



# Pelatihan ToT Strategi Coping Stres dan Pencegahan serta Penanganan Kekerasan Seksual pada Guru untuk Mengatasi Stres dan Mencegah Kekerasan Seksual pada Siswa di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao

## ToT Training on Stress Coping Strategies and the Prevention and Handling of Sexual Violence for Teachers to Address Stress and Prevent Sexual Violence among Students at SLB Negeri Lobalain, Rote-Ndao Regency

Yeni Damayanti<sup>1\*</sup>, Mariana Dinah Ch. Leri<sup>2</sup>, Feronika Ratu<sup>3</sup>, and Marleny Purnamasary Panis<sup>4</sup>

Published online: 18 July 2025

### ABSTRACT

Children and adolescents with disabilities in SLB need to have knowledge about coping stress strategies and understand about sexual violence and its prevention. Training of trainers (ToT) training for teachers in SLB on coping stress and prevention and handling of sexual violence was done for the purpose of providing knowledge for students in SLB on how to overcome stress and prevent sexual violence that are susceptible to be experienced by children and adolescents with disabilities. This training activity is a form of community service carried out on teachers at SLB Negeri Lobalain, Rote-Ndao Regency. A total of 17 teachers participated in this community service activity. A quasi-experimental study with one-group pretest-posttest design was conducted to measure the effectiveness of the training. The results of the hypothesis testing showed that the training has a significant effect on participants' understanding,  $t(16) = -5.738$ ,  $p < 0.001$ ,  $d = -1.392$ .

**Keywords:** Coping Stress Strategies; Prevention And Handling Of Sexual Violence; Special Needs Students

**Abstrak.** Anak dan remaja penyandang disabilitas di SLB perlu memiliki pengetahuan tentang strategi coping stres dan memahami tentang kekerasan seksual dan pencegahannya. Pelatihan *training of trainers* (ToT) bagi para guru di SLB tentang coping stres dan pencegahan serta penanganan kekerasan seksual dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan bagi para siswa di SLB tentang bagaimana mengatasi stres dan mencegah kekerasan seksual yang rentan dialami oleh anak dan remaja penyandang disabilitas. Kegiatan pelatihan ini merupakan suatu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada para guru di SLB Negeri Lobalain, Kabupaten Rote-Ndao. Sebanyak 17 orang guru mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini. Penelitian kuasi eksperimen dengan *one-group pretest-posttest design* dilakukan untuk mengukur efektivitas pelatihan. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan berpengaruh signifikan pada pemahaman peserta,  $t(16) = -5.738$ ,  $p < 0.001$ ,  $d = -1.392$ .

**Kata kunci:** Siswa SLB; Strategi Coping Stress; Pencegahan Serta Penanganan Kekerasan Seksual

<sup>1,2,3,4</sup> Prodi Psikologi Undana, Jalan Adisucipto, Kelurahan Penfui, Kota Kupang,, 85148, Indonesia

\*) *corresponding author*

Yeni Damayanti

Prodi Psikologi Undana, Jalan Adisucipto, Kelurahan Penfui, Kota Kupang,, 85148, Indonesia  
Email: yeni.damayanti@staf.undana.ac.id

### PENDAHULUAN

Masalah kesehatan mental berpotensi dialami oleh anak dan remaja penyandang disabilitas sehingga diperlukan penanganan yang sesuai dengan ragam disabilitas yang dialami oleh anak dan remaja penyandang disabilitas (Panis, 2024).

Anak-anak penyandang disabilitas berpotensi mengalami masalah kualitas hidup yang buruk yang dapat diatasi dengan membantu mereka mempelajari strategi coping untuk mengatasi stres (Lone dkk, 2024). Menurut Lazarus & Folkman (dalam Panis dkk, 2019), strategi coping adalah suatu upaya individu untuk membuat perubahan tertentu mengenai kondisi stres emosional dan situasional yang dianggap menekan untuknya. Di dalam kelas, kemampuan para siswa penyandang disabilitas untuk beradaptasi dengan stres dapat membantu proses pembelajaran berlangsung dengan baik. Selain itu, keterampilan coping stres yang dimiliki oleh siswa penyandang disabilitas juga bermanfaat untuk: membantu para siswa untuk memiliki lebih banyak waktu untuk mengerjakan tugas yang dapat menghasilkan keterampilan akademis yang lebih kuat, memfasilitasi siswa agar memiliki hubungan yang lebih baik dengan teman sebaya, mendukung mereka memiliki lebih banyak kesempatan untuk terjun ke komunitas (Pamela, n.d). Oleh karena itu, baik pengasuh/orang tua, guru, dan praktisi kesehatan mental perlu bekerja sama untuk membantu dan melatih anak-anak berkebutuhan khusus dalam meningkatkan ketahanan terhadap stres (Heslon dkk, 2024).

Terdapat 4 ragam disabilitas dalam UU nomor 8 tahun 2016 pasal 4 ayat 1 tentang Penyandang Disabilitas, antara lain: ragam disabilitas fisik, disabilitas intelektual, disabilitas mental, dan/atau disabilitas sensorik. Pada remaja penyandang disabilitas fisik berusia 13–17 tahun, gangguan seperti depresi, gangguan suasana hati, kecemasan, dan masalah perilaku sosial merupakan masalah-masalah kesehatan mental yang umum terjadi (Lal dkk, 2022). Anak-anak penyandang disabilitas mental dengan diagnosis gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas / *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) umumnya mengalami masalah kesulitan regulasi emosi (Budiyarti dkk, 2022). Sementara itu, anak-anak penyandang disabilitas mental yang mendapat diagnosis gangguan spektrum autisme berpotensi menunjukkan simtom gangguan depresi yang parah ketika melaporkan masalah disregulasi emosi dan harga diri yang negatif (Schwartzman dkk, 2024). Di sekolah, anak-anak penyandang disabilitas intelektual menghadapi masalah-masalah seperti, tidak dapat membedakan antara tindakan yang benar dan salah, serta tampak terus-menerus cemas, takut, khawatir, dan gelisah (Anidi, 2022). Ragam disabilitas sensorik meliputi disabilitas netra dan disabilitas rungu-wicara (Undang-Undang No. 8 tahun 2016). Anak-anak penyandang disabilitas netra mempunyai kualitas hidup yang buruk baik dari aspek psikologis, sosial, maupun lingkungan (Wibisana dkk, 2022). Anak-anak dengan disabilitas rungu-wicara lebih rentan untuk mengalami kecemasan dan depresi apabila dibandingkan dengan sebayanya (Scherer dkk, 2022).

Stres merupakan suatu situasi yang dapat berdampak pada penurunan kondisi fisik dan mental (Panis, 2024). Remaja penyandang disabilitas memiliki kemungkinan 5 kali lebih besar untuk melaporkan gangguan mental, emosional, atau perilaku dibandingkan dengan sebayanya yang tanpa disabilitas (Syarifah, 2022). Pada penyandang disabilitas, situasi-situasi stres yang dapat berpengaruh pada penurunan kesehatan mental misalnya terbatasnya akses ke layanan kesehatan, stigma dan diskriminasi, kurangnya dukungan sosial, dan kesulitan ekonomi (Gangguan Kesehatan Mental karena disabilitas, Apa Saja Hubungannya?, 2024).

Kekerasan merupakan sumber stres lainnya bagi anak dan remaja penyandang disabilitas karena tingginya angka kekerasan yang dialami oleh anak dan remaja penyandang disabilitas (Fang dkk, 2022). Kesadaran mengenai tingginya angka kekerasan seksual pada anak-anak penyandang disabilitas semakin meluas di kalangan publik dan profesional (Klebanov dkk, 2023). Untuk menangani masalah ini diperlukan penanganan yang bertujuan untuk mencegah terjadinya kekerasan seksual pada anak dan remaja penyandang disabilitas.

Suatu review sistematis memperoleh hasil bahwa kekerasan seksual merupakan suatu masalah serius bagi anak-anak dan remaja penyandang disabilitas khususnya anak-anak dan remaja perempuan dengan disabilitas dan hal ini menjadi suatu keprihatinan yang meluas dalam lingkup kesehatan masyarakat (Cardoso dkk, 2025). Dari permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya, diperlukan adanya solusi yaitu anak dan remaja penyandang disabilitas di SLB perlu memiliki pengetahuan tentang strategi coping stres dan memahami tentang kekerasan seksual dan pencegahannya. Oleh karena itu, salah satu upaya yang akan dilakukan adalah memberikan pelatihan *training of trainers* (ToT) bagi para guru di SLB tentang coping stres dan pencegahan serta penanganan kekerasan seksual sehingga mereka dapat memberikan pengetahuan kepada para siswa

di SLB tentang bagaimana mengatasi stres dan mencegah kekerasan seksual yang rentan dialami oleh anak dan remaja penyandang disabilitas. Pelatihan ToT tentang strategi coping stres dan pencegahan serta penanganan kekerasan seksual pada anak dan remaja penyandang disabilitas ini dilakukan pada guru di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao. Adapun dilakukan pula penelitian kuasi eksperimental untuk menguji hipotesis sehingga diketahui efektifitas pelatihan yang diberikan. Hipotesis penelitian yang diajukan adalah sebagai berikut:

$H_0$  : Pelatihan *ToT* Strategi Coping Stres dan Pencegahan serta Penanganan Kekerasan Seksual pada Guru untuk Mengatasi Stres dan Mencegah Kekerasan Seksual pada Siswa di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao tidak berpengaruh pada pemahaman guru di di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao.

$H_1$  : Pelatihan *ToT* Strategi Coping Stres dan Pencegahan serta Penanganan Kekerasan Seksual pada Guru untuk Mengatasi Stres dan Mencegah Kekerasan Seksual pada Siswa di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao berpengaruh pada pemahaman guru di di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao.

## BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan pada hari Senin tanggal 26 Mei 2025 di SLB Negeri Lobalain, Kabupaten Rote-Ndao. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan urutan kegiatan sebagai berikut:

1. Perkenalan tim pengabdian dan penyambutan yang dilanjutkan dengan pembukaan oleh Kepala Sekolah SLB Negeri Lobalain, Kabupaten Rote-Ndao.
2. Pemberian *pretest* yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda (dengan 1 soal dianulir) mengenai materi pelatihan.
3. Pemberian pelatihan *training of trainers* (ToT) kepada para guru di SLB Negeri Lobalain dilakukan dengan teknik ceramah, diskusi kelompok, serta tanya-jawab membahas pertanyaan-pertanyaan refleksi tentang materi strategi coping stres dan pencegahan serta penanganan kekerasan seksual untuk mengatasi stres dan mencegah kekerasan seksual pada siswa penyandang disabilitas.
4. Terakhir, kegiatan pelatihan ditutup dengan pemberian *posttest* untuk mengukur pemahaman peserta terhadap materi pelatihan yang diperoleh.



Gambar 1. Peserta pelatihan mengerjakan tugas pelatihan dalam kelompok



**Gambar 2.** Peserta mempresentasikan hasil diskusi kelompok

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh 17 orang peserta yang semuanya merupakan guru di di SLB Negeri Lobalain, Kabupaten Rote-Ndao. Dilakukan pengukuran untuk mengetahui efektifitas pelatihan berdasarkan perbedaan skor pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan materi pelatihan. Pengukuran efektifitas pelatihan dilakukan dengan metode kuasi eksperimental menggunakan desain penelitian *one-group pretest-posttest design* (Christensen, 2001). Variabel terikat yang diukur adalah pemahaman guru di di SLB Negeri Lobalain, Kabupaten Rote-Ndao tentang materi pelatihan yang diukur melalui skor *pretest* dan *posttest* yang diperoleh guru. Sementara itu, variabel bebas penelitian adalah pelatihan *training of trainers* (ToT) kepada para guru di SLB Negeri Lobalain yang dilakukan dengan teknik ceramah, diskusi kelompok, serta tanya-jawab. Selanjutnya, data hasil pengukuran pada 17 orang partisipan penelitian dianalisis menggunakan teknik *repeated measures t-test* pada *software JASP 0.18.10*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel 1 :

**Tabel 1.**

Uji Normalitas

		<b>W</b>	<b>P</b>
<i>Pretest</i>	- <i>Posttest</i>	0.932	0.236

*Note.* Significant results suggest a deviation from normality

Uji normalitas pada tabel 1 menggunakan uji Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa asumsi normalitas untuk melakukan uji *repeated measures t-test* sudah terpenuhi.

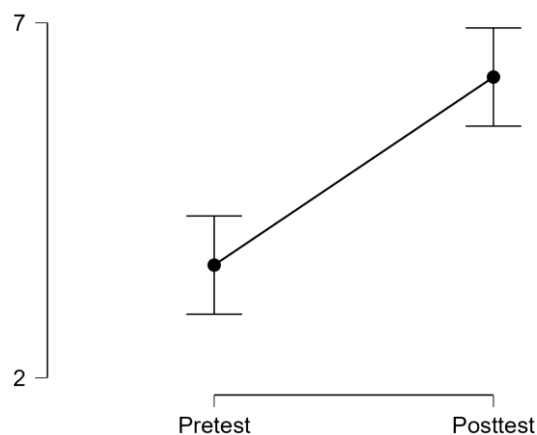
Untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta pelatihan maka diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 2.**

Deskripsi Statistik Skor *Pretest* dan *Posttest* Pemahaman Peserta Pelatihan

	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>SE</b>	<b>Coefficient of variation</b>
<i>Pretest</i>	17	3.588	1.326	0.322	0.369
<i>Posttest</i>	17	6.235	1.437	0.349	0.231

Hasil statistik deskriptif skor *pretest* dan *posttest* dari 17 orang partisipan pada tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *mean* pemahaman peserta karena pelatihan yang diberikan sebagaimana terlihat juga di grafik pada gambar 1. Dari tabel 2 terlihat bahwa terjadi peningkatan skor pemahaman peserta sesudah diberikan pelatihan ( $M = 6.235$ ,  $SD = 1.437$ ) dibandingkan dengan skor pemahaman peserta sebelum pelatihan ( $M = 3.588$ ,  $SD = 1.326$ ).



Gambar 3. Grafik Skor *Pretest-Posttest*

**Tabel 3.**

Uji Hipotesis

Measure 1	Measure 2	t	df	p	Cohen's d	SE Cohen's d	
<i>Pretest</i>	-	<i>Posttest</i>	-5.738	16	< .001	-1.392	0.468

Note. Student's T-test.

Pada tabel 3 uji hipotesis, diketahui bahwa pelatihan yang diberikan berpengaruh signifikan pada pemahaman peserta  $t(16) = -5.738$ ,  $p < 0.001$ ,  $d = -1.392$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian, disimpulkan bahwa pelatihan training of trainers (ToT) strategi coping stres dan pencegahan serta penanganan kekerasan seksual untuk mengatasi stres dan mencegah kekerasan seksual pada siswa di SLB berpengaruh pada pemahaman para peserta pelatihan.

## KESIMPULAN

Pelatihan ToT Strategi Coping Stres dan Pencegahan serta Penanganan Kekerasan Seksual pada Guru untuk Mengatasi Stres dan Mencegah Kekerasan Seksual pada Siswa di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao berpengaruh pada pemahaman para guru di SLB Negeri Lobalain di Kabupaten Rote-Ndao. Hal ini menunjukkan efektifitas dari sinergi berbagai pihak yang berhubungan langsung dengan anak-anak berkebutuhakhusus dalam upaya membantu dan melatih anak-anak berkebutuhan khusus untuk meningkatkan ketahanan terhadap stres (Heslon dkk, 2024). Hasil ini diharapkan meningkatkan kesadaran akan tingginya angka kekerasan seksual pada anak-anak penyandang disabilitas di kalangan publik dan profesional (Klebanov dkk, 2023). Peningkatan pemahaman peserta pelatihan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menjadi dukungan instrumental bagi para siswa penyandang disabilitas di SLB untuk mempelajari strategi coping yang efektif dalam mengatasi stres (Lone dkk, 2024) terutama dengan adanya pemahaman bahwa kekerasan juga termasuk sumber stres bagi anak dan remaja penyandang disabilitas (Fang dkk, 2022). Lebih jauh lagi, pengetahuan yang diperoleh peserta pelatihan terkait bagaimana mengatasi permasalahan kekerasan seksual yang merupakan suatu masalah serius bagi anak-anak dan remaja penyandang disabilitas (Cardoso dkk, 2025) dapat diimplementasikan dalam pembuatan program-program tim pencegahan dan penanganan kekerasan (TPPK) di sekolah.

## Acknowledgments

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Nusa Cendana, Kupang karena telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dan penyelesaian artikel ini. Penulis juga berterima kasih atas kesediaan para guru di SLB Negeri Lobalain, Kabupaten Rote-Ndao untuk mengikuti kegiatan pelatihan dalam rangka pengabdian kepada masyarakat ini.

## Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

## REFERENCES

- Anidi, A. (2022). Permasalahan Anak Disabilitas Intelektual dan Disabilitas Mental di Sekolah. *Arus J Pendidik*, 2(3), 233–243.
- Budiyarti, L., Agustini, N., & Rachmawati, I.N. (2022). Manfaat Intervensi Berbasis Digital Terapeutik Terhadap Peningkatan Atensi Dan Perilaku Regulasi Diri Pada Anak Adhd. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 117–127.
- Cardoso, J., Sousa, S.C., & Almeida, T.C. (2025). Sexual Violence Against Children and Youth with Disabilities: A Systematic Review. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, (18), 409-422
- Christensen, L. B. (2001). *Experimental Methodology* (8th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Fang, Z., Cerna-Turoff, I., Cheng Zhang, C., Lu, M., Lachman, J. M., & Barlow, J. (2022). Global estimates of violence against children with disabilities: an updated systematic review and meta-analysis. *Lancet Child Adolesc Heal*, 6(5), 313–323.
- Heslon, K., Hanson, J.H., & Ogourtsova, T. (2024). Mental health in children with disabilities and their families: red flags, services' impact, facilitators, barriers, and proposed solutions. *Front Rehabil Sci*, (5), 1–18.
- Klebanov, B., Friedman-Hauser, G., Lusky-Weisrose, E., & Katz, C. (2023). Sexual Abuse of Children With Disabilities: Key Lessons and Future Directions Based on a Scoping Review. *Trauma, Violence, Abuse*, 25(2), 1296–1314.
- Lal, S., Tremblay, S., Starcevic, D., Mauger-Lavigne, M., & Anaby, D. (2022). Mental health problems among adolescents and young adults with childhood-onset physical disabilities: A scoping review. *Front Rehabil Sci*, (3), 1–16.
- Lone, A., Khan, A. S., AlWadani, F. A. S., & Almaqhawi, A. (2024). Quality of Life and Coping Strategies in Children with and Without Learning Disabilities from the Perspective of Their Parents and Caregivers. *Pediatr Rep*, 16(4), 957–973.
- Pamela. (n.d). *Teaching Coping Skills To Students With Disabilities*. Mrs. P's Specialties. Diakses tanggal 12 Februari 2025 dari: <https://mrspspecialties.com/teaching-coping-skills-to-students-with-disabilities/>
- Panis, M.P., Damayanti, Y., & Keraf, M.K.P. A. (2019). Coping Strategies, Personality Type, and Help-seeking behavior for Mental Health Problems. *J Heal Behav Sci*, 1(2), 98–105.
- Panis, M.P. (2024). Kesehatan Jiwa dan Kesejahteraan Emosional. In R. Aini (Ed.), *Kesehatan Masyarakat: Memahami Konsep dan Implikasinya* (pp. 98–124). Kab. Agam, Sumatera Barat: CV Lauk Puyu Press

- Panis, M.P. (2024). *Konseling Anak Dengan Kebutuhan Khusus*. In A. S. Nasution (Ed.), *Bunga Rampai: Kelangsungan Hidup dan Tumbuh Kembang Anak* (pp. 97-114). Kota Malang, Provinsi Jawa Timur : Future Science Publisher
- Gangguan Kesehatan Mental karena disabilitas, Apa Saja Hubungannya?* (2024, Desember 6). Rumah Sakit Permata Mufidah Group. Diakses tanggal 12 Februari 2025 dari: <https://www.rspemata.co.id/articles/read/gangguan-kesehatan-mental-karena-disabilitas-apa-saja-hubungannya>
- Scherer, N., Bright, T., Musendo, D.J., O’Fallon, T., Kubwimana, C., Eaton, J., Kakuma, R., Smythe, T., & Polack, S. (2022). Mental health support for children and adolescents with hearing loss: scoping review. *BJPsych Open*, 8(1), 1–10.
- Schwartzman, J.M., Roth, M.C., Paterson, A. V., Jacobs, A.X., & Williams, Z. J. (2024). Community-guided, autism-adapted group cognitive behavioral therapy for depression in autistic youth (CBT-DAY): Preliminary feasibility, acceptability, and efficacy. *Autism*, 28(8), 1902–1918.
- Syarifah F. (2022, Februari 4). *Remaja Difabel Berisiko 5 Kali Lipat Menderita Gangguan Kesehatan Mental*. Liputan6.com. Diakses tanggal 12 Februari 2025 dari: <https://www.liputan6.com/disabilitas/read/4877817/remaja-difabel-berisiko-5-kali-lipat-menderita-gangguan-kesehatan-mental>
- Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Cacat*. Diakses tanggal 12 Februari 2025 dari: <https://catatanhukum.id/database-hukum/undang-undang-nomor-8-tahun-2016-uu-no-8-tahun-2016/>
- Wibisana, N. S., Mahardika, A., & Geriputri, N. N. (2022). Gambaran Kualitas Hidup Anak Dengan Disabilitas Tunanetra di Sekolah Luar Biasa Yayasan Pendidikan Tunanetra Mataram. *Lomb Med J*, 1(1), 40–42.

*This page has been intentionally left blank*