

Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pembinaan bagi Orang Tua Anak dengan Disabilitas Perkembangan di Asia Tenggara



Ryuhei Sano | Masafumi Hizume | Rudi Sukandar
Hersinta | Lynette Lee Corporal | Masahiko Inoue
Maudita Zobritania | Takuma Kato | Asuka Nagatani



**LSPR Institute of
Communication & Business**
The Leading Graduate School of Communication & Business | ASEAN Global Campus

Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pembinaan bagi Orang Tua Anak dengan Disabilitas Perkembangan di Asia Tenggara

Penulis

Ryuhei Sano

Masafumi Hizume

Rudi Sukandar

Hersinta

Lynette Lee Corporal

Masahiko Inoue

Maudita Zobritania

Takuma Kato

Asuka Nagatani

Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pembinaan bagi Orang Tua Anak dengan Disabilitas Perkembangan di Asia Tenggara

© Economic Research Institute for ASEAN and East Asia (ERIA), 2024

Penulis

Ryuhei Sano
Masafumi Hizume
Rudi Sukandar
Hersinta
Lynette Lee Corporal
Masahiko Inoue
Maudita Zobritania
Takuma Kato
Asuka Nagatani

Editor

Ryuhei Sano
Lynette Lee Corporal-Penman,
Takuma Kato
Asuka Nagatani

ISBN

978-623-8544-14-1

E-ISBN

978-623-8544-15-8 (PDF)

Diterbitkan Agustus 2024

Ilustrasi Cover

Raysha Dinar Kemal Gani
Judul Lukisan : Fantasy Mushroom

Cover Design

Fadlin Nur Ikhwan

Buku ini merupakan pelengkap untuk Proyek Penelitian ERIA.

Hak cipta dilindungi. Tidak ada bagian dari publikasi ini yang boleh direproduksi, disimpan dalam sistem pengambilan, atau ditransmisikan dalam bentuk apa pun dengan cara apa pun secara elektronik atau mekanis tanpa pemberitahuan tertulis sebelumnya dan izin dari ERIA.

Temuan, interpretasi, kesimpulan, dan pandangan yang diungkapkan dalam masing-masing bab adalah sepenuhnya milik penulis dan tidak mencerminkan pandangan dan kebijakan Lembaga Penelitian Ekonomi untuk ASEAN dan Asia Timur, Dewan Pengurus, Dewan Penasihat Akademik, atau institusi dan pemerintah yang mereka wakili. Segala kesalahan dalam isi atau kutipan pada masing-masing bab adalah tanggung jawab penulis sepenuhnya. Materi dalam publikasi ini boleh dikutip secara bebas atau dicetak ulang dengan persetujuan yang layak.

LSPR Publishing
LSPR Sudirman Park Campus.
Jl. KH. Mas Mansyur Kav. 35,
Central Jakarta, 10220, Indonesia

ERIA
Sentral Senayan 2, 6th floor,
Jalan Asia Afrika no.8,
Central Jakarta 10270 Indonesia

Daftar Penulis

Ryuhei Sano

Pemimpin Proyek / Profesor, Universitas Hosei / Peneliti Tamu,
Pusat Nasional untuk Penyandang Disabilitas Intelektual Berat,
Nozominosono, JEPANG

Masafumi Hizume

Anggota Proyek / Direktur Riset, Pusat Nasional untuk Penyandang
Disabilitas Intelektual Berat, Nozominosono, JEPANG

Rudi Sukandar

Anggota Proyek / Direktur Pusat Riset, Publikasi, dan Pengabdian
Masyarakat, LSPR Institute of Communication and Business,
INDONESIA

Hersinta

Anggota Proyek / Kepala Pusat Studi Autisme ASEAN,
LSPR Institute of Communication and Business, INDONESIA

Lynette Lee Corporal

Anggota Proyek / Konsultan dan Pelatih Media / Pelatih Bersertifikat
untuk Pelatihan, FILIPINA

Masahiko Inoue

Penasihat Proyek / Profesor, Universitas Tottori, JEPANG

Maudita Zobritania

Anggota Proyek / Peneliti, Pusat Nasional untuk Penyandang Disabilitas Intelektual Berat Intelektual Disabilitas, Nozominosono, JEPANG

Takuma Kato

Direktur Kebijakan Perawatan Kesehatan dan Perawatan Jangka Panjang, Lembaga Penelitian Ekonomi untuk ASEAN dan Asia Timur, INDONESIA

Asuka Nagatani

Pejabat Kebijakan Senior Unit Perawatan Kesehatan, Lembaga Penelitian Ekonomi untuk ASEAN dan Asia Timur, INDONESIA

Ucapan Terima Kasih Khusus

Hironobu Ichikawa

Penasihat Proyek / Presiden, Japan Developmental Disorders Network, JEPANG

Michiyo Takagi

Penasihat Proyek / Penasihat Senior, Japan Developmental Disorders Network, JEPANG

Prita Kemal Gani

Penasihat Proyek / CEO, LSPR Institute of Communication and Business, INDONESIA

Hisatoshi Kato

Wakil Sekretaris Jenderal, Tokyo Parent's Association for Intellectual Disabilities. Inc. /Peneliti Tamu, Pusat Nasional untuk Penyandang Disabilitas Intelektual Berat, Nozominosono, JEPANG Daigo Murotsu Peneliti, Pusat Nasional untuk Penyandang Disabilitas Intelektual Berat, Nozominosono, JEPANG

Candy Hernandez

Asisten Direktur, Direktorat Hubungan Masyarakat & Kepala, Divisi Hubungan Masyarakat, Sekretariat ASEAN / Mantan Kepala, Jaringan Autisme ASEAN / Mantan Direktur Kantor Hubungan Internasional & Kemitraan, Institut Komunikasi dan Bisnis LSPR, INDONESIA

Antonio Villanueva

Rekan Peneliti Senior Kebijakan Kesehatan, Lembaga Penelitian Ekonomi untuk ASEAN dan Asia Timur, INDONESIA

Nanda Sucitra Putri

Koordinator Proyek Unit Kesehatan, Lembaga Penelitian Ekonomi untuk ASEAN dan Asia Timur, INDONESIA

Uswa Alhamid

Koordinator Proyek Unit Kesehatan, Lembaga Penelitian Ekonomi untuk ASEAN dan Asia Timur, INDONESIA

Pengantar

Peran Orang Tua dalam mendampingi anak dengan disabilitas perkembangan sangatlah penting. Untuk dapat mengembangkan potensi orang tua dalam pendampingan, buku ini hadir untuk membantu orang tua memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membesarkan anak-anak dengan gangguan perkembangan secara efektif. Pentingnya pertumbuhan dan perkembangan pribadi yang berkelanjutan melalui sesi pelatihan yang difasilitasi oleh pelatih bersertifikat memastikan bahwa orang tua terus meningkatkan kemampuan pengasuhan mereka dan memperbaiki kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pembinaan bagi Orang Tua Anak dengan Disabilitas Perkembangan di Asia Tenggara ini merupakan hasil dari riset kolaboratif antara Economic Research Institute for ASEAN and East Asia (ERIA) dengan LSPR Institute of Communication & Business, yang menggabungkan kekuatan penelitian dan pengalaman di lapangan dalam menyediakan panduan yang komprehensif bagi para orang tua.

Buku ini dirancang untuk menjadi sumber daya yang berharga bagi orang tua dalam mendampingi dan membina anak-anak dengan disabilitas perkembangan, khususnya di kawasan Asia Tenggara yang memiliki berbagai tantangan unik. Dengan berlandaskan penelitian

yang mendalam, buku ini menyajikan berbagai metode pelatihan, pendampingan, dan pembinaan yang telah terbukti efektif dalam membantu anak-anak mencapai potensi terbaik mereka.

Kami sangat menghargai upaya dan dedikasi dari tim peneliti, kontributor, dan seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan buku ini. Kerja keras mereka telah menghasilkan sebuah panduan yang tidak hanya berguna bagi orang tua, tetapi juga bagi tenaga pendidik, profesional kesehatan, dan semua pihak yang terlibat dalam mendukung kesejahteraan anak-anak dengan disabilitas perkembangan.

Buku ini diharapkan dapat menjadi jembatan pengetahuan yang memperkuat hubungan antara riset akademik dan praktik di lapangan, serta menjadi inspirasi bagi upaya-upaya lebih lanjut dalam mendukung anak-anak dengan disabilitas perkembangan di seluruh Asia Tenggara.

Akhir kata, kami berharap buku ini dapat memberikan manfaat yang besar dan menjadi salah satu referensi utama dalam bidang ini. Terima kasih kepada ERIA dan LSPR Institute of Communication & Business atas kerjasama yang luar biasa dalam penerbitan buku ini.

Salam hormat,
LSPR Publishing

Daftar Isi

Pengantar	vi
Daftar Isi	viii
Bab 1: Pendahuluan	1
1.1 Apa isi buku panduan ini?	1
1.2 Panduan ini ditujukan untuk siapa?	3
1.3 Tantangan umum	4
Bab 2: Program Pelatihan Orang Tua	7
2.1 Apa itu program pelatihan orang tua?	7
2.2 Manfaat program pelatihan orang tua	9
2.3 Konsep dasar	11
2.4 Proses pelatihan orang tua	12
2.4.1 Elemen inti	12
2.4.2 Konten	13
2.4.3 Format	16
2.4.4 Cara Kerja	16
2.4.5 Kualifikasi dan pengalaman	17
2.4.6 Kerja kelompok dalam pelatihan orang tua	18
2.4.7 Pilihan pelatihan orang tua	29

2.5	Program yang direkomendasikan	20
2.6	Menjaga kelangsungan program pelatihan orang tua di komunitas	26
Bab 3: Program Pelatihan Pendampingan Orang Tua		29
3.1	Apa itu program pelatihan pendampingan orang tua?	29
3.2	Manfaat dari pendampingan orang tua	29
3.3	Kelebihan dan kekurangan bagi pendampingan orang tua	32
3.4	Sifat dan peran pendampingan orang tua	33
	3.4.1 Karakteristik pendampingan orang tua	34
	3.4.2 Aktivitas pendampingan orang tua	35
3.5	Membangun hubungan dalam pendampingan orang tua	36
3.6	Proses pendampingan orang tua	38
	3.6.1 Manajemen program pendampingan orang tua	38
	3.6.2 Rekrutmen dan pemilihan pendampingan orang tua	39
	3.6.3 Rekrutmen staf	40
	3.6.4 Mengadakan pertemuan awal	41
	3.6.5 Konten pelatihan	43
	3.6.6 Pembuatan aktivitas	51
3.7	Pendampingan orang tua: Pendekatan sistemik	52
	3.7.1 Koordinator pendampingan orang tua	52
	3.7.2 Komite pengarah pendampingan orang tua	53
	3.7.3 Kantor pendampingan orang tua	53
3.8	Pendaftaran pendamping	54
3.9	Sesi dukungan dan tindak lanjut	55

3.9.1 Menciptakan lingkungan yang berkelanjutan untuk pendampingan	56
3.9.2 Mendukung para pendamping di setiap wilayah untuk saling berinteraksi	58
3.9.3 Memulai mentor café!	59
Bab 4: Pelatihan Orang Tua dan Anak dengan Gangguan Perkembangan	61
4.1 Apa itu pelatihan?	61
4.1.1 Manfaat pelatihan	62
4.1.2 Pertimbangan budaya di Asia Tenggara	64
4.2 Memahami pelatihan	66
4.3 Keterampilan inti dalam pelatihan	70
4.4 Proses pelatihan	74
4.5 Alat pelatihan	76
4.6 Pertimbangan etika	83
4.7 Bagaimana pelatihan meningkatkan program pelatihan orang tua dan program pendampingan orang tua	85
4.8 Mengidentifikasi pelatih yang berkualifikasi	88
Bab 5: Kesimpulan	91
Referensi	93

Bab 1

Pendahuluan

Membesarkan anak dengan gangguan perkembangan bisa menjadi pengalaman yang menantang namun membanggakan. Orang tua dari anak-anak dengan gangguan perkembangan sering menghadapi serangkaian tantangan unik, termasuk memberikan dukungan dan perawatan yang diperlukan, menavigasi sistem pendidikan dan kesehatan, serta mengatasi dampak emosional dan finansial dari disabilitas anak mereka. Tantangan ini dapat berdampak negatif pada kehidupan orang tua, termasuk kualitas hidup, rasa isolasi, dan pengetahuan dalam perencanaan perawatan.

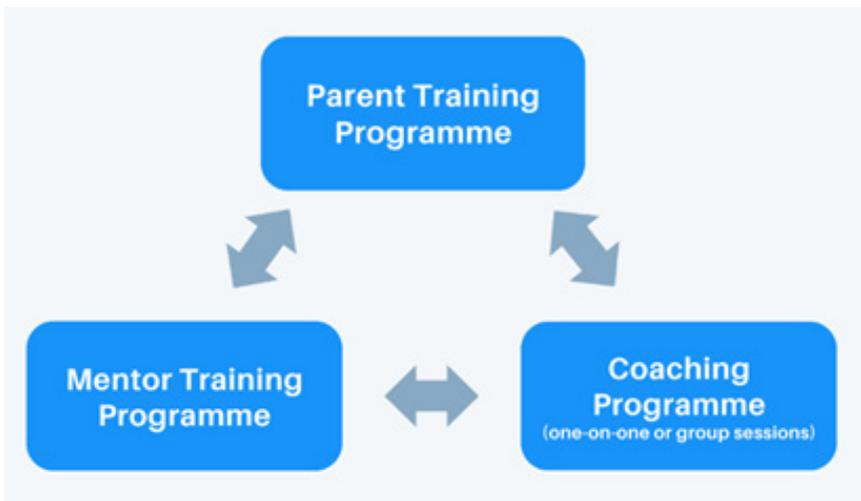
Pelatihan orang tua, pelatihan pendampingan, dan pelatihan untuk pelatih adalah tiga sumber daya penting yang dapat membantu orang tua anak-anak dengan gangguan perkembangan. Program-program ini dapat memberikan orang tua pengetahuan, keterampilan, dan dukungan yang mereka butuhkan untuk mendampingi anak mereka secara efektif dan untuk memperjuangkan kebutuhan anak mereka.

1.1 Apa isi buku panduan ini?

Buku Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pelatihan Orang Tua adalah program pertama di Asia Tenggara yang menawarkan bantuan

yang sangat berharga baik dalam individu maupun kelompok, membekali orang tua dengan strategi praktis untuk mengatasi tantangan mereka dan mengembangkan perspektif baru.

Gambar 1: Pendekatan Sinergis



Sumber: Disusun oleh penulis (2023).

Buku panduan ini bertujuan untuk memanfaatkan sepenuhnya potensi pelatihan orang tua, pendampingan, dan pelatihan. Dengan cara ini, buku panduan ini membantu orang tua untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membesarkan anak-anak dengan gangguan perkembangan secara efektif. Selain itu, buku panduan ini memungkinkan orang tua untuk beralih ke peran pendampingan atau pelatihan, berbagi pengalaman dan kebijaksanaan mereka dengan

orang lain. Buku panduan ini juga menekankan pentingnya pertumbuhan dan perkembangan pribadi yang berkelanjutan melalui sesi pelatihan yang difasilitasi oleh pelatih bersertifikat. Pendekatan komprehensif ini memastikan bahwa orang tua terus meningkatkan kemampuan pengasuhan mereka dan memperbaiki kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Penting juga untuk dicatat bahwa ketiga bidang ini dapat digunakan baik sebagai pendekatan yang berdiri sendiri maupun sebagai proses sinergis yang membantu orang tua mengatasi tantangan yang disebutkan di atas.

1.2 Panduan ini ditujukan untuk siapa?

Buku panduan ini ditujukan untuk orang tua yang merawat anak-anak dengan gangguan perkembangan di Asia Tenggara. Pada buku panduan ini, istilah 'gangguan perkembangan' mencakup kondisi-kondisi yang didefinisikan oleh Majelis Umum PBB (2012–2013), seperti gangguan spektrum autisme, gangguan perkembangan, dan disabilitas terkait. Selain itu, istilah ini juga mencakup kondisi-kondisi yang disebutkan dalam Undang-Undang Dukungan untuk Orang dengan Gangguan Perkembangan di Jepang, seperti autisme, sindrom Asperger, gangguan perkembangan menyeluruh, gangguan belajar, gangguan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD), dan lainnya (Pusat Rehabilitasi Nasional untuk Penyandang Disabilitas, 2004).

Buku panduan ini cocok untuk orang tua yang merawat anak-anak

dengan gangguan perkembangan, baik yang telah mengikuti program-program yang disebutkan dalam buku panduan ini maupun yang belum.

1.3 Tantangan Umum

Orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan sering menghadapi serangkaian tantangan unik yang bervariasi tergantung pada jenis disabilitas dan tingkat keparahannya. Beberapa tantangan umum yang dihadapi oleh orang tua ini meliputi:

- **Kesehatan emosional:** Orang tua mungkin merasakan perasaan berduka, stres, rasa bersalah, dan frustrasi saat mereka menghadapi diagnosis anak mereka dan tantangannya.
- **Kurangnya pemahaman dan kesadaran:** Menghadapi kondisi yang relatif tidak dikenal bisa menjadi hal yang sangat menantang bagi orang tua, terutama ketika mereka kurang informasi dan kesadaran tentang gangguan perkembangan anak mereka.
- **Beban finansial:** Biaya perawatan medis, sesi terapi, dan peralatan khusus dapat memberikan beban finansial yang signifikan bagi keluarga.
- **Saran layanan:** Orang tua sering kali harus menavigasi sistem yang kompleks untuk mengakses layanan dan sumber daya yang sesuai

untuk anak mereka, termasuk dukungan pendidikan, terapi, dan program komunitas.

- **Isolasi sosial:** Merawat anak dengan gangguan perkembangan dapat menyebabkan isolasi sosial, karena orang tua mungkin merasa sulit untuk terlibat dalam aktivitas sosial karena kebutuhan anak mereka.
- **Menyeimbangkan keluarga dan pekerjaan:** Menyeimbangkan antara merawat anak mereka dan memenuhi tanggung jawab pekerjaan serta keluarga bisa menjadi tantangan bagi orang tua.
- **Tantangan perilaku dan komunikasi:** Beberapa anak dengan disabilitas perkembangan mungkin menunjukkan perilaku yang menantang atau mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, hal ini dapat menyebabkan stres tambahan bagi orang tua.
- **Masa depan yang tidak pasti:** Orang tua mungkin khawatir tentang masa depan anak mereka, termasuk masalah terkait kemandirian, pekerjaan, dan perawatan jangka panjang.
- **Dampak pada saudara kandung:** Kebutuhan anak dengan gangguan perkembangan terkadang bisa menenggelamkan kebutuhan saudara kandung lainnya, yang mengarah pada perasaan kemarahan atau pengabaian.

- **Stigma dan diskriminasi:** Orang tua mungkin menghadapi stigma atau diskriminasi dari orang lain, yang membuat mereka lebih sulit untuk mengakses dukungan atau berpartisipasi dalam kegiatan komunitas.
- **Tidur dan perawatan diri:** Tuntutan merawat anak dengan gangguan perkembangan dapat mengganggu rutinitas tidur dan perawatan diri orang tua, memengaruhi kebebasan mereka secara keseluruhan.
- **Akses ke pendidikan inklusif:** Memastikan bahwa anak mereka menerima pendidikan berkualitas dalam lingkungan yang inklusif bisa menjadi tantangan bagi orang tua.

Penting untuk diakui bahwa pengalaman setiap keluarga berbeda dan tantangan yang mereka hadapi mungkin bervariasi. Hal ini berlaku di negara-negara Asia Tenggara, yang memiliki beragam budaya, tradisi, struktur sosial, sistem kepercayaan, tantangan ekonomi, dan tingkat kesadaran tentang gangguan perkembangan. Di sisi lain, tantangan-tantangan ini juga cukup universal dan sebagian besar, jika tidak semua, orang tua dapat merasakan tantangan-tantangan tersebut dalam berbagai tingkat.

Memberikan dukungan dan sumber daya kepada orang tua dapat membantu mereka mengatasi tantangan ini dengan lebih baik dan meningkatkan kesejahteraan serta kualitas hidup anak mereka. Inilah yang ingin dipaparkan oleh buku panduan ini.

Bab 2

Program Pelatihan Orang Tua

2.1 Apa itu program pelatihan orang tua?

Pelatihan orang tua (Inoue, 2009) adalah jenis intervensi yang membantu orang tua belajar cara berinteraksi dengan anak-anak mereka dengan cara yang menunjukkan perilaku dan perkembangan positif. Program pelatihan orang tua biasanya mencakup kuliah, bermain peran, dan latihan, dan sering kali melibatkan kelompok kecil orang tua.

Pelatihan orang tua telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan orang tua, mengurangi stres, dan membantu anak-anak mengembangkan perilaku adaptif. Di Jepang, program pelatihan orang tua untuk anak-anak dengan gangguan perkembangan telah dikembangkan sejak tahun 1990-an. JDD NET (*Japan Developmental Disorder Network*) telah mempromosikan pelatihan orang tua sebagai bagian penting dari dukungan keluarga untuk orang dengan gangguan perkembangan.

Dalam program pelatihan orang tua, orang tua belajar tentang perkembangan anak-anak dengan gangguan perkembangan, penyebab

kesulitan perilaku, dan strategi pengasuhan positif. Mereka juga mempraktikkan keterampilan baru dalam lingkungan yang aman dan mendukung.

Salah satu prinsip utama dari pelatihan orang tua adalah fokus pada penguatan positif. Ini berarti bahwa orang tua belajar untuk memuji anak-anak mereka atas perilaku yang ingin mereka lihat lebih banyak. Dengan cara ini, orang tua dapat membantu anak-anak mereka memahami apa yang diharapkan dari mereka dan mengembangkan perilaku positif.

Pelatihan orang tua juga dapat menjadi sumber dukungan yang berharga bagi orang tua dari anak-anak dengan gangguan perkembangan. Dengan berpartisipasi dalam program pelatihan orang tua, orang tua dapat bertemu dengan orang tua lain yang menghadapi tantangan serupa dan mereka dapat belajar dari pengalaman satu sama lain.

Penting untuk dicatat bahwa, seperti intervensi lain yang disebutkan dalam buku ini, pelatihan orang tua bukanlah solusi instan. Dibutuhkan waktu dan usaha untuk mempelajari keterampilan baru dan mengubah gaya pengasuhan. Namun, manfaat dari pelatihan orang tua dapat signifikan, baik untuk orang tua maupun anak-anak. Buku panduan ini akan memberikan tinjauan singkat dan membahas aspek-aspek kunci dari program tersebut di halaman-halaman berikutnya. Untuk detail lengkap, silakan merujuk ke 'Buku Panduan Praktik Pelatihan Orang Tua'.

2.2 Manfaat program pelatihan orang tua

Program pelatihan orang tua dapat menawarkan beberapa manfaat bagi orang tua dari anak-anak dengan gangguan perkembangan, termasuk:

- **Perbaikan hubungan orang tua-anak**

Program ini membantu orang tua dan pengasuh belajar cara menyesuaikan lingkungan dan menerapkan pendekatan positif terhadap anak-anak mereka. Dengan menerapkan elemen inti dari program ini, orang tua dapat mengembangkan pemahaman, komunikasi, dan ikatan yang lebih baik dengan anak-anak mereka.

- **Pengurangan stres orang tua**

Pelatihan orang tua membantu mengurangi stres yang dialami orang tua dalam membesarkan anak dengan gangguan perkembangan. Dengan memberikan keterampilan pengasuhan yang efektif dan strategi perilaku, orang tua dapat merasa lebih percaya diri dalam kemampuan mereka sebagai pengasuh.

- **Peningkatan keterampilan pengasuhan**

Program ini fokus pada 'modifikasi positif dari persepsi orang tua' dengan menggabungkan teori-teori perilaku. Orang tua mempelajari cara-cara spesifik untuk berinteraksi dengan anak-anak mereka, seperti memberikan pujian, memberikan instruksi yang sesuai, dan menangani perilaku yang tidak sesuai dengan efektif.

- **Mendorong perilaku adaptif pada anak**

Pelatihan orang tua membantu orang tua belajar bagaimana memuji dan memperkuat perilaku baik anak-anak mereka, mendorong perkembangan perilaku adaptif.

Secara keseluruhan, program pelatihan orang tua menghasilkan hal-hal berikut:

- Peningkatan pemahaman tentang gangguan perkembangan anak-anak mereka
- Peningkatan kemampuan untuk mengelola perilaku anak-anak mereka
- Pengurangan tingkat stres
- Peningkatan kepercayaan diri dalam keterampilan pengasuhan mereka
- Perbaikan hubungan orang tua-anak
- Peningkatan perilaku adaptif pada anak-anak dan menumbuhkan harga diri yang lebih tinggi
- Peningkatan dukungan sosial

Efektivitas program dievaluasi berdasarkan dampaknya terhadap kesehatan mental peserta, perubahan dalam hubungan orang tua-anak, pemahaman tentang karakteristik dan perilaku anak-anak, serta pemanfaatan program tersebut.

Secara keseluruhan, program pelatihan orang tua bertujuan untuk

memberdayakan orang tua dengan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk mendukung anak-anak mereka dengan gangguan perkembangan secara efektif dan memberikan kontribusi positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka.

2.3 Konsep Dasar

Program ini memiliki serangkaian persyaratan dalam platform dasarnya untuk dianggap berkualitas tinggi. Program ini terdiri dari tiga komponen kunci:

- **Elemen inti:** Ini adalah komponen penting dari program pelatihan orang tua. Mereka mencakup topik seperti perkembangan anak, pengasuhan positif, dan manajemen perilaku.
- **Prinsip operasional:** Ini adalah prinsip-prinsip panduan untuk melaksanakan program pelatihan orang tua. Mereka mencakup prinsip-prinsip seperti berfokus pada keluarga dan sensitivitas budaya.
- **Keahlian praktisi:** Praktisi yang menyampaikan pelatihan orang tua harus memiliki keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk menerapkan program dengan efektif.

Penting juga untuk menyebarluaskan dan menetapkan program dasar berbasis bukti serta pengetahuan implementasi. Ini akan membantu

memastikan bahwa program pelatihan orang tua berkelanjutan dan dapat diterapkan dengan efektif di komunitas.

2.4 Proses pelatihan orang tua

2.4.1 Elemen inti

Elemen inti adalah komponen penting dari program pelatihan orang tua dan mencakup topik seperti perkembangan anak, pengasuhan positif, dan disiplin. Urutan pelaksanaannya mungkin berbeda-beda tergantung pada kebutuhan anak-anak dan orang tua mereka.

Elemen inti dan kontennya adalah:

a) Menemukan dan memuji hal-hal baik anak-anak.

- Fokus pada perilaku adaptif anak-anak dan berikan situasi positif (pujian, aktivitas yang mereka sukai, dll.) setelah perilaku tersebut.
- Tujuannya adalah untuk memuji dan berinteraksi dengan anak-anak dengan cara yang disesuaikan dengan karakteristik mereka.

b) Klasifikasikan perilaku anak-anak ke dalam tiga jenis.

- Klasifikasikan perilaku anak-anak ke dalam tiga kategori: baik, kurang baik, dan tidak dapat diterima.
- Pelajari cara merespons perilaku baik dengan memuji, dan perilaku kurang baik dengan mengabaikan secara terencana,

menyesuaikan lingkungan, dan memberikan instruksi yang sesuai.

- Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi masalah dalam hal perilaku.
- Mulailah dengan mencatat dan memuji perilaku yang baik.

c) Pemahaman perilaku (analisis ABC)

- Dengan mengamati perilaku anak-anak berdasarkan teori perilaku, tentukan hal-hal berikut: A) Antecedent (kejadian sebelum perilaku), B) Behaviour (perilaku), dan C) Consequence (konsekuensi).
- Tujuannya adalah untuk memahami alasan perilaku anak-anak dengan mengamatinya secara objektif.

d) Penyesuaian lingkungan (strategi sebelum tindakan terjadi)

- Pertimbangkan cara-cara untuk memperbaiki lingkungan (orang dan benda) di sekitar anak-anak agar mereka lebih mudah berperilaku adaptif.
- Ini berlaku untuk 'A) Antecedent' dalam 'Pemahaman perilaku'.
- Tergantung pada karakteristik anak-anak, kurangi item yang merangsang dan sediakan jadwal serta aturan yang mudah dipahami.

e) Instruksi yang mudah dicapai untuk anak-anak

- Pertimbangkan cara berbicara dan berinteraksi dengan anak-anak.

- Saat mendorong mereka untuk berperilaku dengan baik, mulailah dengan menekan emosi negatif seperti frustrasi dan kemarahan, merasa tenang, kemudian mendekati anak, dan menggunakan suara yang tenang dan lembut untuk memberikan arahan yang mudah dipahami.
- Penting untuk memuji anak-anak saat mereka mencoba melakukan perilaku yang diinginkan, meskipun hanya sedikit.

f) Menangani perilaku tidak pantas anak-anak

- Tujuannya bukan untuk terlalu fokus pada perilaku tidak pantas anak-anak, tetapi untuk mengamati secara objektif dan menangani dengan tenang.
- Dalam menangani 'perilaku kurang baik', teknik 'mengabaikan secara terencana (menunggu dan kemudian memuji)' harus digunakan dan memuji saat melihat tanda-tanda perilaku baik, meskipun sedikit.
- Teknik 'instruksi', termasuk penyesuaian lingkungan, juga dirancang untuk membantu anak-anak berperilaku dengan baik.
- Untuk mencegah perilaku tidak tepat berkembang, penting untuk terlebih dahulu membangun hubungan positif dengan anak berdasarkan pujian.

Gambar 2: Elemen inti dari Program Pelatihan Orang Tua



Sumber: Inoue, 2009.

2.4.2 Konten

Konten dari program pelatihan orang tua biasanya mencakup:

- Informasi tentang gangguan perkembangan
- Strategi untuk memahami dan mengelola perilaku anak
- Keterampilan komunikasi
- Keterampilan pemecahan masalah
- Keterampilan manajemen stres

2.4.3 Format

Program pelatihan orang tua biasanya disampaikan dalam format kelompok kecil, dengan setiap sesi berlangsung selama 90–120 menit. Jumlah sesi dalam sebuah program bervariasi, tetapi sebagian besar program berlangsung antara 5 hingga 12 minggu. Program ini mencakup bermain peran, kerja kelompok, dan tugas rumah bagi orang tua untuk mempraktikkan dan menerapkan apa yang telah mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari mereka.

2.4.4 Cara kerja

Platform dasar program, yang dirancang untuk disampaikan dalam kelompok, adalah sumber daya yang berharga bagi siapa saja yang terlibat dalam pengembangan atau pelaksanaan program pelatihan orang tua. Ini menyediakan serangkaian pedoman yang jelas untuk memastikan bahwa program pelatihan orang tua berkualitas tinggi dan efektif.

Berikut adalah beberapa poin dasar:

- Program harus memiliki setidaknya lima sesi, umumnya dilakukan setiap minggu atau dua minggu sekali, masing-masing berdurasi 90–120 menit.

- Jumlah sesi dan durasinya dapat disesuaikan tergantung pada kebutuhan peserta.
- Disarankan agar ukuran kelompok terdiri dari empat hingga lima atau tujuh hingga delapan peserta, sehingga kelompok tetap berfungsi meskipun ada beberapa orang yang tidak hadir.
- Orang tua diharapkan menghadiri semua sesi, karena isi setiap pembelajaran berurutan.
- Program harus mencakup latihan dan bermain peran, sehingga orang tua dapat memperoleh pengetahuan dari pembelajaran dan mempraktikkan apa yang telah mereka pelajari.
- Sesi tindak lanjut sangat dianjurkan 2 hingga 3 bulan setelah program selesai untuk membantu orang tua meninjau materi yang telah mereka pelajari dan menegaskan kembali pentingnya memuji anak mereka.

2.4.5 Kualifikasi dan pengalaman

Para praktisi pelatihan orang tua bertanggung jawab untuk menyampaikan program pelatihan orang tua. Berikut adalah beberapa keterampilan kunci yang dibutuhkan oleh para praktisi:

- Memiliki berbagai keterampilan.
 - ▶ Memahami dan memberikan nasihat kepada orang tua mengenai isi elemen inti.

- ▶▶ Menyarankan cara berinteraksi yang sesuai dengan anak-anak mereka tanpa mengabaikan hubungan masa lalu orang tua.
 - ▶▶ Menilai kemajuan anak-anak dan keterampilan pengasuhan orang tua dari hal-hal kecil dan memberikan umpan balik kepada orang tua tentang hal tersebut.
-
- Dapat berasal dari siapa saja yang terlibat dalam dukungan perkembangan anak.
 - ▶▶ Harus telah mengikuti kursus pelatihan untuk praktisi dan terus mengembangkan keterampilan profesional.

Berikut adalah pertimbangan utama untuk staf dalam melaksanakan sesi pelatihan orang tua:

- Membutuhkan fasilitator
 - ▶▶ Memimpin kuliah dan mengelola kelompok.
 - ▶▶ Tidak memberikan jawaban langsung.
 - ▶▶ Mendukung orang tua dalam upaya mereka untuk memodifikasi dan mempelajari cara berinteraksi dengan anak mereka di rumah, menggunakan upaya peserta lain dan nasihat fasilitator sebagai panduan, serta memuji orang tua atas usaha mereka.

- Membutuhkan sub-fasilitator
 - ▶▶ Mendukung fasilitator.
 - ▶▶ Mengamati orang tua yang berpartisipasi dan mencatat

komentar serta perubahan mereka.

- ▶▶ Menyadari perubahan kecil dalam ekspresi wajah dan perilaku peserta.

- Rapat staf sebelum dan setelah sesi
 - ▶▶ Penting untuk memastikan bahwa program memenuhi kebutuhan peserta.

2.4.6 Kerja kelompok dalam pelatihan orang tua

Pelatihan orang tua sering dilakukan dalam kelompok tertutup, dengan jumlah peserta yang tetap. Ini memiliki manfaat sebagai berikut:

- Dukungan rekan: Peserta dapat saling mendukung dan berbagi pengalaman, yang dapat membantu mereka merasa kurang terisolasi dan merasa bersalah.

- Peningkatan motivasi: Suasana dukungan dalam kelompok dapat membantu peserta tetap termotivasi untuk berpartisipasi dan belajar.

- Pemahaman yang lebih baik tentang perkembangan anak: Dengan mendiskusikan masalah yang muncul dalam berbagai situasi, peserta dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang karakteristik perkembangan anak-anak mereka.

Beberapa orang mungkin khawatir tentang kesulitan menjalankan kelompok, seperti konflik antar anggota atau isolasi anggota tertentu. Namun, program pelatihan orang tua dirancang dengan baik dan dirancang untuk mencegah masalah ini. Jika program diikuti, kelompok akan berkembang secara alami dan menghasilkan manfaat seperti yang telah dijelaskan di atas.

2.4.7 Pilihan pelatihan orang tua

Karakteristik usia dan disabilitas anak yang mengikuti pelatihan orang tua sangat bervariasi. Jika elemen inti berdasarkan platform dasar tidak mencukupi, program opsional dapat ditambahkan.

Berikut adalah beberapa contoh pilihan:

- **Memahami karakteristik anak:** Pelajari tentang karakteristik khusus anak Anda yang mempengaruhi perilaku mereka.
- **Menetapkan perilaku target individu:** Tetapkan tugas individu untuk setiap keluarga yang berfokus pada perilaku unik dan khas setiap anak.
- **Mempertimbangkan perilaku alternatif:** Identifikasi perilaku alternatif yang dapat dilakukan anak Anda sebagai pengganti perilaku yang menantang.
- **Menanggapi perilaku yang tidak pantas dengan peringatan dan waktu**

istirahat: Pelajari cara menggunakan peringatan dan waktu istirahat untuk menanggapi perilaku yang tidak pantas, tetapi gunakan dengan hati-hati. Dapatkan saran profesional jika Anda tidak yakin.

- **Menyesuaikan lingkungan untuk memenuhi karakteristik gangguan spektrum autisme:** Atur lingkungan yang menunjukkan perilaku positif dan mencegah perilaku yang tidak pantas.
- **Sistem reward/token:** Pelajari cara membuat dan menggunakan Token Chart untuk merencanakan dan memberikan penghargaan atas perilaku yang diinginkan.
- **Waktu khusus:** Gunakan waktu bermain tanpa gangguan sebagai kesempatan untuk memberikan penguatan positif kepada anak Anda.
- **Kerjasama dengan sekolah dan taman kanak-kanak:** Orang tua dan guru dapat menggunakan kartu komunikasi untuk melacak dan memberi penghargaan atas perilaku yang sesuai di sekolah.
- **Memahami dan menanggapi remaja:** Pelajari cara menerapkan metode berpikir dan keterampilan yang Anda pelajari dalam program untuk mengatasi masalah perilaku yang muncul selama masa remaja.
- **Manajemen stres:** Mempelajari keterampilan manajemen stres dapat membantu orang tua melihat perilaku anak mereka secara lebih positif.

- Opsi-opsi ini dapat ditambahkan ke Platform Dasar untuk memberikan dukungan yang lebih terindividualisasi dan komprehensif kepada orang tua.

2.5 Program yang direkomendasikan

Berikut adalah tiga program yang ditujukan untuk orang tua anak dengan gangguan perkembangan, berdasarkan jenis program pelatihan orang tua yang dilaksanakan di Jepang. Program-program ini bertujuan untuk membantu orang tua belajar bagaimana memodifikasi perilaku anak mereka dan memperoleh keterampilan pengasuhan yang diperlukan melalui terapi perilaku dan analisis perilaku.

Ketiga program tersebut adalah:

- **Metode Seiken/Mamenoki/Nara**
 - ▶ **Dasar:** Berdasarkan program yang dikembangkan di University of California-Los Angeles, Amerika Serikat, untuk orang tua anak dengan gangguan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD).
 - ▶ **Aktivitas kelompok:** Peserta mempelajari tema setiap sesi melalui pembelajaran dan kerja kelompok, dan mempraktikkan tema tersebut di rumah sebagai tugas rumah. Pada sesi berikutnya, mereka berbagi hasil implementasi tugas rumah di antara anggota kelompok, dengan menekankan dukungan di antara peserta. Jumlah sesi sekitar 10 sesi. Kerja kelompok menekankan pada peran bermain.

- ▶ **Tujuan:** Program ini menekankan menemukan perilaku yang tepat dari anak dan memujinya (memberikan perhatian positif). Meskipun didasarkan pada teori perilaku, penjelasan diberikan dengan menggunakan ungkapan sehari-hari yang lebih akrab daripada istilah teknis.

- **Metode Hizen**
 - ▶ **Dasar:** Berdasarkan praktik terapi perilaku di Hizen National Sanatorium (sekarang Hizen Psychiatric Center).

 - ▶ **Aktivitas kelompok:** Pada awal sesi, kuliah tentang teori perilaku diberikan untuk seluruh anggota kelompok, dan akhir sesi, peserta berdiskusi dalam kelompok kecil sekitar tiga orang tentang cara menerapkan isi pembelajaran untuk penggunaan praktis di rumah. Jumlah sesi sekitar 10. Tugas rumah adalah mencatat satu atau dua perilaku spesifik di rumah.

 - ▶ **Tujuan:** Pembelajaran pada awal sesi dirancang untuk membantu orang tua memahami dasar-dasar teori perilaku sehingga mereka dapat merespons masalah baru. Pada akhir sesi, cara-cara spesifik untuk menangani masalah individu dibahas dengan fokus pada perbaikan perilaku bermasalah anak dan pembentukan perilaku adaptif.

- **Metode Universitas Tottori**
 - ▶ **Dasar:** Berdasarkan analisis perilaku terapan, program ini

dikembangkan untuk membantu orang tua belajar keterampilan komunikasi dan perilaku adaptif anak-anak mereka dengan gangguan spektrum autisme (ASD) yang memiliki kecacatan intelektual dan kini telah berkembang menjadi program untuk semua gangguan perkembangan.

- ▶ **Aktivitas kelompok:** Kursus terdiri dari kuliah dan kerja kelompok, dan tugas rumah dilakukan di setiap keluarga. Jumlah sesi sekitar enam hingga delapan. Dalam kerja kelompok, peserta mengisi lembar kerja dengan contoh umum yang sering terlihat di rumah dan mendiskusikannya. Partisipasi pendamping orang tua sebagai terapis asisten juga dianjurkan.

- ▶ **Tujuan:** Karena ASD atau gangguan intelektual menjadi target program, penyesuaian lingkungan dan memperoleh perilaku alternatif yang menguntungkan dianjurkan untuk merespons perilaku yang tidak pantas. Tugas rumah berfokus pada masalah dalam pengasuhan dan interaksi di antara setiap keluarga.

Program pelatihan orang tua ini telah menunjukkan hasil positif dalam praktik dan penelitian. Saat melaksanakan program pelatihan orang tua, harap sesuaikan dengan kebutuhan spesifik setiap institusi atau fasilitas dengan merujuk pada bahan referensi.

Umpan Balik Peserta

Para orang tua yang berpartisipasi dalam program pelatihan orang tua yang diselenggarakan oleh pemerintah daerah berbagi feedback tentang bagaimana mereka menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang mereka pelajari kepada anak-anak mereka.

- Latihan, bermain peran, dan pekerjaan rumah membantu peserta untuk berpikir tentang bagaimana mereka biasanya mengatakan sesuatu dalam situasi yang sama dan berlatih memberikan pujian kepada anak-anak mereka.
- Pujian adalah tema umum dalam feedback dengan para orang tua mengatakan bahwa mereka belajar untuk fokus pada hal-hal baik yang dilakukan anak-anak mereka dan ini membantu mereka untuk tenang dan merasa lebih positif.
- Analisis perilaku ABC membantu para orang tua untuk memahami alasan perilaku anak-anak mereka dan untuk melihat bagaimana mereka dapat mencegah perilaku yang bermasalah.
- Menyesuaikan lingkungan adalah topik penting lainnya, yaitu para orang tua mengatakan bahwa mereka belajar untuk menciptakan lingkungan yang lebih terstruktur dan dapat diprediksi untuk anak-anak mereka yang dapat membantu mengurangi stres dan frustrasi.
- Instruksi juga merupakan fokus utama dari pelatihan ini, dengan para orang tua belajar bagaimana memberikan instruksi yang jelas dan ringkas dan bagaimana menunggu anak-anak mereka merespons sebelum memberikan pujian.

- Pengabaian terencana ('menunggu dan kemudian memuji') adalah teknik lain yang dipelajari oleh para orang tua, dan mereka mengatakan bahwa hal ini membantu mereka menghadapi perilaku yang menantang dengan cara yang lebih positif.
- Sesi tindak lanjut juga sangat membantu, yaitu para orang tua mengatakan bahwa mereka menghargai kesempatan untuk berbicara dengan orang tua lain yang menghadapi tantangan serupa, dan mendapatkan saran dari para profesional yang berpengalaman.

Secara keseluruhan, tanggapan dari para orang tua yang berpartisipasi dalam program pelatihan orang tua sangat positif. Mereka mengatakan bahwa mereka belajar banyak dan keterampilan yang mereka pelajari telah membantu mereka meningkatkan hubungan mereka dengan anak-anak mereka.

2.6 Menjaga kelangsungan program pelatihan orang tua di komunitas

Mempertahankan program pelatihan orang tua sangat penting untuk memastikan bahwa anak-anak dan keluarga memiliki akses ke sumber daya yang mereka butuhkan. Ada banyak tantangan dalam melaksanakan dan mempertahankan program pelatihan orang tua di komunitas, termasuk:

- **Anggaran dan evaluasi:** Mendapatkan dana untuk program pelatihan

orang tua bisa sulit. Penting juga untuk mengevaluasi efektivitas program-program ini untuk memastikan bahwa mereka memenuhi kebutuhan peserta.

- **Ruang dan waktu:** Menemukan waktu dan ruang untuk melaksanakan program pelatihan orang tua juga bisa menjadi tantangan. Penting untuk mempertimbangkan kebutuhan peserta saat menjadwalkan program dan mencari lokasi yang sesuai.
- **Pelatihan staff:** Staf yang menyampaikan program pelatihan orang tua perlu dilatih dalam konten program dan keterampilan yang diperlukan untuk menyampaikan program secara efektif.
- **Layanan penitipan anak:** Menyediakan layanan penitipan anak untuk peserta dapat membantu membuat program pelatihan orang tua lebih mudah diakses.

Beberapa pemerintah daerah dan lembaga medis telah melaksanakan program pelatihan orang tua dengan cara:

- **Pendanaan:** Mendapatkan dana dari sumber pemerintah atau swasta
- **Koordinasi:** Bekerja sama dengan organisasi lain di komunitas untuk mengkoordinasikan pelaksanaan program pelatihan orang tua
- **Bekerjasama dengan organisasi lokal:** Bekerja sama dengan

organisasi lokal yang dapat menyediakan layanan penitipan anak atau layanan dukungan lainnya untuk peserta

Organisasi yang telah melaksanakan program pelatihan orang tua memberikan feedback sebagai berikut:

- **Mulai dari hal kecil:** Penting untuk memulai dengan program kecil dan secara bertahap memperluasnya sesuai kebutuhan.
- **Tinjauan konten:** Konten program harus ditinjau secara berkala untuk memastikan relevansinya dengan kebutuhan peserta.
- **Berbagi informasi:** Sangat membantu untuk berbagi informasi dengan organisasi lain yang melaksanakan program pelatihan orang tua.

Secara keseluruhan, ada kepuasan nyata dalam melaksanakan pelatihan orang tua di komunitas, termasuk:

- Mengembangkan kolaborasi di antara berbagai organisasi yang berkaitan dengan anak-anak dan keluarga mereka
- Berbagi kegembiraan setelah melaksanakan pelatihan orang tua dengan melihat pertumbuhan anak-anak dan perubahan keluarga.

Bab 3

Program Pelatihan Pendampingan Orang Tua

3.1 Apa itu program pelatihan pendampingan orang tua?

Seorang pendamping orang tua adalah orang tua yang memiliki pengalaman dalam membesarkan anak dengan gangguan perkembangan dan telah menerima pelatihan dalam konseling dan dukungan, sehingga memperoleh pengakuan sebagai ‘penasihat terpercaya’. Mereka dapat memberikan dukungan empatik kepada orang tua lain dari anak-anak dengan gangguan perkembangan serupa, menawarkan informasi tentang sumber daya komunitas, dan berbagi pengalaman mereka (*Parent Mentor Guidebook Development Committee, 2018*).

Pendamping orang tua dapat memberikan dukungan yang berbeda dari dukungan yang ditawarkan oleh organisasi spesialis. Mereka dapat menawarkan dukungan dari perspektif orang tua yang telah melalui pengalaman serupa, yang bisa sangat berharga bagi orang tua lainnya. Kementerian Kesehatan, Tenaga Kerja, dan Kesejahteraan Jepang merekomendasikan kegiatan pendamping orang tua sebagai sistem

dukungan keluarga yang efektif.

Kegiatan pendamping orang tua semakin umum di pemerintah daerah di Jepang, dengan harapan untuk memperkenalkannya ke negara-negara lain di kawasan ASEAN. Kegiatan ini tidak hanya digunakan untuk gangguan perkembangan, tetapi juga untuk jenis gangguan dan disabilitas lainnya. Sebuah panduan pendamping orang tua yang komprehensif juga telah dibuat untuk membantu pejabat pemerintah, pendukung, dan orang tua dari anak-anak dengan gangguan perkembangan memahami dan mempromosikan kegiatan pendamping orang tua.

Kegiatan pendamping saat ini tidak terbatas pada gangguan perkembangan, tetapi hasilnya efektif untuk jenis gangguan dan disabilitas lainnya juga. Misalnya, kegiatan pendamping telah terbukti efektif untuk orang dengan disabilitas intelektual, epilepsi, serta disabilitas mental dan fisik. Di beberapa daerah, para pendamping juga bekerja dengan orang yang memiliki jenis gangguan dan/atau disabilitas lainnya, karena seringkali digabungkan dengan gangguan perkembangan.

Kegiatan pendamping merupakan salah satu sistem kegiatan yang memfasilitasi konsultasi harian yang dilakukan dalam berbagai asosiasi orang tua, baik besar maupun kecil. Lingkup kegiatan pendamping diharapkan akan berkembang di masa depan.

3.2 Manfaat dari pendampingan orang tua

Pendamping orang tua adalah mekanisme bagi keluarga dengan anak dengan gangguan perkembangan untuk saling mendukung satu sama lain dan keluarga lain yang memiliki tantangan serupa.

- Para pendamping orang tua berbagi pengalaman dan perspektif mereka dalam mengasuh anak dengan gangguan perkembangan. Ini dapat membantu keluarga lain merasa tidak terlalu sendirian dan terisolasi, dan juga dapat memberi mereka informasi dan dukungan yang berharga.
- Pendamping orang tua juga bekerja dengan para pendukung dan profesional untuk menciptakan sistem dukungan bagi keluarga. Sistem ini dapat mencakup hal-hal seperti memberikan informasi tentang sumber daya, menawarkan konseling, dan menghubungkan keluarga dengan layanan lain. Dengan bekerja bersama, berbagai pihak ini dapat menciptakan komunitas di mana keluarga merasa didukung dan dipahami

Tujuan pendampingan orang tua adalah untuk menciptakan komunitas di mana keluarga dapat berkumpul bersama:

- Berbagi pengalaman. Hal ini dapat membantu keluarga merasa tidak terlalu terisolasi dan sendirian dan juga dapat membantu mereka untuk lebih memahami dan mendukung anak-anak mereka.

- Belajar dari satu sama lain. Keluarga dapat belajar dari pengalaman dan perspektif satu sama lain, dan mereka juga dapat belajar tentang berbagai sumber daya dan layanan yang tersedia.
- Saling mendukung. Keluarga dapat saling memberikan dukungan emosional, dukungan praktis, dan saran.

3.3 Kelebihan dan kekurangan bagi pendampingan orang tua

Kelebihan program pendampingan orang tua:

- Bertemu dengan rekan dan menerima apresiasi serta kekuatan dari pendamping: Pendamping dapat bertemu dengan orang tua lain yang membesarkan anak dengan gangguan perkembangan, dan mereka dapat menerima apresiasi serta kekuatan dari pengguna yang mereka dampingi.
- Melihat kembali secara objektif cara membesarkan anak dan masalah pribadi mereka: Pendamping dapat merenungkan pengalaman mereka sendiri dalam membesarkan anak dan mendapatkan wawasan baru tentang cara parenting mereka sendiri.
- Menemui nilai-nilai baru: Pendamping dapat mempelajari berbagai gaya dan pendekatan parenting, dan mereka dapat menemukan nilai-nilai baru yang dapat mereka terapkan dalam parenting mereka sendiri.

Kekurangan program pendampingan orang tua:

- Kesulitan menemukan waktu untuk kegiatan konsultasi: Pendamping mungkin mengalami kesulitan menemukan waktu untuk berpartisipasi dalam kegiatan pendampingan, terutama jika mereka juga membesarkan anak.
- Merasa stres selama kegiatan: Kegiatan pendampingan dapat menjadi stres, terutama jika pendamping menghadapi situasi yang sulit.
- Memerlukan koordinator atau orang lain untuk berkonsultasi: Pendamping perlu memiliki koordinator atau orang lain yang bisa mereka konsultasikan jika mereka menghadapi kesulitan dalam kegiatan pendampingan.

Secara keseluruhan, kegiatan pendampingan bisa menjadi pengalaman yang memuaskan bagi pendamping, tetapi juga memiliki beberapa tantangan. Penting bagi pendamping untuk menyadari potensi manfaat dan kekurangan dari pendampingan sebelum mereka memutuskan untuk berpartisipasi.

3.4 Sifat dan peran pendampingan orang tua

Pendampingan orang tua adalah sesuatu yang berharga bagi orang tua dari anak-anak dengan gangguan perkembangan. Mereka memberikan dukungan yang berbeda dari yang diberikan oleh organisasi profesional.

Mereka sangat empatik dan mudah didekati, serta memiliki pengetahuan yang baik tentang sumber daya dan layanan di komunitas. Mereka juga berbagi pengalaman mereka dalam membesarkan anak, yang dapat membantu orang tua lain merasa kurang terisolasi dan sendirian.

3.4.1 Karakteristik pendampingan orang tua

Pendamping orang tua memberikan dukungan yang berbeda dengan dukungan yang diberikan oleh organisasi profesional. Mereka memiliki karakteristik sebagai berikut:

- **Sangat berempati dan mudah akrab:** Pendamping orang tua adalah orang tua yang memiliki pengalaman membesarkan anak dengan gangguan perkembangan atau jenis kecacatan lainnya. Mereka memahami tantangan yang dihadapi orang tua, dan mereka dapat memberikan dukungan yang berempati dan praktis.
- **Berwawasan luas:** Pendamping orang tua terhubung dengan organisasi pendukung lokal, dan mereka memiliki akses ke informasi yang dapat diandalkan tentang sumber daya dan layanan. Mereka dapat berbagi informasi ini dengan orang tua lain, dan mereka dapat membantu orang tua menavigasi sistem dukungan yang kompleks.
- **Memberikan kekuatan:** Pendamping orang tua berbagi pengalaman mereka sendiri dalam mengasuh anak, dan mereka dapat membantu

orang tua lain untuk merasa tidak terlalu terisolasi dan sendirian. Mereka juga dapat membantu orang tua untuk mengembangkan keterampilan mengatasi masalah dan mengadvokasi anak-anak mereka.

3.4.2 Aktivitas pendampingan orang tua

Kegiatan yang dapat dilakukan oleh pendamping orang tua di setiap wilayah meliputi:

- **Konsultasi kelompok:** Pendamping orang tua menyelenggarakan sesi konseling kelompok di kantor pendamping, asosiasi orang tua, dan layanan harian. Sesi ini menyediakan ruang aman bagi orang tua untuk berbagi pengalaman mereka dan mendapatkan dukungan dari orang tua lain.
- **Kelas persiapan buku dukungan:** Pendamping orang tua sering mengadakan kelas tentang cara menulis buku dukungan. Kelas ini mengajarkan orang tua bagaimana berbagi pengalaman mereka dengan cara yang bermanfaat dan informatif.
- **Acara edukasi:** Pendamping orang tua juga menyelenggarakan acara edukasi, seperti lokakarya dan ceramah. Acara ini memberikan informasi kepada orang tua tentang gangguan perkembangan, parenting, dan sumber daya di komunitas.

- **Staff dukungan untuk pelatihan orang tua pada kelas parenting:**

Pendamping orang tua sering bekerja sebagai staf dukungan untuk pelatihan orang tua dan kelas parenting. Mereka memberikan dukungan kepada orang tua selama kelas, dan membantu orang tua menerapkan informasi yang mereka pelajari dalam kehidupan mereka.

Pendamping orang tua bukanlah ahli, dan mereka tidak bertujuan untuk menyelesaikan masalah. Mereka memberikan dukungan dengan menawarkan informasi, berbagi pengalaman mereka, dan saling menghubungkan orang tua. Mereka percaya bahwa orang tua adalah ahli dalam kehidupan anak-anak mereka sendiri, dan mereka mendukung orang tua dalam membuat keputusan mereka sendiri.

Pendamping orang tua juga bukanlah model peran orang tua. Mereka percaya bahwa tidak ada satu cara yang benar untuk membesarkan anak, dan mereka menghormati keragaman gaya parenting. Mereka berharap bahwa bertemu dengan berbagai pendamping akan memberikan orang tua kesempatan untuk menemukan berbagai nilai dalam parenting.

3.5 Membangun hubungan dalam pendampingan orang tua

Mentoring dapat menjadi pengalaman yang kuat dan bermanfaat bagi orang tua, tetapi juga bisa menjadi pedang bermata dua.

- Tingkat empati yang tinggi dari seorang pendamping dapat menjadi berkah sekaligus kutukan. Hal ini dapat menyebabkan dukungan yang berlebihan, yang dapat membantu beberapa anak bimbingan, tetapi juga dapat membuat anak bimbingan merasa terbebani atau tertekan. Hal ini juga dapat membuat mentee merasa tidak dimengerti atau disalahkan.
- Pendamping dapat mengalami berbagai emosi saat melakukan pendampingan, seperti merasa terganggu dengan ketidakmampuan mereka untuk menjawab pertanyaan mentee, merasa tidak percaya diri dengan nasihat yang diberikan, atau bahkan mengingat kembali kenangan yang menyakitkan di masa lalu. Penting bagi para pendamping untuk menyadari emosi mereka dan mengelolanya dengan cara yang membantu dan tepat. Mereka harus mencari dukungan dari supervisor atau rekan-rekan mereka jika mereka kesulitan mengatasi emosi mereka.

Kegiatan pendampingan orang tua dapat menjadi sumber daya yang berharga bagi orang tua di masyarakat, tetapi penting untuk diingat bahwa pendamping adalah orang tua sekaligus orang yang mendukung. Pendamping perlu dilatih untuk melindungi orang tua yang berkonsultasi dengan mereka dan pendamping itu sendiri. Pelatihan pendamping membantu memastikan bahwa kegiatan pendampingan dilakukan dengan cara yang aman dan nyaman.

3.6 Proses pendampingan orang tua

3.6.1 Manajemen program pendampingan orang tua

Untuk melaksanakan kegiatan pendamping orang tua, diperlukan hal-hal berikut:

- **Pemahaman dari pemerintah daerah dan organisasi pendukung:** Kegiatan pendamping orang tua merupakan sumber daya yang berharga bagi orang tua anak dengan gangguan perkembangan, namun memerlukan dukungan dari pemerintah daerah dan organisasi pendukung. Pemerintah daerah dapat menyediakan dana dan sumber daya, sedangkan organisasi pendukung dapat menyediakan pelatihan dan dukungan bagi pendamping orang tua.
- **Sistem pelatihan dan dukungan untuk pendamping:** Pendamping orang tua perlu dilatih dalam konseling dan dukungan, dan mereka memerlukan akses ke dukungan tambahan. Sistem pelatihan dan dukungan untuk pendamping orang tua sangat penting untuk keberhasilan kegiatan pendamping.
- **Kerjasama dengan berbagai organisasi:** Kegiatan pendamping orang tua sering melibatkan kerjasama dengan berbagai organisasi, seperti sekolah, layanan harian, dan pusat komunitas. Organisasi-organisasi ini dapat menyediakan ruang, sumber daya, dan rujukan untuk kegiatan pendamping orang tua.

- **Sistem yang disesuaikan dengan masing-masing wilayah:** Tantangan dan kebutuhan orang tua anak dengan gangguan perkembangan bervariasi dari wilayah ke wilayah. Sistem kegiatan pendamping orang tua harus disesuaikan dengan kebutuhan spesifik setiap wilayah.

Tantangannya berupa:

- **EFISIEN:** Sistem harus efisien dan efektif dalam memberikan dukungan kepada orang tua anak dengan gangguan perkembangan.
- **FLEKSIBEL:** Sistem harus cukup fleksibel untuk beradaptasi dengan kebutuhan orang tua dan komunitas yang terus berubah.
- **BERKELANJUTAN:** Sistem harus berkelanjutan dalam jangka panjang.

3.6.2 Rekrutmen dan pemilihan pendamping orang tua

Untuk menjadi pendamping orang tua, Anda harus:

- Mengikuti kursus pelatihan.
- diri sebagai pendamping kepada pemerintah setempat.
- Memiliki pengalaman bekerja dengan asosiasi orang tua.

Beberapa kondisi dapat ditetapkan untuk kelancaran kegiatan pendampingan:

- Orang tua yang baru saja menerima diagnosis harus menunggu hingga anak mereka setidaknya duduk di bangku sekolah dasar

sebelum mengikuti pelatihan.

- Kelompok usia anak-anak peserta harus seimbang.
- Para pendamping harus sedikit lebih tua dari anak-anak peserta sehingga mereka dapat berempati, memberikan informasi tentang organisasi pendukung lokal, dan berbagi pengalaman.

Memiliki pengalaman bekerja dengan asosiasi orang tua sangat penting untuk kegiatan pendampingan karena hal ini memungkinkan para pendamping untuk:

- Memanfaatkan pengalaman mereka dalam memberikan dukungan timbal balik di asosiasi orang tua
- Memperoleh berbagai macam informasi dari jaringan orang tua.
- Bekerja sama dengan institusi lokal sebagai asosiasi orang tua.

Banyak pemerintah kota yang mensyaratkan rekomendasi dari perwakilan asosiasi orang tua setempat atau organisasi pendukung sebagai prasyarat untuk mengikuti pelatihan.

3.6.3 Rekrutmen staf

Anggota staf untuk pelatihan pendamping akan diambil dari pusat dukungan lokal untuk orang dengan gangguan perkembangan, pusat kesehatan, dan organisasi lain yang menyediakan dukungan untuk kegiatan pendamping di komunitas. Hal ini karena organisasi-organisasi ini memiliki pengalaman bekerja dengan orang tua anak dengan

gangguan perkembangan dan dapat memberikan wawasan berharga tentang kebutuhan peserta dan pendamping.

Pelatihan pendamping mencakup permainan peran untuk mendengarkan secara aktif, yang memerlukan satu anggota staf untuk setiap enam peserta. Ini memastikan bahwa ada cukup dukungan bagi peserta untuk berlatih keterampilan mendengarkan aktif mereka dan menerima umpan balik dari anggota staf.

Anggota staf dari berbagai organisasi dukungan lokal dapat bekerja sama selama pelatihan pendamping. Ini dapat membantu membangun hubungan antara organisasi dan menciptakan jaringan dukungan untuk pendamping dan peserta.

Anggota staf juga dapat mempelajari tentang dukungan yang diberikan oleh pendamping kepada peserta selama pelatihan pendamping. Ini dapat membantu mereka untuk lebih memahami peran pendamping dan bagaimana mereka dapat mendukung pendamping dalam pekerjaan mereka.

3.6.4 Mengadakan pertemuan awal

Sebelum melakukan pelatihan pendamping orang tua di masyarakat, disarankan untuk mengadakan pertemuan awal untuk kelompok orang tua, kelompok pendukung, pejabat pemerintah, dan tokoh kunci yang

terkait. Hal ini untuk mendapatkan pemahaman masyarakat tentang apa itu pendamping orang tua dan kegiatan pendamping orang tua.

Pertemuan awal harus mencakup topik-topik berikut:

- Tujuan dan peran dari kegiatan mentor orang tua
- Pentingnya kolaborasi antara pendamping dan pendukung profesional
- Isu-isu dukungan keluarga di masyarakat

Penting juga untuk menyisihkan waktu untuk diskusi kelompok tentang masalah dukungan keluarga untuk memahami kebutuhan setiap area dalam komunitas.

Pertemuan awal dapat menjadi kesempatan yang baik untuk membentuk 'Komite Pengarah dan Perencanaan Kegiatan Pendamping Orangtua'. Komite ini dapat mempertimbangkan bagaimana caranya:

- Merekrut, melatih, mendaftarkan, dan mempublikasikan para pendamping.
- Mengkoordinasikan kegiatan pendampingan.
- Menyediakan organisasi cadangan.

Pertemuan awal merupakan kesempatan penting untuk membangun dukungan bagi kegiatan pendampingan orang tua dan memastikan bahwa kegiatan tersebut dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Idealnya, pertemuan ini harus diadakan di lokasi pusat yang dapat diakses oleh semua pemangku kepentingan. Jika memungkinkan, pertemuan ini

juga harus dipublikasikan dengan baik sebelumnya untuk memastikan bahwa sebanyak mungkin orang akan hadir, terutama karena pertemuan ini difokuskan untuk membangun konsensus dan melanjutkan kegiatan pendampingan orang tua.

3.6.5 Konten pelatihan

Silabus yang disajikan di sini adalah daftar elemen penting untuk kegiatan pendamping yang telah dikembangkan selama bertahun-tahun pelatihan dan kegiatan pendamping di berbagai wilayah. Elemen-elemen ini dapat dianggap sebagai standar untuk kegiatan pendamping.

Namun, penting untuk dicatat bahwa ini bukan daftar lengkap dari semua elemen yang diperlukan untuk kegiatan pendamping yang sukses. Mungkin ada elemen lain yang spesifik untuk kebutuhan komunitas atau kelompok pendamping tertentu.

Penting juga untuk mengadakan kursus tindak lanjut secara teratur setelah penyelesaian program. Ini akan membantu memastikan bahwa pendamping dapat mempertahankan keterampilan dan pengetahuan mereka, serta dapat memberikan dukungan terbaik kepada peserta mereka.

a) Peran dan Etika Pendamping Orang Tua (2 jam)

Sebagai pendamping orang tua, penting untuk memahami pedoman

etika yang mengatur kerahasiaan dan netralitas dalam pendampingan. Berikut adalah contoh pedoman etika dari Institut Pendamping Orang Tua.

- **TUJUAN**

Pendamping orang tua yang telah menyelesaikan pelatihan diharapkan untuk menciptakan lingkungan komunitas di mana orang tua dan keluarga yang membesarkan anak-anak dan individu dengan gangguan perkembangan dapat menjalani kehidupan berkualitas tinggi bersama dengan mempromosikan dukungan timbal balik di antara orang tua di komunitas.

- **PERAN**

- ▶ Sebagai sesama orang tua, memberikan dukungan untuk memahami dan membesarkan anak-anak yang lain.
- ▶ Memberikan informasi tentang gangguan perkembangan dan gangguan terkait lainnya.
- ▶ Memberikan informasi tentang sumber daya lokal.
- ▶ Membantu sejauh mungkin dalam menciptakan kesempatan untuk konsultasi di lembaga khusus.

- **ETIKA**

- ▶ Hormati hak asasi manusia dari peserta pendampingan.
- ▶ Informasi yang diperoleh selama konsultasi tidak boleh diungkapkan kepada orang lain tanpa izin dari peserta dan keluarganya. Kewajiban kerahasiaan ini berlanjut bahkan setelah kegiatan pendampingan dihentikan atau diakhiri. Selain

itu, informasi pribadi terkait konsultasi, seperti dokumen terkait konsultasi, harus dikelola dengan ketat.

- ▶▶ Tidak boleh digunakan untuk kepentingan pribadi, organisasi, komersial, atau politik dan tidak boleh dipaksakan.
- ▶▶ Berusaha meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam konseling. Di sisi lain, mereka harus menyadari keterbatasan kemampuan dan keterampilan mereka sendiri.

Hormat terhadap hak asasi manusia dan kerahasiaan peserta sangat penting dalam kegiatan dukungan yang diberikan oleh pendamping orang tua. Penting untuk menghormati keputusan peserta saat merujuk pasien ke lembaga khusus, dan izin konselor diperlukan saat membagikan informasi dengan lembaga lain. Karena kegiatan pendamping berakar di komunitas, perlu lebih sensitif terhadap privasi peserta. Konsultasi kelompok juga tunduk pada 'kerahasiaan kelompok', dan pendamping diharuskan untuk dapat menjelaskan kewajiban kerahasiaan mereka kepada peserta lain selain diri mereka sendiri. Pendamping juga harus menyadari pengecualian terhadap kerahasiaan, seperti kewajiban untuk melaporkan penyalahgunaan. Sangat baik jika terus belajar tentang kerahasiaan dan meningkatkan kesadaran tentangnya sepanjang kegiatan pendampingan.

Kegiatan pendamping harus menghormati kepentingan peserta dan bersifat netral. Itu juga tidak boleh terkait dengan urusan komersial atau politik untuk individu atau organisasi tertentu. Misalnya, ada berbagai kepentingan yang terlibat jika, sebagai pendamping, Anda

sangat merekomendasikan suplemen atau terapi yang kebetulan efektif untuk anak Anda dalam kegiatan konsultasi Anda. Penting untuk memberikan informasi secara tidak memihak sebagai salah satu dari beberapa opsi dan memungkinkan konsultan untuk memilih rekomendasi spesifik.

Mempertahankan dan meningkatkan profesionalisme dalam kegiatan pendampingan tidak hanya akan membantu dalam membesarkan anak-anak sendiri tetapi juga melindungi kesehatan mental dan fisik dalam kegiatan pendampingan.

Terakhir, kita tidak boleh lupa bahwa pendamping juga merupakan orang tua. Aktivitas konsultasi saat membesarkan anak sangat dipengaruhi tidak hanya oleh kondisi fisik seseorang tetapi juga oleh kondisi fisik anak-anak seseorang. Jika seseorang mengorbankan hidupnya dan pengasuhan anak untuk kegiatan konsultasi, baik peserta maupun pendamping akan tidak bahagia. Kita perlu menciptakan suasana di mana kita dapat dengan jelas menyatakan apa yang tidak bisa kita lakukan dan apa yang bisa kita lakukan, sambil saling membantu dengan rekan-rekan dan organisasi profesional kita.

b) Gambaran Umum Dukungan untuk Gangguan Perkembangan dan Memahami Sistem Dukungan di Komunitas (2 jam)

Gangguan perkembangan sangat bervariasi dalam karakteristik dan

kebutuhannya. Pendamping dapat mempelajari karakteristik dan dukungan gangguan perkembangan dengan menghadiri ceramah dari penyedia dukungan lokal. Hal ini akan membantu pendamping memahami kebutuhan anak-anak dengan gangguan perkembangan, bahkan jika anak-anak mereka sendiri tidak mengalami gangguan perkembangan.

Pembelajaran dapat mencakup topik berikut:

- Jenis-jenis gangguan perkembangan
- Tanda dan gejala gangguan perkembangan
- Dukungan yang tersedia untuk anak-anak dengan gangguan perkembangan
- Peran pendamping dalam mendukung anak-anak dengan gangguan perkembangan

Selain pembelajaran, pendamping harus diberikan panduan dan materi lain dari organisasi dukungan lokal. Ini akan memberikan pendamping sumber daya untuk merujuk peserta untuk dukungan tambahan.

Penting juga untuk memberikan waktu yang cukup bagi pendamping untuk bertanya tentang berbagai organisasi dukungan. Ini akan membantu pendamping menemukan dukungan terbaik untuk peserta mereka.

c) Keterampilan Konsultasi Dasar (1 jam)

Tujuan kursus ini adalah untuk mempelajari tentang pentingnya dukungan

keluarga, berbagai bentuk kegiatan pendampingan, dan keterampilan serta teknik yang diperlukan untuk menjadi pendamping yang efektif.

Salah satu keterampilan terpenting bagi seorang pendamping adalah mendengarkan dengan aktif. Ini berarti mendengarkan peserta dengan perhatian penuh dan tanpa penilaian. Penting untuk memungkinkan peserta mengungkapkan perasaan mereka dan mengeksplorasi pilihan mereka.

Penting juga untuk bersikap empatik terhadap situasi peserta. Ini berarti memahami bagaimana mereka merasa dan mengapa mereka merasa demikian. Empati memungkinkan pendamping terhubung dengan peserta dan membangun kepercayaan. Salah satu poin penting adalah pendamping harus menyadari bias mereka dan bagaimana bias tersebut dapat memengaruhi interaksi mereka dengan peserta. Penting juga bagi pendamping untuk menghormati kerahasiaan peserta.

d) Peran Bermain dengan Mendengarkan secara Aktif (3 jam)

Konsultasi yang dipimpin oleh pendamping biasanya dilakukan secara berpasangan atau dalam kelompok, tetapi dalam pelatihan, konseling satu lawan satu digunakan untuk mempelajari karakteristik jenis konseling ini.

Program pelatihan terdiri dari pasangan tiga orang: pendamping,

peserta, dan pengamat. Setiap pasangan diberikan seorang instruktur dan peran bergiliran sehingga setiap orang memiliki kesempatan untuk memainkan setiap peran. Setiap peran bermain berlangsung 5 menit, dan kemudian kelompok meninjau peran bermain tersebut. Instruktur memberikan umpan balik dan saran tentang apa yang berjalan dengan baik dan apa yang dapat diperbaiki.

Metode pelatihan ini memungkinkan peserta mempelajari keterampilan dan teknik konseling yang dipimpin pendamping dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Ini juga memungkinkan mereka mengamati bagaimana pendamping lain berinteraksi dengan peserta, dan mendapatkan umpan balik tentang kinerja mereka sendiri. Penting mendorong peserta untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman mereka, kemudian terapat instruktur untuk memberikan dukungan dan panduan.

e) Membuat Buku panduan (1 jam)

Buku panduan adalah kumpulan informasi yang dapat digunakan untuk mendukung kegiatan pendampingan. Ini dapat mencakup brosur, pamflet, situs web, dan materi lainnya dari organisasi dukungan lokal. Memiliki buku panduan dapat membantu pendamping untuk:

- Memberikan informasi dan panduan yang diperlukan kepada peserta.
- Tetap update dengan informasi dan sumber daya terbaru.

- Bekerja sama dengan pendamping lain untuk berbagi informasi dan panduan.
- Meningkatkan kualitas kegiatan pendampingan.

Untuk membuat buku panduan, dapat dimulai dengan:

- Menyiapkan map transparan dengan kantong transparan.
- Mengumpulkan sebanyak mungkin pamflet dari organisasi dukungan lokal selama sesi pelatihan dan bertukar informasi.
- Mengkategorikan informasi dan sumber daya dalam map.
- Menjaga buku panduan tetap update.

Berbagi buku panduan dengan pendamping lain dapat membantu meningkatkan kualitas kegiatan pendampingan di komunitas.

f) Metode Konsultasi Kelompok (3 jam)

Konsultasi kelompok adalah bentuk konsultasi yang paling umum dilakukan oleh pendamping orang tua. Ini adalah keterampilan dasar yang dapat digunakan di berbagai pengaturan seperti pesta teh (kafe mentor).

Keuntungan dari konsultasi kelompok adalah memungkinkan berbagai informasi dan ide untuk dibagikan. Ini bisa bermanfaat bagi peserta yang mencari perspektif berbeda atau yang ingin mendengar dari orang tua lain yang mengalami pengalaman serupa.

Namun, konsultasi kelompok tidak cocok untuk semua orang. Beberapa orang mungkin merasa tidak nyaman membahas masalah pribadi dalam pengaturan kelompok, dan bisa sulit untuk mendengar pemikiran dan ide semua orang. Ini mungkin tidak cocok bagi mereka yang ingin pemikiran dan ide mereka didengarkan secara detail.

Penting untuk memperhatikan kerahasiaan saat melakukan konsultasi kelompok. Ini berarti mendapatkan persetujuan dari semua orang sebelum membagikan informasi pribadi apa pun, dan berhati-hati agar tidak membahas apa pun yang dapat mengidentifikasi peserta.

Kelompok akan mempraktikkan konsultasi tiruan dan bertukar ide, termasuk umpan balik dan saran dari instruktur. Ini akan membantu pendamping mempelajari cara melakukan konsultasi kelompok secara efektif dan mengembangkan keterampilan mereka dalam mendengarkan aktif dan memberikan dukungan.

Konsultasi kelompok dapat menjadi kegiatan yang berharga bagi peserta yang mencari dukungan dan saran dari orang tua lain. Namun, penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung untuk konsultasi kelompok.

3.6.6 Pembuatan aktivitas

Pelatihan pendamping hanyalah langkah pertama dalam mengaktifkan

kegiatan pendampingan di komunitas. Pendamping perlu memiliki tempat untuk mendapatkan pengalaman dan dukungan, dan pemerintah serta organisasi pendukung harus memimpin dalam menciptakan ruang ini. Tanpa tempat untuk berpartisipasi dalam kegiatan dan menerima dukungan, motivasi pendamping yang telah menyelesaikan pelatihan mungkin menurun.

Dengan bekerja sama dengan pendamping untuk merencanakan kesempatan kegiatan seperti pesta teh kelompok (kafe mentor) dan kelas persiapan buku dukungan, pendamping dapat mengembangkan identitas, keterampilan, dan kepercayaan diri mereka sebagai pendamping. Kegiatan-kegiatan ini juga dapat membantu pendamping merasa nyaman berpartisipasi dalam hubungan pendampingan, yang penting untuk keberhasilan program pendampingan.

3.7 Pendampingan orang tua: Pendekatan sistemik

3.7.1 Koordinator pendampingan orang tua

Koordinator bertanggung jawab untuk mencocokkan pendamping dengan peserta, memantau keberhasilan kegiatan pendampingan, dan berkoordinasi dengan pendamping serta klien. Mereka juga perlu memahami karakteristik dan spesialisasi masing-masing pendamping, dan mungkin perlu turun tangan dan membantu pendamping yang merasa kewalahan oleh tanggung jawab mereka. Peran lainnya termasuk menyusun laporan pasca-aktivitas dan merencanakan pelatihan lanjutan.

Koordinator dapat merupakan pendamping berpengalaman atau staf pusat dukungan dan dapat bervariasi dari wilayah di mana pendamping berpengalaman bertanggung jawab hingga wilayah di mana staf pusat dukungan bertanggung jawab.

3.7.2 Komite pengarah pendampingan orang tua

Komite pengarah pendamping orang tua bertanggung jawab untuk mengembangkan dan menerapkan kebijakan, kegiatan, dan pelatihan untuk kegiatan pendampingan orang tua di masyarakat. Mereka juga bertanggung jawab untuk melaporkan kegiatan. Komite ini terdiri dari perwakilan pemerintah daerah, asosiasi orang tua, organisasi pendukung, pakar akademis, koordinator pendamping, dan sekretariat pendamping. Komite ini juga memberikan dukungan kepada koordinator pendamping ketika mereka membutuhkan bantuan.

3.7.3 Kantor pendampingan orang tua

Kantor pendamping orang tua adalah lokasi pusat dan berfungsi sebagai pusat di mana orang dapat memperoleh informasi tentang kegiatan pendampingan di komunitas. Kantor ini juga menjadi tempat di mana koordinator pendamping dan pendamping dapat bertemu untuk merencanakan dan mengoordinasikan kegiatan mereka. Lokasi kantor akan tergantung pada siapa yang bertanggung jawab mengoordinasikan kegiatan pendamping.

Sekretariat bertanggung jawab untuk memulai kantor pendamping orang tua dan mempublikasikan kegiatan pendampingan. Ini mencakup peluncuran situs web dan pembuatan brosur.

3.8 Pendaftaran pendamping

Setelah menyelesaikan pelatihan, pendamping akan didaftarkan dalam daftar pendamping di wilayah mereka. Pendaftaran ini akan mencakup informasi kontak pendamping, usia, alamat, riwayat pelatihan, gangguan/cacat anak, dan usia anak, hari dan waktu ketersediaan pendamping, serta jenis kegiatan yang bersedia diikuti oleh pendamping.

Saat ini, tidak ada sertifikasi untuk pendamping orang tua. Gelar tersebut hanya menunjukkan bahwa orang tersebut telah menyelesaikan pelatihan dan aktif di komunitas. Beberapa pendamping mungkin memilih untuk membatasi partisipasi mereka. Misalnya, mereka mungkin hanya bersedia membantu membuat buku dukungan atau berpartisipasi dalam konseling kelompok. Kegiatan pendampingan dapat bervariasi secara luas, sehingga pendamping tidak harus berpartisipasi dalam semua kegiatan.

Saat mendaftar, pendamping akan diminta untuk menandatangani kode etik untuk pendampingan, yang akan ditentukan oleh setiap wilayah. Pendaftaran juga dapat diperbarui setiap tahun, sehingga pendamping dapat mengambil istirahat dari pendampingan jika diperlukan.

3.9 Sesi dukungan dan tindak lanjut

Pengembangan kegiatan pendampingan di suatu wilayah dapat dibagi menjadi tiga tahap:

- Memulai kegiatan pendampingan dan mengadakan sesi pelatihan. Ini adalah tahap awal, di mana fokusnya adalah meningkatkan kesadaran tentang pendampingan dan melatih pendamping.
- Pengorganisasian dan pelaksanaan kegiatan pendampingan di wilayah tersebut. Ini adalah tahap tengah, di mana fokusnya adalah mengimplementasikan pendampingan dan membuatnya tersedia bagi orang-orang di wilayah tersebut.
- Pembudayaan kegiatan pendampingan. Ini adalah tahap akhir, di mana kegiatan pendampingan sepenuhnya mapan dan menjadi bagian dari struktur komunitas.

Pada tahap akhir, penting untuk memastikan keberadaan dan koordinasi organisasi khusus yang mendukung kegiatan pendampingan. Hal ini karena mungkin ada kasus-kasus yang sulit ditangani oleh pendamping dan penting bagi mereka untuk memiliki akses ke dukungan khusus. Organisasi pendukung dapat mencakup pusat dukungan untuk orang dengan gangguan perkembangan, institusi medis, dll.

Penting juga untuk menyediakan tempat bagi pendamping untuk

berbagi pemikiran, pertanyaan, keluhan, dan kekhawatiran mereka satu sama lain. Ini dapat dicapai melalui pertemuan rutin atau kegiatan lainnya, seperti mengadakan waktu minum teh setelah setiap kegiatan. Hal ini akan membantu pendamping merasa didukung dan belajar dari satu sama lain.

Format umum untuk melaporkan kegiatan konsultasi pendamping harus dibuat dan dilaporkan kepada Koordinator Pendamping dan Kantor Pendamping. Format ini harus mencakup informasi berikut:

- Kapan kegiatan dilakukan
- Dimana kegiatan dilakukan
- Kegiatan Apa yang dilakukan
- Siapa yang melakukan kegiatan
- Jumlah konsultan atau peserta

Catatan ini adalah dokumen penting untuk melaporkan hasil kegiatan pendampingan kepada pemerintah daerah. Catatan ini dapat digunakan untuk melacak kemajuan kegiatan pendampingan, mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki, dan menunjukkan nilai pendampingan bagi komunitas.

3.9.1 Menciptakan lingkungan yang berkelanjutan untuk pendampingan

Kegiatan pendampingan sangat penting bagi komunitas, namun

dapat juga menjadi tuntutan yang berat bagi pendamping yang merupakan orang tua. Selain dukungan dari organisasi profesional, beberapa pengaturan lingkungan lain dapat membantu pendamping terus melanjutkan kegiatan mereka. Hal-hal tersebut antara lain:

- Merencanakan ketidakhadiran pendamping pada hari kegiatan. Ini bisa dilakukan dengan memberikan fleksibilitas kepada pendamping dalam menjadwalkan kegiatan, atau dengan menyediakan pendamping cadangan yang dapat menggantikan jika pendamping utama tidak dapat hadir.
- Memastikan ada cukup waktu bagi pendamping untuk tersedia. Ini bisa dilakukan dengan menjadwalkan kegiatan pada waktu ketika pendamping kemungkinan besar tersedia atau dengan memberikan kesempatan kepada pendamping untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang bisa dilakukan secara jarak jauh.
- Mengamankan anggaran yang diperlukan untuk biaya seperti transportasi yang tergantung pada jenis kegiatan. Ini dapat membantu mengimbangi biaya yang mungkin dikeluarkan pendamping saat berpartisipasi dalam kegiatan dan dapat membantu membuat pendampingan lebih mudah diakses oleh semua orang tua.

Penting untuk diingat bahwa pendamping bukanlah profesional, melainkan warga yang secara sukarela memberikan waktu mereka untuk membantu orang lain. Dengan membuat pengaturan lingkungan

ini, kita dapat membantu memastikan bahwa pendamping dapat terus melakukan pekerjaan penting mereka dalam komunitas.

3.9.2 Mendukung para pendamping di setiap wilayah untuk saling berinteraksi

Saat ini, pendamping di berbagai wilayah memiliki kesempatan terbatas untuk saling bertukar informasi. Hal ini disebabkan oleh adanya sistem dukungan yang berbeda untuk gangguan perkembangan di setiap wilayah, dan kegiatan pendampingan di setiap wilayah mungkin juga berbeda. Namun, seiring dengan penyebaran kegiatan pendampingan di seluruh Jepang (dan Asia Tenggara), ada kebutuhan yang semakin meningkat bagi para pendamping untuk saling belajar dan berbagi pengalaman mereka.

Salah satu cara untuk mengatasi tantangan ini adalah dengan menciptakan peluang untuk saling bertukar informasi di antara para pendamping. Hal ini dapat dilakukan melalui konferensi, lokakarya, atau forum online. Dengan menciptakan peluang ini, para pendamping dapat saling belajar, berbagi pengalaman, dan mengembangkan praktik terbaik untuk pendampingan.

Menciptakan peluang untuk bertukar informasi di antara para pendamping adalah tantangan di masa depan, tetapi sangat penting untuk keberhasilan kegiatan pendampingan. Dengan bekerja sama,

para pendamping dapat memastikan bahwa semua anak dengan gangguan perkembangan mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan.

3.9.3 Memulai mentor café!

Mentor Café adalah inovasi baru yang akan menyediakan ruang bagi orang tua untuk terhubung dengan pendamping dan belajar lebih banyak tentang gangguan perkembangan. Café ini akan menjadi lingkungan yang santai dan ramah di mana orang tua dapat mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, dan membuat teman baru.

Mentor Café diharapkan dapat melayani tiga tujuan utama:

- Memberikan informasi dan dukungan kepada orang tua. Café ini akan menawarkan berbagai panduan, termasuk informasi tentang gangguan perkembangan, organisasi pendukung, dan program pemerintah. Pendamping juga akan tersedia untuk menjawab pertanyaan dan memberikan dukungan.
- Membangun komunitas di antara orang tua. Café ini akan menjadi tempat di mana orang tua dapat saling terhubung dan berbagi pengalaman mereka. Hal ini dapat membantu orang tua yang merasa terisolasi atau sendirian.

- Mempromosikan pendampingan. Café ini akan menjadi tempat di mana orang tua dapat belajar lebih banyak tentang pendampingan dan bagaimana menjadi pendamping sendiri. Hal ini dapat membantu meningkatkan jumlah pendamping yang tersedia untuk anak-anak dengan gangguan perkembangan.

Mentor Café akan terbuka untuk semua orang tua, terlepas dari apakah mereka memiliki anak dengan gangguan perkembangan atau tidak. Café ini akan dikelola oleh pendamping yang terlatih untuk memberikan dukungan dan informasi.

Café ini akan dipromosikan melalui berbagai situs, termasuk memposting jadwal di situs web setiap kantor pendamping, dalam publikasi dan pengumuman pemerintah setempat, serta menempatkan brosur di pusat kesehatan, dewan pendidikan, dan rumah sakit. Penting untuk memastikan bahwa Mentor Café dapat terus berjalan dalam jangka waktu yang lama, sambil tetap menghormati batasan wajar dari para pendamping yang mengelola dan berpartisipasi dalam café tersebut.

Mentor Café adalah inisiatif baru dan menarik yang memiliki potensi untuk membuat perbedaan nyata dalam kehidupan anak-anak dengan gangguan perkembangan dan keluarga mereka. Dengan menyediakan informasi, dukungan, dan komunitas, Mentor Café dapat membantu meningkatkan kehidupan semua pihak yang terlibat.

Bab 4

Pelatihan Orang Tua dan Anak dengan Gangguan Perkembangan

4.1 Apa itu pelatihan?

Membesarkan anak dengan gangguan perkembangan bisa menjadi tantangan dan stres bagi orang tua. Selain tuntutan fisik dan emosional dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus, orang tua mungkin juga menghadapi isolasi sosial, kesulitan finansial, dan kurangnya dukungan. Pelatihan profesional dapat membantu orang tua mengatasi tantangan ini dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Pelatihan profesional adalah proses kolaboratif (Celestine, 2021) antara seorang pelatih dan klien yang membantu klien mencapai tujuan mereka, meningkatkan kualitas hidup mereka, dan mengembangkan keterampilan serta kepercayaan diri yang dibutuhkan untuk menghadapi tantangan membesarkan anak dengan gangguan perkembangan. Pelatih terlatih untuk membantu klien mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan mereka, menetapkan tujuan, dan mengembangkan rencana untuk mencapai tujuan tersebut.

Pelatihan dapat dilakukan dalam setting pertemuan satu lawan satu atau dalam kelompok.

Pelatihan profesional dapat bermanfaat bagi setiap orang tua dari anak dengan gangguan perkembangan. Namun, beberapa orang tua mungkin lebih cenderung mendapatkan manfaat dari pelatihan dibandingkan yang lain. Misalnya, orang tua yang kesulitan mengatasi tantangan membesarkan anak dengan gangguan perkembangan, orang tua yang merasa terisolasi atau kurang didukung, atau orang tua yang mencari cara untuk memperbaiki hubungan dengan pasangan, anak-anak lain, atau keluarga besar mereka mungkin lebih cenderung mendapatkan manfaat dari pelatihan.

4.1.1 Manfaat pelatihan

Pelatihan profesional dapat menawarkan berbagai manfaat bagi orang tua anak dengan gangguan perkembangan, termasuk:

- **Keterampilan mengatasi masalah:** Pelatih dapat membantu orang tua mengembangkan pelatihan yang sehat untuk stres. Ini dapat membantu mengurangi dampak negatif stres pada kesehatan fisik dan mental.
- **Peningkatan kesadaran diri:** Pelatih dapat membantu orang tua menjadi lebih sadar akan kekuatan dan kelemahan mereka. Ini dapat membantu orang tua menetapkan tujuan yang realistis dan

mengembangkan rencana untuk mencapainya.

- **Perbaiki hubungan:** Pelatih dapat membantu orang tua memperbaiki hubungan mereka dengan pasangan, anak-anak lain, dan keluarga besar. Ini dapat membantu mengurangi stres dan menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi seluruh keluarga.
- **Meningkatkan pengetahuan:** Pelatih dapat memberikan informasi tentang gangguan perkembangan, sumber daya yang tersedia, dan strategi untuk menghadapi tantangan.
- **Meningkatkan rasa percaya diri:** Pelatih dapat membantu orang tua mengembangkan pandangan positif tentang situasi mereka dan masa depan anak mereka. Ini dapat membantu orang tua merasa lebih percaya diri dalam kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan dan mencapai tujuan mereka.

Secara spesifik orang tua dapat mengalami manfaat dari pelatihan profesional dalam empat kategori:

- **Fisik:** Pelatihan dapat membantu orang tua mengembangkan mengatasi masalah yang sehat yang berdampak positif pada kesehatan fisik mereka. Pelatih juga dapat memberikan panduan tentang bagaimana mengelola tuntutan fisik dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus.

- **Emosional:** Pelatihan dapat membantu orang tua menghadapi tantangan emosional dalam membesarkan anak dengan gangguan perkembangan, seperti kesedihan, rasa bersalah, dan kemarahan. Pelatih dapat memberikan dukungan dan panduan serta membantu orang tua mengembangkan pandangan positif tentang situasi mereka.
- **Hubungan:** Pelatihan dapat membantu orang tua memperbaiki hubungan mereka dengan pasangan, anak-anak lain, dan keluarga besar. Pelatih dapat menyediakan alat untuk komunikasi dan penyelesaian konflik serta membantu orang tua menemukan cara untuk menyeimbangkan tuntutan perawatan anak dengan kebutuhan mereka sendiri.
- **Lingkungan:** Pelatihan dapat membantu orang tua menciptakan lingkungan yang mendukung untuk anak mereka. Pelatih dapat memberikan panduan tentang cara menyesuaikan lingkungan rumah, menemukan peluang pendidikan dan rekreasi yang sesuai, dan terhubung dengan keluarga lain yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus.

Ini hanyalah beberapa manfaat yang dapat dialami orang tua dari pelatihan profesional. Manfaat spesifik yang dialami seorang orang tua akan bergantung pada kebutuhan dan keadaan individu mereka.

4.1.2 Pertimbangan budaya di Asia Tenggara

Pelatihan profesional, meskipun merupakan bidang yang relatif baru terutama di Asia Tenggara, memiliki sejarah panjang meskipun dalam bidang yang berbeda seperti olahraga, bisnis, dan psikologi. Pelatihan kontemporer, bagaimanapun, mulai berkembang pada tahun 1980-an dan 1990-an (Grant dan Cavanagh, 2018) dan menekankan pentingnya kesadaran diri, pertumbuhan pribadi, dan aktualisasi diri.

Pelatihan profesional semakin populer di Asia Tenggara. Wilayah ini memiliki ekonomi yang berkembang pesat dan populasi yang muda dan dinamis, keduanya merupakan faktor pendorong pertumbuhan industri pelatihan. Menurut studi terbaru oleh International Coaching Federation (ICF) (2023), organisasi global terkemuka untuk pelatih dan pelatihan, terdapat lebih dari 8.000 pelatih profesional terakreditasi ICF di Asia saat ini, dengan jumlah praktisi tumbuh lebih dari 86% pada tahun 2023.

Dengan semakin populernya pelatihan di wilayah ini, penting bagi pelatih yang bekerja dengan keluarga di Asia Tenggara untuk menyadari pentingnya keluarga dan komunitas karena ini adalah dua konsep kunci dalam budaya yang beragam di wilayah tersebut. Pelatih juga harus menyadari potensi tekanan dari keluarga dan komunitas terhadap orang tua. Dengan memahami hal ini, pelatih dapat

membantu orang tua menghadapi tantangan dalam membesarkan anak dengan gangguan perkembangan dan menemukan cara untuk berkembang.

Pentingnya keluarga dan komunitas

Di Asia Tenggara, terdapat penekanan yang kuat pada keluarga yang dianggap sebagai unit pusat masyarakat dan komunitas. Ini berarti bahwa keluarga sering kali sangat dekat dan saling bergantung untuk dukungan. Ini bisa menjadi sumber kekuatan bagi orang tua anak dengan disabilitas perkembangan, karena mereka dapat memperoleh dukungan dari keluarga besar dan komunitas mereka. Namun, ini juga bisa menciptakan tekanan untuk mematuhi harapan tradisional. Misalnya, orang tua mungkin merasa tertekan untuk menjaga rahasia disabilitas anak mereka atau untuk memiliki anak lagi dengan harapan anak berikutnya akan 'normal'. Pelatih yang bekerja di lingkungan ini perlu mampu mengintegrasikan konsep-konsep ini dalam pekerjaan pelatihan mereka.

Perbedaan cara keluarga di wilayah tersebut memandang disabilitas

Ada berbagai cara keluarga di Asia Tenggara memandang disabilitas. Dalam beberapa budaya, disabilitas dianggap sebagai tanda nasib buruk atau hukuman dari Tuhan. Dalam budaya lain, disabilitas dianggap sebagai bagian alami dari kehidupan. Namun, penting untuk dicatat

bahwa karena adanya undang-undang dan kampanye tentang disabilitas yang diterapkan di wilayah ini, kini ada kesadaran yang berkembang tentang hak-hak orang dengan disabilitas. Meskipun demikian, penting bagi pelatih untuk menyadari berbagai cara keluarga memandang disabilitas agar dapat menghormati nilai dan keyakinan mereka.

Kebutuhan pelatih untuk menghormati nilai dan keyakinan keluarga

Pelatih yang bekerja dengan keluarga di Asia Tenggara perlu menghormati nilai dan keyakinan keluarga. Ini berarti sensitivitas terhadap faktor budaya yang mungkin mempengaruhi pandangan keluarga tentang disabilitas. Ini juga berarti menghormati proses pengambilan keputusan keluarga. Pelatih tidak boleh mencoba memaksakan nilai atau keyakinan mereka pada keluarga. Sebaliknya, mereka harus bekerja sama dengan keluarga untuk menemukan solusi yang tepat bagi mereka.

Berikut adalah beberapa contoh praktis tentang bagaimana pelatih dapat menghormati nilai dan keyakinan keluarga:

- **Menanyakan pertanyaan:** Pelatih harus bertanya untuk memahami nilai dan keyakinan keluarga tentang disabilitas. Ini akan membantu pelatih memahami perspektif keluarga dan menyesuaikan pendekatan pelatihan mereka.
- **Peka terhadap budaya:** Pelatih harus menyadari berbagai cara keluarga di Asia Tenggara memandang disabilitas. Mereka harus

menghindari asumsi tentang nilai dan keyakinan keluarga dan menghormati budaya keluarga.

- **Fleksibel:** Pelatih harus fleksibel dalam pendekatannya dan bersedia menyesuaikan gaya pelatihan mereka untuk memenuhi kebutuhan keluarga individu.

4.2 Memahami pelatihan

Pelatih dapat membantu klien mereka mencapai tujuan dan meningkatkan kualitas hidup mereka dengan mematuhi prinsip dan nilai berikut:

Fokus pada klien: Dengan kata lain, klien adalah ahli. Pelatih percaya bahwa klien memiliki jawaban yang mereka butuhkan untuk mencapai tujuan mereka. Peran pelatih adalah memfasilitasi perjalanan klien, bukan memimpinnya. Fokus pelatih adalah pada tujuan dan kebutuhan klien, bukan pada agenda pelatih sendiri.

Fokus pada saat ini dan masa depan: Pelatihan adalah tentang membantu klien fokus pada saat ini, mengembangkan rencana, dan bertindak agar mereka dapat mencapai tujuan mereka dalam waktu dekat. Pelatih tidak berkecukupan pada masa lalu atau khawatir tentang masa depan, tetapi seharusnya membantu klien tetap fokus pada apa yang bisa mereka lakukan sekarang.

Pendekatan kolaboratif: Pelatih dan klien bekerja bersama sebagai mitra. Pelatih tidak memberi tahu klien apa yang harus dilakukan, tetapi membantu klien menemukan solusi mereka sendiri.

Saling percaya dan saling menghormati: Pelatih dan klien harus memiliki dasar kepercayaan dan rasa hormat yang kuat agar hubungan pelatihan berhasil. Ini berarti pelatih harus jujur dan transparan dengan klien, dan klien harus bersedia terbuka dan rentan dengan pelatih. Pelatih tidak membuat janji yang tidak bisa mereka tepati, dan menghormati nilai, keyakinan, dan pilihan klien.

Pemberdayaan: Tujuan pelatihan adalah memberdayakan klien untuk mencapai tujuan mereka. Ini berarti pelatih tidak mencoba mengendalikan atau memanipulasi klien tetapi seharusnya membantu klien mengidentifikasi kekuatan dan sumber daya mereka serta mengendalikan hidup mereka dengan membuat keputusan sendiri.

Mendukung dan tidak menghakimi: Pelatih menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung di mana klien merasa nyaman untuk berbagi pikiran dan perasaan mereka. Pelatih tidak menghakimi klien dan tujuan mereka.

Komitmen terhadap kesuksesan klien: Pelatih berkomitmen untuk membantu klien mencapai tujuan mereka dan ada untuk mendukung mereka melalui tantangan dan merayakan keberhasilan mereka.

Kerahasiaan: Pelatih menjaga informasi klien tetap rahasia. Pelatih tidak membagikan informasi klien kepada orang lain tanpa izin klien. Kerahasiaan sangat penting agar klien merasa aman dan nyaman dalam hubungan pelatihan.

Hal ini adalah beberapa prinsip dan nilai kunci dari pelatihan. Pelatih yang berbeda mungkin menekankan prinsip dan nilai yang berbeda, tetapi semua pelatih berkomitmen untuk membantu klien mereka mencapai tujuan, termasuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

4.3 Keterampilan inti dalam pelatihan

Keterampilan inti pelatihan penting karena membantu pelatih menciptakan hubungan pelatihan yang sukses. Pelatih yang baik perlu memiliki keterampilan berikut:

Aktif mendengarkan

Mendengarkan aktif adalah keterampilan komunikasi yang melibatkan perhatian pada apa yang dikatakan orang lain, baik secara verbal maupun nonverbal. Ini juga melibatkan mengajukan pertanyaan klarifikasi dan merangkum poin-poin orang lain. Mendengarkan aktif adalah keterampilan penting bagi pelatih karena membantu mereka memahami tujuan, kebutuhan, dan tantangan klien.

Berikut beberapa tips untuk aktif mendengarkan:

- Perhatikan kata-kata dan bahasa tubuh orang lain.
- Ajukan pertanyaan klarifikasi untuk memastikan Anda memahami apa yang dikatakan orang lain.
- Rangkum poin-poin orang lain untuk menunjukkan bahwa Anda mendengarkan.
- Bersikap sabar dan tidak menghakimi.

Pertanyaan yang kuat

Pertanyaan kuat adalah keterampilan yang memungkinkan pelatih membantu klien mengeksplorasi pemikiran, perasaan, dan pilihan mereka. Pertanyaan yang kuat bersifat terbuka, menantang, dan merangsang pemikiran. Pertanyaan ini membantu klien melihat sesuatu dari perspektif yang berbeda dan menemukan solusi mereka sendiri.

Berikut beberapa tips untuk pertanyaan yang kuat:

- Ajukan pertanyaan terbuka yang tidak bisa dijawab dengan 'ya' atau 'tidak'.
- Ajukan pertanyaan yang dimulai dengan 'apa', 'bagaimana', 'mengapa', atau 'siapa'.
- Ajukan pertanyaan yang menantang asumsi klien.
- Ajukan pertanyaan yang membantu klien melihat hal-hal dari berbagai perspektif.

Memberikan feedback yang efektif

Feedback adalah informasi yang diberikan kepada seseorang tentang kinerja mereka. Feedback yang efektif spesifik, tepat waktu, dan dapat ditindaklanjuti. Hal ini membantu orang tersebut memperbaiki kinerja mereka dengan memberikan informasi tentang apa yang mereka lakukan dengan baik, apa yang bisa diperbaiki, dan bagaimana cara memperbaikinya.

Berikut beberapa tips untuk memberikan feedback yang efektif:

- Jadilah spesifik tentang apa yang dilakukan orang tersebut dengan baik dan apa yang bisa diperbaiki.
- Berikan feedback secara tepat waktu. Jangan menunggu terlalu lama untuk memberikan feedback.
- Pastikan feedback Anda dapat ditindaklanjuti. Beritahu orang tersebut apa yang bisa mereka lakukan untuk memperbaiki kinerja mereka.
- Bersikap hormat dan konstruktif.

Membangun Hubungan dan Kepercayaan

Hubungan adalah perasaan saling percaya dan memahami antara dua orang. Kepercayaan adalah kunci untuk hubungan pelatihan yang sukses. Ketika klien mempercayai pelatih mereka, mereka lebih cenderung terbuka dan jujur, serta lebih mungkin untuk mengikuti tujuan mereka.

Berikut beberapa tips untuk membangun hubungan dan kepercayaan:

- Jadilah tulus dan autentik.
- Selalu ada dan perhatian.
- Bersikap hormat dan tidak menghakimi.
- Menjadi pendengar yang baik.
- Bersikap mendukung dan memotivasi.

Menciptakan Lingkungan yang Aman dan Mendukung

Lingkungan yang aman dan mendukung penting untuk hubungan pelatihan yang sukses. Ketika klien merasa aman dan didukung, mereka lebih cenderung terbuka dan jujur, serta lebih mungkin untuk mengambil risiko.

Berikut beberapa tips untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung:

- Tetapkan batasan yang jelas.
- Hormati privasi klien.
- Bersikap tidak menghakimi.
- Bersikap mendukung dan memotivasi.
- Menjaga privasi.

Penetapan Tujuan dan Perencanaan Aksi

Penetapan tujuan dan perencanaan aksi adalah keterampilan penting

bagi pelatih. Pelatih membantu klien menetapkan tujuan yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu. Mereka juga membantu klien mengembangkan rencana aksi untuk mencapai tujuan mereka.

Berikut beberapa tips untuk penetapan tujuan dan perencanaan aksi:

- Bantu klien menetapkan tujuan yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu.
- Bantu klien mengembangkan rencana aksi untuk mencapai tujuan mereka.
- Bersikap mendukung dan memotivasi.
- Bantu klien melacak kemajuan mereka dan menyesuaikan rencana jika diperlukan.

Hal ini adalah beberapa keterampilan inti pelatihan yang perlu dikembangkan oleh pelatih. Dengan menguasai keterampilan ini, pelatih dapat membantu klien mencapai tujuan mereka dan mencapai potensi penuh mereka.

4.4 Proses pelatihan

Proses pelatihan adalah upaya kolaboratif antara pelatih dan klien. Klien membutuhkan pelatihan dengan tujuan atau serangkaian tujuan yang ingin mereka capai. Sesi pelatihan individu biasanya berlangsung sekitar satu jam dan dapat dilakukan setiap minggu atau

setiap dua minggu. Bergantung pada tujuannya, sesi ini umumnya berlangsung hingga 3 atau 6 bulan. Sebaliknya, pelatihan kelompok biasanya berlangsung dari 1 hingga 2 jam dengan idealnya jumlah peserta maksimum enam hingga delapan orang.

Berikut adalah beberapa langkah kunci dalam seluruh proses, baik itu pelatihan individu atau kelompok. Namun, penting untuk dicatat bahwa proses pelatihan dapat disesuaikan dengan kebutuhan spesifik klien.

- **Penilaian:** Proses pelatihan biasanya dimulai dengan pertemuan awal antara pelatih dan klien untuk menilai situasi terkini klien dan tujuan mereka. Selama pertemuan ini, pelatih akan mengenal klien dan tujuan mereka, serta kekuatan dan kelemahan mereka.
- **Perencanaan:** Pada pertemuan awal, pelatih akan bekerja dengan klien untuk mengembangkan rencana pelatihan guna mencapai tujuan mereka. Rencana ini kemungkinan akan mencakup penetapan tujuan yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu (SMART). Rencana pelatihan juga akan bersifat fleksibel, sehingga dapat disesuaikan jika diperlukan.
- **Pelaksanaan dan tindak lanjut:** Melalui jadwal yang disepakati bersama, pelatih dan klien akan melakukan pertemuan secara teratur, baik secara langsung maupun online, atau campuran dari keduanya. Sepanjang fase ini, klien juga akan mulai melaksanakan rencana aksi dan tujuan SMART yang disepakati sebelumnya,

dengan fleksibilitas yang cukup untuk perubahan di sepanjang jalan. Selama pertemuan ini, pelatih akan membantu klien melacak kemajuan mereka, mengidentifikasi tantangan, dan mengembangkan solusi. Pelatih akan memberikan dukungan dan dorongan kepada klien.

Penting untuk diingat bahwa proses pelatihan adalah sebuah perjalanan, dan tidak selalu mudah. Akan ada saat-saat ketika klien merasa terjebak, atau merasa bahwa mereka tidak membuat kemajuan. Inilah alasan mengapa pertemuan tindak lanjut secara teratur diperlukan dalam proses pelatihan.

- **Evaluasi:** Klien akan terus mengevaluasi kemajuan mereka dan menentukan apakah mereka telah mencapai tujuan mereka. Ini dapat dilakukan di luar sesi atau selama sesi. Ini juga merupakan waktu di mana pelatih dan klien dapat saling memberikan umpan balik.

Dalam hal ini klien harus berusaha sebaik mungkin untuk mengikuti rencana aksi dan mengambil tanggung jawab atas tindakan (atau ketidaktindakan) mereka. Mereka juga memiliki hak untuk membatalkan sesi pelatihan jika mereka merasa bahwa itu bukan platform yang tepat untuk mereka.

4.5 Alat pelatihan

Alat pelatihan merujuk pada sumber daya dan bantuan yang

digunakan pelatih untuk memfasilitasi proses pelatihan dan meningkatkan pemahaman serta kemajuan klien mereka. Alat-alat ini bisa berupa fisik, digital, atau konseptual. Contoh alat pelatihan termasuk penilaian dan kuesioner untuk penilaian diri, template penetapan tujuan, lembar pelacakan kemajuan, latihan visualisasi, penilaian kepribadian, dan berbagai model atau kerangka kerja yang digunakan untuk pemecahan masalah dan pengambilan keputusan.

Alat pelatihan berfungsi sebagai bantuan praktis yang membantu mengatur sesi pelatihan; memberikan kerangka kerja untuk pencapaian tujuan; dan memungkinkan klien untuk mendapatkan wawasan tentang kekuatan, kelemahan, dan area yang perlu diperbaiki. Alat-alat ini meningkatkan komunikasi dan kolaborasi antara pelatih dan klien, yang mengarah pada hasil pelatihan yang lebih efektif dan efisien.

Berikut adalah beberapa alat pelatihan umum yang digunakan dalam pengaturan pelatihan individu dan kelompok:

1. Model GROW

Model GROW (Whitmore, 2009) adalah kerangka kerja populer untuk pelatihan. Ini adalah singkatan dari Goal, Reality, Options, dan Way Forward. Model GROW membantu pelatih dan klien untuk menyusun percakapan pelatihan mereka dan fokus pada tujuan klien.

GOAL: Langkah pertama dalam model GROW adalah mendefinisikan tujuan klien. Tujuan harus spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan

berbatas waktu (SMART). Apa yang ingin mereka capai? Mengapa tujuan ini penting bagi mereka?

REALITY: Langkah berikutnya adalah menilai kenyataan klien saat ini. Ini termasuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan klien, serta tantangan yang mereka hadapi.

OPTIONS: Langkah ketiga adalah menghasilkan opsi untuk mencapai tujuan. Pelatih dan klien akan brainstorming daftar opsi yang mungkin, dan kemudian mengevaluasi opsi tersebut dan memilih yang terbaik.

WAY FORWARD: Langkah terakhir adalah mengembangkan langkah ke depan. Ini termasuk membuat rencana untuk melaksanakan opsi yang dipilih dan melacak kemajuan menuju tujuan. Apa langkah spesifik yang akan diambil klien untuk mencapai tujuannya?

2. Tujuan SMART

Tujuan SMART (SMART Goals, 2016–2017) adalah spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu. Ini adalah alat yang berguna untuk menetapkan dan mencapai tujuan.

SPESIFIK: Tujuan harus spesifik, jelas, dan mudah dipahami serta diukur. Misalnya, alih-alih mengatakan 'Saya ingin menurunkan berat badan', seseorang bisa mengatakan 'Saya ingin menurunkan 10 pound

dalam 6 minggu’.

TERUKUR: Tujuan harus dapat diukur, artinya harus ada cara yang jelas untuk melacak kemajuan dan menentukan apakah tujuan telah tercapai. Misalnya, Anda bisa melacak penurunan berat badan Anda secara mingguan.

DAPAT DICAPAI: Tujuan perlu dapat dicapai. Mereka harus menantang, tetapi juga realistis dan dalam jangkauan klien. Misalnya, jika Anda tidak terbiasa berolahraga, menetapkan tujuan untuk berlari maraton dalam 6 minggu mungkin tidak dapat dicapai.

RELEVAN: Tujuan harus selaras dengan nilai dan prioritas klien. Misalnya, jika tujuan keseluruhan adalah untuk bugar, menurunkan berat badan adalah tujuan yang relevan.

BERBATAS WAKTU: Tujuan harus memiliki tenggat waktu. Ini membantu menjaga klien tetap pada jalur dan memastikan bahwa tujuan tercapai. Misalnya, Anda bisa menetapkan tujuan untuk menurunkan 10 pound pada hari ulang tahun Anda.

Namun, ada jenis tujuan SMART yang lebih komprehensif yang membawa latihan penetapan tujuan ke tingkat berikutnya – tujuan SMART-ER (Garvey, 2019).

EVALUASI: Penting untuk menilai kemajuan klien dengan memeriksanya terhadap tujuan atau rencana awal dan bertanya:

- Seberapa sering saya harus meninjau tujuan saya?
- Bagaimana saya akan mengukur kemajuan saya?
- Faktor apa yang harus saya evaluasi dan kapan?

PENYESUAIAN: Rencana awal harus cukup fleksibel untuk disesuaikan agar tetap bergerak menuju tujuan. Banyak hal yang dapat berubah di sepanjang jalan dan tanpa Rencana B, rintangan yang tidak terduga bisa mengakibatkan kegagalan. Beberapa pertanyaan yang bisa ditanyakan klien adalah:

- saya akan menyesuaikan diri untuk mengatasi rintangan atau terobosan?
- Faktor mana yang bisa dengan mudah diubah, dan mana yang lebih kaku?
- Tenggat waktu eksternal apa yang saya miliki dan bagaimana saya dapat menyesuaikannya?

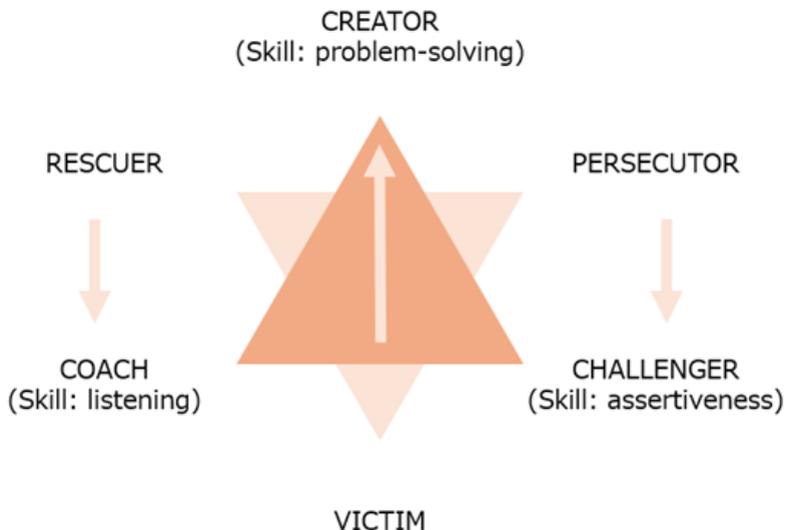
Pelatih dapat membimbing klien dalam proses ini dan membantu klien kembali ke jalur dengan cepat.

» **Dinamika Pemberdayaan**

Dinamika Pemberdayaan (Emerald, 2016) adalah alat yang sangat efektif dalam mengubah pola pikir dan perspektif klien dengan membalikkan

peran tertentu yang mereka mainkan secara tidak sadar dalam kehidupan sehari-hari mereka. Konsep kunci di sini adalah kesadaran diri. Dengan kesadaran diri, klien dapat mengubah pola pikir mereka dari menjadi Korban ('Mengapa saya selalu yang menderita?') menjadi Pencipta ('Saya memiliki keterampilan pemecahan masalah yang baik!'), dari Penganiaya ('Kamu sama sekali tidak membantu saya!') menjadi Penantang ('Mari kita lihat bagaimana kita dapat bekerja sama untuk menyelesaikannya.'), dan dari Penyelamat ('Oh, kasihan kamu! Biarkan saya mengurus itu!') menjadi Pelatih ('Bagaimana saya bisa membantu?'). Gambar berikut dibuat oleh penulis yang merujuk ke sumbernya.

Gambar 3: Segitiga Pemberdayaan



Sumber: Penulis (diambil dari gambar Rosalie Puiman)

» Visualisasi dan imajinasi terpandu

Teknik-teknik ini melibatkan penggunaan imajinasi Anda untuk menciptakan gambaran yang jelas tentang diri Anda mencapai tujuan Anda dan dapat dilakukan dengan berbagai cara. Anda bisa menutup mata dan membayangkan diri Anda mencapai tujuan, atau Anda bisa menulis deskripsi rinci tentang bagaimana rasanya mencapai tujuan Anda.

Imajinasi terpandu adalah jenis visualisasi yang melibatkan mendengarkan rekaman yang membimbing Anda melalui latihan visualisasi.

Kedua teknik ini dapat membantu Anda tetap termotivasi, mengatasi rintangan, dan mencapai tujuan Anda dengan lebih cepat.

» Identifikasi dan penyelarasan nilai

Nilai adalah hal-hal yang penting bagi Anda. Mereka adalah prinsip panduan yang membentuk keputusan dan tindakan Anda. Ketika nilai-nilai Anda selaras dengan tujuan Anda, Anda lebih mungkin untuk termotivasi dan mencapai tujuan Anda.

Identifikasi nilai adalah proses mengidentifikasi nilai-nilai Anda. Ini dapat dilakukan dengan merenungkan kehidupan Anda, pengalaman Anda, dan hal-hal yang penting bagi Anda. Setelah Anda mengidentifikasi nilai-nilai Anda, Anda dapat mulai menyelaraskan tujuan Anda dengan

nilai-nilai tersebut. Ini berarti memastikan bahwa tujuan Anda konsisten dengan nilai-nilai Anda.

Penyelarasan nilai adalah alat yang kuat untuk membantu Anda mencapai tujuan Anda. Ketika tujuan Anda selaras dengan nilai-nilai Anda, Anda lebih mungkin untuk termotivasi dan mencapai tujuan Anda lebih cepat.

» Pelatihan berbasis kekuatan

Pelatihan berbasis kekuatan adalah pendekatan pelatihan yang fokus pada kekuatan klien. Pelatih membantu klien mengidentifikasi kekuatan mereka dan menggunakan kekuatan tersebut untuk mencapai tujuan mereka. Ini didasarkan pada keyakinan bahwa setiap orang memiliki kekuatan.

Tujuan dari pelatihan berbasis kekuatan adalah untuk membantu klien mengidentifikasi dan menggunakan kekuatan mereka untuk mencapai tujuan mereka. Dengan fokus pada kekuatan klien, pelatih dapat membantu klien membangun kepercayaan diri, mengatasi tantangan, dan mencapai tujuan mereka lebih cepat.

4.6 Pertimbangan etika

Agar klien memiliki pengalaman pelatihan yang positif dan produktif,

pelatih harus mengambil langkah-langkah untuk menjaga standar etika dalam praktik pelatihan mereka. Berikut adalah pertimbangan utama yang harus diperhatikan:

Kerahasiaan dan kepercayaan: Kerahasiaan sangat penting dalam pelatihan. Pelatih harus menjaga kerahasiaan semua informasi yang dibagikan oleh klien mereka. Ini termasuk informasi tentang tujuan klien, tantangan, dan kehidupan pribadi. Kepercayaan juga sangat penting dalam pelatihan. Klien harus dapat mempercayai pelatih mereka untuk menjaga kerahasiaan informasi mereka dan bertindak demi kepentingan terbaik mereka.

Batasan dan profesionalisme: Pelatih harus menetapkan batasan yang jelas dengan klien mereka. Ini berarti menghindari hubungan ganda, seperti menjadi teman dengan klien atau memberikan pelatihan kepada anggota keluarga. Pelatih juga harus selalu mempertahankan sikap profesional.

Konflik kepentingan: Pelatih harus menghindari konflik kepentingan. Ini berarti menghindari situasi di mana kepentingan pribadi atau profesional pelatih dapat mengganggu hubungan pelatihan, seperti melatih klien yang juga merupakan rekan bisnis. Penting juga bagi pelatih untuk menilai apakah klien mereka akan lebih baik dilayani oleh terapi atau konseling, dan siap untuk merujuk klien kepada profesional yang sesuai.

Menangani informasi sensitif: Pelatih mungkin dipercaya dengan informasi sensitif tentang klien mereka, seperti informasi medis, keuangan, atau pribadi. Pelatih harus menangani informasi ini dengan hati-hati dan mengambil langkah-langkah untuk melindungi kerahasiaannya.

Persetujuan yang diinformasikan: Persetujuan yang diinformasikan adalah proses memperoleh izin klien untuk memulai hubungan pelatihan. Ini berarti klien harus memahami tujuan pelatihan, risiko dan manfaat pelatihan, serta kualifikasi pelatih. Klien juga harus memberikan persetujuan mereka terhadap hubungan pelatihan.

4.7 Bagaimana pelatihan meningkatkan program pelatihan orang tua dan program pendampingan orang tua

Pelatihan profesional dapat memberikan dukungan berharga kepada orang tua yang telah mengikuti program Pelatihan Orang Tua dan Pendampingan Orang Tua. Ketika digabungkan dengan program-program ini, pelatihan akan memberikan manfaat berikut bagi orang tua:

Panduan yang dipersonalisasi: Pelatihan profesional memberikan panduan dan dukungan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan spesifik orang tua. Ini juga memungkinkan dalam pelatihan kelompok, karena setiap peserta pelatihan akan memiliki kesempatan untuk mengerjakan tujuan spesifik mereka. Hal ini memungkinkan orang tua

untuk mengatasi tantangan dan keadaan unik mereka.

Penerapan keterampilan: Pelatihan membantu orang tua menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik dengan membantu mereka menerapkan keterampilan dan strategi yang mereka pelajari selama program pelatihan. Seorang pelatih dapat membantu orang tua mengatasi situasi kehidupan nyata, memberikan feedback, dan memberikan dukungan berkelanjutan untuk memperkuat penerapan keterampilan yang telah dipelajari.

Penetapan tujuan dan perencanaan tindakan: Seorang pelatih bekerja dengan orang tua untuk menetapkan tujuan yang bermakna berdasarkan prioritas dan aspirasi mereka untuk meningkatkan kualitas hidup mereka, serta aspirasi mereka untuk anak mereka. Mereka membantu orang tua mengembangkan rencana dan strategi yang dapat dilaksanakan untuk mencapai tujuan ini, dengan membaginya menjadi langkah-langkah yang dapat dikelola. Ini memungkinkan orang tua untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari program pelatihan secara efektif.

Pertumbuhan dan adaptasi berkelanjutan: Program pelatihan orang tua dan pendampingan orang tua memberikan dasar yang solid, tetapi pertumbuhan dan adaptasi yang berkelanjutan sangat penting. Pelatihan profesional menawarkan kemitraan yang mendukung jangka panjang yang membantu orang tua melanjutkan perjalanan pertumbuhan mereka setelah pelatihan awal. Pelatih memberikan dorongan, akuntabilitas, dan

panduan saat orang tua menghadapi tantangan baru dan kebutuhan yang berkembang.

Dukungan emosional dan kemampuan mengatasi masalah: Membesarkan anak dengan gangguan perkembangan dapat menghadirkan tantangan emosional. Seorang pelatih menyediakan ruang yang aman dan tanpa penilaian bagi orang tua untuk mengungkapkan emosi mereka, menawarkan empati, mendengarkan aktif, dan pemahaman. Mereka juga dapat membantu orang tua mengembangkan strategi mengatasi masalah untuk mengelola stres, membangun ketahanan, dan mempertahankan, bahkan meningkatkan, kesejahteraan mereka.

Pemecahan masalah yang disesuaikan: Pelatihan membantu orang tua menganalisis dan mengatasi tantangan spesifik yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Pelatih membantu mengidentifikasi hambatan, mengeksplorasi perspektif alternatif, dan menghasilkan solusi kreatif. Pendekatan pemecahan masalah yang dipersonalisasi ini memungkinkan orang tua mengembangkan strategi yang paling sesuai untuk situasi unik mereka.

Membangun rasa percaya diri: Membesarkan anak dengan gangguan perkembangan kadang-kadang dapat menyebabkan keraguan diri dan ketidakpastian. Melalui pelatihan, orang tua memperoleh kepercayaan diri dalam kemampuan mereka saat mereka menyaksikan kemajuan

dan pencapaian mereka. Seorang pelatih memberikan dorongan positif, validasi, dan dukungan, membina rasa pemberdayaan dan keyakinan diri.

Kolaborasi dan jaringan: Pelatih, terutama dalam pengaturan pelatihan kelompok, dapat membantu orang tua terhubung dengan keluarga lain yang telah melalui pengalaman serupa. Dalam sesi pelatihan kelompok, misalnya, orang tua memiliki kesempatan untuk mendiskusikan tantangan situasi mereka, dan tujuan, sambil memiliki kesempatan untuk menjadi pelatih di antara mereka sendiri. Pelatih dapat memfasilitasi kolaborasi dan jaringan, menciptakan peluang bagi orang tua untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan sumber daya. Dukungan komunitas ini lebih lanjut meningkatkan pertumbuhan orang tua dan memberikan rasa memiliki.

4.8 Mengidentifikasi pelatih yang berkualifikasi

Pelatihan dapat menjadi alat yang sangat efektif untuk pengembangan pribadi bagi orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan. Namun, penting untuk memilih pelatih yang berkualifikasi untuk memastikan Anda mendapatkan manfaat maksimal dari pengalaman tersebut. Berikut adalah beberapa tips yang berguna:

Teliti berbagai gaya dan pendekatan pelatihan: Ada banyak jenis pelatihan yang berbeda, jadi penting untuk menemukan gaya yang cocok untuk Anda. Beberapa pelatih fokus pada membantu klien

mengembangkan keterampilan tertentu, sementara yang lain fokus pada membangun kepercayaan diri atau harga diri. Ada juga pelatih yang mengkhususkan diri dalam bekerja di bidang disabilitas.

Minta rekomendasi dari teman, keluarga, atau orang tua lain yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan: Ini adalah cara yang bagus untuk memulai dan mengetahui tentang pelatih yang sudah bekerja dengan keluarga di daerah Anda.

Periksa sertifikasi: Beberapa organisasi pelatihan profesional, seperti International Coaching Federation, menawarkan sertifikasi. Sertifikasi ini bisa menjadi cara yang baik untuk memastikan bahwa pelatih yang Anda pilih memiliki pelatihan dan pengalaman yang diperlukan.

Mewawancarai pelatih yang memiliki potensi: Setelah Anda memiliki beberapa pelatih potensial, jadwalkan wawancara dengan masing-masing. Ini akan memberi Anda kesempatan untuk mempelajari lebih lanjut tentang gaya pelatihan mereka dan melihat apakah mereka cocok untuk Anda. Beberapa pelatih hanya fokus pada pelatihan satu lawan satu, sementara beberapa bersertifikasi untuk pelatihan kelompok, jadi sebaiknya periksa.

Pertimbangkan lokasi pelatih: Jika Anda tinggal di daerah pedesaan, Anda mungkin perlu mencari pelatih yang bersedia melakukan perjalanan ke tempat Anda. Namun, banyak pelatih juga menawarkan

pelatihan individu dan kelompok secara online, yang bisa menjadi opsi yang nyaman bagi keluarga yang tinggal di daerah terpencil.

Siapkan dana pelatihan: Pelatihan bisa mahal, jadi penting untuk siap membayar untuk itu. Namun, beberapa pelatih juga menawarkan biaya yang dapat disesuaikan atau negosiasi.

Periksa layanan pelatihan yang ditawarkan oleh organisasi disabilitas: Banyak organisasi disabilitas menawarkan layanan pelatihan kepada anggota mereka. Layanan ini bisa menjadi cara yang tepat untuk mendapatkan bantuan dengan biaya yang lebih rendah.

Usulkan organisasi disabilitas atau pemerintah untuk membuat program pelatihan yang terjangkau: Jika tidak ada layanan pelatihan yang tersedia di area Anda, Anda dapat mengusulkan organisasi disabilitas atau pemerintah untuk membuat program semacam itu. Hal ini akan memastikan bahwa setiap orang memiliki akses ke dukungan yang mereka butuhkan untuk berkembang.

Bab 5

Kesimpulan

Panduan ini telah memberikan gambaran umum tentang manfaat dari Program Pelatihan Orang Tua, Pelatihan Pendamping Orang Tua, dan Pelatihan Profesional di Asia Tenggara. Program-program ini dapat berdampak signifikan pada kehidupan orang tua yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan dan yang berusaha mengembangkan keterampilan parenting mereka, meningkatkan pengetahuan mereka, mengatasi tantangan sehari-hari, mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup mereka, serta meningkatkan harga diri mereka.

Namun, masih banyak yang perlu dilakukan. Program-program ini perlu diadaptasi dan diterapkan di berbagai negara Asia Tenggara, sebaiknya diterjemahkan ke dalam bahasa lokal agar lebih banyak orang dapat memanfaatkannya. Organisasi disabilitas, serta pemerintah nasional dan lokal, juga perlu terlibat untuk membantu menyebarkan informasi tentang program-program ini agar lebih banyak keluarga dapat mengakses dukungan yang mereka butuhkan.

Kami menyarankan Anda untuk mengambil tindakan berikut untuk mendukung pengembangan dan penerapan program-program ini di Asia Tenggara:

1. Adaptasi dan terjemahkan panduan ini ke dalam bahasa lokal.
2. Bagikan panduan ini dengan rekan-rekan dan mitra Anda.
3. Gunakan panduan ini sebagai sumber daya untuk mengembangkan dan menerapkan program-program ini di negara Anda sendiri.

Terima kasih atas perhatian Anda.

Kami percaya program-program ini memiliki potensi untuk membuat perbedaan nyata dalam kehidupan orang tua dan keluarga yang merawat anak-anak dengan gangguan perkembangan di wilayah ini.

Bersama-sama, kita bisa membuat perbedaan.

Referensi

- Celestine (2021), 'Group Coaching: 20+ Activities for Successful Group Sessions', *Positive Psychology*. <https://positivepsychology.com/group-coaching> (accessed 5 November 2023).
- Emerald, D. (2016), *The Power of TED: The Empowerment Dynamic*. Bainbridge Island: Polaris Publishing.
- Garvey, J. (2019), 'It is Time for SMARTER Goals Setting', Blog-Performance Management, 4 November. <https://www.peoplegoal.com/blog/smarter-goals-setting> (accessed 5 November 2023).
- Grant, A.M., and Cavanagh, M.J. (2018), 'Life Coaching', in E. Cox, T. Bachkirova, and D. Clutterbuck (eds.), *The Complete Handbook of Coaching* (3rd ed.). Los Angeles: SAGE Publications, pp. 297–310.
- Inoue, M. (2009), 'Parent Training Practice Guidebook: Establishment of Program Implementation Standards and Preparation of Implementation Guidebook for the Regional Spread of the Family Support Program in Support of Persons with Developmental Disabilities', Tokyo: Ministry of Health, Labour and Welfare's Project for the Promotion of Comprehensive Welfare for Persons with Disabilities.
- International Coaching Federation (2023), 'Executive Summary', https://coachingfederation.org/app/uploads/2023/04/2023ICFGlobalCoachingStudy_ExecutiveSummary.pdf?utm_source=Website&utm_medium=CTR&utm_campaign=GCS&utm_id=Executive+Summary+ (accessed 5 November 2023).

National Rehabilitation Center for Persons with Disabilities (2004), 'The Act on Support for Persons with Developmental Disabilities', Law number 167 of 2004, Tokorozawa, Saitama, Japan: Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders, Division of Planning and Information.

Rosalie Puiman, Empowerment Triangle, <https://rosaliepuiman.com/drama-triangle-and-leadership/empowerment-triangle/> (accessed 12 July 2024).

UN General Assembly, 'Addressing the Socioeconomic Needs of Individuals, Families, and Societies Affected by Autism Spectrum Disorders, Developmental Disorders, and Associated Disabilities', Resolution Agenda Item 127 67/82: Adopted by the General Assembly, (67th session 2012–2013). <https://digitallibrary.un.org/record/746247?ln=en> (accessed 5 November 2023).

University of California (2017), *SMART Goals: A How to Guide: Performance Appraisal Planning 2016–2017*. University of California. https://www.ucop.edu/local-human-resources/_files/performance-appraisal/How%20to%20write%20SMART%20Goals%20v2.pdf.

Whitmore, J. (2009), *Coaching for Performance: Growing Human Potential and Purpose: The Principles and Practice of Coaching and Leadership (4th ed.)*. London: Nicholas Brealey Publishing.

Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pembinaan bagi Orang Tua Anak dengan Disabilitas Perkembangan di Asia Tenggara



Membesarkan anak dengan disabilitas perkembangan bisa menjadi pengalaman yang menantang tetapi memuaskan. Orang tua dari anak-anak dengan disabilitas perkembangan sering menghadapi serangkaian tantangan unik, termasuk memberi anak mereka dukungan dan perawatan yang diperlukan, menavigasi sistem pendidikan dan perawatan kesehatan, dan mengatasi dampak emosional dan finansial dari disabilitas anak mereka. Tantangan-tantangan ini dapat berdampak negatif pada kehidupan orang tua, termasuk kualitas hidup mereka, rasa terisolasi, dan pengetahuan dalam perencanaan perawatan.

Pelatihan orang tua, pelatihan mentor, dan pembinaan adalah tiga sumber daya penting yang dapat membantu orang tua dari anak-anak dengan disabilitas perkembangan. Program-program ini dapat memberi orang tua pengetahuan, keterampilan, dan dukungan yang mereka butuhkan untuk mengasuh anak mereka secara efektif dan untuk mengadvokasi kebutuhan anak mereka.

Buku Panduan Pelatihan, Pendampingan, dan Pembinaan bagi Orang Tua Anak dengan Disabilitas Perkembangan di Asia Tenggara adalah program perintis di Asia Tenggara yang menawarkan bantuan yang sangat berharga baik dalam lingkungan individu maupun kelompok, membekali orang tua dengan strategi praktis untuk menavigasi tantangan mereka dan menumbuhkan perspektif baru.

Buku panduan ini cocok untuk orang tua yang mengasuh anak-anak dengan gangguan perkembangan yang mungkin telah atau belum mengikuti salah satu program yang disebutkan dalam buku panduan ini.



Jl. KH. Mas Mansyur Kav. 35.
Karet, Tanah Abang - Jakarta, Indonesia
Campus C - LSPR Sudirman Park
Email: publishing@lspr.edu
Instagram: [@lspr.publishing](https://www.instagram.com/lspr.publishing)

