



Bab 14

Dukungan untuk Orangtua dan Pengasuh

Di seluruh dunia, orangtua dan para anggota keluarga bekerja sangat keras mengasuh anak-anak kecil mereka. Dan bila suatu keluarga mempunyai anak yang tidak dapat mendengar, ada tanggungjawab tambahan untuk memastikan bahwa anak mendapatkan segala yang diperlukannya untuk tumbuh dengan baik. Pekerjaan tambahan itu akan besar sekali bedanya bagi anak, tetapi dapat sangat menekan/menimbulkan stress dan melelahkan bagi orangtua. Bab ini berisi informasi untuk membantu keluarga dan pengasuh anak-anak tunarungu menemukan cara untuk menangani situasi mereka dan merawat diri sendiri sebaik mereka merawat anak mereka.



Karena kita berbagi kehidupan dengan anak-anak kita, semua yang terjadi pada mereka sangat memengaruhi kita. Banyak keluarga yang mempunyai anak tunarungu merasa tak berdaya atau takut akan masa depan. Jika orangtua bersatu untuk mendukung satu sama lain, mereka dapat memperbaiki kehidupan anak-anak mereka yang tunarungu. Mereka juga dapat bekerja sebagai satu kelompok agar masyarakat memberikan dukungan yang lebih baik bagi semua anak yang mempunyai masalah pendengaran.

Ketika anda pertama kali mengetahui bahwa anak anda tidak dapat mendengar dengan baik

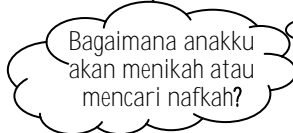
Mengetahui bahwa anak tidak dapat mendengar dengan baik atau tunarungu dapat sangat membingungkan, bahkan bagi keluarga yang mempunyai sanak saudara yang tunarungu atau tak dapat mendengar dengan baik. Hal ini wajar. Anda mungkin mempunyai perasaan:

- khawatir apa yang harus dilakukan



Aku tidak tahu apa-apa mengenai ketunarunguan. Bagaimana aku dapat membantu anakku

- takut akan napa artinya menjadi tunarungu dan takut mengenai masa depan



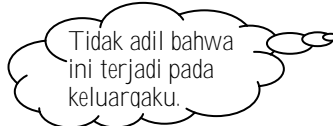
Bagaimana anakku akan menikah atau mencari nafkah?

- penyangkalan



Anakku akan mendengar dengan baik jika aku menemukan pengobatan yang tepat.

- marah pada apa yang terjadi



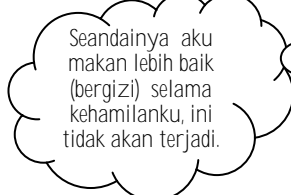
Tidak adil bahwa ini terjadi pada keluargaku.

- kesendirian



Tak seorangpun tahu seperti apa rasanya kesepian ini. Tak seorangpun dapat membantu.

- Merasa bersalah mengenai apa yang telah anda lakukan yang menyebabkan ketunarunguan



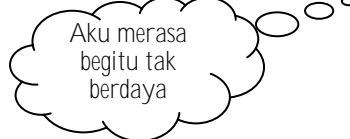
Seandainya aku makan lebih baik (bergizi) selama kehamilanku, ini tidak akan terjadi.

- Malu karena anak anda tunarungu



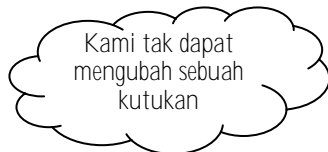
Bagaimana pikit para tetangga nanti?!

- Sedih, tak berdaya, atau tak merasa apa-apa (depresi)



Aku merasa begitu tak berdaya

- Menerima sebagai nasib atau hukuman



Kami tak dapat mengubah sebuah kutukan

Memahami emosi anda

Orangtua, anggota keluarga yang dan pengasuh akan bereaksi terhadap emosi yang mereka rasakan secara berlainan. Sebaiknya membiarkan setiap orang merasakan emosi itu dengan caranya sendiri, tanpa penghakiman.

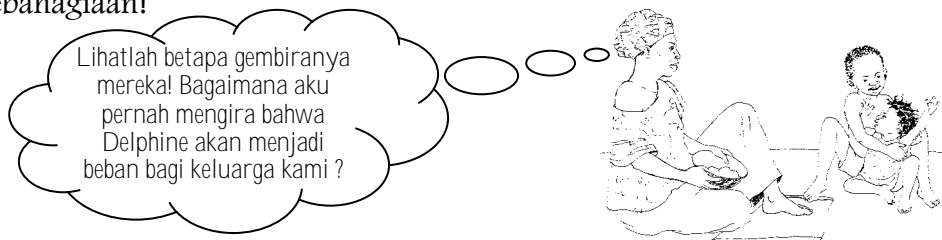
Emosi seperti juga kekhawatiran, kesepian, atau ketakutan akan tidak begitu kuat dengan berjalannya waktu. Anda akan menyadari bahwa seorang anak yang tidak dapat mendengar dengan baik mempunyai kebutuhan yang sama akan cinta, kasih sayang, disiplin, dan belajar, seperti anak-anak lain.



Emosi-emosi ini akan kembali kepada anda pada saat-saat yang penting dalam kehidupan anak anda, seperti ketika dia mulai sekolah. Ini tidak berarti ada yang salah. Ini sekedar berarti anda masa penyesuaian lagi dengan akan menjalani **suatu ketunarunguannya**.

Emosi yang kuat ini dapat membantu anda bertindak untuk membuat hidup anak anda lebih baik. Misalnya, kesepian mungkin mendorong anda untuk mengulurkan tangan kepada orang dewasa tunarungu di masyarakat anda atau kepada keluarga-keluarga lain yang mempunyai anak tunarungu. Kemarahan mungkin memberi anda energi untuk membantu mengorganisir orangtua lain untuk membujuk pemerintah menyediakan pendidikan bagi anak tunarungu.

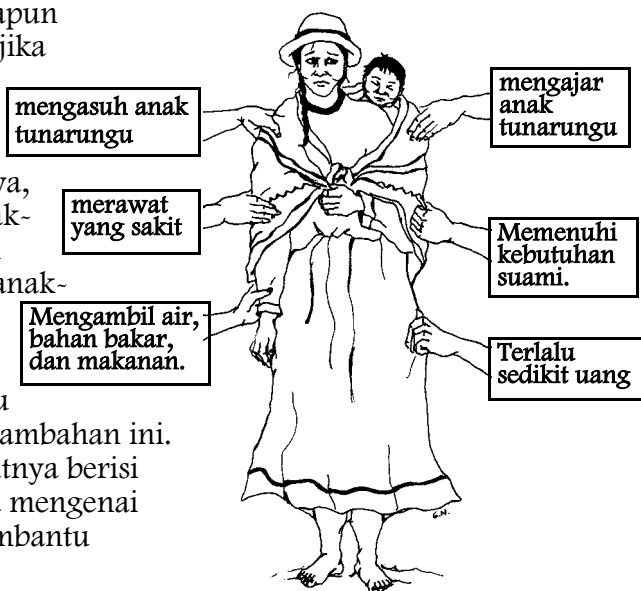
Bila anda menerima bahwa anak anda tidak dapat mendengar dengan baik, anda dapat mulai mencintai anak anda seperti apa adanya. Dan, seperti semua anak, dia akan memberi anda banyak dukungan, kesenangan, dan kebahagiaan!



Mengelola stress Pengasuh

Menjadi orangtua anak manapun merupakan kerja keras. Dan jika anak anda tetapi dapat mendengar dengan baik atau tunarungu, maka ada tugas yang lebih berat lagi. Misalnya, keluarga harus mengajar anak-anak tunarungu berbagai hal yang dipelajari sendiri oleh anak-anak lain dari mendengar percakapan orang.

Mungkin sulit mencari waktu dan energi untuk pekerjaan tambahan ini. Halaman ini dan yang berikutnya berisi beberapa saran dari keluarga mengenai berbagai cara yang telah membantu mereka menangani stress ini.



Perduli akan pengasuh

Orangtua dan pengasuh yang lain akan dapat mengasuh/memelihara anak-anak secara lebih baik jika mereka juga mempunyai waktu untuk santai.

Hal-hal yang sederhana seperti pergi ke pasar, mengunjungi teman atau famili, bercakap-cakap dengan teman-teman, dipijat, menjadi bagian dari suatu kelompok masyarakat – semuanya dapat berguna. Ingatlah, anda dapat lebih membantu anak anda bila anda merasa sehat/enak.



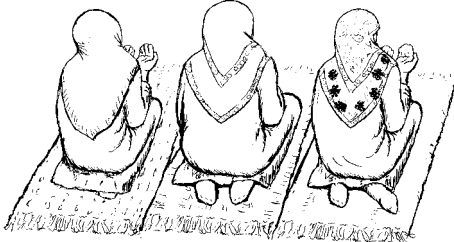
Ingatlah untuk saling peduli. Menjadi orangtua adalah pekerjaan berat.

Kadang-kadang ada gunanya sekelompok orangtua berkumpul untuk bercakap-cakap satu sama lain mengenai kesulitan apapun yang mungkin mereka alami. Jika ada yang mengalami kesulitan menceritakan berbagai hal kepada yang lain di dalam kelompok, mungkin mereka dapat membuat nyanyian, puisi, atau cerita mengenai situasi mereka. Menggambar dan melukis gambar-gambar juga dapat membantu orang mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka tanpa menggunakan kata-kata. Mereka tidak harus menjadi seniman “yang sebenarnya” untuk dilakukan.



Banyak masyarakat mempunyai kepercayaan dan tradisi yang membantu menenangkan tubuh dan jiwa, sebagaimana juga membangun kekuatan batin. Melakukan tradisi-tradisi ini dapat membantu anda mengurus diri secara lebih baik.

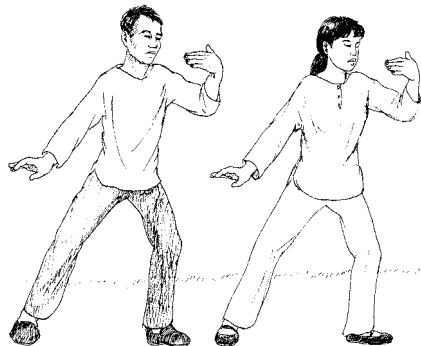
Doa



Meditasi



Olahraga atau seni bela diri



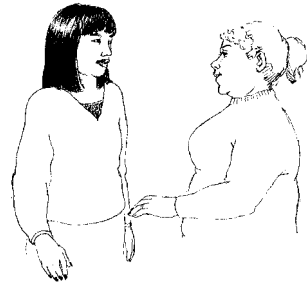
Kelompok orangtua

Suatu kelompok orangtua mengubah hidup Irlandita

Seorang ibu di Nicaragua, bernama Rosa, mulai menduga ada sesuatu yang tidak beres dengan anak gadisnya, Irlandita. Irlandita tidak menjawab ketika namanya dipanggil, dan hanya bereaksi pada bunyi yang sangat keras.

Khawatir mengenai anaknya, Rosa membawa Irlandita ke dokter ketika dia berumur 16 bulan. Dokter itu sangat dingin terhadapnya, dan hanya berkata, “Anak anda tidak dapat mendengar apa-apa. Bawalah dia kembali bila dia berumur 5 tahun dan kita akan lihat apakah ada yang dapat dilakukan untuknya.” Rosa pergi dan merasa lebih takut dan bingung daripada sebelum dia ke dokter.

Di tengah jalan pulang dia bertemu dengan seorang teman yang menyarankan agar dia membuat janji dengan Los Pipitos, sebuah organisasi masyarakat. Los Pipitos dimulai oleh sekelompok orangtua yang ingin agar anak-anak mereka yang cacat mempunyai kesempatan untuk berkembang sepenuhnya



Meskipun dokter dan staf di Los Pipitos memberi Rosa diagnosis yang sama - bahwa anaknya tunarungu mereka juga memberinya harapan untuk masa depan. Mereka menjelaskan bagaimana dengan bantuan khusus dan dukungan ekstra dari keluarganya, Irlandita dapat berkembang sama seperti seorang anak yang mendengar secara normal. Dengan dukungan para orangtua lain di Los Pipitos, Rosa mulai merasa percaya bahwa dia dapat membuat perubahan dalam hidup Irlandita.

Sekarang Rosa adalah seorang anggota aktif Los Pipitos dan dia bekerja untuk memberi orangtua lain bantuan serta persahabatan yang sama yang dia sendiri telah menemukan ketika dia membutuhkannya.

Berkat dukungan keluarga, dan kepedulian yang diberikan di Los Pipitos, Irlandita adalah seorang gadis yang ekspresif, penuh kasih, bahagia, cerdas, dan percaya diri. Dia dapat berkomunikasi dan mampu masuk ke sekolah biasa

Dengan bantuan Los Pipitos dan banyak upaya di rumah, kami telah maju banyak dalam waktu 3 tahun. Kepada orangtua lain, saya ingin mengatakan, “Aku dapat melakukannya, dan anda juga! Cobalah!”



MEMULAI SEBUAH KELOMPOK

Jika anda tahu ada orangtua lain yang mempunyai anak-anak tunarungu di masyarakat anda, tetapi tidak ada suatu kelompok orangtua di wilayah anda, mungkin terserah kepada andalah untuk memulai (membentuk) satu kelompok orangtua. Beberapa kelompok orangtua yang paling kuat, paling aktif, dimulai karena gagasan satu orang. Sebagai sebuah kelompok, orangtua dapat bekerja sama memecahkan masalah. Orangtua yang bekerja sama dapat melakukan lebih banyak daripada jika masing-masing bekerja sendirian.

Kelompok kami mengirim seseorang untuk berbicara dengan Himpunan Kaum Tunarungu Nasional di kota. Sekarang seorang petugas lapangan yang tunarungu secara teratur menaungi desa kami.



- Carilah 2 pasang orangtua atau pengasuh, atau lebih, yang ingin mulai membentuk satu kelompok. Jika anda tidak mengenal keluarga lain yang mempunyai anak tunarungu, anda mungkin dapat menemukan orangtua anak-anak yang menyandang cacat lain. Atau seorang petugas lapangan mungkin mengenal para orangtua di masyarakat lain yang dekat.
- Rencanakan kapan dan di mana akan mengadakan pertemuan. Ada gunanya memilih tempat di mana semua orang akan dapat merasa nyaman berbicara, mungkin sebuah ruangan di sekolah, pusat kesehatan, koperasi, atau tempat ibadat. Dalam pertemuan pertama, bicarakan mengapa anda mengadakan pertemuan dan apa yang anda harapkan.
- Mungkin satu orang akan menjadi pemimpin beberapa pertemuan pertama. Tetapi penting bahwa tak ada satu orang yang mengambil keputusan untuk kelompok itu. Semua orang harus mempunyai kesempatan bicara. Usahakan agar diskusi tetap terpusat pada alasan utama pertemuan itu. Setelah beberapa pertemuan yang pertama, bergiliranlah memimpin kelompok. Dengan pemimpin pertemuan yang bergantian setiap kali, itu akan membantu anggota yang pemalu untuk berpartisipasi.

BELAJAR MENDUKUNG SATU SAMA LAIN

Bahkan bila orang mengenal satu sama lain dengan baik, mungkin perlu waktu untuk merasa nyaman bercakap-cakap mengenai perasaan, pengalaman, dan tantangan membesarkan seorang anak yang tunarungu atau tidak dapat mendengar dengan baik. Hal-hal ini memerlukan latihan.

Untuk apa kita menceritakan kesulitan kita kepada seluruh tetangga ?



Omar, siapa yang dapat membantu kita lebih baik daripada teman-teman kita? Paling tidak kita semua dapat menghadapi masalah-masalah ini bersama-sama.

Di sini ada beberapa saran untuk membantu para anggota kelompok merasa nyaman dan saling mempercayai:

Dengarkan dengan cermat apa yang dikatakan oleh orang lain tanpa menghakimi mereka. Pikirkan bagaimana anda ingin orang lain mendengarkan anda dan kemudian, usahakan mendengarkan mereka dengan cara yang sama.



Usahakan tidak memberitahu orang lain apa yang harus dilakukannya. Anda dapat membantu orang lain mengerti bagaimana perasaan mereka, dan menceritakan pengalaman anda sendiri. Tetapi semua orang harus menentukan keputusan mereka sendiri mengenai cara yang terbaik untuk merawat anak mereka.



Hormatilah privasi satu sama lain. Jangan sekali-kali mengatakan kepada orang lain apa yang dibicarakan oleh kelompok kecuali tiap orang berkata itu tidak apa-apa.



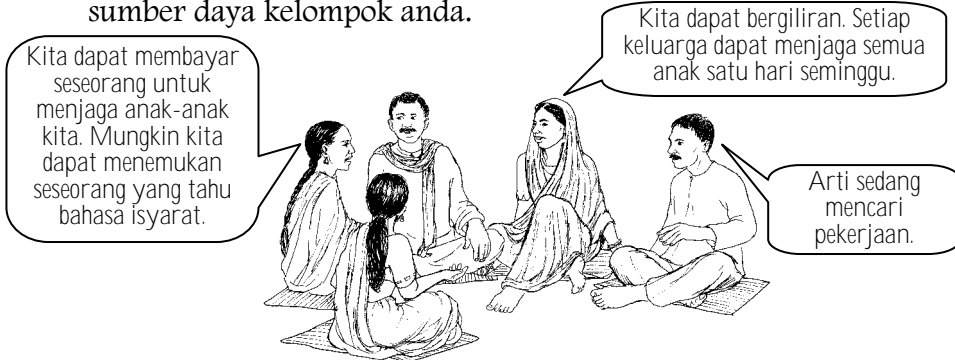
Merencanakan aksi/tindakan

Orangtua yang bekerja sama dapat mengambil tindakan untuk memecahkan banyak masalah. Inilah beberapa langkah yang berguna untuk mengambil tindakan:

1. Pilihlah masalah yang oleh sebagian besar orang di dalam kelompok dirasa penting. Meskipun mungkin diperlukan banyak perubahan, kelompok anda akan lebih efektif jika mereka memikirkan masalah satu per satu. Mula-mula, pilihlah masalah yang kelompok anda mempunyai kemungkinan yang baik untuk memecahkan dengan cepat. Lalu, setelah kelompok belajar bagaimana bekerja sama, kalian dapat memikirkan masalah yang lebih rumit.



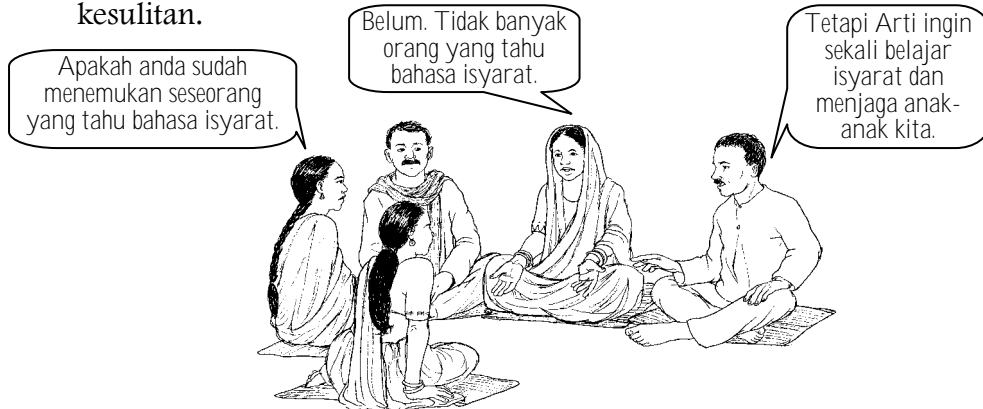
2. Tentukan bagaimana kalian ingin memecahkan masalah itu. Daftarlah berbagai cara bagaimana masalah itu dapat dipecahkan lalu pilihlah satu yang paling baik menggunakan kekuatan dan sumber daya kelompok anda.



3. Buatlah rencana. Para anggota kelompok perlu melakukan berbagai hal agar pekerjaannya selesai. Cobalah menentukan tanggal ketika setiap tugas harus diselesaikan.



4. Ketika anda berkumpul, bicarakan mengenai bagaimana pekerjaan itu berlangsung. Sesuaikan rencana anda seperlunya jika timbul kesulitan.



SEBUAH KELOMPOK DENGAN SEDIKIT SUMBER DAYA MASIH DAPAT MENGADAKAN PERUBAHAN/PERBEDAAN!

Kami percaya seluruh komunitas/masyarakat - tetangga, desa, kota, atau bangsa - bertanggungjawab menyokong keluarga yang mempunyai anak cacat. Tetapi kadang-kadang, diperlukan para orangtua yang bekerja sama untuk membuat masyarakat yang lebih luas memikul tanggung jawab itu. Seperti yang ditunjukkan kisah berikut ini mengenai sekelompok orangtua yang mempunyai ketetapan hati di Afrika Selatan, yang menunjukkan bahwa ketika orang bekerja sama dan mengumpulkan sumber daya mereka, mereka dapat mengatasi rintangan-rintangan dan membuat sesuatu di tempat yang sebelumnya tidak ada apa-apa.

Membangun sumber daya - kekuatan ketetapan hati

Di sebuah kota di Afrika Selatan, anak-anak yang tidak mampu belajar jarang bermain dengan anak-anak lain atau masuk sekolah. Banyak orangtua tidak dapat bekerja di luar rumah karena pusat ‘*day care*’ setempat tidak mau memasukkan anak-anak mereka. Pusat-pusat itu mengatakan kepada orangtua yang mengadakan pendekatan kepada mereka, “Anda tidak dapat memerintah kami!” dan “Kami tidak mempunyai fasilitas untuk mengajar anak-anak ini.”

Sekelompok orangtua - semua ibu-ibu yang menganggur, banyak yang tidak mempunyai atau sedikit saja mempunyai pendidikan formal - berkumpul dan memutuskan bahwa mereka harus melakukan sesuatu untuk anak-anak ini serta keluarga mereka. Mereka memutuskan bahwa 1 atau 2 orang dari antara mereka akan menjaga semua anak supaya ibu-ibu yang lain akan bebas mencari kerja.

Kami tidak punya biaya, tidak punya sumber daya khusus. Kami sepakat bahwa orangtua akan mengirim sesuatu bersama anak mereka - separuh buah kubis, wortel, atau kentang — apa saja yang bisa dipakai)



Dengan bahan-bahan ini, mereka yang menjaga anak-anak akan memasak sup.

Ibu-ibu membuat jadwal untuk mengasuh anak-anak. Ada yang memasak. Yang lain jadi guru. Yang lain cari pekerjaan dan mereka yang berhasil bekerja, menyumbang bagi mereka yang mengurus anak mereka dan ada yang membeli buku-buku untuk anak-anak.

Seorang pekerja sosial tahu mengenai usaha ibu-ibu itu dan berhasil mendapatkan uang dari pemerintahan setempat untuk membayar ibu-ibu yang mengurus anak-anak.

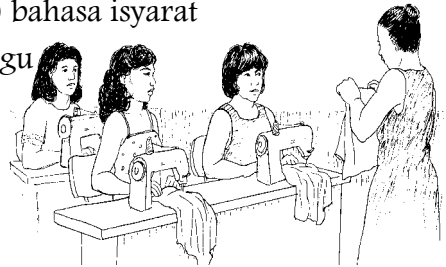
Hanya dengan ketetapan hati, ibu-ibu ini dapat membuat day-care center untuk anak-anak mereka dan dapat gaji pula.

Bekerjasama untuk perubahan

Kelompok orangtua mengupayakan berbagai macam proyek. Mereka mungkin mencoba memperbaiki kondisi ekonomi keluarga-keluarga, sikap masyarakat, atau undang-undang atau hukum pemerintah serta pelayanan pemerintah untuk anak-anak tunarungu - semua sebagai cara untuk membantu anak-anak mereka. Untuk mendapat sumber daya lebih banyak untuk anak-anak mereka, sebuah kelompok orangtua dapat:

- Mencari cara untuk mendapat pembiayaan untuk proyek-proyek baru untuk membantu anak-anak tunarungu.
- Membantu orangtua mengembangkan ketrampilan baru.
- Menawarkan seminar mengenai cara-cara mengajar dan membantu anak-anak mereka.
- Berbagi informasi mengenai alat bantu dengar.
- Mengorganisir kelas-kelas (pelajaran) bahasa isyarat
- Mengumpulkan penyandang tunarungu dan orang yang dapat mendengar.

Ibu-ibu ini belajar cara menjahit pakaian supaya mereka dapat memperoleh pendapatan lebih banyak, bekerja lebih dekat ke rumah, dan mempunyai waktu lebih banyak bersama anak-anak mereka.



Banyak kelompok orangtua bekerja untuk mendidik (anggota) masyarakat lainnya mengenai ketunarunguan. Mereka sering bekerja sama dengan orang-orang yang tunarungu. Kelompok-kelompok menggunakan seminar, program radio, buletin, *billboards* (iklan besar), teater jalanan, dan poster untuk membantu orang lain lebih mengerti mengenai ketunarunguan.

Beberapa kelompok orangtua bekerja untuk memperbaiki program pemerintah dan undang-undang untuk anak-anak tunarungu. Mereka menghubungi orang-orang di dalam pemerintahan, seperti menteri kesehatan dan pendidikan. Mereka mengatakan kepada para menteri itu mengenai pelayanan yang diperlukan oleh masyarakat mereka, atau mengenai undang-undang yang diperlukan untuk melindungi anak-anak tunarungu atau yang mempunyai masalah pendengarn. Mereka menulis surat, mengedarkan petisi, atau mengorganisir protes jika pejabat pemerintah tidak memperbaiki kondisi untuk anak-anak mereka.

