



Funded by  
the European Union



# DARI KESADARAN JADI TINDAKAN

LANGKAH AMAN MENGHADAPI  
PELANGGARAN

BERI





# Dari Kesadaran Jadi Tindakan

## Langkah Aman Menghadapi Pelanggaran

© 2025, UNDP B+HR

## **Ucapan Terima Kasih**

Modul ini dapat terwujud berkat proyek **UNDP Business and Human Rights – Agents of Change yang didanai oleh Uni Eropa**, dan dikembangkan di bawah supervisi Sagita Adesywi, UNDP Business and Human Rights Specialist.

Ucapan terima kasih kepada Platform Usaha Sosial (PLUS) - <https://usahasosial.com/>, khususnya:

### **Penulis & Peninjau Utama**

Rintis Mulyani, Business Development Lead, PLUS

### **Peninjau**

Syafira Aurell Irma Putri, Communication & Partnership Associate, PLUS

### **Tata Letak & Desain Grafis**

Aulya Nur Haliza, Senior Graphic Designer, PLUS

Naura Yusro Fathurochman, Creative Content Producer, PLUS

Dengan kontribusi substansi dan teknis dari United Nations Development Programme (UNDP) oleh Sagita Adesywi (Project Manager, Business and Human Rights Specialist); dukungan teknis dari Rifki Fajar Hadiawan (Project Assistant for Business and Human Rights); serta dukungan komunikasi dari Nabilla Rahmani (Head of Communications), Thomas Benmetan (Communication Associate), dan Bambang Nurjaman (Technical Assistant Communication and Media Graphic).

Modul ini dimaksudkan sebagai dokumen yang bersifat dinamis (living document). Modul akan ditinjau dan diperbarui secara berkala untuk mencerminkan perkembangan terbaru, masukan dari pengguna, serta praktik terbaik yang muncul dalam bidang Bisnis dan Hak Asasi Manusia. Kami menyambut saran dan kontribusi untuk memastikan relevansi dan akurasinya tetap terjaga.

### **Situs yang Disarankan**

Modul 3: Dari Kesadaran Jadi Tindakan

## Pernyataan Penafian

Pendapat yang disampaikan dalam publikasi ini adalah milik penulis dan tidak mencerminkan pandangan resmi Perserikatan Bangsa-Bangsa, termasuk UNDP, maupun Negara Anggota PBB. Modul dan laman web ini telah diuji coba dengan sekitar 400 peserta antara Juni 2024 hingga April 2025 melalui diskusi kelompok terarah dan lokakarya yang diselenggarakan di Indonesia, yaitu *User Testing B+HR Youth Learning & Youth Digital Workshop*, yang melibatkan perwakilan pemuda dari universitas, organisasi masyarakat sipil, dan wirausahawan muda.

Penyebutan perusahaan tertentu tidak berarti perusahaan tersebut didukung atau direkomendasikan oleh UNDP, atau diberi preferensi dibandingkan perusahaan lain yang sejenis yang tidak disebutkan dalam panduan ini. Semua tindakan pencegahan yang wajar telah dilakukan untuk memverifikasi informasi yang terdapat dalam publikasi ini. Namun, karena modul ini merupakan dokumen yang bersifat dinamis dan dapat diperbarui, materi yang dipublikasikan disebarluaskan tanpa jaminan, baik tersurat maupun tersirat. Tanggung jawab atas interpretasi dan penggunaan materi sepenuhnya berada di tangan pembaca. Dalam keadaan apa pun, UNDP tidak bertanggung jawab atas kerugian yang timbul akibat penggunaannya.

## Tentang UNDP

UNDP adalah organisasi utama Perserikatan Bangsa-Bangsa yang berjuang untuk mengakhiri ketidakadilan akibat kemiskinan, kesenjangan, dan perubahan iklim. Dengan jaringan luas para ahli dan mitra di 170 negara, kami membantu negara membangun solusi terpadu dan berkelanjutan bagi manusia dan planet.

Pelajari lebih lanjut di situs [undp.org](http://undp.org) dan [bizhumanrights.asia-pacific.undp.org](http://bizhumanrights.asia-pacific.undp.org), atau ikuti kami di [@UNDPIndonesia](https://@UNDPIndonesia) dan [@UNDP B+HR](https://@UNDP B+HR).

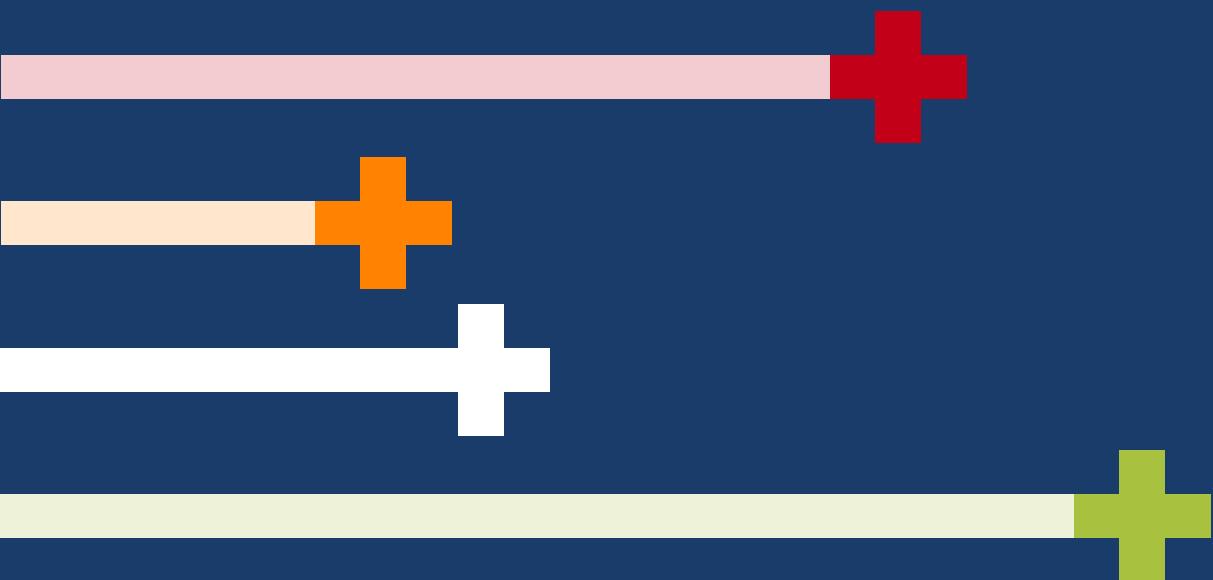
**Hak Cipta © UNDP 2025. Seluruh hak cipta dilindungi.**



# CONTENTS

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>7</b>
<b>CHAPTER 1</b> Langkah Awal Saat Mengalami atau Menyaksikan Pelanggaran	<b>9</b>
<b>CHAPTER 2</b> Kalau Takut Bicara, Apa Alternatifnya?	<b>15</b>
<b>CHAPTER 3</b> Apa itu Pemulihan?	<b>19</b>
<b>CHAPTER 4</b> <i>Checklist: Siap Bertindak atau Masih Butuh Waktu?</i>	<b>22</b>

# **TUJUAN PEMBELAJARAN**

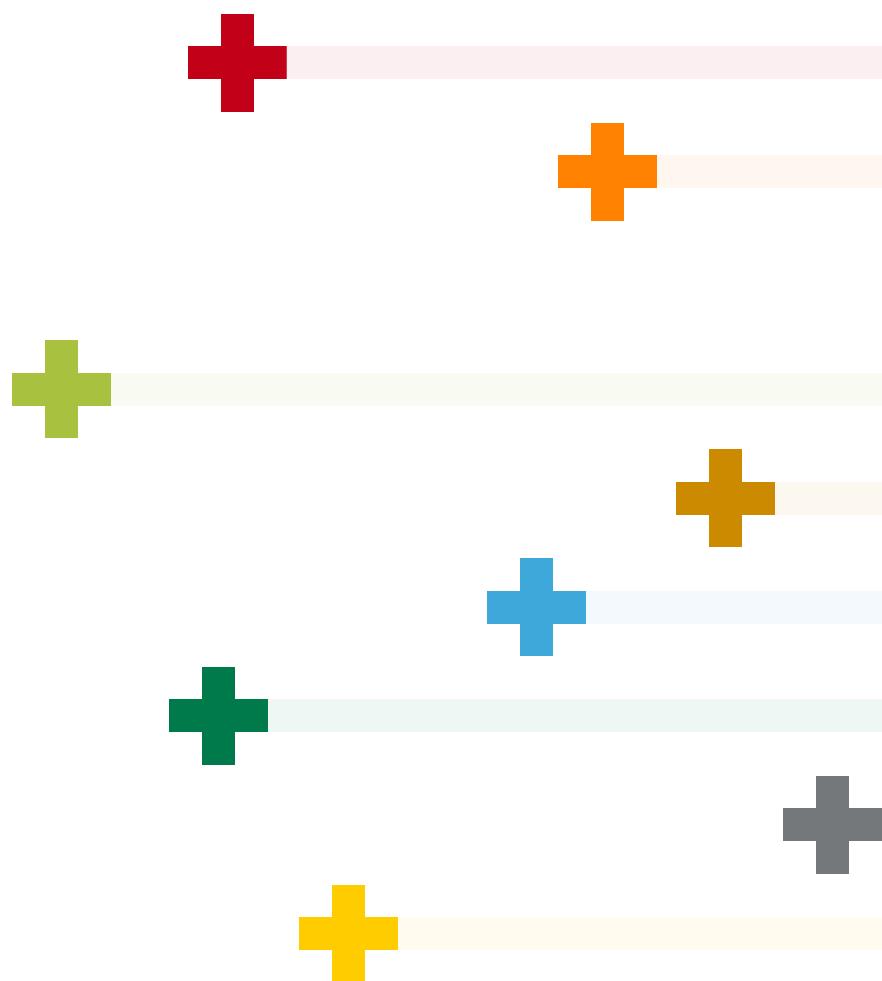




# Tujuan Pembelajaran

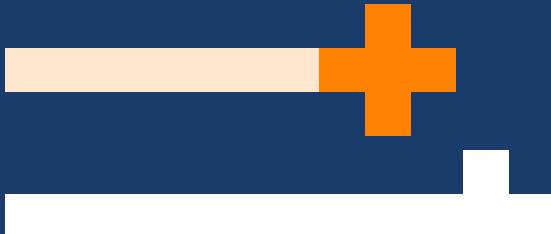
**Setelah mengikuti modul ini, peserta  
diharapkan mampu:**

1. Mengenali langkah awal yang aman saat menghadapi pelanggaran HAM
2. Mengetahui saluran pelaporan dan dukungan yang tersedia
3. Menyuarkan isu dengan cara yang aman dan bertanggung jawab
4. Memahami pentingnya pemulihan bagi korban pelanggaran
5. Menumbuhkan keberanian untuk bertindak dan mendampingi sesama



1

**LANGKAH AWAL  
SAAT MENGALAMI  
ATAU MENYAKSIKAN  
PELANGGARAN**



# Langkah Awal Saat Mengalami atau Menyaksikan Pelanggaran

Pelanggaran HAM dalam dunia kerja dan bisnis bisa menimpa:

- **Pekerja/individu:** diskriminasi, pelecehan, perundungan, upah tak layak, kerja paksa.
- **Komunitas/lingkungan:** pencemaran, penggusuran, pelanggaran tanah adat, gangguan kesehatan.
- **Konsumen:** penipuan produk/jasa, keamanan produk, penyalahgunaan data pribadi.

Prinsip kunci: **keselamatanmu nomor satu, dokumentasi sejak awal, gunakan kanal pengaduan yang tepat.**

Kerangka rujukan: **UNGPs, UUD 1945 Pasal 27 ayat (2), UU Ketenagakerjaan** beserta pembaruannya melalui kebijakan ketenagakerjaan terkini, **UU Perlindungan Konsumen, UU Perlindungan dan Pengelolaan Lingkungan Hidup, UU TPKS** untuk kekerasan seksual, dan **UU Pelindungan Data Pribadi** untuk isu data.

## Langkah 1: Kenali dan Validasi Perasaanmu



Jika terasa tidak adil, tidak aman, atau ada dampak buruk bagi orang lain, itu cukup untuk mulai bertanya dan mencari bantuan.

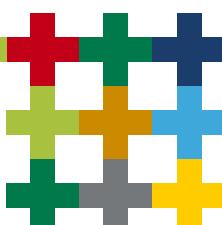
- **Amankan dirimu terlebih dulu jika ada ancaman keselamatan.**
- **Catat cepat "apa yang terjadi, di mana, kapan, siapa yang terlibat".**

## Langkah 2: Kumpulkan dan Amankan Bukti



Bukti membuat laporanmu lebih kuat.

- **Simpan tangkapan layar, email/chat, foto/video, rekaman kondisi kerja atau lingkungan, kuitansi transaksi, label produk, hasil pemeriksaan kesehatan, testimoni saksi.**
- **Buat log kronologis singkat: tanggal, waktu, lokasi, kejadian, pihak yang hadir.**
- **Backup di tempat aman. Lindungi data pribadi diri dan orang lain.**



# Langkah 3: Tentukan Kanal Pengaduan yang Tepat



Pilih jalur internal jika tersedia. Jika tidak memadai atau berisiko, gunakan jalur eksternal. Kamu boleh memakai keduanya.

## A. Jika Terjadi di Tempat Kerja

Pelanggaran HAM di tempat kerja bisa berupa diskriminasi, pelecehan, pemotongan upah sepihak, jam kerja berlebihan, PHK tidak adil, hingga kerja paksa. Jika kamu mengalaminya, ada dua jalur pengaduan yang bisa ditempuh: **internal perusahaan** dan **eksternal lembaga resmi**.

### Kanal Internal

#### 1. Atasan langsung yang dipercaya

- Laporkan masalah terlebih dahulu ke supervisor atau manajer yang memiliki otoritas.
- Sesuai untuk situasi yang memerlukan penanganan awal secara langsung, atau ketika kamu merasa nyaman menyampaikan keluhan di lingkungan kerja terdekat.

#### 2. HRD (*Human Resources Division*) atau unit kepatuhan

- HRD bisa menindaklanjuti laporan pelanggaran ketenagakerjaan.
- Beberapa perusahaan besar punya *Compliance Office* atau Unit Etik.

#### 3. Whistleblowing System (WBS) perusahaan

- Sistem anonim untuk melaporkan pelanggaran, biasanya dikelola internal atau pihak ketiga.
- Cek website/intranet perusahaan, karena WBS sering dilengkapi email khusus, *hotline*, atau platform digital.

#### 4. Serikat pekerja atau perwakilan karyawan

- Jika ada serikat, gunakan mekanisme advokasi kolektif.
- Serikat bisa membantu mediasi, negosiasi, hingga advokasi ke pihak berwenang.

## Kanal Eksternal

#### 1. Dinas Ketenagakerjaan (Disnaker) setempat

- Menangani pengawasan norma kerja (upah, jam kerja, K3) dan mediasi perselisihan.
- Biasanya ada **Pos Pengaduan Tenaga Kerja** di kabupaten/kota.
- Hubungi kantor Disnaker kabupaten/kota/provinsi sesuai domisilimu.

#### 2. Pengadilan Hubungan Industrial (PHI)

- Jalur hukum untuk perselisihan hubungan kerja (PHK sepihak, perselisihan upah, dll.).
- Proses diawali dengan mediasi Disnaker; jika gagal, bisa diteruskan ke PHI.

#### 3. Komisi Nasional Hak Asasi Manusia (Komnas HAM)

- Menangani dugaan pelanggaran HAM serius: diskriminasi sistemik, kekerasan, kerja paksa.
- *Hotline*: (021) 392 5230
- *Website*: [www.komnasham.go.id](http://www.komnasham.go.id)

#### 4. Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (Komnas Perempuan)

- Menangani isu kekerasan atau pelecehan terhadap perempuan, termasuk di tempat kerja.
- *Hotline*: (021) 390 3963
- *Website*: [www.komnasperempuan.go.id](http://www.komnasperempuan.go.id)

## 5. Lembaga Perlindungan Saksi dan Korban (LPSK)

- Memberikan perlindungan hukum, fisik, dan psikologis bagi pelapor/korban jika ada ancaman atau intimidasi.
- *Hotline*: 1500-148
- WhatsApp layanan: 0857-700-10048
- Website: [www.lpsk.go.id](http://www.lpsk.go.id)

## 6. Lembaga Bantuan Hukum (LBH)/organisasi bantuan hukum

- Memberikan pendampingan hukum gratis untuk buruh/pekerja.
- Misalnya: LBH Jakarta, YLBHI (Yayasan Lembaga Bantuan Hukum Indonesia).
- LBH Jakarta: (021) 314 5518
- Website: [www.ylbhi.or.id](http://www.ylbhi.or.id)

## 7. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) – SAPA 129

### Fungsi utama

- Layanan **SAPA 129** untuk pengaduan **kekerasan terhadap perempuan dan anak**; termasuk di tempat kerja dan/atau komunitas, mengoordinasikan rujukan ke **UPTD PPA** daerah, rumah aman, layanan kesehatan, kepolisian, dan bantuan hukum.

### Cara melapor

- **SAPA 129** (telepon)
- WhatsApp layanan: **08111-129-129**
- Untuk penanganan cepat di daerah, hubungi **UPTD PPA** di kab/kota.

## 8. Kementerian HAM (Kemenham) – Direktorat Jenderal HAM

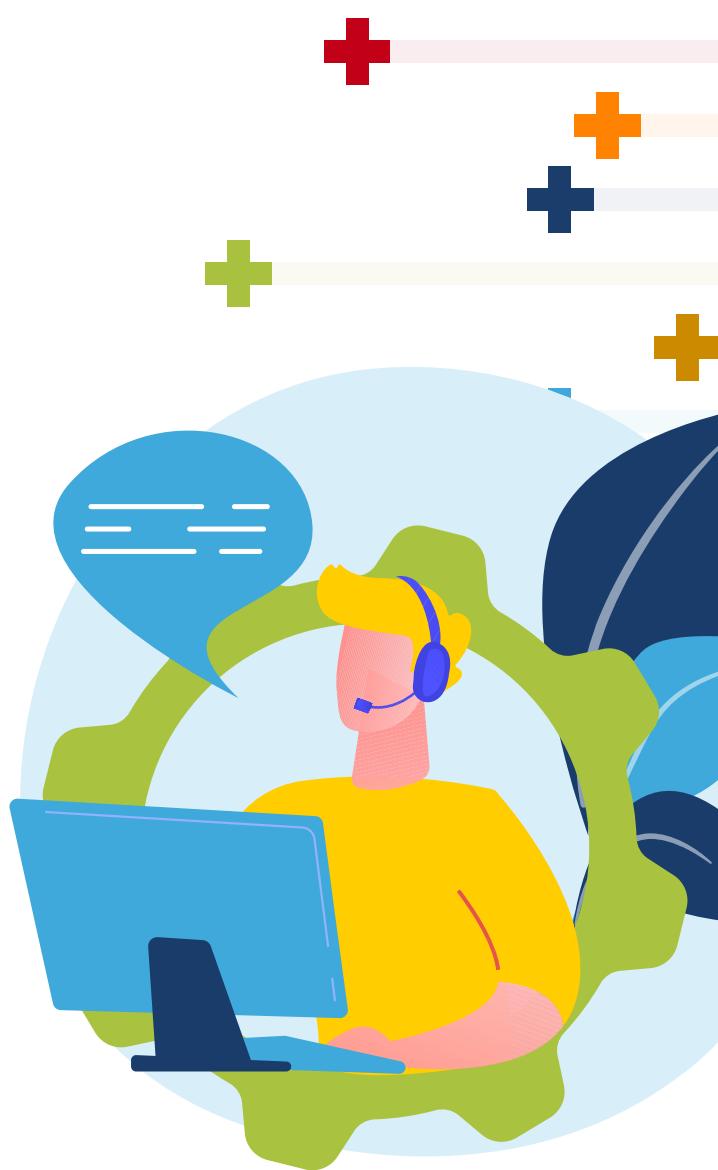
### Fungsi utama

- Menerima **pengaduan pelanggaran HAM** umum melalui sistem layanan Ditjen HAM, menelaah, dan **mengoordinasikan** tindak lanjut ke instansi terkait
- Memfasilitasi klarifikasi, rekomendasi perbaikan layanan/kebijakan, serta rujukan ke lembaga yang berwenang (misalnya Komnas HAM, kepolisian,

Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan, Disnaker).

### Cara melapor

- **Call Center Kemenham**: 150145
- **Call Center PRISMA**: 081352000670



## B. Jika Menimpa Komunitas atau Lingkungan Sekitar Perusahaan

Pelanggaran HAM juga bisa menimpa komunitas atau masyarakat yang tinggal di sekitar operasi perusahaan, misalnya:



**Pencemaran air, udara, atau tanah** akibat limbah industri.



**Penggusuran atau perampasan tanah** tanpa persetujuan masyarakat.



**Kerusakan ekosistem** yang mengganggu kesehatan dan mata pencaharian warga.

Jika kamu menyaksikan atau mengalaminya, berikut beberapa kanal pengaduan yang dapat digunakan:

### 1. Dinas Lingkungan Hidup (DLH) Kabupaten/Kota/Provinsi

- Menerima laporan pencemaran, kerusakan lingkungan, dan pelanggaran izin lingkungan.
- DLH memiliki kewenangan investigasi awal dan dapat menjatuhkan sanksi administratif.
- Hubungi kantor DLH setempat (tersedia di tiap pemda).

### 2. Kementerian Lingkungan Hidup

Menangani permasalahan lingkungan hidup seperti pencemaran, limbah, atau pelanggaran izin lingkungan

- Email: <https://kemenlh.lapor.go.id/>

### 3. Ombudsman Republik Indonesia

- Menangani dugaan **maladministrasi** terkait layanan publik, oleh pemerintah dan badan usaha milik negara, termasuk masalah perizinan lingkungan dan pengawasan pemerintah. Pembiaran atau penyalahgunaan wewenang oleh pejabat publik.
- Call Center: 137
- Website: [www.ombudsman.go.id](http://www.ombudsman.go.id)

### 4. Mekanisme Pengaduan Pemerintah Terpadu (SP4N-LAPOR!)

- Platform nasional untuk menyampaikan aduan masyarakat secara daring.
- Aduan otomatis diteruskan ke instansi terkait untuk tindak lanjut.
- Aplikasi: **LAPOR!** (Android/iOS)
- Website: [www.lapor.go.id](http://www.lapor.go.id)

### 5. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Lingkungan/Pendamping Masyarakat

- Memberikan advokasi, kajian dampak, serta bantuan teknis untuk memperkuat suara komunitas.
- Contoh: **WALHI (Wahana Lingkungan Hidup Indonesia)**, **HuMa (Perkumpulan untuk Pembaruan Hukum Berbasis Masyarakat dan Ekologis)**.
- WALHI: [www.walhi.or.id](http://www.walhi.or.id)



## C. Jika Merugikan Konsumen

### 1. Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BPKN)

- Fasilitasi penyelesaian sengketa konsumen dan rekomendasi kebijakan perlindungan konsumen.
- Whatsapp Pengaduan: 08153 -153 - 153
- Email: pengaduan@bpkn.go.id
- Website: www.pengaduan.bpkn.go.id

### 2. Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) (atau organisasi konsumen lainnya)

- Konsultasi dan advokasi untuk konsumen yang dirugikan.
- Layanan Pengaduan: 021-7971378
- Fax: 021-7981038
- Email: konsumen@ylki.or.id
- Website: www.ylki.or.id

### 3. Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM)

- Pengawasan keamanan pangan, obat, kosmetik, dan produk kesehatan.
- HaloBPOM: 1500 533
- Email: halobpom@pom.go.id
- Website: www.pom.go.id

### 4. Otoritas Jasa Keuangan (OJK)

- Penanganan sengketa sektor keuangan: mis-selling, penagihan tidak patut, perlindungan nasabah.
- Kontak OJK: 157 (telpon) / 081 157 157 157 (WhatsApp)
- Email: konsumen@ojk.go.id
- Website: konsumen.ojk.go.id

### 5. Kementerian Komunikasi dan dan Digital (Komdigi)

Pelanggaran data pribadi, hoaks, atau penyalahgunaan informasi elektronik.

- Hotline: 021-3504024
- Call Center: 159

## Langkah 4: Susun Laporan yang Jelas



Gunakan bahasa faktual, ringkas, dan sopan. Sertakan:

- Ringkasan masalah dan dampak,
- Kronologi (tanggal, lokasi, pelaku/saksi),
- Bukti yang tersedia,
- Tindakan yang sudah dilakukan,
- Harapan atau pemulihan yang diminta.

## Langkah 5: Tindak Lanjut dan Eskalasi



- Minta tanda terima/nomor tiket laporan. Simpan semua balasan.
- Jika tidak ada respons dalam waktu wajar, eskalasi ke kanal yang lebih tinggi atau paralel.
- Pertimbangkan pendekatan kolektif: bersama rekan, warga, atau organisasi masyarakat sipil.

Menjaga keselamatan digital sangatlah penting. Pastikan kata sandi kuat, verifikasi dua langkah, dan batasi penyebaran data sensitif.

2

KALAU TAKUT  
BICARA, APA  
ALTERNATIFNYA?



## 2. Kalau Takut Bicara, Apa Alternatifnya?

Tidak semua orang bisa langsung bersuara. Dan kamu tidak harus merasa bersalah karena itu.

Rasa takut bukan berarti kamu lemah. Kadang, kamu belum punya cukup dukungan. Kadang kamu masih bergantung pada lingkungan itu. Kadang kamu hanya... belum siap.

Tapi tetap ada cara untuk mulai bergerak perlahan. Kamu tidak harus berdiri di podium atau posting di media sosial untuk menunjukkan keberanianmu.

### 1. Bersuara Lewat Orang Lain

**Kamu boleh menitipkan ceritamu. Kalau kamu belum siap bicara sendiri, kamu bisa melakukan:**

- Cerita ke teman kerja, senior, atau orang yang dipercaya
- Minta mereka bantu menyampaikan ke HR, dosen, panitia, atau pihak terkait

**Tips:**

- Pastikan orang yang kamu percaya tidak terikat langsung dengan pelaku
- Jelaskan batasan: apa yang boleh disampaikan, apa yang harus tetap rahasia



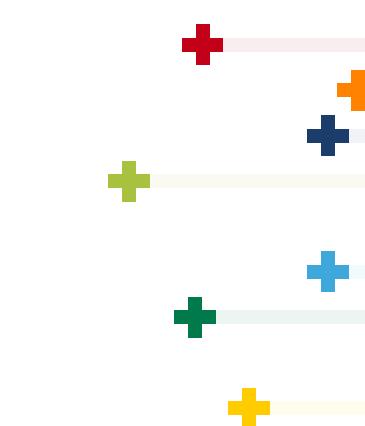
### 2. Gabung Komunitas atau Support Group



**Rasa “sendiri” adalah alasan paling umum kenapa korban diam. Coba cari:**

- Komunitas advokasi orang muda
- Forum diskusi kampus
- Grup berbagi pengalaman (*online/offline*)
- Komunitas penyintas atau *volunteer* yang aman dan supotif

Kamu tidak harus cerita langsung. Bisa mulai dengan ikut dengar. Lama-lama, kamu akan tahu: **kamu tidak sendiri.**



### 3. Gunakan Platform Digital Secara Aman



**Menulis dapat menjadi sarana aman untuk menyuarakan pengalaman dan perspektif.**

Kalau kamu ingin menyuarakan pengalaman lewat tulisan, kamu bisa mulai dengan cara-cara berikut:

- Menulis di blog atau jurnal pribadi
- Mengirim testimoni ke platform yang menerima cerita anonim
- Membuat konten edukatif tanpa menyebut nama, tempat, atau pihak tertentu
- Mengirim pesan langsung (*Direct Message/DM*) ke akun advokasi atau kolektif yang bisa membantu menyampaikan pesanmu

**Ingat:**

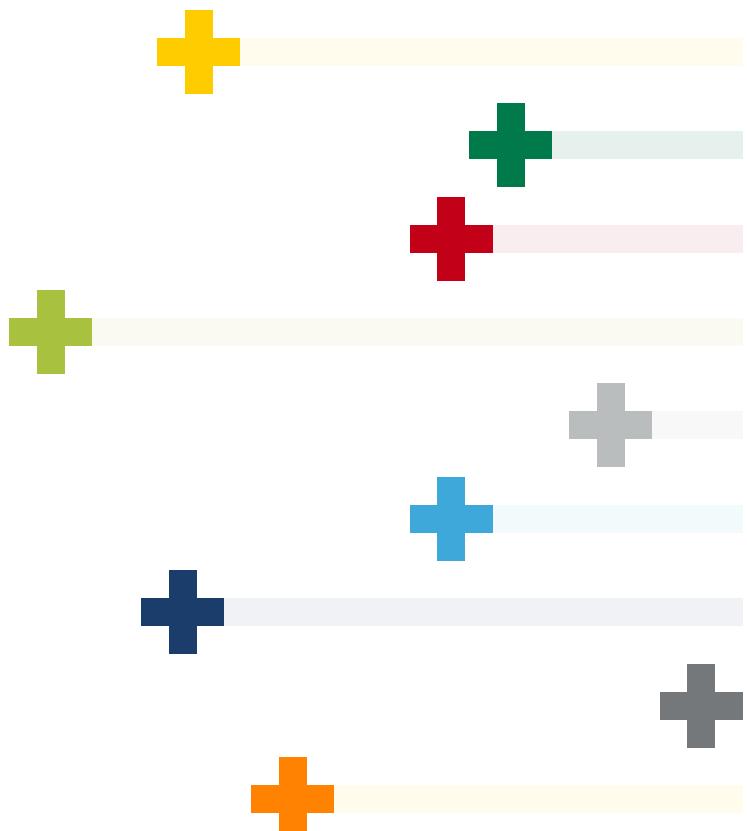
- Hindari mengunggah data pribadi atau informasi sensitif
- Gunakan bahasa naratif, bukan tuduhan langsung, dan berikan juga opsi solusi

### 4. Edukasi Pasif: Bantu Teman Lain Peka



**Kalau kamu belum ingin cerita, kamu bisa:**

- Beri tahu mereka: "Kalau kamu merasa tidak nyaman, itu valid."
- Share konten edukatif soal HAM di tempat kerja
- Forward artikel atau modul ini ke teman, adik kelas, atau rekan kerja



# Ruang Aman: Penting untuk Semua Pekerja

Tidak semua pekerja merasa aman untuk menyuarakan keluhannya. Sebagian takut kehilangan pekerjaan, mendapat balasan, atau tidak dipercaya. Karena itu, keberadaan **ruang aman** sangat penting baik bagi pekerja **formal** maupun **informal**.



## Pekerja Formal

- **Perusahaan** perlu menyediakan ruang aman di lingkungan kerja: mekanisme pengaduan rahasia, ruang konsultasi di HR, dan beberapa kanal pengaduan.
- **Negara** memastikan perlindungan dengan regulasi, standar ketenagakerjaan, dan pengawasan.
- **Serikat pekerja** memberi dukungan tambahan dan menjadi mitra pekerja untuk menyalurkan aspirasi.



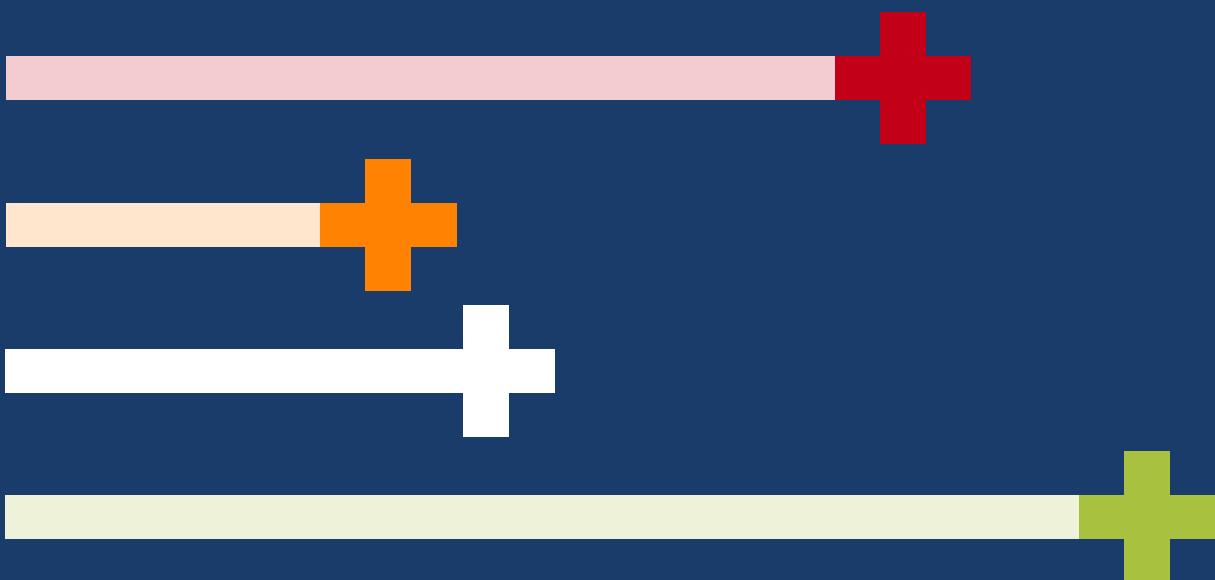
## Pekerja Informal

- **Asosiasi/Komunitas:** Pusat komunitas, serikat pekerja informal, atau koperasi menjadi ruang aman untuk berbagi pengalaman, advokasi, dan edukasi.
- **LSM & Layanan Publik:** Kanal pengaduan independen, bantuan hukum gratis, tempat singgah, atau posko darurat memberi alternatif jalur pelaporan.
- **Platform Digital:** Untuk pekerja gig, ruang aman dapat berupa kanal pengaduan di aplikasi mitra penyedia pekerjaan.
- **Negara** tetap punya kewajiban melindungi dengan kebijakan inklusif yang menjangkau sektor informal.



# 3

## APA ITU PEMULIHAN?



# Apa itu Pemulihan?

Banyak orang mengira pemulihan hanya soal “dapat kompensasi, lalu selesai.”

Padahal, pemulihan bukan sekadar soal uang, tetapi juga soal diperlakukan dengan hormat sebagai manusia. Aspek material dan non-material sama pentingnya: setelah mengalami pelanggaran HAM, seseorang bisa kehilangan bukan hanya hak atau penghasilan, tapi juga rasa aman, kepercayaan diri, bahkan harga diri.

Sayangnya, proses pemulihan sering kali tidak tersedia, tidak dihargai, atau bahkan tidak dibicarakan.

## Pemulihan itu Hak, Bukan Bonus

Menurut prinsip *United Nations Guiding Principles on Business and Human Rights (UNGPs)* dan hukum nasional: Setiap korban pelanggaran HAM berhak atas **remedy** (pemulihan), yang bisa berupa:

- Kompensasi
- Rehabilitasi
- Permintaan maaf
- Jaminan bahwa pelanggaran tersebut tidak berulang
- Dukungan psikososial

Tapi pemulihan bukan hanya soal sistem.

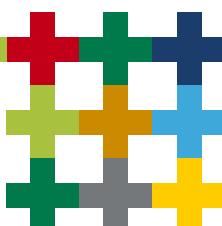
Kadang, yang paling dibutuhkan justru adalah pemulihan untuk dirimu sendiri—dari dalam, dengan dukungan yang aman dan penuh empati.

## Bentuk Pemulihan yang Mungkin Kamu Butuhkan:

Bentuk	Contohnya
Emosional	Didengar tanpa dihakimi, tahu bahwa kamu tidak salah.
Psikologis	Konseling, journaling, ngobrol dengan komunitas.
Fisik	Istirahat, keluar dari lingkungan yang tidak aman, relokasi kerja.
Sosial	Kembali bekerja tanpa stigma, dilindungi di komunitas.
Finansial	Mendapatkan kembali hakmu: gaji, tunjangan, kompensasi.

## Tips Pemulihan Personal:

- Jangan memaksakan dirimu “merasa lebih baik” dalam waktu singkat.
- Cerita dengan orang yang bisa mendengar tanpa menghakimi.
- Terima bahwa kamu berhak merasa marah, bingung, sedih dan tetap punya harapan untuk pulih.
- Rayakan setiap langkah kecil: cerita ke teman, buka buku, ikut modul ini.



## Untuk Teman yang Mendampingin Korban

Kalau temanmu mengalami pelanggaran, jangan langsung buru-buru memberi saran. Beri ruang dulu. Dengarkan. Tawarkan pilihan, bukan tekanan.

## Kamu Tidak Sendiri

Ada banyak orang di luar sana yang sedang berada di fase yang sama. Sedang belajar memaafkan, memperbaiki, atau sekadar bernapas lega.

**"Aku berhak pulih. Dan aku boleh melangkah pelan-pelan."**



# 4

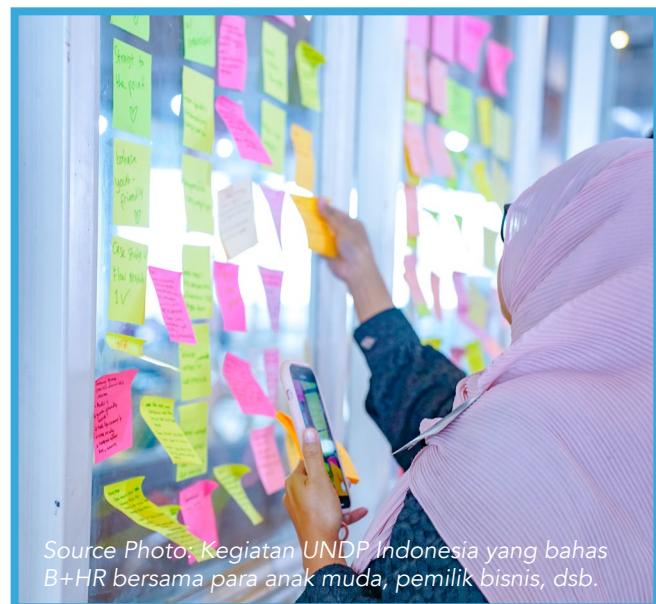
## 4. CHECKLIST: SIAP BERTINDAK ATAU MASIH BUTUH WAKTU?



## 4. Checklist: Siap Bertindak atau Masih Butuh Waktu?

Refleksikan dan catat pertanyaan berikut, lalu jawab jujur: "Ya" atau "Tidak".

Tidak ada jawaban benar atau salah.



Pertanyaan	Ya	Belum
Aku tahu dengan jelas apa yang terjadi padaku atau orang lain		
Aku sudah mencatat atau menyimpan bukti kejadian		
Aku pernah menceritakan ini ke seseorang yang aku percaya		
Aku tahu ke mana bisa melapor atau cari bantuan		
Aku merasa cukup aman untuk bicara atau bertindak		
Aku siap menghadapi kemungkinan reaksi setelah bersuara		
Aku ingin bantu teman lain agar mereka tidak mengalami hal yang sama		
Aku tahu bahwa aku berhak pulih, dengan caraku sendiri		

## Kalau Kamu Banyak Menjawab “Tidak”...

Tidak apa-apa. Artinya kamu sedang **dalam proses menyadari, memetakan, dan menguatkan diri**. Kamu bisa mulai dari langkah kecil:

- Cerita ke teman
- Simpan bukti
- Ikuti komunitas yang aman
- Pelajari hak-hakmu lebih dalam

## Kalau Jawabanmu Banyak “Ya”...

Artinya kamu **sudah siap melangkah lebih jauh**. Kamu bisa:

- Menyuarkan isu ini ke komunitas atau platform
- Mendampingi teman yang mengalami hal serupa
- Mendorong perbaikan sistem di tempat kamu kerja, belajar, atau berkegiatan





Funded by  
the European Union



# DARI KESADARAN JADI TINDAKAN

LANGKAH AMAN MENGHADAPI  
PELANGGARAN

