

Mengembangkan Hubungan Kelekatatan

Buku Panduan Membangun Hubungan yang Penuh Kepercayaan dengan Anak dan Orang Dewasa yang Memiliki Disabilitas Intelektual Berat atau Disabilitas Ganda



Paula Sterkenburg

BARTIMEUS REEKS

Mengembangkan Hubungan Kelekatan

Buku Panduan Membangun Hubungan yang Penuh Kepercayaan dengan Anak dan Orang Dewasa yang Memiliki Disabilitas Intelektual Berat atau Disabilitas Ganda

Paula Sterkenburg

BARTIMEÛS SERIES

Bartiméus:

Affect-us
onbeperkt verbonden en gezien



**Bartiméus:
fonds**



Kolofon / Informasi Penerbit

Bartiméus

P.O. Box 340

3940 AH Doorn

088 - 88 99 888

info@bartimeus.nl

www.bartimeus.nl

Desain Grafis dan Produksi

PINTA - grafische producties

Webedu

Foto sampul

Diondra Lopez & Marloe de Jong

Foto-foto dari DVD

'Developing an Attachment Relationship'

ISBN/EAN: 978-90-83551-86-9

Cetakan pertama

@2026 Bartiméus

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang. Dilarang mengutip, menerbitkan kembali, atau memperbanyak Sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penerbit, kecuali kutipan untuk keperluan akademis, resensi, publikasi, atau kebutuhan nonkomersial dengan jumlah tidak sampai satu bab.

Penulis

Prof. Dr. Paula Sterkenburg adalah psikolog/terapis layanan kesehatan di Bartiméus di Doorn, serta profesor di Departemen Pendidikan Perkembangan di Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Vrije Universiteit Amsterdam, The Netherlands.

In collaboration with

Jan Ilzermant, filmmaker (DVD: 'Developing an Attachment Relationship')

Advisory Group

Truus van Duijvenboden, Marlou de Jong, Jantina de Vries

With the assistance of

Roxanne Angenent, Rafaella van der Hoeven, Marlou de Jong, Nelleke de Jong, Diondra Lopez, Sjoerd Postmat, Marjan van Vulpen, Thomas van Zwieten.

Penyunting Akhir

ABC Redactie, Iris Stekelenburg-van Halem

Penterjemah

Kurnia Mega M.Psi., Psikolog
Yunike Balsa Rhapsodia M.Psi., Psikolog
Naomi Athina M.Psi., Psikolog

Reviewer

Anastasia Setyaning A.S. M.Psi., Psikolog

Publikasi pertama pada tahun 2011 didanai dengan bantuan dari Penghargaan tahun 2007 yang diberikan oleh Asosiasi Penyedia Layanan bagi Penyandang Disabilitas Belanda. Publikasi ini dibiayai oleh subsidi dari ZonMW, yang diberikan untuk proyek Affect-us Academic Collaborative center (Affect-us Pusat Kolaborasi Akademik), sebuah kerja sama antara Bartiméus, Vrije Universiteit Amsterdam, Odion, de Twentse Zorgcentra dan Ons Tweede Thuis. Selain itu, publikasi ini juga di dukung Bartiméus Fonds untuk mendukung jabatan guru besar luar biasa (khusus) Paula Sterkenburg di Vrije Universiteit Amsterdam.

Daftar Isi

Kata Pengantar	7
Pendahuluan	9
Teori Kelekatan (Attachment Theory)	11
Membangun Hubungan	11
Daftar Pustaka	13
Mari Berkenalan	14
Membangun Hubungan Kelekatan	18
Meluangkan Waktu untuk Membangun Hubungan Kelekatan	19
Mempertimbangkan Kondisi Orang Lain	21
Masalah Medis dan Membangun Hubungan Kelekatan yang Aman	23
Memusatkan Perhatian pada Anak	25
Mengamati	27
Perilaku Meniru (Mirroring Behavior)	29
Membiarkan Klien Tahu Anda Meniru Perilakunya	31
Perilaku Meniru Klien dengan Kemampuan yang Sangat Terbatas	33
Merasakan yang Dirasakan Orang Lain	35
Menamai Emosi	37
Mengembangkan Kesadaran Aksi-Reaksi	39
Mengembangkan Kesadaran Diri	41
Mengembangkan Kekekalan Objek (Object Permanence)	43
Bersenang-senang Bersama, Menikmati Momen	45
Merasa Nyaman	47
Menyelingi Momen Kebahagiaan dengan Momen Istirahat	49
Banyak Berbicara Selama Memberikan Pendampingan	51
Mengembangkan Kemampuan Bergiliran	53
Mengulangi	55
Mari Kita Mulai!	57
Tentang penulis	58

Kata Pengantar

Buku ini membahas aspek-aspek yang diperlukan untuk membangun relasi kelekatan (*attachment relationship*) dengan anak-anak maupun orang dewasa yang memiliki disabilitas intelektual berat atau disabilitas ganda. Pentingnya membangun relasi kelekatan berdasarkan pada teori kelekatan. Dengan mengupayakan relasi tersebut, seorang anak memperoleh kesempatan untuk membentuk relasi kelekatan yang membuatnya merasa aman dan mulai berani melakukan eksplorasi.

Buku ini bertujuan memberikan informasi kepada para pengasuh dan tenaga pendamping yang memberikan perawatan sehari-hari kepada individu-individu yang sangat rentan. Melalui berbagai contoh, penulis menggambarkan aspek-aspek penting dalam membangun relasi kelekatan. Penulis juga menunjukkan bagaimana para pengasuh membangun relasi dengan empat klien di Bartiméus, sebuah organisasi yang menyediakan layanan bagi penyandang disabilitas penglihatan maupun disabilitas penglihatan sekaligus disabilitas intelektual, untuk anak-anak maupun orang dewasa dengan disabilitas intelektual dan penglihatan yang berat.

Dalam buku ini, umumnya kami menyebut anak-anak, tentu saja dapat diterapkan dalam membangun relasi kelekatan dengan orang dewasa yang memiliki disabilitas intelektual berat atau disabilitas ganda. Penggunaan kata ganti terkadang hanya menggunakan bentuk maskulin (laki-laki), namun hal ini semata-mata dilakukan agar teks lebih mudah dibaca; bentuk feminin (perempuan) juga tercakup di dalamnya.

Setiap bagian terdiri dari paragraf-paragraf singkat yang berisi informasi tentang latar belakang dan diakhiri dengan kata-kata yang dapat mendorong para pengasuh untuk memikirkan situasi kerja mereka sendiri. Idennya adalah mendorong pengasuh untuk melakukan refleksi tentang proses membangun relasi kelekatan dengan anak. Teks-teksnya singkat, jadi buku ini dapat diambil dan diletakkan kapan saja, bisa dipakai sesuai keperluan. Buku ini dapat dimanfaatkan, misalnya, dalam diskusi tim, pengajaran staf baru, selama supervisi maupun intervensi. Buku ini juga cocok untuk program pendidikan di sekolah atau di pusat pendidikan profesional.

Istilah "klien" digunakan karena buku ini ditulis terutama untuk para pengasuh profesional. Meskipun demikian, buku ini juga cocok bagi orang tua serta profesional lain yang bertanggung jawab atas pengasuhan dan perawatan penyandang disabilitas ganda.

Istilah "pengasuh" (*caregiver*) merujuk pada pengasuh profesional, tenaga pendukung, staf harian atau para supervisor: pemimpin kelompok, spesialis layanan, penyedia layanan dan pekerja sosial. Namun, istilah "pengasuh" juga digunakan untuk orang tua. Istilah "klien" digunakan untuk "anak laki-laki/anak perempuan".

Foto-foto yang terdapat dalam buku ini diambil dari *DVD Developing an Attachment Relationship: For Caregivers and Parents of People with Severe Intellectual and Multiple Disabilities, Paramedics, Educators, Remedial Teachers and Psychologists*. Informasi lebih lanjut dapat diperoleh melalui:
www.bartimeus.nl/publicaties atau Bartiméus Library and Documentation Centre,
P.O. Box 3700 BA, Zeist. info@bartimeus.nl

Penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua Diondra Lopez, Sjoerd Postma, Marjan van Vulpen, dan Thomas van Zwieten atas izinnya untuk memakai foto-foto anaknya dalam buku ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada staf Day Activity Centre Bartiméus, khususnya Roxanne Angenent, Rafaella van der Hoeven, Marlou de Jong, dan Nelleke de Jong, atas partisipasi mereka dalam proyek ini.

Penghargaan juga diberikan kepada kelompok penasihat: Truus van Duijvenboden, Marlou de Jong, dan Jantina de Vries atas kontribusi berharga mereka dalam menjembatani teori dengan praktik. Portia Monnapula-Mazabane turut memberikan masukan yang sangat berarti untuk terjemahan bahasa Inggrisnya.

Thanks also to Mary Lee and Lindi MacWilliam of the Royal Blind School in Scotland, who were an inspiration in terms of the themes: developing a relationship and communicating with people with severe intellectual and/or multiple disabilities.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Mary Lee dan Lindi MacWilliam dari Royal Blind School, Skotlandia, yang telah menjadi inspirasi dalam pengembangan tema-tema: membangun relasi dan komunikasi dengan penyandang disabilitas intelektual berat dan/atau penyandang disabilitas ganda.

Foto-foto indah dalam buku ini diambil oleh Jan IJzermant, seorang pembuat film. Beliau juga memberikan berbagai masukan kritis selama proses penyusunan buku ini sehingga kualitasnya semakin baik, sebagaimana kontribusinya pada berbagai karya sebelumnya. Penulis ingin memanfaatkan kesempatan ini untuk menyampaikan rasa terima kasih atas kerja sama yang telah terjalin selama bertahun-tahun.

Paula Sterkenburg
Psikolog Kesehatan (Healthcare Psychologist)

Pendahuluan

Membangun relasi kelekatan (attachment relationship) dengan anak-anak maupun orang dewasa penyandang disabilitas intelektual berat merupakan hal yang sangat sulit. Alasannya adalah sangat sulit menentukan dan memahami perilaku penyandang disabilitas berat. Sering kali reaksi yang diberikan oleh orang tua atau pengasuh jauh lebih lambat bahkan tidak muncul sama sekali. Kondisi tersebut membuat orang tua maupun pengasuh kesulitan untuk memberi respon yang tepat.

Buku kerja ini menawarkan cara kepada orang tua dan pengasuh dalam membangun relasi yang aman. Relasi yang menjadi dasar untuk stimulasi perkembangan penyandang disabilitas berat.

Anak-anak dengan disabilitas intelektual berat akan tetap bergantung pada para pengasuhnya – baik orang tua, guru, pendamping/ staf center, maupun pihak lain – untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka serta melindungi mereka dari berbagai situasi yang sulit. Pemenuhan kebutuhan tersebut mencakup penyediaan makanan, pakaian, obat-obatan, aktivitas sehari-hari, lingkungan yang aman dan nyaman, serta istirahat malam yang memadai. Semua itu merupakan kebutuhan dasar yang sangat penting.

Namun demikian, kebutuhan anak tidak hanya terbatas pada perawatan fisik. Di samping kebutuhan praktis tersebut, anak juga memerlukan perawatan emosional (*emotional care*). Kesejahteraan emosional anak sangat bergantung pada kehadiran orang-orang di sekitarnya.

Perawatan emosional berarti bahwa anak memiliki seorang figur dewasa yang dapat menjadi tempatnya berbagi berbagai pengalaman emosional sehari-hari. Anak merasa dipahami, diperhatikan, dan diterima oleh figur tersebut, sehingga ia merasakan keamanan dalam hubungan yang terjalin. Rasa aman ini berkembang ketika kebutuhan dan keinginan anak memperoleh respons yang sesuai. Ketika perilaku, emosi, keinginan, maupun maksud yang disampaikan anak mendapatkan tanggapan yang tepat, rasa aman dan kepercayaan anak akan semakin bertumbuh.

Melalui pengalaman-pengalaman tersebut, anak mulai membangun keyakinan dasar bahwa:

*"Selalu ada seseorang yang mendukung dan melindungi saya.
Saya tidak perlu merasa takut karena semuanya akan baik-baik
saja."*

Hal tersebut dapat dijelaskan melalui contoh sederhana. Ketika seorang anak terjatuh dan lututnya terluka, pengasuh merespons dengan berkata, "Aduh, pasti sakit ya. Sini, kita pasang plester supaya lebih nyaman." Respons ini menunjukkan bahwa pengasuh mengenali dan memahami rasa sakit yang dialami anak. Dengan kata lain, pengasuh memberikan respons yang peka (*sensitive*) terhadap pengalaman emosional maupun fisik anak.

Kepekaan dimulai dari kemampuan mengenali sinyal-sinyal yang ditunjukkan anak, misalnya tanda-tanda rasa sakit, kelelahan, kegembiraan, atau kepuasan. Setelah mengenali sinyal tersebut, pengasuh berusaha memahami apa yang sedang dibutuhkan anak, kemudian memberikan respons secara segera dan sesuai dengan kebutuhan tersebut. Respons yang diberikan disesuaikan dengan sinyal yang ditunjukkan anak, sekaligus tetap memberi ruang bagi pengasuh untuk menambahkan inisiatif yang dapat memperkaya pengalaman anak.

Sebagai contoh, seorang pengasuh yang peka sedang mendampingi anak menyusun menara dari balok-balok. Pengasuh dapat berkata, "Wah, menaramu sudah tinggi sekali. Coba tambahkan balok yang ini, mungkin menaramu bisa menjadi lebih tinggi lagi." Dalam situasi ini, pengasuh terlebih dahulu memberikan perhatian terhadap aktivitas yang sedang dilakukan anak dengan mendeskripsikan apa yang dilihatnya. Setelah itu, pengasuh menambahkan ide baru yang sesuai dengan minat anak. Dengan cara demikian, pengasuh tidak hanya menunjukkan kepekaan terhadap anak, tetapi juga mendorong anak untuk memperluas pengalaman, mengembangkan keterampilan, dan mencoba kemampuan yang berada sedikit di atas batas kemampuannya saat ini.

Teori Kelekatan (Attachment Theory)

Membangun Hubungan

Psikolog asal Skotlandia, Colwyn Trevarthen, memusatkan penelitiannya pada hubungan antara ibu dan bayi. Dalam penelitiannya, ia menggunakan analisis foto, film, dan rekaman video secara *frame-by-frame* terhadap interaksi spontan antara orang tua (terutama ibu) dan bayi. Interaksi tersebut dipelajari dalam berbagai situasi eksperimental.

Penelitian Trevarthen (1979), bersama dengan penelitian Stern (1985) serta Papousek dan Papousek (1990), menunjukkan bahwa bayi tidak hanya memberikan respons terhadap ibunya, tetapi juga secara aktif berkomunikasi dengannya. Bayi menggunakan suara, gerakan tangan, dan ekspresi wajah untuk menyampaikan pesan kepada orang tuanya. Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu untuk mampu memperhatikan, mengenali, dan memberikan respons terhadap sinyal-sinyal yang ditunjukkan bayinya.

Dengan demikian, bayi tidak hanya menanggapi inisiatif yang diberikan oleh orang tua, tetapi juga mengambil inisiatifnya sendiri. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa proses komunikasi berlangsung secara bergantian (*turn-taking*), di mana ibu dan bayi saling merespons secara timbal balik. Timbal balik ini tidak hanya tampak dalam komunikasi, tetapi juga dalam ekspresi emosi. Ibu dan bayi saling menangkap serta merasakan keadaan emosional satu sama lain. Ketika ibu mampu memahami perasaan bayinya, ia dapat menyesuaikan diri (*attune*) dengan keadaan emosional bayi tersebut, kemudian secara perlahan membantu mengarahkan emosi bayi menuju keadaan yang lebih tenang. Misalnya, melalui perubahan intonasi suara yang lembut, ibu dapat menenangkan dan menghibur bayinya, kemudian memperkenalkan pengalaman baru yang menyenangkan sehingga bayi kembali tersenyum.

Ibu memahami keadaan emosional bayinya dengan memperhatikan sinyal-sinyal nonverbal yang ditunjukkan serta memberikan makna yang tepat terhadap sinyal tersebut. Sebagai contoh, ketika bayi menangis, ibu mendekatinya sambil mengatakan bahwa ia mendengar tangisan bayinya dan memahami bahwa bayinya sedang merasa sedih. Setelah itu, ibu menggendong bayi, menenangkannya, lalu memenuhi kebutuhannya, misalnya dengan menyusui, memberi makan, atau mengganti popok.

Ketika seorang ibu memberikan respons seperti ini, ia menunjukkan kepekaan (*sensitivity*) terhadap sinyal-sinyal yang diberikan anak. Apabila ia mampu menafsirkan perilaku anak secara tepat dan memberikan respons dengan cepat, maka ia juga menunjukkan responsivitas (*responsiveness*). Semakin sensitif dan responsif orang tua terhadap sinyal anak, semakin kuat pula ikatan kepercayaan yang terbentuk di antara mereka. Ikatan kepercayaan inilah yang kemudian berkembang menjadi hubungan kelekatan yang aman (*secure attachment relationship*).

Hubungan kelekatan yang aman antara orang tua dan anak memberikan dampak yang sangat positif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Secara alami, bayi akan mencari kedekatan dengan orang tuanya ketika merasa takut, lelah, lapar, atau kesakitan. Orang tua menjadi sumber rasa aman, perlindungan, dan kenyamanan, sekaligus memberikan dukungan sehingga anak berani mengeksplorasi lingkungan di sekitarnya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang diasuh oleh orang tua yang sensitif dan responsif cenderung memiliki harga diri yang lebih baik, keterampilan sosial yang lebih matang, sikap yang lebih asertif, rasa ingin tahu yang lebih tinggi, serta tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan anak-anak yang orang tuanya kurang sensitif dan kurang responsif terhadap sinyal-sinyal mereka.

Pada masa lalu, para ahli beranggapan bahwa anak yang tidak berhasil membentuk hubungan kelekatan pada masa awal kehidupan tidak akan mampu membangun hubungan tersebut pada tahap perkembangan berikutnya. Namun, penelitian-penelitian terbaru menunjukkan bahwa hubungan kelekatan tetap dapat dikembangkan pada masa remaja, bahkan pada individu yang tidak memiliki kesempatan membentuk hubungan kelekatan yang aman pada masa kanak-kanak awal (Sterkenburg, Janssen, & Schuengel, 2008; Sterkenburg & Schuengel, 2010). Bagi orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas ganda, menafsirkan sinyal-sinyal yang ditunjukkan anak sering kali merupakan tantangan tersendiri. Sebagai contoh, seorang anak dengan gangguan penglihatan akan menunjukkan perhatian dengan cara “memasang telinga” atau mendengarkan secara saksama, tetapi tidak akan menatap wajah orang tuanya ketika mendengarkan. Bagi orang yang dapat melihat, perilaku ini tampak tidak lazim karena perhatian biasanya ditunjukkan melalui kontak mata.

Apabila orang tua belum memahami karakteristik perilaku tersebut, mereka mungkin menganggap bahwa anaknya tidak tertarik kepada mereka. Mereka dapat berpikir demikian karena anak tidak menatap wajah mereka, hanya diam, atau bahkan memalingkan arah matanya. Kesulitan dalam menginterpretasikan perilaku anak secara tepat seperti ini dapat menjadi salah satu faktor risiko terjadinya gangguan kelekatan (*attachment disorders*).

Pemberian informasi kepada orang tua mengenai karakteristik perkembangan anak, disertai dengan video feedback atau umpan balik melalui rekaman video interaksi orang tua-anak, dapat membantu mencegah terganggunya pembentukan hubungan kelekatan antara orang tua dan anak dengan disabilitas ganda. Pendekatan ini juga berpotensi mengurangi risiko berkembangnya gangguan kelekatan di kemudian hari.

Daftar Pustaka

Ingin Membaca Lebih Lanjut?

Berikut adalah pilihan referensi yang direkomendasikan untuk memperdalam pemahaman mengenai topik yang dibahas dalam buku ini.

Bowlby, J. (1984). *Attachment and Loss: Volume 1: Attachment*. London: Penguin Books.

Došen, A. (2005). *Psychische stoornissen, gedragsproblemen en verstandelijke handicap: Een integratieve benadering bij kinderen en volwassenen*. Assen: Van Gorcum.

Gringhuis, D., Moonen, J., & Van Woudenberg, P. (1999). *Kinderen die slecht zien: ontwikkeling, opvoeding, onderwijs en hulpverlening*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Gunther, F. (2004). *Diagnostiek en behandeling van mensen met een visuele en verstandelijke beperking*. Doorn: Bartiméus.

Lee, M., & MacWilliam, L. (2009). *Learning Together: een creatieve benadering van leren voor kinderen met meervoudige beperkingen en een visuele beperking*. Doorn: Bartiméus.

Sterkenburg, P. & Andries, V. (red). (2021). *Attachment therapy: Practical examples of the Integrative Therapy for Attachment and Behaviour in persons with a visual-and-intellectual or intellectual disability*. Bartiméus Reeks, Zeist. <https://www.bartimeus.nl/book-attachment-therapy>.

Sterkenburg, P. S., Janssen, C. G. C., & Schuengel, C. (2008). The effect of an attachment-based behaviour therapy for children with visual and severe intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 21(2), 126–135.

Sterkenburg, P.S., Meddeler-Polman, B., & Schrijver, J. (2022). *Attachment in practice: Workbook for everyone involved in the education and care of children and adults with a visual-and-intellectual disability of intellectual disability*. Bartiméus, Zeist. <https://bartimeus.nl/alle-publicaties/book-attachement-in-practice>

Sterkenburg, P. S., & Schuengel, C. (2010). Integratieve therapie voor gehechtheid en gedrag. Psychotherapie voor kinderen met een visuele en ernstig verstandelijke beperking. *Kinder en Jeugd Psychotherapie*, 37(1/2), 24–38.

Van Eijden, A., van den Broek, E., & Sterkenburg, P.S. (2025). *Bermain! Tentu saja! Pinta & Webedu*, Doorn. <https://bartimeus.nl/alle-publicaties/buku-bermain-tentu-saja>

Mari Berkenalan

Buku ini dilengkapi dengan foto-foto Diondra, Sjoerd, Marjan, dan Thomas. Oleh karena itu, kami ingin memperkenalkan mereka kepada Anda.

Diondra



Diondra berusia 12 tahun. Ia memiliki gangguan penglihatan dan disabilitas intelektual berat. Selain itu, Diondra juga memiliki disabilitas fisik penyerta sehingga sepenuhnya bergantung pada orang tua dan para pengasuhnya dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Diondra belum mampu makan secara mandiri dan juga belum dapat berbicara. Namun, melalui berbagai suara yang dihasilkannya, ia dapat mengungkapkan beberapa keinginan dan kebutuhannya. Ia sangat menikmati mendengarkan musik.

Pengasuhnya, Marlou, telah mengenal Diondra sejak hari pertamanya mengikuti kegiatan di Pusat Aktivitas Harian (Day Activity Centre) Bartiméus.

Sjoerd



Sjoerd berusia 15 tahun. Ia memiliki gangguan penglihatan, disabilitas intelektual berat, serta epilepsi. Pengaturan dosis obat antiepilepsinya cukup sulit dilakukan sehingga ia masih mengalami kejang epilepsi pada waktu-waktu yang tidak dapat diprediksi.

Rafaella adalah pengasuh Sjoerd di Pusat Aktivitas Harian (Day Activity Centre) Bartiméus. Ia telah mendampingi dan mengenal Sjoerd selama enam tahun.

Marjan



Marjan berusia 23 tahun. Ia memiliki gangguan penglihatan berat dan disabilitas intelektual berat. Marjan belum mampu berjalan dan tidak menggunakan bahasa lisan sebagai sarana komunikasi. Ia sepenuhnya bergantung pada para pengasuhnya dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Setiap hari, Marjan mengikuti kegiatan di Pusat Aktivitas Harian (Day Activity Centre) Bartiméus, di mana Nelleke merupakan salah satu pengasuh yang mendampinginya.

Thomas



Thomas berusia 14 tahun. Ia memiliki gangguan penglihatan dan disabilitas intelektual berat. Meskipun belum dapat berbicara, Thomas tampak memahami beberapa kata sederhana, seperti *"makan"* dan *"minum"*. Ia juga belum mampu berjalan. Pengasuh Thomas di Pusat Aktivitas Harian (Day Activity Centre) Bartiméus adalah Roxanne.

Membangun Hubungan Kelekatan

Bagian-bagian berikut akan memandu Anda secara bertahap dalam proses membangun hubungan kelekatan (attachment relationship). Sebelum menyajikan penjelasan mengenai konsep-konsep yang mendasarinya, kami terlebih dahulu mengajak Anda untuk merenungkan beberapa pertanyaan umum. Selanjutnya, melalui contoh-contoh kasus, kami menggambarkan bagaimana konsep tersebut diterapkan dalam situasi sehari-hari.

Pada akhir setiap bagian, terdapat sejumlah pertanyaan reflektif yang bertujuan membantu Anda menerapkan hal-hal yang telah dipelajari ke dalam praktik pendampingan sehari-hari serta mendorong Anda untuk mendiskusikannya dengan rekan kerja atau orang lain.

Membangun hubungan kelekatan dengan klien merupakan sebuah proses yang membutuhkan waktu, kesabaran, dan konsistensi. Kami berharap buku ini dapat menjadi panduan yang membantu Anda membangun hubungan kelekatan yang aman dan bermakna dengan individu yang Anda dampingi.

Meluangkan Waktu untuk Membangun Hubungan Kelekatan

Apa Pendapat Anda?

Apakah mungkin membangun hubungan dengan seseorang tanpa benar-benar memberikan perhatian kepadanya? Memberikan perhatian kepada orang lain membutuhkan waktu. Lalu, mungkinkah membangun sebuah hubungan tanpa meluangkan waktu secara khusus untuk orang tersebut?

Apakah Anda telah menyediakan waktu khusus untuk membangun hubungan dengan klien yang Anda dampingi?

Latar Belakang

Salah satu cara membangun hubungan dengan seseorang adalah melalui kegiatan yang dilakukan bersama. Hubungan juga dapat dipelihara dengan mengirim pesan singkat, surat elektronik (*email*), menelepon, atau mengirim surat maupun kartu ucapan. Semua itu merupakan bentuk meluangkan waktu dan perhatian bagi orang lain.

Demikian pula halnya ketika membangun hubungan kelekatan dengan anak yang memiliki disabilitas. Anak membutuhkan waktu untuk mengenal Anda sebagai pengasuh. Berbeda dengan hubungan pada umumnya, komunikasi melalui pesan singkat atau *email* tidak dapat menggantikan kehadiran Anda. Untuk membangun ikatan yang aman, kehadiran secara langsung merupakan hal yang sangat penting.

Anak dengan disabilitas tidak selalu mampu mencari atau mendatangi Anda ketika Anda meninggalkannya. Apabila anak dibiarkan sendirian, Anda tidak memiliki kesempatan untuk mengamati sinyal-sinyal yang ia berikan maupun merespons kebutuhannya. Tanpa adanya kontak yang berkelanjutan, hubungan kelekatan antara anak dan pengasuh tidak dapat berkembang secara optimal.

Singkatnya: Luangkan waktu secara khusus untuk membangun hubungan kelekatan. Jadwalkan momen-momen interaksi individual secara rutin sehingga Anda memiliki kesempatan untuk hadir, memperhatikan, dan menjalin hubungan yang bermakna dengan setiap anak yang Anda dampingi.

Contoh : Sjoerd



Pada foto ini terlihat Sjoerd bersama Rafaella berada di ruang MSE (Multi-Sensory Environment/Lingkungan Multisensori). Di ruangan ini mereka dapat berinteraksi tanpa gangguan sehingga Rafaella dapat sepenuhnya memusatkan perhatian pada perilaku dan berbagai sinyal yang ditunjukkan oleh Sjoerd. Rafaella telah menyusun jadwal dan memasukkan sesi ini ke dalam perencanaan kegiatan. Dengan demikian, ia dapat memastikan bahwa Sjoerd memperoleh kesempatan menggunakan area khusus di ruang MSE tersebut. Jadwal ini juga telah diintegrasikan ke dalam perencanaan kegiatan kelompok di Pusat Aktivitas Harian (Day Activity Centre). Melalui pengaturan tersebut, Rafaella memiliki waktu yang memang dialokasikan secara khusus untuk membangun hubungan dengan Sjoerd.

Apa yang Anda Lakukan?

- Apakah Anda telah meluangkan waktu secara khusus untuk membangun hubungan kelekatan dengan klien yang Anda dampingi?
- Pada momen-momen apa saja Anda biasanya memanfaatkan waktu tersebut?
- Apakah di tempat Anda bekerja terdapat jadwal yang secara khusus menyediakan waktu untuk interaksi individual dengan setiap klien?
- Jika waktu tersebut belum tersedia, apakah Anda mendiskusikan kebutuhan ini bersama anggota tim?

Mempertimbangkan Kondisi Orang Lain

Apa Pendapat Anda?

Dalam hubungan Anda dengan pasangan, apakah Anda mempertimbangkan kondisi dan perasaannya? Misalnya, ketika pasangan Anda pulang ke rumah setelah seharian bekerja dan tampak kelelahan, apakah Anda langsung memintanya mengecat rumah? Atau ketika pasangan Anda baru selesai menjalani latihan fisik yang berat, apakah Anda langsung berharap ia membersihkan seluruh jendela rumah? Apakah Anda hanya bertindak berdasarkan keinginan sendiri, ataukah Anda juga memperhatikan bagaimana kondisi dan perasaan orang lain sebelum mengajaknya melakukan sesuatu?

Latar Belakang

Pada bagian sebelumnya, "Meluangkan Waktu untuk Membangun Hubungan Kelekatan," telah dijelaskan bahwa hubungan hanya dapat dibangun apabila terdapat waktu untuk berinteraksi dan melakukan aktivitas bersama. Dengan menyediakan waktu bagi anak, Anda mulai membangun hubungan yang dilandasi rasa percaya. Tanpa adanya kontak dengan anak, hubungan kelekatan tidak dapat berkembang.

Namun, bagaimana jika pada saat Anda telah menjadwalkan waktu khusus bersama anak, ternyata ia justru tertidur?

Dalam situasi seperti ini, penting untuk bertanya kepada diri sendiri, "Mengapa anak tertidur?" Apabila anak memang sedang sangat lelah, mungkin yang paling ia butuhkan adalah kesempatan untuk beristirahat. Lalu bagaimana jika setiap kali waktu interaksi individual dijadwalkan, anak selalu tertidur?

Dalam kondisi tersebut, cobalah mengamati pada waktu-waktu tertentu kapan anak biasanya berada dalam kondisi paling terjaga, segar, dan siap berinteraksi. Catat pola tersebut, kemudian jadwalkan sesi interaksi individual pada saat anak berada dalam kondisi yang paling optimal untuk berpartisipasi. Jika diperlukan, buatlah jadwal yang cukup fleksibel agar dapat menyesuaikan dengan ritme dan kebutuhan anak.

Singkatnya: Pertimbangkan kondisi anak ketika membangun hubungan kelekatan. Pilih waktu yang paling sesuai dengan kebutuhan dan kesiapan anak agar hubungan yang didasarkan pada rasa aman dan saling percaya dapat berkembang secara optimal.

Contoh : Diondra



Seperti yang terlihat pada foto, Diondra hampir tertidur ketika Marlou membaringkannya di atas matras di ruang MSE (Multi-Sensory Environment/ Lingkungan Multisensori). Marlou meletakkan sebuah bantal di bawah kepala Diondra, sementara matanya tampak hampir terpejam. Karena kondisi seperti ini terkadang terjadi, Marlou memilih memberikan Diondra waktu untuk beristirahat sejenak. Namun, apabila hal ini terjadi setiap kali sesi interaksi dijadwalkan dan Marlou tidak berusaha mencari waktu lain yang lebih sesuai untuk berinteraksi, maka hubungan kelekatan antara Diondra dan Marlou akan sulit berkembang. Dalam kondisi demikian, Diondra dapat menjadi anak yang semakin menarik diri dari lingkungan sekitarnya. Pada sebagian anak, keadaan ini dapat menimbulkan perasaan kesepian. Bahkan, perasaan kesepian yang berlangsung terus-menerus serta kurangnya stimulasi dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku melukai diri sendiri (*self-injurious behavior*). Oleh karena itu, Marlou akan meluangkan waktu pada kesempatan lain untuk membangun hubungan dengan Diondra, yaitu ketika Diondra berada dalam kondisi yang lebih segar dan siap berinteraksi. Ia secara sadar menjadwalkan waktu-waktu khusus untuk melakukan kontak dan membangun hubungan dengan Diondra.

Apa yang Anda Lakukan?

- Apakah klien yang Anda dampingi terkadang tertidur pada siang hari?
- Apakah Anda mengetahui pada waktu-waktu kapan hal tersebut biasanya terjadi?
- Apakah informasi tersebut Anda pertimbangkan ketika menyusun jadwal kegiatan?
- Apakah Anda telah menjadwalkan waktu khusus untuk melakukan interaksi individual dengan setiap klien?

Masalah Medis dan Membangun Hubungan Kelekatatan yang Aman

Apa Pendapat Anda?

Apakah Anda mendampingi seorang anak yang mengalami epilepsi?
Apakah kejang epilepsinya dapat dikendalikan dengan pengobatan?
Apa yang biasanya Anda lakukan ketika melihat tanda-tanda bahwa anak akan mengalami kejang?

Latar Belakang

Ketika kita sedang sakit, perhatian dan kepedulian dari orang lain memberikan rasa nyaman. Misalnya, seorang teman berkata, *“Tidak apa-apa, biar saya yang mengerjakannya. Kamu istirahat saja.”* Ucapan sederhana seperti ini dapat membuat seseorang merasa lebih tenang dan diperhatikan.

Hal yang sama juga berlaku bagi anak-anak. Sebagai contoh, pengasuh sering kali mampu mengenali tanda-tanda bahwa seorang anak akan mengalami kejang epilepsi. Oleh karena itu, pengasuh perlu mampu mengenali berbagai tanda ketidaknyamanan fisik, rasa nyeri, maupun gejala awal epilepsi. Dengan mengenali tanda-tanda tersebut, pengasuh dapat menyesuaikan aktivitas atau program yang direncanakan dengan kondisi dan kemampuan anak pada saat itu.

Akan sangat membantu apabila seluruh anggota tim mendiskusikan bersama bagaimana cara memberikan respons yang tepat terhadap tanda-tanda ketidaknyamanan fisik yang ditunjukkan anak. Dalam setiap situasi, keselamatan dan keamanan klien harus selalu menjadi prioritas utama. Pada kondisi tertentu, pemberian obat juga mungkin diperlukan sesuai dengan prosedur yang berlaku.

Dalam hubungan kelekatan yang aman, pengasuh tidak hanya memberikan bantuan secara fisik, tetapi juga membantu anak memahami apa yang sedang dialaminya. Pengasuh dapat mengungkapkan dengan kata-kata bahwa anak sedang merasa tidak nyaman atau kesakitan, kemudian memberikan ketenangan, kenyamanan, dan dukungan emosional selama anak menghadapinya.

Singkatnya: Perhatikan setiap keluhan atau kondisi medis yang dialami anak. Kenali serta ungkapkan dengan kata-kata ketika anak mengalami ketidaknyamanan fisik atau rasa nyeri, kemudian berikan respons yang tepat, penuh empati, dan menenangkan.

Contoh: Sjoerd



Sjoerd sering mengalami kejang epilepsi. Rafaella telah menyediakan waktu khusus untuk berinteraksi dengannya sebagai bagian dari upaya membangun hubungan kelekatan yang aman. Saat mengamati Sjoerd, Rafaella merasa bahwa ia akan segera mengalami kejang. Terlihat jelas bahwa Sjoerd sedang merasa tidak nyaman secara fisik. Wajahnya berpaling ke arah lain dan tubuhnya tampak tegang. Karena telah mengenal Sjoerd dengan baik, Rafaella segera memperhatikan apakah tanda-tanda yang muncul merupakan gejala awal kejang epilepsi. Ia mengungkapkan dengan kata-kata apa yang ia amati dan berusaha menenangkan Sjoerd. Rafaella memahami bahwa pada saat itu kebutuhan medis Sjoerd harus menjadi prioritas utama. Oleh karena itu, ia berupaya menciptakan kondisi yang nyaman mungkin secara fisik bagi Sjoerd. Memberikan rasa nyaman dan aman dalam situasi seperti ini juga merupakan bagian penting dari proses membangun hubungan kelekatan.

Apa yang Anda Lakukan?

- Apakah Anda memahami kondisi medis yang dimiliki oleh klien yang Anda dampingi?
- Apakah Anda mengenali tanda-tanda ketika klien mengalami rasa sakit atau ketidaknyamanan fisik?
- Kesepakatan atau prosedur apa yang telah disusun dalam tim Anda untuk menangani kondisi tersebut?
- Bagaimana Anda memberikan respons ketika seorang klien mengalami kejang epilepsi?

Memusatkan Perhatian pada Anak

Apa Pendapat Anda?

Mengapa penting untuk memusatkan perhatian kepada anak saat Anda mendampinginya?

Ketika sedang bersama klien, ke mana arah pikiran Anda? Apakah Anda sedang memikirkan tugas kuliah yang belum selesai, ujian yang harus dipersiapkan, komentar kurang menyenangkan dari rekan kerja, atau persoalan dalam hubungan dengan pasangan?

Pernakah Anda berbicara melalui telepon sambil mendorong kursi roda seorang klien?

Latar Belakang

Setiap orang memiliki berbagai pikiran dan kekhawatiran. Tidak jarang, saat sedang berbicara dengan pasangan atau orang lain, kita ditanya, "Sedang memikirkan apa?" Pertanyaan itu muncul karena kita tampak tidak benar-benar mendengarkan apa yang sedang disampaikan.

Hal yang sama juga dapat terjadi ketika kita mendampingi individu dengan disabilitas. Apabila perhatian kita terus-menerus dipenuhi oleh berbagai persoalan pribadi, maka perhatian tersebut tidak lagi tertuju pada pekerjaan maupun pada klien yang sedang kita dampingi. Akibatnya, kita lebih sibuk dengan diri sendiri daripada membangun hubungan dengan klien.

Padahal, membangun hubungan kelekatan membutuhkan perhatian yang utuh kepada anak. Ketika pikiran dipenuhi oleh masalah pribadi atau berbagai beban lain, kemampuan kita untuk mengenali dan memahami sinyal-sinyal yang diberikan anak akan berkurang.

Anak dapat merasakan ketika perhatian pengasuh tidak benar-benar tertuju kepadanya. Dalam situasi seperti itu, interaksi timbal balik antara anak dan pengasuh akan mulai berkurang. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, anak pada akhirnya dapat berhenti mengambil inisiatif untuk berkomunikasi atau berinteraksi karena ia belajar bahwa upayanya tidak memperoleh respons yang bermakna. Lambat laun, anak dapat menjadi semakin menarik diri dari lingkungan sekitarnya.

Singkatnya: Hubungan kelekatan hanya dapat berkembang apabila pada saat berinteraksi, perhatian Anda benar-benar terfokus pada klien yang sedang Anda dampingi.

Contoh: Diondra



Marlou berbaring di samping Diondra di atas matras sambil menatapnya. Pada foto tersebut terlihat bahwa Marlou memusatkan seluruh perhatiannya kepada Diondra. Tatapannya tertuju pada Diondra sehingga ia dapat menangkap setiap inisiatif dan sinyal yang ditunjukkan oleh Diondra.

Apabila Marlou mulai larut dalam pikiran mengenai masalah-masalah pribadinya, ia tidak akan dapat memberikan perhatian penuh kepada Diondra. Ketika perhatian pengasuh tidak lagi terfokus pada anak, anak dapat merasakan hal tersebut. Akibatnya, kesempatan untuk membangun hubungan kelekatan menjadi berkurang.

Apa yang Anda Lakukan?

- Apakah selama momen interaksi dengan klien, perhatian Anda benar-benar terfokus pada dirinya?
- Apakah ketika mendampingi klien Anda masih disibukkan oleh berbagai persoalan pribadi?
- Apakah Anda mampu mengesampingkan kekhawatiran pribadi selama bekerja agar dapat hadir sepenuhnya bagi klien yang Anda dampingi?

Mengamati

Apa Pendapat Anda?

Apa itu mengamati? Mampukah Anda mengamati? Apa lagi yang ingin Anda pelajari dalam hal ini? Bagaimana mengetahui apakah Anda pengamat yang baik? Bagaimana mengetahui apakah Anda mahir mengamati perilaku penyandang disabilitas?

Latar belakang

Hal penting dalam observasi adalah memperhatikan fakta. Anda memperhatikan perilaku yang ditunjukkan klien tanpa memberikan makna padanya. Misalnya, ketika klien tertawa, pengamatan Anda adalah 'dia sedang tertawa', dan bukan 'dia bahagia'. Observasi dilakukan dengan menyimak secara saksama. Pada setiap tarikan napas, Anda dapat melihat dada klien bergerak. Anda mendengarkan bagaimana pernapasannya, dari suara atau kata-katanya. Apakah nadanya tinggi atau rendah? Apakah suara atau kata-katanya terdengar keras atau lembut? Bagaimana sentuhannya? Apakah ringan atau ada dorongan kuat? Fokuskan perhatian pada klien dan tetap tenang dan waspada. Dengan secara sadar melihat, mendengarkan, dan merasakan, Anda secara bertahap belajar untuk mengamati dengan lebih baik. Pada klien dengan disabilitas, observasi yaitu melihat atau mendengar sinyal yang sangat kecil, seperti gerakan jari, desahan, apakah ritme pernapasan anak cepat atau lambat.

Singkatnya: Observasi klien dengan disabilitas visual dan intelektual berat berarti melihat, mendengar dan merasakan sinyal-sinyal yang sangat kecil.

Contoh: Diondra



Dalam foto ini, terlihat bagaimana Marlou memusatkan perhatiannya kepada Diondra. Dengan mengamati perilaku-perilaku kecil secara saksama, Marlou akan semakin banyak melihat hal-hal yang lebih penting. Ia juga memperhatikan suara khusus yang dikeluarkan Diondra. Marlou akan memperhatikan desahan atau suara siulan, gerakan tangan atau kaki, putaran kepala atau gerakan jari. Terkadang Marlou menganggap Diondra seperti tidak melakukan atau mengeluarkan suara apapun. Ia lalu memeriksa apakah ada perubahan ritme napasnya.

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda mampu terus mengamati walaupun merasa seperti tidak ada yang terjadi saat itu? Apakah Anda memperhatikan sinyal-sinyal kecil? Apakah Anda menangkap sinyal-sinyal seperti gerakan jari, sudut mulut atau alis? Apakah kolega Anda juga memperhatikan sinyal-sinyal kecil seperti ini? Apakah Anda pernah mendiskusikannya dalam tim Anda?

Perilaku Meniru (Mirroring Behavior)

Apa Pendapat Anda?

Apa itu *mirroring behavior*? Mengapa kita mengikuti perilaku orang lain? Kapan kita mencontoh perilaku orang lain? Seberapa sering Anda meniru perilaku anak-anak penyandang disabilitas.

Latar belakang

Mirroring behavior yang dimaksud adalah meniru perilaku klien. Anda dapat mengikuti suara-suara tertentu yang dibuat orang lain. Bayangkan ibu yang mencontoh perilaku atau suara bayi. Saat bayi berkata 'hu', ibu ikut mengucapkannya. Ibu lalu mengatakan 'hu hu hu'. Pengulangan dilakukan secara berlebihan agar bayi tahu bahwa ibu mendengar dan mendorongnya untuk membuat suara itu lagi. Anak akan merasakan suara yang dikeluarkan ibunya sebagai bentuk penghargaan dan akan mengulangi suara tersebut. Bayi belajar bahwa ibunya merespons apa yang dilakukannya. Dengan kata lain, ibu menanggapi inisiatif bayi.

*Singkatnya: Teknik *mirroring* penting untuk mendorong klien agar mengulangi perilaku atau bahkan menunjukkan perilaku baru. Dengan *mirroring*, kita mendorong klien untuk mengambil lebih banyak inisiatif.*

Contoh: Diondra



Dalam foto tersebut terlihat Marlou menirukan Diondra. Dia melihat (mengamati) Diondra berbaring dengan tangan di atas kepala dan melakukan hal yang sama. Sama seperti ibu dari seorang bayi, Marlou juga akan mengikuti suara yang dibuat Diondra, dengan sedikit lebih keras dan lebih sering daripada Diondra. Bisa jadi Diondra tidak serta merta menanggapi hal tersebut. Marlou mungkin berpikir: 'Oh, Diondra sedang berada di dunianya sendiri; dia bahkan tidak menyadari kehadiranku.' Namun jika Marlou berhenti *mirroring* karena mengira meniru Diondra tidak ada gunanya, Diondra tidak akan pernah mendapat kesempatan untuk belajar merespons. Marlou harus terus melakukan *mirroring* untuk merangsang Diondra merespons. Mempertahankan hal ini mungkin sulit dan menantang. Anak penyandang disabilitas membutuhkan banyak waktu dan pengulangan. Jadi Marlou harus bersabar dan terus melakukan *mirroring*.

Apa yang Anda Lakukan?

Mulailah dengan mengamati dan meniru (*mirroring*) klien Anda selama 15 menit. Apa yang Anda sadari dari klien? Apa yang Anda sadari tentang diri Anda sendiri? Apakah Anda mampu terus melakukan *mirroring* meskipun Anda tidak langsung mendapatkan respons? Apakah Anda yakin dapat melakukan sesi *mirroring* seperti ini secara teratur selama beberapa minggu ke depan?

Membiarkan Klien Tahu Anda Meniru Perilakunya

Apa Pendapat Anda?

Bagaimana cara melakukan *mirroring* gerakan klien penyandang disabilitas ganda? Bagaimana respon klien ketika Anda mulai meniru perilakunya?

Latar belakang

Mirroring bukan hanya sekedar mengulang perilaku klien, tapi juga memberi tahu klien bahwa Anda meniru perilakunya. Misalnya, seorang anak dengan gangguan penglihatan mungkin tidak tahu bahwa Anda juga mengangkat tangan saat dia melakukannya. Seorang anak yang mengalami gangguan pendengaran mungkin tidak menyadari bahwa pengasuhnya menirukan suaranya. Jadi yang penting adalah mengadakan kontak dan dalam hubungan tersebut membiarkan klien merasakan, melihat, atau mendengar bahwa Anda mengikuti inisiatifnya. Dengan memberi tahu dia bahwa Anda meniru perilakunya, klien menjadi sadar akan kehadiran Anda. Kesadaran akan orang lain berkembang. Klien menyadari bahwa Anda hadir, bahwa Anda memperhatikan perilakunya. Pada gilirannya dia akan menaruh perhatian pada Anda; secara bertahap dia akan mulai memperhatikan orang lain. Dia akan mulai mengamati cara orang lain merespons.

Singkatnya: Beritahu klien tahu bahwa Anda meniru perilakunya dengan melakukan kontak fisik.

Contoh: Sjoerd



Dalam foto tersebut terlihat bagaimana Rafaella dan Sjoerd saling bersentuhan tangan. Sjoerd tampak memusatkan perhatiannya pada tangannya dan tangan Rafaella. Saat Rafaella mengulurkan tangannya, Sjoerd berkesempatan untuk merasakan tangannya. Rafaella memberikan Sjoerd kesempatan untuk melakukan kontak. Sjoerd menyentuh Rafaella dan menyadari kehadirannya. Rafaella meniru gerakan Sjoerd. Saat Sjoerd mengetukkan tangannya, Rafaella meniru dengan menepuk kembali dengan sedikit lebih keras, seperti yang dijelaskan di bagian '*mirroring behavior*'. Inilah awal mula berkembangnya ikatan antara Sjoerd dan Rafaella.

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda melakukan kontak dengan klien saat melakukan *mirroring*?
Apakah Anda meluangkan cukup waktu agar klien dapat mengetahui keberadaan Anda? Apakah Anda merespons sentuhannya dengan *mirroring* perilaku dan suara sedemikian rupa sehingga klien menyadarinya?

Perilaku Meniru Klien dengan Kemampuan yang Sangat Terbatas

Apa Pendapat Anda?

Sebagai pengasuh profesional, mampukah Anda meniru perilaku klien dengan keterbatasan fisik yang berat?

Latar belakang

Pernahkah Anda memperhatikan dua orang di kafe pinggir jalan duduk dengan cara yang sama, misalnya menyilangkan kaki dan memegang cangkir dengan satu tangan? Kedua orang tersebut terlihat menikmati waktu yang sangat harmonis. Mereka berbicara dan memusatkan perhatian dengan satu sama lain. Pernahkah Anda memperhatikan sendiri selama percakapan yang menyenangkan? *Mirroring* mendorong klien untuk mengambil inisiatif. *Mirroring* juga merangsang pemusatan perhatian pada orang lain. Bagi anak-anak dengan kemampuan yang sangat terbatas, *mirroring* mendorong berkembangnya ikatan dengan anak. Jika anak mempunyai keterbatasan fisik yang berat, Anda harus melakukan penyesuaian. Ciptakan lingkungan yang memungkinkan anak memperhatikan bahwa perilakunya dicerminkan. Misalnya, bayangkan membangun hubungan di atas kasur air atau sambil berenang.

*Singkatnya: Jadilah kreatif dalam mencari lingkungan yang dapat membantu klien merasakan *mirroring behavior* yang Anda lakukan. Ingatlah bahwa kehadiran Anda perlu diketahui klien. Anak-anak semestinya menyadari kehadiran dengan merasakan Anda, bukan hanya dengan mendengar atau melihat.*

Contoh: Marjan



Terlihat di foto, Marjan dan Nelleke sedang berbaring di kasur air. Marjan secara fisik sangat terbatas dalam kemampuannya. Misalnya, dia tidak bisa membalikkan badannya sendiri. Marjan mampu menggerakkan pinggulnya sehingga menyebabkan kasur air ikut bergerak. Nelleke dapat meniru efek ini dengan mengikuti gerakannya. Saat melakukan *mirroring*, Nelleke akan membuat gerakan yang lebih besar, agar Marjan merasa bahwa inisiatifnya ditanggapi (ingat penjelasan sebelumnya tentang *mirroring*, berikan gerakan atau respons yang sedikit lebih besar terhadap inisiatif klien).

Apa yang Anda Lakukan?

Lingkungan apa yang terbaik bagi klien untuk mengembangkan hubungan? Bagaimana cara membuat klien merasa bahwa Anda mengikuti perilakunya? Gerakan apa yang bisa dilakukan klien dan bagaimana cara menyampaikan bahwa Anda meniru perilakunya?

Merasakan yang Dirasakan Orang Lain

Apa Pendapat Anda?

Apakah Anda mampu menempatkan diri pada sudut pandang orang lain? Apakah ada gunanya menempatkan diri Anda pada posisi anak-anak dengan disabilitas berat? Mampukah Anda menyebutkan emosi yang diamati pada klien dengan disabilitas intelektual berat? Bisakah Anda menempatkan diri pada posisi anak-anak dengan disabilitas berat?

Latar belakang

Saat menonton film, apakah terkadang Anda membutuhkan tisu karena 'merasakan' emosi tokoh dalam film tersebut? Anda sangat berempati sehingga hal itu terjadi secara otomatis. Saat Anda mulai meniru perilaku, suara, dan ekspresi seorang anak, Anda seolah-olah menempatkan diri Anda pada posisi orang lain. Dengan mengikuti anak tersebut dengan saksama, Anda akan mulai merasakan dan memikirkan apa yang dirasakan dan dipikirkan anak tersebut. Ini akan membantu Anda untuk mengidentifikasi emosi anak. Dengan begitu Anda tidak hanya bisa *mirroring* perilaku, tapi juga perasaan. Anda merefleksikan perasaan tersebut dengan menamainya menggunakan nada suara yang sesuai. Kita bisa menggunakan intuisi untuk memahami apa yang mungkin dirasakan orang lain.

Singkatnya: Tiru perilaku klien sehati-hati mungkin dan refleksikan emosi apa yang ditimbulkannya dalam diri Anda. Kemudian sebutkan emosi tersebut menggunakan nada suara yang sesuai.

Contoh: Diondra



Dengan meniru Diondra, Marlou menyadari bahwa Diondra tidak memberikan kesan santai dan bahagia. Marlou memperhatikan lengan Diondra kencang dan agak kaku. Wajah, mata dan mulutnya juga tegang. Dengan *mirroring* hal ini, Marlou menyadari bahwa hal itu menimbulkan perasaan tidak menyenangkan dalam dirinya. Marlou dapat menyebutkan perasaan ini dengan mengatakan dengan nada penuh perhatian: 'Oh, Diondra, kamu merasa tidak nyaman.'

Apa yang Anda Lakukan?

Ketika meniru perilaku klien, perasaan apa yang muncul dari posisi atau perilaku ini? Apakah Anda menyebutkan perasaan klien?

Menamai Emosi

Apa Pendapat Anda?

Apakah Anda pernah mengungkapkan emosi yang Anda amati pada klien? Apa pendapat Anda mengenai pernyataan: 'Klien tidak memahami kata-kata saya, mengapa saya harus menyebutkan emosinya?'

Latar belakang

Pernahkan Anda mengungkapkan emosi yang Anda amati pada rekan kerja? Kamu terlihat bahagia hari ini? Kamu terlihat khawatir? Kamu terlihat sedih? Bagaimana nada suara Anda saat mengungkapkan emosi-emosi tersebut? Dengan mengamati emosi orang lain dan mengidentifikasinya, Anda akan menyadari bahwa Anda menyesuaikan ekspresi wajah dan suara dengan yang diamati. Cara kerjanya adalah sebagai berikut: Anda mengikuti ekspresi wajah orang lain dan menyadari emosi yang terkait dengannya. Emosi inilah yang Anda namai. Dengan mengenali perasaan dibalik cerminan perilaku atau ekspresi wajah, Anda dapat mendeskripsikan atau menyebutkan perasaan tersebut. Dengan mendeskripsikan atau memberi nama perasaan yang sesuai dengan emosinya, orang lain dapat merasakan bahwa pengalaman tersebut juga sedang dialami orang lain. Saat Anda mendampingi dengan penyandang disabilitas, mereka mungkin tidak mengerti kata-kata, tetapi nada suara yang berkaitan bisa sangat mudah dikenali dan menenangkan klien. Dengan menggunakan nada suara yang tepat, maka akan terjalin saling pengertian antara Anda dan klien. Klien merasa dipahami dan karena itu seiring waktu akan mendekati orang yang merespons emosinya dengan tepat.

Singkatnya: Mengartikulasikan emosi dengan nada suara yang sesuai adalah hal yang penting. Hal ini membantu mengembangkan hubungan yang aman antara Anda dan klien.

Contoh: Diondra



Sambil meniru perilaku dan ekspresi wajah Diondra, Marlou memperhatikan bahwa Diondra mungkin merasa tidak nyaman. Ia mengucapkan: 'Kamu mengerutkan kening, kamu merasa tidak nyaman.' Dia mulai menyebutkan apa yang mungkin dirasakan Diondra. Dengan *mirroring* dirinya, Marlou dapat memahami dan mengartikulasikan perasaan Diondra dengan lebih baik. Hasilnya, Diondra secara bertahap semakin fokus pada Marlou.

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda mampu meniru perilaku dan ekspresi wajah klien? Bisakah Anda menyebutkan perasaan yang muncul dalam diri Anda?

Mengembangkan Kesadaran Aksi-Reaksi

Apa Pendapat Anda?

Kapan seorang bayi mengetahui bahwa tindakannya akan menimbulkan reaksi? Bagaimana seorang bayi mempelajari hal ini? Apa yang harus dilakukan orang tua untuk memulai permainan aksi-reaksi? Apa yang dapat Anda pelajari dari hal ini tentang membangun hubungan yang aman dengan klien?

Latar belakang

Pernahkah Anda memperhatikan hal berikut? Ketika Anda mulai lebih sering memberi nama pada emosi rekan kerja, rekan kerja Anda pun cenderung melakukan hal yang sama kepada Anda. Hal serupa juga terjadi pada anak-anak. Anak-anak mulai menyadari adanya proses *mirroring* dari orang tua sehingga perhatian mereka semakin tertuju kepada orang tua.

Hal yang sama juga berlaku pada individu dengan disabilitas ganda. Misalnya, ketika seorang klien mengeluarkan suara tertentu, ia akan menunggu untuk melihat apakah ada reaksi *mirroring*. Ketika mendapatkan reaksi, klien akan menikmatinya dan mulai mengembangkannya menjadi suatu bentuk permainan sederhana. Sebagai contoh, klien mungkin mengeluarkan suara yang sama dua kali berturut-turut, kemudian mendengarkan apakah suara tersebut akan ditirukan.

Klien belajar bahwa ketika saya melakukan sesuatu, maka akan ada respon yang mengikuti perilaku saya. Pemahaman inilah yang menjadi dasar terbentuknya suatu hubungan. Proses tersebut tidak hanya mendorong klien untuk mengambil inisiatif, tetapi juga memberikan rasa aman. Dengan begitu, klien akan semakin terdorong untuk membangun hubungan dan mengambil inisiatif.

Singkatnya: Kesadaran akan aksi-dan-reaksi adalah dasar dari suatu hubungan. Dengan mengulangi perilaku *mirroring*, klien mempelajari bahwa suatu reaksi akan mengikuti inisiatif yang diambil. Dengan memberikan respons yang dapat diprediksi, hubungan yang aman akan berkembang.

Contoh: Diondra



Tangan Diondra dan Marlou bersentuhan (lihat foto). Diondra akan menyadari bahwa saat ia menggerakkan tangannya, Marlou akan meniru perilaku ini. Harapannya Diondra akan menunggu beberapa saat hingga Marlou memberikan respon. Menunggu reaksi bisa menjadi permainan yang menyenangkan dan mengasyikkan. Diondra mungkin berpikir: 'Akankah Marlou merespons ketika saya menggerakkan tangan saya?' Jika Marlou merespons seperti yang diharapkan Diondra, permainan menjadi dapat diprediksi. Hal ini akan terasa akrab dan aman bagi Diondra sehingga dia akan mengambil inisiatif baru.

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda sendiri memperhatikan bahwa semacam permainan berkembang antara Anda dan klien Anda? Apakah Anda memperhatikan bahwa klien Anda dengan sengaja membuat gerakan tertentu dan menunggu reaksi Anda?

Mengembangkan Kesadaran Diri

Apa Pendapat Anda?

Siapa kamu? Apa itu kesadaran diri? Bagaimana perkembangan kesadaran diri dimulai? Mengapa kesadaran diri itu penting?

Latar belakang

Melalui perilaku dan suara yang Anda tampilkan, serta dengan *mirroring* perilaku dan suara klien, klien belajar bahwa setiap tindakan akan diikuti oleh suatu reaksi. Klien juga belajar bahwa perilakunya sendiri dapat memunculkan reaksi dari orang lain. Secara bertahap, klien menyadari bahwa ia dapat menyebabkan sesuatu terjadi. Kesadaran inilah yang disebut sebagai kesadaran diri (*self-awareness*). Selanjutnya, ketika mainan diberikan, klien dapat menemukan bahwa dengan menarik seutas tali, misalnya, musik akan mulai berbunyi. Klien pun memahami, 'Saya dapat menarik tali ini, dan musik akan berbunyi.'

Singkatnya: Dengan meniru perilaku, suara, dan perasaan klien, Anda merangsang perkembangan kesadaran diri klien. Hal ini memperkuat fokus pada lingkungan.

Contoh: Sjoerd



Sjoerd meraih bola-bola (lihat gambar). Ia belajar bahwa dialah yang dapat membuat bola-bola itu bergerak. Dengan melakukan *mirroring* terhadap perilakunya, Rafaella mendorong Sjoerd untuk kembali meraih dan menggerakkan bola-bola tersebut. Hal ini membuat Sjoerd semakin memperhatikan lingkungan di sekitarnya serta meningkatkan kesadarannya terhadap apa yang terjadi di sekelilingnya. Inilah awal berkembangnya kesadaran diri (*self-awareness*).

Apa yang Anda Lakukan?

Dari klien yang Anda dampingi, siapa saja yang telah menunjukkan kesadaran diri (*self-awareness*)? Selain melakukan *mirroring* terhadap perilaku, suara, dan emosi klien, apa lagi yang dapat Anda lakukan selama momen interaksi untuk membantu mengembangkan kesadaran diri mereka?

Mengembangkan Kekekalan Objek (Object Permanence)

Memahami bahwa Orang atau Benda Tidak Hilang Saat Tidak Terlihat

Apa Pendapat Anda?

*Apa yang dimaksud dengan **object permanence**? Kapan bayi memperoleh **object permanence**? Bagaimana Anda bisa membangkitkan **object permanence**?*

Latar belakang

Object permanence adalah kesadaran bahwa objek akan tetap ada meskipun Anda tidak lagi melihatnya. Jika kurang lebih Anda mengetahui di mana suatu benda berada, maka Anda dapat mencarinya. Ini adalah bagian penting dari perkembangan normal anak. Bayangkan memungut mainan yang berserakan, permainan cilukba, menyembunyikan benda, dan lain-lain. Anak dengan disabilitas intelektual berat perlahan-lahan dapat mengembangkan *object permanence* dengan cara ini. Jika anak juga memiliki disabilitas visual berat, maka diperlukan usaha yang ekstra. Dalam hal ini anak tidak dapat melihat kemana perginya suatu benda, atau dimana mencarinya. Pertimbangkanlah bahwa dibutuhkan waktu lama sebelum anak benar-benar mengembangkan kesadaran ini. Gunakan mainan yang mengeluarkan suara dan carilah bersama-sama.

*Singkatnya: Bermain bersama sangat penting untuk mengembangkan **object permanence**. Klien diajak bersenang-senang bersama menggunakan mainan/benda. Saat melakukan permainan menggunakan mainan, anak mengembangkan kesadaran bahwa benda tetap ada, meskipun ia tidak mendengar atau melihatnya.*

Contoh: Diondra



Dalam foto ini, terlihat bagaimana Diondra meraih mainan. Marlou menyemangati dan mendukung inisiatifnya. Hubungan dengan Marlou terasa begitu aman bagi Diondra sehingga ia mau menggapai dan mendorong benda tersebut. Marlou memberinya pujian dan mendukungnya untuk mencari benda tersebut.

Apa yang Anda Lakukan?

Dari klien yang Anda dampingi, siapa saja yang telah memiliki dan yang belum memiliki *object permanence*? Apa yang Anda lakukan untuk mengembangkan *object permanence*?

Bersenang-senang Bersama, Menikmati Momen

Apa pendapat Anda?

Bagaimana Anda bisa bersenang-senang dengan klien yang memiliki disabilitas intelektual berat? Mengapa menikmati momen (*enjoyment*) menjadi penting? Sebagai seorang pendamping profesional, apakah Anda bisa berkontribusi dalam pengalaman menikmati momen (*enjoyment*) klien?

Latar Belakang

Stres di dalam sebuah hubungan menghambat pertumbuhan dan perkembangan. Sebagai contoh, ketika Anda berdebat dengan pacar, Anda menjadi sangat tegang dan tidak bisa berkonsentrasi. Begitu juga sebaliknya: Bersenang-senang bersama memberikan kesempatan bagi klien untuk berkembang. Dengan tertawa dan menikmati bersama sambil mengembangkan hubungan, klien dapat lebih fokus pada Anda. Energi positif yang Anda berikan memberi klien perasaan: 'Senang rasanya bisa bersama' dan 'Aku merasa aman dan diinginkan ketika bersamamu'. Perasaan positif ini menjadi fondasi klien berkembang lebih jauh. Anda bisa merasakan kegembiraan dengan perilaku meniru (*mirroring*) tawa klien atau dengan merespon dengan cara yang lucu menurut klien. Contoh, Anda bisa mengulang sebuah bunyi atau kata yang diucapkan klien dengan menggunakan nada suara yang tinggi.

Singkatnya: Dengan berfokus pada bersenang-senang bersama sebagai pengasuh, klien akan menjadi lebih fokus pada Anda dan menunjukkan keadaan yang lebih rileks. Anda akan melihat klien semakin banyak mengambil inisiatif dan lebih responsif terhadap perilaku Anda.

Contoh: Marjan



Dalam foto dapat terlihat bagaimana Marjan fokus pada Nelleke. Dia tersenyum pada Nelleke dan Nelleke tersenyum pada Marjan. Menikmati momen bersama (*shared enjoyment*) ini kemungkinan besar disebabkan oleh perilaku meniru (*mirroring*) terhadap perilaku dan suara-suara yang dibuat oleh Marjan. Nelleke pernah menyatakan bahwa hal ini sangat mudah menular baginya: "Ketika Marjan mulai menikmati suasana dan tertawa, kita benar-benar ikut terbawa suasana". Nelleke juga menambahkan: "Yang menarik adalah ketika saya membuat suara-suara tertentu, Marjan akan merespon dan menikmatinya. Kami menjadikannya sebuah permainan di mana kami bergantian melakukannya, bahkan ketika sedang tertawa"

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda tertawa bersama klien Anda? Apakah Anda bersenang-senang bersamanya? Adakah hal-hal yang dapat Anda lakukan agar Anda dan klien lebih sering berbagi kegembiraan bersama?

Merasa Nyaman

Apa pendapat Anda?

Pernahkan Anda mengalami hal serupa?

‘Saya sedang bersama dengan sekelompok orang yang belum saya kenali. Saya menyadari bahwa mereka sudah saling mengenal satu sama lain. Saya bergabung dengan mereka, namun saya merasa tidak tenang. Saya menyadari perasaan ini dalam diri saya. Saya mencoba untuk menenangkan diri dan mendengarkan pembicaraan mereka dengan tenang. Saya tahu bahwa saya merasa tidak nyaman, karena saya belum mengenali mereka. Perlahan mereka mulai melibatkan saya juga dalam pembicaraan. Saat itu, saya menyadari bahwa lambat laun saya mulai merasa semakin nyaman’

Latar belakang

Anda hanya bisa membangun hubungan yang aman dengan klien yang memiliki disabilitas apabila Anda merasa nyaman dengan mereka. Sangat penting untuk merasa nyaman, karena jika tidak merasa demikian, *absence of enjoyment* (kurangnya rasa menikmati kebersamaan) dapat menjadi penghambat dalam membangun hubungan dengan klien. Ketika Anda menyediakan waktu untuk membangun hubungan dengan klien, tanyakan pada diri Anda apakah Anda benar-benar merasa nyaman. Jika jawabannya tidak, cobalah mencari tahu apa yang membuat Anda merasa tidak nyaman.

Singkatnya: Periksalah apakah Anda merasa nyaman bersama klien. Jika jawabannya tidak, periksa apa yang menyebabkan perasaan tersebut. Langkah-langkah apa yang ingin Anda lakukan untuk mulai merasa lebih nyaman?

Contoh: Marjan



Marjan sedang berbaring di atas kasur air. Pendampingnya, Nelleke, juga berbaring di sebelahnya untuk meniru (*mirroring*) perilakunya (seperti yang dijelaskan di dalam bagian “Perilaku Meniru Klien dengan Kemampuan yang Sangat Terbatas”). Ia mengambil posisi yang sama dan merasa nyaman melakukannya. Nelleke memusatkan perhatiannya pada Marjan dan merasa sangat nyaman.

Apa yang Anda Lakukan?

Apa yang Anda rasakan ketika menyediakan waktu untuk membangun hubungan dengan klien? Apakah Anda merasa nyaman? Jika tidak merasa nyaman, mengapa? Apa yang bisa Anda lakukan?

Menyelingi Momen Kebahagiaan dengan Momen Istirahat

Apa Pendapat Anda?

Berapa lama Anda perlu terus memberikan stimulasi kepada klien?

Haruskan Anda merasa khawatir apabila klien sesekali berhenti memberikan respon?

Latar Belakang

Setelah momen *shared enjoyment* (menikmati kebersamaan), sangat tepat apabila diikuti dengan momen istirahat. Momen istirahat memberikan kesempatan untuk mengolah dan menata pengalaman yang baru saja dialami. Bukanlah tanpa alasan terkadang kita mengambil waktu untuk duduk di bangku atau meminum secangkir teh atau kopi. Momen istirahat memberikan kesempatan untuk “mengisi ulang” (*recharge*). Hal ini juga berlaku bagi klien. Momen istirahat setelah momen *shared enjoyment* atau setelah momen kontak memberi klien kesempatan untuk menata apa yang baru saja terjadi. Dalam momen ini, pendamping dengan tenang menunggu, memberi waktu bagi klien untuk menenangkan diri.

Singkatnya: Pastikan Anda menyelingi momen kontak yang intensif dengan momen istirahat. Pastikan dengan seksama seberapa banyak stimulasi atau interaksi yang mampu diterima klien agar ia tidak merasa kewalahan.

Contoh: Marjan



Pada gambar ini Anda dapat melihat tenangnya Marjan dan Nelleke berbaring berdampingan. Marjan masih memusatkan perhatiannya pada Nelleke, tetapi disana terdapat momen 'istirahat'. Nelleke tidak menginisiasi apapun saat ini, agar Marjan memiliki waktu untuk menenangkan diri. Dalam momen istirahat ini, Nelleke dapat menyampaikan dengan lembut bahwa mereka baru saja bersenang-senang bersama, tertawa bersama, dan kini sedang berbaring dengan tenang. Dengan secara lembut menamai hal-hal yang baru saja terjadi, Nelleke membantu Marjan untuk mengolah dan menata pengalaman yang baru saja mereka alami bersama.

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda memberikan kesempatan secara bergantian antara kontak yang intensif dan momen istirahat selama momen kontak? Bagaimana cara Anda membantu klien untuk mengolah dan menata kejadian serta pengalaman yang telah mereka alami?

Banyak Berbicara Selama Memberikan Pendampingan

Apa Pendapat Anda?

“Klien tidak memahami apa yang saya katakan, sehingga saya juga tidak perlu berbicara”. Apakah Anda setuju dengan pernyataan ini?

Latar Belakang

Anak dengan disabilitas majemuk sangat bergantung pada pendampingnya untuk membangun hubungan yang aman. Ketika klien tidak banyak merespons secara verbal dan tidak menunjukkan reaksi yang jelas, Anda sebagai pengasuh cenderung menjadi jarang berbicara dan kurang mengekspresikan kata-kata. Namun dengan berbicara dan banyak mengekspresikan kata-kata dengan jelas, klien dapat belajar mengenali suara Anda, menghubungkan suara tertentu dengan situasi tertentu, dan di kemudian hari mungkin dapat menghubungkan kata-kata dengan situasi atau peristiwa tertentu. Berbicara dapat menstimulasi klien untuk fokus kepada Anda sebagai sebagai pendampingnya. Itulah mengapa penting bagi Anda untuk menyebutkan apa yang Anda lihat dan lakukan. Menyebutkan setiap hal kecil yang Anda lakukan selama mendampingi mereka.

Singkatnya: Klien dapat berkembang lebih jauh jika Anda terus berbicara selama momen pendampingan. Berbicara dan menjelaskan tindakan kita secara lisan memberikan prediktabilitas (keteraturan yang bisa ditebak) dan kejelasan, yang pada akhirnya dapat menumbuhkan rasa aman.

Contoh: Diondra



Untuk memindahkan Diondra dari kursi roda ke atas matras, Marlou menggunakan lift (lihat dalam foto). Marlou akan menyebutkan setiap langkah kecil secara lisan (*articulate*): saat ini ia mengambil *lift*, saat ia akan memindahkan Diondra ke atas matras, saat *lift* mulai bergerak, saat *lift* bergerak naik, saat *lift* bergerak turun kembali, dan seterusnya. Pengulangan kata-kata seperti *lift*, naik, turun, dan seterusnya mungkin dapat membantu Diondra mempersiapkan diri menghadapi apa yang akan terjadi selanjutnya. Hal ini membuat dunianya lebih bisa diprediksi/ jelas dan teratur. Bahkan jika Diondra tidak memahami semua kata yang diucapkan Marlou, mendengar suara Marlou saja sudah membuatnya merasa aman.

Apa yang Anda Lakukan

Apakah Anda mengucapkan secara lisan apa yang Anda lakukan dan apa yang akan terjadi selama sesi pendampingan kepada klien Anda? Apakah rekan kerja Anda juga melakukannya?

Mengembangkan Kemampuan Bergiliran

Apa Pendapat Anda?

Apakah bergantian menjadi penting ketika berkomunikasi dengan orang lain? Apakah bergantian memungkinkan dengan klien yang memiliki disabilitas intelektual berat?

Latar Belakang

Ketika menunggu giliran, klien dan pendamping memberikan respon terhadap satu sama lain "bergantian". Karena klien telah mengarahkan perhatiannya kepada pendamping, klien juga akan memberikan respon pada inisiatif dari pendamping, dan pendamping akan memberikan respon bergantian. Dengan demikian, rangkaian respon terbentuk. Giliran diberikan dan giliran diambil. Rantai aksi-reaksi seperti ini adalah tahap selanjutnya menuju kemampuan berkomunikasi dengan orang lain serta dalam memperdalam hubungan. Hal ini dapat diibaratkan seperti ketika melakukan percakapan panjang mengenai satu topik tertentu. Rantai interaksi atau aksi-reaksi seperti ini juga memungkinkan dilakukan dengan anak yang memiliki disabilitas intelektual berat. Hal yang menarik adalah klien dan pendamping akan lebih menikmati momen (*enjoyment*) ketika ada proses bergiliran dalam kontak. Dalam hal ini, perlu dipahami bahwa klien membutuhkan waktu lebih lama untuk memberikan respons. Sesuaikan kecepatan Anda, dan tunggulah sejenak untuk melihat respons mereka sebelum Anda kembali mengambil inisiatif.

Singkatnya: Klien dengan disabilitas intelektual berat juga bisa sangat menikmati momen kontak (interaksi) yang melibatkan aktivitas saling bergantian.

Contoh: Marjan



Meskipun Marjan, selain memiliki disabilitas intelektual berat, juga mengalami disabilitas fisik, ia telah belajar bahwa ketika ia menggerakkan pinggulnya saat berbaring di atas kasur air (*waterbed*), pendampingnya yaitu Nelleke juga akan mulai bergerak. Sebagai respon terhadap hal tersebut, Marjan kembali menggerakkan pinggulnya. Melalui 'rantai' atau rangkaian respon ini, Marjan menjadi semakin antusias dan mulai menikmati interaksi. Ia juga mulai meraba bantal dengan tangannya dan menggaruk permukaannya, seperti yang terlihat dalam foto. Nelleke memberikan respon terhadap inisiatif Marjan dengan melakukan hal yang sama. Dengan cara ini, Nelleke mencoba untuk menstimulasi rantai reaksi atau rangkaian respon.

Apa yang Anda Lakukan?

Apakah Anda menyadari "rantai" reaksi ketika berinteraksi dengan klien Anda? Apakah Anda menyadari ketika klien Anda menjadi lebih antusias dan menikmati momen lebih dan lebih lagi? Apakah permainan interaksi timbal balik berkembang dalam interaksi Anda dengan klien?

Mengulangi

Apa Pendapat Anda?

Berapa lama Anda perlu terus meniru perilaku (mirror behavior)? Berapa lama Anda perlu terus menawarkan momen kontak kepada anak dengan disabilitas majemuk?

Latar Belakang

Dengan klien yang memiliki disabilitas majemuk, pengulangan menjadi penting untuk membangun hubungan. Dengan mengulang aktivitas, momen bermain, gerakan, dll maka kontak atau interaksi menjadi lebih bisa diprediksi. Prediktabilitas semacam ini akan membuat klien merasa aman, sehingga tercipta ruang untuk perkembangan lebih lanjut. Proses ini dapat berjalan bertahun-tahun, dimana *mirroring* dan permainan aksi-reaksi terus menjadi penting dalam kontak dengan klien. Inilah mengapa penting untuk menjadikan momen kontak/interaksi sebagai bagian dari program harian agar pengulangannya terjamin.

Singkatnya: Anak-anak dengan disabilitas majemuk belajar melalui pengulangan. Pengulangan bisa dipastikan terjadi ketika momen kontak dimasukkan menjadi bagian program harian klien. Oleh karena itu, sama seperti makan dan minum, mendengarkan musik, dan membaca, momen kontak adalah elemen yang penting dalam program harian individu dengan disabilitas majemuk.

Contoh: Thomas



Thomas dan Roxanne sedang berada di ruang bermain Day Activity Centre (lihat foto). Roxanne meletakkan tangannya di bawah tangan Thomas agar Thomas bisa menggenggam tangannya kapanpun ia mau. Dengan memberikan tangannya seperti ini, Thomas belajar bahwa ia bisa menggenggam tangan Roxanne. Karena momen-momen kontak ini merupakan bagian dari program aktivitas hariannya, kesempatan untuk membangun hubungan senantiasa terjaga. Melalui pengulangan momen kontak/interaksi tersebut, Thomas belajar bahwa Roxanne menyadari inisiatifnya dan memberikan respons.

Apa yang Anda Lakukan?

Lihatlah program untuk klien Anda. Apakah tersedia cukup banyak kesempatan untuk momen kontak/interaksi? Apakah Anda mengulangi permainan dan gerakan-gerakan selama momen kontak berlangsung?

Mari Kita Mulai!

Dalam uraian sebelumnya, telah dipaparkan berbagai aspek penting untuk membangun hubungan saling percaya dengan klien yang memiliki disabilitas intelektual berat dan/atau disabilitas majemuk. Pertama, kami telah memberikan gambaran singkat mengenai proses pembentukan hubungan tersebut. Selanjutnya telah disajikan informasi latar belakang beserta penjelasan yang didukung dengan ilustrasi-ilustrasi praktis. Melalui pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan penerapannya dalam praktik sehari-hari, kami berupaya mendorong pembaca untuk merefleksikan sendiri mengenai cara membangun hubungan kelekatan (*attachment relationship*) dengan klien, serta mengambil tindakan yang tepat berdasarkan pemahaman tersebut.

Saya sangat berharap tulisan ini dapat berkontribusi sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan mengenai membangun hubungan yang aman dengan klien penyandang disabilitas intelektual berat atau disabilitas majemuk. Jika Anda membutuhkan informasi lebih lanjut, Anda juga dapat membaca buku '*Learning Together*' dan/atau menonton DVD '*Developing an Attachment Relationship*' serta '*Attachment*'. Pemesanan dapat dilakukan melalui www.bartimeus.nl/publicaties atau Pusat Dokumentasi dan Perpustakaan Bartiméus (*Bartiméus Library and Documentation Centre*), P.O. Box 1003, 3700 BA, Zeist. info@bartimeus.nl

Tentu saja, segala pertanyaan, komentar, maupun saran senantiasa kami sambut dengan baik.

Paula Sterkenburg,
Juli 2026

Tentang penulis

Paula Sterkenburg adalah professor luar biasa untuk 'Orang dengan keterbatasan penglihatan atau keterbatasan penglihatan dan intelektual; hubungan sosial & ICT' di Vrije Universiteit Amsterdam. Jabatan guru besar ini ditetapkan pada tahun 2019 oleh Stichting Bartiméus dan Bartiméus Fonds. Dia adalah psikolog kesehatan mental dan ortopedagog umum di Bartiméus dan ia adalah koordinator dari Lokakarya Akademik tentang Hubungan-Hubungan Sosial dan keterikatan di Bartiméus – Vrije Universiteit Amsterdam – Ons Tweede Thuis – Odion – De Twentse Zorgcentra. Dia telah menerima beberapa penghargaan; antara lain penghargaan perawatan disabilitas VGN yang pertama, penghargaan Han Nakken, penghargaan Fonds NutsOhra & Vilans, VU EMGO + Societal Impact Award, Penghargaan Profesional ONVZ dari kompetisi inovasi layanan kesehatan 'Ide Layanan Kesehatan Terbaik di Belanda 2015', dan penghargaan Innovatiefonds untuk penanggung asuransi kesehatan, ini adalah finalis untuk AMSIA Impact Award 2025, dan penghargaan ICEVI Europe 2025 atas Kontribusi Signifikan terhadap Kehidupan Anak dan Remaja dengan Gangguan Penglihatan. Dia adalah pe-nulis dan rekan penulis beberapa buku, artikel-artikel dan (salah satu) pengembang produk seperti aplikasi, permainan-permainan serius, program-program VR dan program-program robot.

Pada tahun 2007, Asosiasi Penyedia Layanan Perawatan Belanda (Dutch Association of Care Providers) memilihnya sebagai penerima penghargaan pertama untuk bidang Perawatan bagi Penyandang Disabilitas atas keberhasilannya menjembatani kesenjangan antara penelitian dan praktik dalam pelayanan bagi penyandang disabilitas.

Email: psterkenburg@bartimeus.nl atau p.s.sterkenburg@vu.nl

Mengembangkan Hubungan Kelekatan

Dengan membangun hubungan yang dilandasi rasa saling percaya, seorang anak memiliki kesempatan untuk mengembangkan kelekatan yang aman (secure attachment). Ketika anak merasa aman, ia akan lebih percaya diri untuk mengenal, mencoba, dan mengeksplorasi dunia di sekitarnya.

Buku panduan ini membahas berbagai hal penting yang diperlukan untuk membangun hubungan yang penuh kepercayaan dengan anak maupun orang dewasa yang memiliki disabilitas intelektual berat atau disabilitas ganda. Pentingnya hubungan tersebut dijelaskan berdasarkan teori kelekatan (attachment theory).

Buku ini berisi panduan praktis bagi para pendamping, pengasuh, maupun tenaga profesional yang mendampingi individu dengan disabilitas dalam kehidupan sehari-hari. Melalui kisah nyata empat klien di Bartiméus, penulis menjelaskan berbagai prinsip penting dengan contoh-contoh yang mudah dipahami dan dekat dengan praktik sehari-hari.

Meskipun di sepanjang buku ini digunakan istilah "anak", seluruh konsep dan pendekatan yang dibahas juga relevan untuk membangun hubungan yang penuh kepercayaan dengan orang dewasa yang memiliki disabilitas intelektual berat atau disabilitas ganda.

Buku ini terutama ditujukan bagi para profesional yang mendampingi anak maupun orang dewasa dengan disabilitas intelektual berat atau disabilitas ganda. Selain itu, buku ini juga menjadi sumber belajar yang bermanfaat bagi orang tua, pendidik, pengasuh, serta berbagai profesi lain yang terlibat dalam pengasuhan, pendidikan, dan pendampingan penyandang disabilitas ganda.

"Ini adalah buku kecil yang luar biasa, mudah dipahami sekaligus menginspirasi bagi siapa pun yang berperan penting dalam kehidupan individu dengan disabilitas penglihatan dan disabilitas intelektual.

Wawasan dan contoh-contoh nyata yang disajikan di dalamnya tidak hanya membantu meningkatkan kualitas hidup penyandang disabilitas, tetapi juga menolong orang tua, pendamping, pengasuh, pendidik, dan para profesional menemukan makna serta tujuan dalam hubungan yang mereka bangun bersama individu yang mereka dampingi. Tanpa menggunakan bahasa yang terlalu akademis, buku ini tetap berlandaskan pada penelitian ilmiah yang kuat sebuah bidang yang juga telah mendapat kontribusi penting dari para penulis." Prof. Dr. Carlo Schuengel, Vrije Universiteit Amsterdam.