



**PANDUAN GURU
SMASHED ONLINE**

TANTANGAN & TEKANAN REMAJA ABAD KE-21

Perubahan pada tubuh. Emosi nan bergolak. Tergoda untuk melakukan perilaku berisiko, termasuk mengkonsumsi alkohol, demi dianggap *gaul* oleh teman sebaya. Itu cuma sejumlah kecil tantangan yang remaja hadapi sehari-hari.

Belum lagi memikirkan soal masa depan. Saat ini tak lagi cukup jago bahasa Inggris, pandai berhitung atau menguasai teknologi digital. Robot dan kecerdasan buatan (*artificial intelligence*) bakal menggantikan separuh pekerjaan manusia.

Mau sukses? Butuh kecakapan *soft skills*: kemampuan berempati, mengelola diri, berkolaborasi, dan berpikir kritis --keterampilan hidup yang bisa mereka dapatkan dengan mengikuti pelatihan SMASHED Online mulai Juli 2021 ini!

SMASHED ONLINE: PELATIHAN LIFE SKILLS REMAJA 12-15 TAHUN

SMASHED adalah program pelatihan keterampilan hidup (*life skills*) yang sejak 2017 telah membekali 12.000 siswa SMP di Jabodetabek dan Provinsi Bali dengan 4 *life skills* yang paling mereka butuhkan dalam menghadapi tantangan abad ke-21:

- **Manajemen diri** dalam menghadapi tekanan sosial dari sebaya;
- **Berpikir kritis** terhadap perilaku berisiko (seperti mengkonsumsi alkohol di bawah umur);
- **Empati** saat membantu teman yang mengalami masalah;
- **Kecakapan teknologi** dalam memilah informasi dan mencari bantuan yang tepat dari pihak terpercaya.

Pelatihan dirancang oleh pakar pendidikan anak Indonesia bekerja sama dengan ahli pendidikan digital dari Inggris yang memadukan media film, dialog interaktif, kuis dan survei pra-pelatihan dan pasca-pelatihan --metode pembelajaran interaktif yang seru dan menyenangkan bagi remaja. Modul bertujuan mendukung Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) guru dan guru Bimbingan Konseling (BK).

Interaksinya pun berbasis daring sehingga mendukung sistem sekolah dari rumah maupun belajar PTM (Pembelajaran Tatap Muka) Terbatas selama masa pandemi. Mulai tahun akademik 2021/2022, kami akan memperluas pelatihan SMASHED untuk 16.000 siswa SMP di Jabodetabek dan Bali dan dilanjutkan ke kota-kota besar di Indonesia mulai Juli 2022.

APA MANFAAT SMASHED?

Bagi Guru dan sekolah:

1. Konten edukatif daring terkait *soft-skills* dan *life-skills* siswa yang memperkaya RPP guru dan guru BK serta Merdeka Belajar;
2. Program cuma-cuma, siap pakai, dan mudah diakses;
3. Survei pra- dan pasca-pelatihan mengukur perubahan sikap dan pengetahuan siswa;
4. Dilengkapi Panduan Guru yang disusun tim pakar psikologi perkembangan dan pendidikan anak;
5. Dilengkapi referensi rujukan aneka organisasi dan rumah sakit yang membantu anak dan perempuan terhadap bahaya alkohol;

Bagi Siswa:

1. Menciptakan generasi yang siap menghadapi tekanan sosial dan melawan pengaruh negatif di sekitarnya secara positif;
2. Mendidik siswa tentang bahaya konsumsi alkohol di bawah umur terhadap tubuh dan mental;
3. Melatih siswa untuk mengambil keputusan berdasarkan informasi yang tepat saat berhadapan dengan berbagai macam pilihan yang membingungkan;
4. Membangun keseimbangan siswa untuk menalar secara objektif sekaligus berempati terhadap orang lain;
5. Memberdayakan siswa menolong temannya yang butuh bantuan dengan mencari informasi yang tepat dan dukungan pihak dewasa terpercaya;

SMASHED ONLINE: PELATIHAN LIFE SKILLS REMAJA 12-15 TAHUN

Pelatihan SMASHED memadukan media film, dialog interaktif, kuis, serta survei pra- dan pasca-pelatihan yang bisa diakses secara cuma-cuma oleh sekolah, guru, dan siswa SMP melalui akses daring sejak.

Selama pelatihan siswa diajak menyimak film tentang 3 remaja yang menghadapi sederet tantangan hidup, termasuk terjebak konsumsi alkohol. Modul interaktif mengajak siswa untuk membantu tokoh-tokoh dalam film membuat pilihan-pilihan hidup yang lebih baik.

Interaksi berbasis daring memungkinkan sekolah untuk menggelar pelatihan dengan 2 cara yang bisa digelar terpisah atau dipadukan. Simak panduannya di halaman 5.



1. KELAS PTM (PEMBELAJARAN TATAP MUKA) TERBATAS

- a. Masuk terlebih dahulu dengan memilih tombol *'Apakah Anda guru?'* lalu daftarkan jumlah siswa di dalam kelas;
- b. Gunakan papan tulis atau proyektor untuk menyelesaikan pelatihan secara berkelompok;
- c. Guru atau Fasilitator dari SMASHED mengajak siswa mendiskusikan poin pembelajaran secara bersama-sama melalui modul interaktif;
- d. Ingin mengetahui pencapaian siswa setelah mengikuti pelatihan? Jawab kuesioner pra dan pasca-pelatihan bersama-sama di kelas. Lalu unduh hasilnya. **Ikuti instruksi sederhana yang tersedia di PDF "Menjawab Kuesioner Bersama!"**.

2. BELAJAR DARI RUMAH

- a. Kirim tautan pelatihan ke siswa;
- b. Siswa mendaftar secara anonim;
- c. Siswa menyelesaikan SMASHED Online sesuai waktu mereka sendiri;
- d. Siswa akan diminta untuk menjawab pertanyaan sederhana untuk memantau kemajuannya;
- e. Siswa dapat menggunakan tautan yang berguna untuk informasi tambahan, saran, dan panduan.

PENGEMBANGAN SELANJUTNYA

Pelatihan SMASHED Online bertujuan mendukung dan memperkaya RPP guru dan guru Bimbingan Konseling. Sekolah juga bisa mengembangkan SMASHED sebagai bagian dari pelaksanaan Merdeka Belajar yang bisa dikaitkan dengan materi pelajaran tertentu kurikulum 2013. Guru bisa memanfaatkan SMASHED Online untuk mengajak siswa mendiskusikan dan mengeksplorasi aneka

topik remaja: mulai dari persoalan *peer pressure* (tekanan sosial), perundungan, perilaku berisiko, hingga bahaya konsumsi alkohol di bawah umur. Guru bisa memancing kreativitas siswa dalam mengeksplorasi topik-topik tersebut. Simak keseruan yang bisa dilakukan di halaman 7.



1. KUIS:

Buat permainan berbentuk kuis untuk siswa mengenai alkohol dan bahayanya. Sertakan pula pertanyaan apa yang terjadi di dalam cerita film SMASHED, termasuk konsekuensi meminum alkohol pada setiap karakter.

2. POSTER:

Siswa dapat membuat poster atau iklan daring mengenai bahaya mengonsumsi alkohol di bawah umur. Dorong mereka menggunakan persoalan yang dihadapi karakter dalam cerita film SMASHED sebagai inspirasi.

3. MINI-TEATER

Gunakan jalan cerita film SMASHED sebagai inspirasi bagi siswa untuk berkreasi membuat adegan bahaya mengonsumsi alkohol di bawah umur. Berikan ruang untuk para siswa agar mereka dapat mengeksplorasi imajinasinya mengenai risiko alkohol.

4. CERITA PENDEK:

Ajak siswa membayangkan mereka menjadi teman atau kerabat dari salah satu karakter di cerita SMASHED. Minta mereka untuk menulis cerita pendek tentang langkah atau nasihat apa yang bisa mereka sampaikan kepada temannya itu.

5. KOMPETISI:

Anak yang memasuki dunia remaja memiliki banyak ide menarik untuk menyelesaikan sebuah masalah. Buatlah kompetisi kampanye mengenai bahaya mengonsumsi alkohol di bawah umur dan memamerkan hasil karyanya kepada orang lain.

6. MEDIA:

Siswa dapat membuat film pendek berdasarkan adegan dari film SMASHED Online atau membuat film dokumenter tentang bahaya mengonsumsi alkohol di bawah umur.

KE MANA MENCARI BANTUAN?

Sekolah, guru, orangtua, dan siswa bisa mencari informasi, nasihat, dan bantuan tambahan dari sejumlah organisasi pemerintah dan swasta di Indonesia yang memberikan layanan terhadap ketergantungan alkohol, persoalan remaja, dan perundungan:



1.KETERGANTUNGAN ALKOHOL:

a. Rumah Sakit Ketergantungan Obat (RSKO)

RSKO adalah rumah sakit yang khusus memberikan pelayanan kesehatan di bidang gangguan penyalahgunaan NAPZA (Narkoba, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya)

- Situs: rsko-jakarta.com
- E-mail: rskojakarta@yahoo.co.id
- Telepon: 021-8771-1968

b. Alcoholic Anonymous (AA) Indonesia:

Alcoholic Anonymous Indonesia merupakan ikatan (kelompok persaudaraan internasional) yang terdiri dari orang-orang yang berjuang untuk pulih dari ketergantungan alkohol. AA Indonesia memberikan layanan berupa diskusi dan support group dengan sesama pecandu alkohol.

- Situs: <https://www.aa-indonesia.org/>
- Telepon: 0812-192-6929 (Andreas)/
0852-1583-3179 (Ilsa)

2. PERLINDUNGAN ANAK DAN PEREMPUAN:

a. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI):

KPAI adalah lembaga pemerintah yang fokus melindungi hak anak-anak Indonesia. Menyediakan layanan perlindungan hukum untuk penyalahgunaan NAPZA (narkotika, rokok, minuman keras, dsb.), kekerasan pada anak, dan lain-lain.

- Situs: kpai.go.id
- E-mail: pengaduan@kpai.go.id
- Telepon: 021-3190-1556

b. Sobat ASK

Sobat ASK adalah organisasi nirlaba yang membantu remaja memahami persoalan kesehatan fisik dan mental. Situs mereka berisi aneka tips dan membuka layanan konseling buat remaja terkait persoalan hidup, kesehatan reproduksi dan seksualitas remaja.

- Situs: <https://sobatask.net>
- E-mail: info@sobatask.net
- Instagram: [@sobatask](https://www.instagram.com/sobatask)
- Telepon: 021-7179-3709

c. Komnas Perempuan

Komnas Perempuan merupakan salah satu Lembaga Nasional Hak Asasi Manusia (LNHAM) yang fokus menangani persoalan kekerasan terhadap perempuan. Layanannya mencakup edukasi, advokasi, perlindungan, dan rehabilitasi.

- Situs: komnasperempuan.go.id
- E-mail: pengaduan@komnasperempuan.go.id
- Telepon: 021-390-3963

d. Yayasan Pulih

Yayasan pulih merupakan organisasi yang fokus memberikan layanan konseling untuk korban konflik dan kekerasan. Yayasan Pulih memiliki misi untuk memberikan dukungan berupa penguatan psikososial bagi kelompok yang rentan.

- Situs: yayasanpulih.org
- E-mail: pulihcounseling@gmail.com
- Telepon: 021-7884-2580

RUJUKAN HUKUM DAN PERATURAN

Negara Indonesia memiliki sejumlah undang-undang dan regulasi yang mengatur, mengawasi, dan memberikan perlindungan hukum terkait anak dan perempuan khususnya terkait aneka perilaku negatif yang bisa dilihat dalam film SMASHED:



1.UU DAN PERATURAN KONSUMSI DAN DISTRIBUSI ALKOHOL

- a. Peraturan Menteri Perdagangan Republik Indonesia Nomor 20/M-DAG/PER/4/2014 tentang Pengendalian dan Pengawasan Terhadap Pengadaan, Peredaran, dan Penjualan Minuman Beralkohol, pasal 15 menyatakan bahwa usia yang diperbolehkan menjadi konsumen minuman beralkohol adalah di atas 21 tahun.
- b. UU Nomor 35 tahun 2014 tentang Perubahan Atas UU Nomor 23 tahun 2002 tentang Perlindungan Anak:
 - i. Pasal 76J ayat 2 dan Pasal 89 ayat 2, pihak yang dihukum adalah orang yang sengaja menempatkan, membiarkan, melibatkan, atau menyuruh anak (<18 tahun) dalam penyalahgunaan, produksi, dan distribusi alkohol dengan pidana penjara paling singkat 2 tahun dan paling lama 10 tahun dan denda paling sedikit Rp20.000.000 dan paling banyak Rp200.000.000.
 - ii. Pasal 59 menyatakan bahwa anak (<18 tahun) yang menjadi korban penyalahgunaan narkotika, alkohol, psikotropika, dan zat adiktif lainnya termasuk dalam daftar yang mendapatkan perlindungan khusus.
 - iii. Pasal 67, penanganan anak (usia di bawah 18 tahun) yang menjadi korban penyalahgunaan zat adiktif seperti alkohol adalah melalui perawatan dan rehabilitasi.

2.UU DAN PERATURAN KEKERASAN DAN PERUNDUNGAN

- a. UU Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik
 1. **Pasal 26 Ayat 1** menyatakan bahwa perbuatan penggunaan atau penyebaran informasi data pribadi seseorang melalui media elektronik harus dilakukan atas persetujuan orang yang bersangkutan.
 2. **Pasal 26 Ayat 2** menyatakan bahwa orang yang informasi data pribadinya digunakan atau disebarakan tanpa persetujuan dapat mengajukan gugatan untuk meminta ganti rugi kepada pihak yang menyebarkan.
- b. Peraturan Menteri Komunikasi dan Informatika Nomor 20 Tahun 2016 tentang Perlindungan Data Pribadi Dalam Sistem Elektronik
 - i. **Pasal 21 Ayat 1 dan 2** menyatakan bahwa menyebarluaskan data pribadi dalam Sistem Elektronik hanya dapat dilakukan jika ada persetujuan dan telah diverifikasi keakuratannya.
 - ii. **Pasal 26** menyatakan bahwa Pemilik Data Pribadi memiliki hak atas kerahasiaan Data Pribadinya.
 - iii. **Pasal 29** menyatakan bahwa Pemilik Data Pribadi dapat mengajukan pengaduan apabila kerahasiaan Data Pribadinya gagal terlindungi.
 - iv. **Pasal 36 Ayat 1** menyatakan bahwa orang yang menyebarluaskan data pribadi tanpa sepengetahuan orang yang bersangkutan akan mendapatkan sanksi berupa peringatan lisan atau tertulis, penghentian sementara kegiatan, atau pengumuman di situs online.

RUJUKAN DATA STATISTIK KONSUMSI ALKOHOL DI BAWAH UMUR

1.

Di seluruh dunia, lebih dari 155 juta anak usia 15-19 tahun adalah peminum alkohol (sumber: WHO: **Global Status Report on Alcohol and Health 2018**);

2.

Hasil survei terhadap sekolah menunjukkan di banyak negara di Amerika, Eropa, dan Pasifik Barat, penggunaan alkohol dimulai sebelum usia 15 tahun dan prevalensi penggunaan alkohol di antara siswa berusia 15 tahun bisa berkisar antara 50–70% dengan sangat perbedaan kecil antara anak laki-laki dan perempuan (sumber: WHO: **Global Status Report on Alcohol and Health 2018**);

3.

Konsumsi alkohol di kalangan usia muda Indonesia tergolong rendah bila dibandingkan dengan dunia. Di antara anak usia 10-19 tahun hanya 2% (169.982) yang mengonsumsi alkohol, sementara anak berusia 10-14 tahun hanya 3% (87.981), dan di antara anak berusia 15-19 tahun hanya 3,7% (82.001) (sumber: Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan 2018);

4.

Jumlah laki-laki dan perempuan di Indonesia yang mengalami ketergantungan alkohol adalah 1,5% dari populasi atau 2.372.243 orang. Jumlah pria dan wanita yang mengalami gangguan penggunaan alkohol adalah 1,7% dari populasi atau 2.635.735.

RUJUKAN LAIN:

1. Peta Pintar Remaja Abad ke-21 melalui s.id/PetaPintarSMASHEDIndonesia

2. Informasi lebih lanjut melalui linktr.ee/smashed.indonesia

MITRA KERJA INDONESIA



COLLINGWOOD
LEARNING



Universitas
Pembangunan Jaya
2011 - 2021

Tim Prodi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya:
Gita Widya Laksmi S.Psi, M.A, M.Psi. dan tim
mahasiswa Magang Merdeka Prodi Psikologi
Angkatan 2018: Divalya Aqmari, Haura Aurora Safira
Nyimas, Margaretha Dina Chandra, dan Siti Annisa
Nur Azizah

[Instagram.com/smashed.indonesia](https://www.instagram.com/smashed.indonesia)
[Facebook.com/smashed.indonesia](https://www.facebook.com/smashed.indonesia)
linktr.ee/smashed.indonesia

[Twitter.com/smashedproject](https://twitter.com/smashedproject)
[Facebook.com/smashedproject](https://www.facebook.com/smashedproject)
www.smashedproject.org

SMASHED adalah program edukasi keterampilan hidup remaja yang digagas Collingwood Learning di Inggris dan diadaptasikan sesuai dengan budaya setempat oleh Dapoer Dongeng Noesantara di Indonesia. SMASHED Online bisa diselenggarakan secara cuma-cuma di sekolah berkat dukungan Diageo Indonesia.