dampaknya kepada anak dan remaja, serta bagaimana kamu bisa remaja tangguh, yang mampu menjaga diri agar tidak terpapar pornografi.





Daftar Isi

1. Salam Tangguh
2. Daftar Isi
3. Tahukah Kamu: Apakah Pornografi?
4. Apa Saja Ciri-Ciri Pornografi Anak?
5. Beberapa Hal Penting untuk Kamu Ketahui
6. Data Terkait Pornografi
7. Mengapa Remaja Terlibat Pornografi? BLAST
8. Tanda Tanda Remaja Teradiksi Pornografi
9. Ayo Lihat 3 Dampak Pornografi Pada Remaja
 - Kerusakan pada Otak
 - Gangguan pada Emosinya
 - Masa Depan yang Hancur





Daftar Isi

- 9. Jalani Hari-Harimu Tanpa Pornografi
- 10. Tips untuk Mencegah Pornografi
- 10. Aspek Hukum pada Pornografi
- 11. Apakah Peranmu bagi Remaja Di Sekitarmu?
- 12. Inikah Dirimu: Remaja Tangguh?
- 13. Karakter Remaja Tangguh
- 14. Cara Berkomunikasi Remaja Tangguh
- 15. Bagaimana Kamu Mendampingi Teman yang Terseret Pornografi?
- 16. Situasi-Situasi Khusus dan Pertolongannya
- 17. Alamat Rujukan





Tahukah Kamu: Apa Pornografi?

- Pornografi adalah segala bentuk tindakan mengakses gambar, foto, film, tulisan, suara, animasi, kartun, percakapan, gerak tubuh pada berbagai bentuk media komunikasi, yang memuat materi negatif untuk membangkitkan imaginasi seksual dan mengeksploitasi hasrat seksual. Kondisi ini melanggar norma kesusilaan dalam masyarakat...
 - Pornografi didapat diantaranya di sosial media, situs internet, film film, majalah, dan buku buku
- Contoh contoh pornografi: tampil dengan busana minim, apalagi tanpa busana, foto/film yang menimbulkan imaginasi dan hasrat seksual, dll.





Beberapa Hal Penting untuk Kamu Ketahui!

- Foto, video dan materi digital yang beredar di internet, sampai kapanpun akan tetap berada di internet, yang dapat diakses oleh siapapun, kapanpun... Oleh karenanya: **Jangan tampil dengan busana minim apalagi tanpa busana di depan kamera!**
- Dengan adanya UU ITE, **Jangan membuat dan menyimpan materi pornografi dengan gawaimu! (lihat Aspek Hukum pada modul ini), karena kamu bisa terkena hukuman.**
- Penyesalan yang dalam takkan pernah menghapus apa yang sudah beredar di dunia internet!!!...
- Berpikirlah sebelum mengunggah ide, foto dan video... Hanya mengunggah yang positif, jangan sampai menyesal di kemudian hari...
- Agar waspada setiap kali kita terhubung dengan internet. Hindari awal yang bisa disesali...





Data Penting Tentang Pornografi

- Tahun 2017, Hasil Penelitian Kemenkes dan Kemdikbud 95,1% anak sudah terpapar pornografi
- Data mengenai anak yang mengalami adiksi pornografi, terindikasi adiksi berat sebesar 0,1 % dan 4,8% terindikasi mengalami adiksi ringan terhadap pornografi.





Mengapa Remaja Terlibat Pornografi?

Bored: Jenuh

Lonely: Kesepian

Angry: Marah

Stressed: Stress

Tired: Lelah

B
L
A
S
T

Dan alasan alasan lain seperti: rasa ingin tahu yang dalam, ajakan teman teman, dan “pop ups” yang muncul di layar gawai.

Apakah yang harus kamu lakukan bila kamu merasakan hal hal di atas? Tuliskanlah ide idemu...Segeralah lakukan sesuatu!...





Tanda Tanda Remaja Teradiksi Pornografi

Secara Fisik:

- Malas, enggan belajar, enggan bergaul
- Kotor, enggan mandi, bersisir dan menata dirinya
- Lesu, tak punya semangat, tampak tidak sehat
- Senang menyendiri, terutama di kamarnya
- Enggan lepas dari gadgetnya
- Sulit tidur
- Sering tampak gugup bila ada yang mengajaknya berkomunikasi
- Melupakan kebiasaan kebiasaan baiknya, contoh: membereskan kamar, sholat, makan bersama keluarga, membantu orangtua, dll
- Tak terkoneksi dengan keluarganya maupun teman temannya, kecuali dengan teman teman “khusus” yang sama sama meminati pornografi
- Pandangan mata yang kosong, tidak punya gairah beraktifitas





Ayo Lihat 3 Dampak Adiksi Pornografi Pada Remaja

Dampak 1: Kerusakan Otak Pada Anak

- Kerusakan pada Pre Frontal Cortex: Fungsi Moral, Perencanaan dan Pengambilan Keputusan, sehingga mengakibatkan:
 - Kesulitan membedakan baik dan buruk
 - Kesulitan dalam merencanakan kehidupannya ke depan
 - Kesulitan dalam pengambilan keputusan
- Penyusutan Jaringan Otak, lambat laun otak alami pengecilan dan kerusakan permanen
- Pornografi lebih merusak daripada narkoba: Kerusakan karena pornografi terjadi di 5 bagian otak, dan kerusakan karena narkoba terjadi di 3 bagian otak





Otak Anak yang Sehat dan yang Teradiksi Pornografi



Kiri: Otak Anak yang Sehat, Kanan: Otak Anak yang Teradiksi Pornografi





Menunjukkan film:

- <https://www.youtube.com/watch?v=i7Coaf6aWsM>
(Tahap Kecanduan Pornografi), atau
- Bahaya Pornografi Terhadap Otak





Dampak 2: **Gangguan Pada Emosinya**

- Perasaan kacau, karena selalu tertarik mencari materi materi pornografi
- Emosi yang labil: mudah marah dan tersinggung, khususnya bila kegiatannya mengakses pornografi terganggu
- Cemas rahasianya terbongkar
- Pelupa dan sulit berkonsentrasi
- Tidak mampu melakukan koneksi dengan keluarga maupun teman temannya





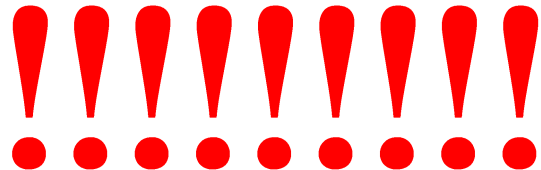
Dampak 3: Masa Depan yang Hancur

- Ia kehilangan mimpi-mimpi serta cita-citanya untuk masa depan yang cerah
- Ia lebih memilih pornografi daripada hal hal lain yang bermanfaat
- Ia kesulitan menghentikan perilaku kecanduannya
- Ia kehilangan rasa percaya dirinya
- Ia terjerat seks bebas sebagai peningkatan mengakses pornografi di internet
- Ia pelupa dan sulit berkonsentrasi
- Ia kehilangan kebiasaan-kebiasaan untuk hidup dengan teratur dan tertib
- Secara global ia kehilangan ketrampilan belajar (study skills) dan life skills (ketrampilan hidup)



Jalani Hari Hari-Harimu Tanpa Pornografi

Pornografi Tidak Akan Berhenti
Selama Kamu Belum Berhenti Mengaksesnya!
Jangan Coba Coba!



Bila Kamu Penggemar Pornografi, Berhentilah Sekarang Juga!
Berbicaralah kepada orangtua, guru atau orang dewasa yang
terpercaya, dan mintalah mereka mendampingi dan membantumu





Tips untuk Mencegah Pornografi

- Dekat dengan keluarga, terbuka dan beraktifitas secara rutin bersama: makan malam, jalan jalan di akhir pekan, membereskan rumah, masak bersama, dll
- Membatasi diri dalam penggunaan internet, baik tentang waktu dan apa yang dibuka
- Mengizinkan orangtua mendampingiimu ketika berada di dunia internet
- Membicarakan dengan orangtua dan guru tentang apa saja yang kamu temui di internet
- Menjalani kegiatan kegiatan yang kamu minati: olahraga, kesenian, dll
- Memilih pergaulan yang positif, teman teman yang baik
- Menolak ajakan teman teman yang mengarah pada hal hal yang vulgar di dunia maya
- Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang dunia digital, termasuk mencegah konten negatif
- Tidak menerima pertemanan di sosial media dengan orang orang yang tidak kita kenal





Apa yang Perlu Kamu Ketahui tentang:

Aspek Hukum Terhadap Pornografi

- Bahwa membuat Akses Pornografi melanggar Pasal 45 ayat 1 UU ITE: Penjara maksimal 6 tahun, denda maksimal 1 miliar rupiah
- Bahwa membuat dan menyebarkan luaskan pornografi melanggar Pasal 29 UU 44/2008: penjara 6 bulan sampai 12 tahun. Atau denda dari 250 juta rupiah sampai 6 miliar rupiah
- Bahwa sikap diri mencegah lebih baik daripada sikap menyesali





Apakah Peranmu bagi Remaja Lain di Sekitarmu?

- Kamu bisa menjadi **REMAJA TANGGUH**, yang mampu menjadi **panutan** bagi remaja lain di sekitarmu
- Sebagai **REMAJA TANGGUH**, kamu mampu mengajak remaja lain yang terpuruk untuk **mendampingi**nya dan **membantunya** mencari pertolongan

Seperti Apakah Remaja Tangguh Itu?



Inilah Dirimu: REMAJA TANGGUH?

- **REMAJA TANGGUH** punya motivasi, empati dan tanggung jawab untuk memberikan dukungan psikologis awal kepada teman yang menghadapi kesulitan
- Ia punya ketrampilan berkomunikasi asertif untuk memotivasi temannya untuk bangkit
- **REMAJA TANGGUH** terbiasa menerima tantangan hidup, sehingga ia takkan merasa terbebani untuk menolong
- Ia akan berbahagia bila temannya bersemangat lagi untuk bangkit dan memperbaiki dirinya. Ia menjadi inspirasi bagi temannya





REMAJA TANGGUH

- Ia akan terhindar dari isu-isu rawan, karena ia tak suka ketergantungan dan tidak mudah terpengaruh
- Memiliki kebiasaan hidup yang baik
- Berkomitmen dan konsisten terhadap usaha wujudkan impian-impianinya
- Peduli kepada orang lain





Karakter REMAJA TANGGUH

Memiliki nilai nilai luhur seperti:

- Jujur
- Tanggung jawab
- Murah hati
- Mandiri
- Empatik
- Peduli
- Respek
- Kasih
- Sabar
- Toleran



Cara Berkomunikasi REMAJA TANGGUH

- Menjaga bahasa tubuh yang positif ketika berinteraksi
- Berkomunikasi dengan santun pada siapapun
- Kontak mata yang hangat dan positif
- Menggunakan kata-kata positif setiap saat
- Tidak mendominasi ketika berbicara
- Mendengarkan dengan empatik tanpa menghakimi
- Menunjukkan minat ketika mendengarkan, tanpa menginterupsi
- Mengangguk ketika ia faham atau setuju
- Merangkum apa yang didengarnya. “Jadi kamu merasa sangat sedih karena....”
- Tidak menggurui atau menasihati, namun menyarankan: “Bagaimana Kalau....”; atau: “Kalau saya jadi kamu, saya akan..... “





Bagaimana Kamu Bisa Mendampingi Teman yang Terseret Pornografi?

- Mendekatinya, menanyakan mengapa akhir akhir ini ia tampak berubah
- Mendengarkan dengan empatik saat temanmu menceritakan permasalahannya:
 - Tidak menginterupsi, tidak menghakimi
 - Bertanya: apa yang telah terjadi, kapan, dimana, bagaimana bisa terjadi, dll
- Memberikan saran agar ia terbuka dengan orangtua akan masalahnya
- Mengamati perilaku teman kita tersebut dan terus menguatkannya:
 - Memotivasinya: “Aku yakin kamu bisa mengatasi kegalauanmu...”
 - “Aku yakin kamu mampu membangun masa depanmu”...
 - Memberinya buku buku yang menguatkan semangat hidupnya
- Bila temanmu mengakui bahwa ia terlibat pornografi, mintalah dia untuk berhenti mengakses materi pornografi pada internet
- Mengajaknya berkonsultasi pada lembaga atau profesional yang tepat untuk membantunya
- Tidak membocorkan apa yang dipercayakan teman kita kepada siapapun
- Mengajaknya mengikuti kegiatan kegiatan yang sama sama diminati





Situasi-Situasi Khusus dan Pertolongannya

Pada bagian berikut ini ada beberapa situasi yang bisa kamu pelajari, sehingga kamu tahu kemana harus mencari pertolongan bila diperlukan



Situasi yang Terjadi

Yang Dapat Dilakukan

Kamu melihat foto atau video anak yang diminta membuka bajunya dan melakukan hal-hal yang tak pantas

Bagilah tautan tersebut kepada jaringan situs kepolisian atau dinas sosial, dan laporkanlah tautan tersebut kepada perusahaan pengelola situs jaringan sosial itu.

Ada orang dewasa yang meminta kamu atau temanmu melakukan hal-hal yang tidak pantas

Hubungi nomor telpon orangtua atau pihak berwenang, dan Laporkan profil atau ciri-ciri orang tersebut .

Kamu mempublikasikan foto atau video dirimu yang tidak pantas, dan selanjutnya kamu menyesalinya dan merasa takut

Hapus segera foto atau video tersebut.
Laporkan foto atau video tersebut sehingga pengelola situs jaringan sosial itu dapat membantu menghapusnya.
Hubungi nomor telpon pihak berwenang

Seseorang mengedit foto kamu dan menyebarkannya, yang membuat kamu merasa tidak nyaman dan malu

Laporkan foto tak pantas tersebut kepada pengelola situs jaringan sosial tersebut
Hubungi nomor telpon pihak berwenang





Alamat Rujukan

- P2TP2A: Pusat Pelayanan Terpadu Perberdayaan Perempuan dan Anak
No Telpon: 021 47882898, 0813 1761 7622
- Cyber Crime: Facebook (Fan page) Cyber Crime Polri
- Yayasan Pulih (Counselling): 021 78842580, Jl Teluk Peleng 63A, Kompleks AL, Rawa Bambu, Pasar Minggu, Jakarta 12520

