

TIP-TIP MENJAGA DIRI

Jaga Keselamatan Diri

Selalu mengutamakan keselamatan diri. Ingat badan anda adalah HAK anda!

Bersikap Asertif

Katakan "Jangan!" dengan tegas terhadap tingkah-laku yang anda tidak suka.

Peka Pada Suara Hati Anda

Beredar dari sesuatu situasi jika anda berasa tidak selesa atau curiga.

Jangan Rahsiakan Penderaan Seksual

Jangan simpan rahsia yang membuat anda berasa tidak selesa. Beritahu seorang dewasa yang anda percayai untuk membantu anda.

TIP-TIP KESELAMATAN DIRI

Soalan-soalan berikut boleh membantu anda supaya lebih berwaspada semasa keluar bersama dengan kawan atau teman lelaki.

- Berapa lama anda kenalnya?
- Ke mana anda hendak pergi dengannya?
- Bagaimana anda akan pergi dan balik?
- Apakah tindakan yang anda boleh ambil jika sidi menukar rancangan dan membawa anda ke tempat lain?
- Siapakah orang-orang yang anda boleh beritahu sebelum anda keluar dengan dia?
- Adakah anda menyimpan nombor telefon orang-orang yang boleh membantu anda jika berada di dalam situasi berisiko?



© Women's Centre for Change 2019



NOMBOR-NOMBOR TELEFON AGENSI di Pulau Pinang yang boleh membantu anda

WCC
04-228 0342

PPW
04-398 8340

Mitraine
04-645 1141

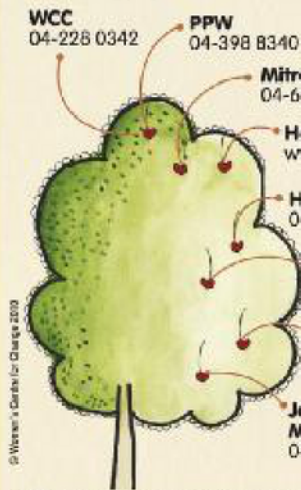
Help 4 U
www.help4u.org.my

Hospital Pulau Pinang
04-222 5333

Befrienders
04-291 0100

Talian Kasih:
15999 / 019-261 5999
(WhatsApp)

Jabatan Kebajikan Masyarakat
04-650 5259



REMAJA & ROGOL

Saya Tini, gadis berumur 15 tahun. Baru-baru ini teman lelaki saya, Daniel telah memaksa saya melakukan hubungan seks dengannya. Saya rasa gaisah & takut.

Saya Laila, gadis berumur 16 tahun. Seminggu lalu bapa tiri saya membawa saya bersiar-siar dengan motosikal barunya. Dia membawa saya ke rumah kawannya dan memaksa saya melakukan hubungan seks dengannya. Saya berasa jijik & bersalah.

Adakah anda tahu perkara yang berlaku kepada Tini adalah ROGOL & Laila adalah INSES?

Adakah anda pernah membaca atau mendengar cerita seperti Tini & Laila?



APA ITU ROGOL?

Dari segi undang-undang, rogol didefinisikan sebagai memasukkan zakar ke dalam faraj tanpa kerelaan gadis tersebut.

Rogol adalah suatu jenayah keganasan berbentuk seksual. Rogol berkanun ialah perhubungan seks dengan gadis di bawah umur 16 tahun samada dengan kerelaan atau tanpa kerelaannya.

APA ITU INSES?

Inses atau sumbang mahram ialah perhubungan seksual dengan ahli keluarga sendiri.

MITOS-MITOS ROGOL

Mitos 1: Hanya perempuan berpakaian seksi akan dirogol
Rogol berlaku kepada wanita tua, kanak-kanak, perempuan bertudung dan berpakaian sopan. Mitos ini dijadikan alasan untuk perogol menyalahkan mangsa.

Mitos 2: Kebanyakan perogol adalah orang yang tidak dikenali oleh mangsa
Lebih dari 84% perogol adalah orang yang dikenali oleh mangsa dan lebih kurang 50% perogol ialah kenalan dan teman lelaki.

Mitos 3: Kebanyakan kes rogol berlaku semasa perempuan berjalan sendirian pada waktu malam
Menurut polis, lebih dari 69% kes rogol berlaku di kawasan yang selamat seperti di rumah kediaman dan bangunan lain tempat yang selamat bagi perempuan.

* Sumber: Statistik Polis Di Raja Malaysia, 2007

APA YANG HARUS SAYA BUAT JIKA SAYA DIROGOL?

- **JANGAN** bersihkan diri atau menukar pakaian.
- **BERITAHU** seorang dewasa yang anda percayai dan boleh membantu anda.
- **BUAT** laporan polis secepat mungkin dan polis akan membawa anda ke bahagian Kecemasan dan Trauma di Hospital Besar untuk pemeriksaan dengan serta merta.
- **JANGAN** takut pada ugutan perogol. Dia akan mempergunakan anda melainkan anda bertindak.
- **JANGAN** simpan rogol sebagai rahsia. Beritahu seseorang untuk mendapatkan bantuan.
- **INGAT**, rogol bukan kesalahan anda. Perogol itu yang bersalah.

Ada mangsa rogol yang berasa jijik, takut, malu dan mungkin tidak mahu memberitahu sesiapa pun tentang apa yang terjadi kepadanya.

Reaksi ini adalah biasa. Tetapi, ada juga mangsa rogol yang berasa lega selepas berkongsi perasaannya dengan seseorang yang dia percayai.

