



Bab 11

Membantu Anak Anda Mengetahui Dimana Ia Berada (Orientasi)

Rani adalah seorang gadis kecil tunanetra yang dilahirkan di sebuah desa di India. Nenek Rani, yang bernama Baka, juga tunanetra dan sudah bisa menunjukkan kepada Jeevan dan Aruna, orang tua Rani, cara-cara mengajarkan Rani. Pada saat Rani berusia 2 tahun ia sudah belajar merasakan jalannya dengan menyusuri dinding dan perabot. Ia bergerak secara perlahan-lahan sambil dengan cermat menelusuri setiap bagian yang retak, menonjol, dan celah dengan jarinya. Sekarang keluarga



Hari ini Baka sedang menjelaskan kepada Jeevan dan Aruna bagaimana ia belajar pergi dari satu tempat ke tempat lain. "Bila aku ingin pergi dari pintu depan ke kursi kesukaanku, aku berjalan 8 langkah. Itu membawaku melewati meja. Kemudian aku melakukan seperempat putaran ke kiri, dan aku berjalan 4 langkah lagi. Kemudian aku mengulurkan tanganku dan memastikan di situ ada kursi, karena aku ingat suatu kali seseorang memindahkan kursi itu, dan aku terjatuh!" Baka tertawa mengingat peristiwa itu.

Tetapi cerita Baka tidak lucu. Penting bagi kita untuk memahami betapa sulitnya bagi anak tunanetra untuk belajar pergi ke mana-mana. Bagi Rani, untuk belajar berjalan tanpa berpegangan, ia harus mengingat setiap detail – berapa banyak undakan yang harus dilewati dan seberapa jauh ia harus berputar. Keluarga Rani harus bersabar karena Rani membutuhkan banyak usaha dan latihan.

Bagaimana anak belajar mengetahui di mana ia berada

Anak yang dapat melihat menggunakan matanya untuk mengetahui di mana ia berada dan di mana benda-benda berada. Anak yang tidak dapat melihat dengan baik juga perlu mengetahui hal-hal ini, namun ia harus belajar menggunakan indra-indranya yang lain. Setelah ia telah mampu untuk mengetahui letak benda, ia akan dapat bergerak ke sekeliling rumahnya dan kemudian menjadi aktif di lingkungan masyarakatnya. Untuk belajar bagaimana mengenal arah:

ia harus mengetahui di mana tubuhnya berada untuk mengetahui di mana letak benda-benda lain



ia harus mengetahui di mana benda-benda berada terkait dengan benda-benda lain



Anda bisa membantu anak Anda mempelajari keterampilan orientasi dengan cara: (1) mengajarkannya tentang tubuhnya dan bagaimana tubuhnya bisa bergerak, (2) membantunya mengembangkan indra-indranya, yang memberikan informasi penting mengenai lingkungan sekitarnya, dan (3) berpikir mengenai benda-benda di sekeliling rumahnya atau lingkungan tempat tinggalnya yang bisa ia gunakan sebagai penanda.

KESADARAN TUBUH

Anak mempelajari nama bagian-bagian tubuhnya dengan cara mengamati dan meniru orang lain. Anak yang tidak dapat melihat dengan baik akan mempelajari nama bagian-bagian tubuhnya yang berbeda ketika Anda mengajarkannya menggunakan indra pendengaran dan perabanya. Untuk kegiatan-kegiatan yang membantu bayi yang masih kecil belajar mengenai tubuhnya dan mengembangkan indra-indranya, lihat Bab 5, "Kegiatan-kegiatan untuk Bayi yang Masih Kecil." Banyak dari kegiatan-kegiatan ini juga baik untuk anak-anak yang lebih tua.

➤ *Membantu anak Anda mempelajari nama bagian-bagian tubuhnya yang berbeda*

Lakukan permainan di mana Anda meminta anak Anda melakukan sesuatu dengan bagian-bagian yang berbeda dari tubuhnya dan dengan tubuh Anda. Untuk memberikan gambaran kepada Anda, berikut ini adalah beberapa contoh:

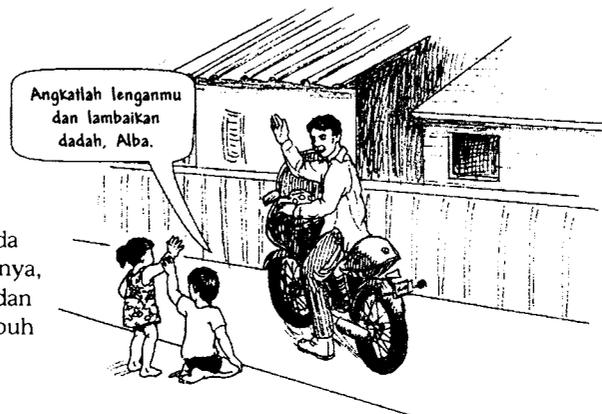
Mintalah anak Anda menyentuh bagian tubuhnya dan kemudian menyentuh bagian yang sama di tubuh Anda.



Suruhlah anak Anda bergulingan di lantai dan menyebutkan nama masing-masing bagian tubuhnya yang menyentuh lantai. Ini juga merupakan permainan kelompok yang baik.



Lilitkan kain di bagian-bagian tubuh anak Anda dan mintalah ia melepaskan lilitan kain tersebut seraya menjelaskan nama masing-masing bagian tubuh dan apa fungsinya.



Doronglah semangat anak Anda untuk menganggukkan kepalanya, menendang, dan melambai – dan menyebutkan nama bagian tubuh yang ia gunakan.

➤ **Membantu anak Anda belajar mengenai hubungan antara tubuhnya dan benda-benda lain**

Anak Anda perlu mempelajari gagasan-gagasan seperti “di depanmu” dan “di sebelah kirimu” untuk mengetahui di mana benda-benda berada. Berikut ini adalah beberapa cara untuk membantunya belajar. Usahakan untuk mendapatkan perhatiannya dengan mainan berisik. Katakan kepadanya di mana mainan itu berada – di **depan**, **belakang**, atau di sebelah **kanan** atau **kiri**. Kemudian pindahkan mainan itu, katakan kepadanya di mana benda tersebut berada, dan lihatlah apakah ia bisa menemukannya sendiri.

Robita, mari kita lihat berapa banyak batu yang bisa kamu pungut dengan tangan kananmu. Kemudian letakkan mereka di lutut kirimu.



Buatlah permainan di mana ia berada **di bawah** benda-benda (seperti meja atau tempat tidur), **di atas** benda-benda (seperti tempat tidur), **di antara** atau **di sekeliling** benda-benda (seperti meja dan kursi-kursi), **melalui** benda-benda (seperti pintu) dan **di dalam** benda-benda (seperti kotak besar). Jelaskan nama masing-masing gerakan.

Pertama-tama maju, lalu ke kiri untuk mendapatkan bolamu ...



Sekarang kelintingannya ada di belakangmu. Apakah kamu bisa menemukannya?

Apabila ia mengalami kesulitan membedakan kanan dan kiri, ikatlah pita atau gelang pada salah satu pergelangan tangannya.



Setelah ia bisa membedakan sisi kanan dan sisi kiri tubuhnya, berikan kepadanya benda-benda yang berbeda dan mintalah kepadanya untuk meletakkan benda-benda tersebut pada satu sisi atau sisi lainnya. Secara berkala, buatlah permainan tersebut lebih sulit.

Aku telah menyembunyikan bola di bawah meja. Mari kita lihat apakah kamu bisa menemukannya.



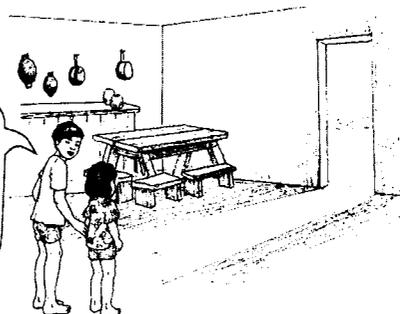
Buatlah permainan-permainan yang berbeda di mana ia harus menggerakkan tubuhnya ke depan, ke belakang, atau ke samping guna menemukan mainan. Jelaskan nama masing-masing gerakan. Apabila Anda menciptakan lagu yang menyebutkan nama masing-masing gerakan, ia akan mengingatnya lebih baik.

Penglihatan

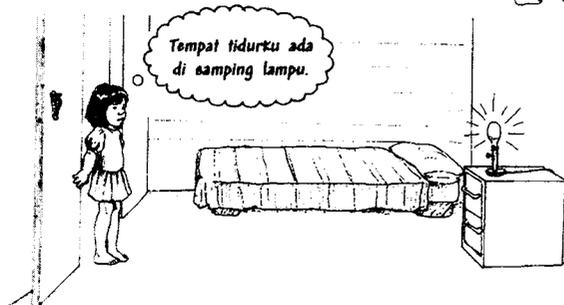
Anak-anak yang bisa melihat sedikit bisa menggunakan penglihatan mereka untuk membantu mereka mengenal arah, khususnya apabila Anda membantu mereka.

Apabila anak Anda bisa melihat cahaya, berikan ia petunjuk dengan petunjuk dengan menggunakan sumber cahaya sebagai titik pangkal.

Ketika kamu melihat cahaya dari pintu, meja tempat kita makan berada di sebelah kirimu.

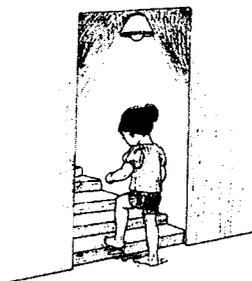


Tempat tidurku ada di samping lampu.



Apabila anak Anda bisa melihat cahaya, biarkan sebuah lampu menyala sehingga ia bisa mengenal arah sendiri ketika ia memasuki ruangan.

Tempatkan sebuah lampu di mana ketinggian lantai berubah atau di sebelah sesuatu yang perlu anak Anda ketahui untuk bergerak dengan aman.



Ini adalah pita kuning. Berarti, ini adalah pintu kamar Juana.



Apabila anak Anda bisa melihat warna-warna terang, letakkan kain, pita, cat, atau benda-benda yang berbeda warna pada pintu atau pada tempat-tempat yang berbeda di luar. Ketika ia melihat warna itu, ia akan tahu di mana ia berada.

Pendengaran

Pendengaran sangatlah penting bagi anak yang tidak dapat melihat dengan baik karena pendengaran memberikan kepadanya informasi mengenai benda-benda yang tidak berada di dekatnya. Bunyi membantu anak tunanetra mengetahui apakah benda itu, di mana letaknya, dan seberapa jauh benda itu. Sesering mungkin, bawalah anak Anda cukup dekat untuk menyentuh benda yang sedang mengeluarkan bunyi itu.

➤ *Membantu anak Anda mengenali dan menemukan bunyi*

Mainkan permainan di mana anak Anda menyebutkan nama bunyi sehari-hari di rumah dan di lingkungan masyarakat – seperti pintu yang menutup, kursi yang bergesekan dengan lantai, atau mesin jahit.



Mainkan permainan tebak-tebakan di mana anak Anda mengenali para anggota keluarga dan hewan peliharaan melalui bunyi yang biasa mereka timbulkan.



Anda juga bisa minta kepada anak Anda untuk bergerak menuju bunyi itu.

Mintalah anak Anda mendengarkan suara langkah kaki Anda ketika Anda bergerak ke arahnya dan lalu menjauh darinya. Lihatlah apakah ia bisa menyebutkan ke arah mana Anda sedang berjalan. Atau tepuklah tangan Anda ketika Anda bergerak lebih dekat dan kemudian menjauh. Kemudian berhentilah dan mintalah ia menemukan Anda.



Ajarkan anak Anda untuk mendengarkan bagaimana suara langkah kakinya (atau tongkatnya) berbeda ketika ia berada di dekat sebuah rumah atau dinding, dan ketika ia berada di tempat terbuka. Dengan latihan, ia bisa belajar menyebutkan seberapa dekat benda-benda melalui bunyi-bunyi ini. Keterampilan-keterampilan ini akan membantunya ketika ia sedang berjalan sendirian di lingkungan masyarakat.



Perabaan dan Perasaan

Untuk mengetahui di mana ia berada, anak Anda perlu belajar mengetahui bentuk, berat, dan tekstur benda-benda di sekelilingnya. Ia juga perlu belajar memperhatikan rasa lantai di bawah kakinya dan bagaimana suhu bisa berubah ketika ia bergerak dari satu tempat ke tempat lain.

► *Membantu anak Anda mengembangkan indra perabaannya*

Sepanjang hari, berilah semangat kepada anak Anda untuk menyentuh benda-benda yang memiliki ukuran, berat, dan tekstur yang berbeda. Mintalah ia menjelaskan apa yang ia rasakan. Anda lalu bisa meletakkan benda-benda dan tekstur-tekstur yang berbeda di sekitar rumah untuk membantu anak Anda mengetahui di mana ia berada.



Berikanlah anak Anda untuk mau berjalan dengan kaki telanjang di atas jenis-jenis tanah yang berbeda – sebagai contoh, di atas tanah, rumput, dan kerikil – sehingga ia bisa mengetahui bagaimana rasa masing-masing. Apabila ia membawa sepatu, ia lalu bisa memakainya dan mengetahui bagaimana tanah terasa berbeda. Ketika ia sedang berjalan di luar, informasi ini akan membantunya mengetahui di mana ia berada atau membantunya tetap berada di jalannya.

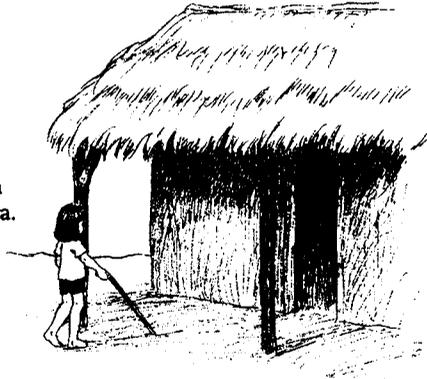




Ajarkan anak Anda bagaimana menggunakan kakinya untuk merasakan perbedaan ketinggian, seperti pada pinggir jalan atau trotoar.

Doronglah semangat anak Anda untuk mengamati ketika suhu berubah ketika ia bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain.

Ketika Ai-Ling merasakan udara menjadi dingin, ia tahu bahwa ia hampir berada di pintu rumahnya.



Clara tahu bahwa ia semestinya merasakan matahari di punggungnya ketika ia pulang dari pasar di sore hari.

Penciuman

Bau atau aroma, seperti bunyi, bisa memberikan informasi mengenai benda-benda dekat maupun jauh. Untuk memahami bagaimana menggunakan bau, anak Anda perlu belajar mengenali bau-bau yang berbeda dan dari mana mereka berasal. Anda bisa menggunakan tugas Anda sehari-hari untuk membantu anak Anda belajar mengenai bau-bau di lingkungan masyarakat.

➤ *Membantu memperbaiki indra penciuman anak Anda*

Ketika Anda sedang berjalan, jelaskan bau atau aroma yang berbeda di sekitar Anda – sebagai contoh, bau dari makanan, bunga, hewan, sampah. Apabila memungkinkan, bawalah anak Anda cukup dekat untuk menyentuh benda yang ia bau.



Di lain waktu Anda berjalan bersama-sama, lihatlah apakah ia bisa menyebutkan bau-bau sendiri ...

... dan mintalah ia berjalan menuju bau tersebut atau menjauhinya.



Sepanjang hari, tunjukkan makanan-makanan dan benda-benda rumah tangga yang berbeda dan berbau tajam. Lihatlah apakah anak Anda bisa mengenali mereka.

Keterampilan orientasi yang lain

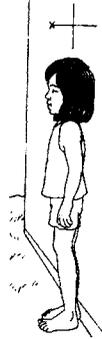
Untuk menjadi mandiri, anak perlu berjalan di tempat-tempat baru dan mengikuti petunjuk. Kegiatan-kegiatan ini mungkin sulit dipelajari oleh anak Anda dan pada awalnya mungkin menakutkan baginya. Mungkin juga sulit bagi Anda untuk memberikan petunjuk yang bisa ia ikuti. Anda bisa menjadi guru yang lebih baik bagi anak Anda apabila Anda:

- mencoba kegiatan-kegiatan tersebut dengan orang dewasa lebih dahulu. Balutlah mata Anda berdua dengan kain dan latihlah semua langkah. Berbicaralah tentang bagaimana Anda bisa membuat instruksi lebih jelas.
- kemudian mencoba mengajarkan seorang anak yang bisa melihat. Balutlah mata anak itu dengan kain dan tuntunlah ia melalui langkah-langkah yang sama seperti yang Anda coba dengan orang dewasa tadi. Perhatikan dengan cermat reaksinya sehingga Anda bisa menemukan cara untuk meyakinkan dan mendorong semangatnya.

➤ Membantu anak Anda mengikuti petunjuk

Setelah anak Anda merasa nyaman berjalan sendiri, ajarkan ia bagaimana cara berputar ...

Dengan punggungnya bersandar pada dinding, mintalah ia berputar ke satu sisi sampai ...



... satu bahu menyentuh dinding (seperempat putaran atau setengah putaran) ...



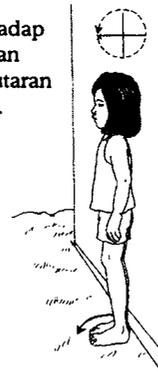
... ia sedang menghadap dinding (setengah putaran) ...



... ia sedang menghadap ke arah samping dengan bahu sebelahnya menyentuh dinding (tiga-perempat putaran atau putaran hampir penuh), dan ...



... ia menghadap ke depan lagi (putaran penuh).



Selalu ingatkan ia untuk memperhatikan bagaimana kakinya bergerak ketika ia melakukan ini. Secara perlahan-lahan ia bisa bergerak menjauhi dinding dan berlatih sendiri. Ingatlah untuk bersabar. Anak Anda membutuhkan banyak latihan sebelum ia bisa berputar sendiri.

➤ **Membantu anak Anda belajar berjalan di tempat baru**

Kegiatan-kegiatan ini akan membantu anak Anda belajar tentang:

- penanda (setiap benda, bunyi, atau bau yang selalu berada di tempat yang sama)
- tanda atau petunjuk (benda, bunyi, dan bau yang memberikan informasi namun tidak selalu berada di tempat yang sama)

Kegiatan-kegiatan ini sebaiknya dilakukan dengan urutan-urutan seperti yang diuraikan di sini:

1. Pertama-tama, mainkan permainan di tempat yang sudah dikenal dengan baik oleh anak Anda. Katakan kepadanya Anda telah meletakkan beberapa benda di jalannya, dan lihatlah apakah ia bisa melewatinya tanpa tergelincir atau jatuh. Ini akan membantunya merasa lebih percaya diri untuk mencoba berjalan di tempat-tempat baru.
2. Kemudian biarkan ia berpegang pada satu jari Anda dan berjalan satu langkah di belakang Anda melewati sebuah tempat baru.



Gerbang ini merupakan sebuah penanda yang baik, Celia.

Ayam-ayam itu merupakan tanda di mana kamu sekarang berada. Namun ingat, ayam-ayam itu bergerak ke sana kamari sehingga mereka tidak selalu berada di sini.

3. Ketika Anda berjalan, bantulah ia mengenali penanda-penanda dan tanda-tanda. Pastikan untuk mengajarnya tentang setiap penanda yang berbahaya, seperti sungai atau jalan raya.





4. Setelah ia merasa nyaman di tempat itu, berjalanlah melewatinya lagi – hanya kali ini berjalan mundur, di depannya, dan berbicaralah dengannya selagi Anda berjalan.

5. Akhirnya, berjalanlah di belakangnya sambil ia menjelaskan apa yang ada di sekelilingnya.

Bersabarlah. Anak membutuhkan waktu yang lama untuk merasa nyaman berjalan sendirian di tempat baru.



6. Setelah anak Anda merasa percaya diri, berikan kepadanya petunjuk mulai pada sebuah penanda yang dikenal dan jelaskan ke mana harus pergi dari sana. Lakukan ini untuk jarak-jarak yang sangat pendek pada awalnya, kemudian tambahkan jarak tersebut secara perlahan-lahan.

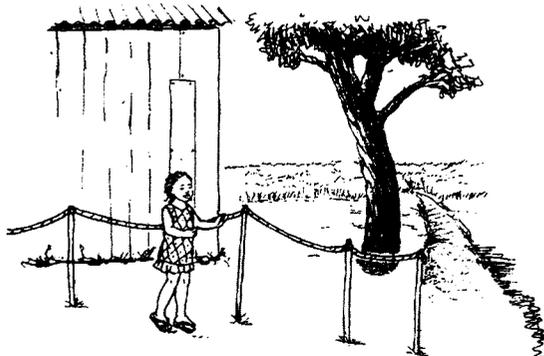


Bagaimana masyarakat bisa membantu

Anggota masyarakat bisa membantu anak Anda untuk lebih mudah menemukan jalannya. Para anggota masyarakat bisa belajar memberikan petunjuk yang akan membantunya menemukan segala sesuatu sendiri. Bab 13 berbicara mengenai bantuan khusus yang bisa diberikan oleh para anggota masyarakat kepada anak yang tidak dapat melihat dengan baik. Mereka bisa juga meletakkan penanda di tempat-tempat yang akan membantu anak Anda menemukan jalannya atau mengetahui di mana harus berputar. Masing-masing desa atau lingkungan tempat tinggal berbeda, sehingga Anda dan komunitas Anda harus memutuskan apa yang tepat untuk anak Anda. Berikut ini adalah dua contoh penanda yang bisa menjadi proyek komunitas untuk membantu anak yang tidak dapat melihat dengan baik:



Meletakkan tiang atau penanda lain di persimpangan jalan untuk membantu anak Anda menemukan jalannya.



Meletakkan tali atau jeruji penuntun bisa membantu anak Anda menemukan jalannya.