



UNIVERSITAS KATOLIK INDONESIA  
**ATMA JAYA**  
Tepercaya Kualitas Lulusannya



# MODUL PELATIHAN DPA





# Manual Pelatihan Dukungan Psikologis Awal (DPA) Tahap 1

Maret 2021

**Materi disusun oleh:**  
**Dr. Yohana Ratrin Hestyanti, Psikolog**  
**Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si, Psikolog**

MAP Indonesia  
Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya






Manual ini memiliki hak cipta.

Penggunaan sebagian atau seluruh isi manual ini harus menyebutkan nama penulis.

Kutipan yang disarankan adalah:

Hestyanti, Y.R. dan Dewi, Z.L. 2021. Manual Pelatihan Dukungan Psikologis Awal (DPA).  
Mobile Arts for Peace dan Unika Atma Jaya, Jakarta





## **PRA PELATIHAN (H-1) : Selasa, 2 Maret 2021**

Seluruh peserta yang sudah memberikan konfirmasi kehadiran dimasukkan dalam sebuah grup WA, pada pukul 14.00 WIB.

### **Tujuan :**

1. Memberikan informasi yang perlu disiapkan oleh para peserta untuk kegiatan pelatihan hari 1 dan hari-hari selanjutnya
2. Menciptakan suasana untuk para peserta mempersiapkan diri dan bahwa pelatihan PFA perlu dipersiapkan dengan baik, termasuk jaringan dan hadir tepat waktu. Bagian ini menjadi penting karena kehadiran tepat waktu dan mempersiapkan jaringan menjadi salah satu hal krusial dalam pelaksanaan Pelatihan berbasis daring.
3. Peserta mulai saling mengetahui peserta lain dari mana saja dan juga mengenal fasilitator (rapport sangat penting dibangun sejak awal berkomunikasi dengan peserta)
4. Membagikan sejumlah informasi penting yang perlu diperhatikan oleh peserta

### **Aktivitas :**

1. Menyapa para peserta dan memperkenalkan diri, mempersilakan para peserta untuk saling mengenalkan diri juga.
2. Memberikan informasi mengenai tata cara zoom, kapan diharapkan mulai masuk dan registrasi, dan apa saja yang perlu diperhatikan supaya koneksi tidak terkendala. Apabila ada yang mengalami kendala koneksi maka dapat dibantu oleh para asisten riset.
3. Mengingatkan kembali mengenai jadwal pelatihan hari 1 dan pukul berapa diharapkan mulai masuk ke dalam ruang zoom dan kapan pelatihan akan dimulai. Di sini diingatkan tata tertib mengenai tepat waktu.
4. Mengirimkan lembar informasi Pelatihan untuk Pendamping / Fasilitator (terlampir)
5. Memberikan pretest untuk keseluruhan kegiatan MAP dan informasi mengenai kegiatan MAP secara keseluruhan melalui link :

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfSTrpKUoJxTVdPIyDd2ejEGFiCY3vlufjv\\_bnQW7ovf0FXhQ/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfSTrpKUoJxTVdPIyDd2ejEGFiCY3vlufjv_bnQW7ovf0FXhQ/viewform)



## PELATIHAN HARI 1 (SESI 1) : Rabu 3 Maret 2021 14.00 – 16.00

- 13.30 : Kelas Zoom dibuka, peserta bisa mulai masuk
- 14.00 - 14.15 : Pengantar dan Pencairan Suasana : Tebak Judul Lagu
- 14.15 - 14.30 : Pembukaan dan Pengantar tentang MAP, DPA dalam konteks MAP
- 14.30 - 15.30 : Perkenalan seluruh peserta dan membangun motivasi
- 15.30 - 15.55 : 1. Penjelasan mengenai pelatihan DPA 1 – TOT – DPA 2  
2. Penentuan jadwal DPA 1
- 15.55 - 16.00 : Foto, pengumuman, dan penutupan hari ke-1

### Detail aktivitas sebagai berikut:

**13.30** link zoom telah dibuka, peserta yang sudah datang disapa dan diajak ngobrol santai.

**13.50** RA mengumumkan Kembali di grup WA untuk mengajak peserta yang belum hadir segera masuk link zoom.

### 14.00 – 14.15 Tebak Judul Lagu

Tujuan :

1. Mencairkan suasana

Waktu : 15 menit

Bahan : List daftar lagu yang siap diputar

Langkah / aktivitas :

1. Fasilitator kemudian memberikan instruksi mengenai permainan tebak lagu: saat peserta mendengar musik dimainkan, sesegera mungkin menuliskan judul lagu yang dimainkan di chat room. Setiap kesempatan diberikan kepada para peserta selama 10 detik atau sesuai kebijakan fasilitator. Peserta yang tercepat dan benar menuliskan judul lagu di chat



room akan mendapatkan skor tertinggi. Peserta yang mengumpulkan skor terbanyak akan keluar sebagai pemenang.

2. Setelah peserta paham, musik pertama langsung diputar. Setelah 10 detik distop. Demikian seterusnya sampai 5 lagu.
3. Pengumuman pemenang diumumkan setelah diketahui skor akhirnya.

### **14.15 – 14.30 : Pembukaan dan Pengantar tentang MAP, DPA dalam konteks MAP**

Tujuan :

Memberikan penjelasan mengenai prinsip-prinsip MAP yang ingin dikembangkan, apa tujuan dan yang akan dilatihkan selama keseluruhan program MAP, utamanya untuk para pendamping.

Waktu : 15 menit

Bahan :

1. Paket informasi yang telah dibagikan kepada peserta H-1
2. PPT Peran Pendamping dalam MAP

Langkah / Aktivitas :

1. Co-PI / PM membuka kegiatan dan memberikan penjelasan dari slide yang telah disiapkan dan menyinggung mengenai materi yang telah dibagikan pada H-1 untuk dapat dibaca lebih lanjut secara detail.
2. Di dalam paket informasi dan PPT tersebut terkandung penjelasan mengenai prinsip-prinsip MAP yang ingin dikembangkan, tujuan pelatihan PFA, TOT, dan seluruh aktivitas selama fase 1, dan bagaimana menyiapkan para pendamping untuk berperan dalam keseluruhan program MAP.

### **14.30 – 15.30 : Perkenalan dan pencairan suasana**





Tujuan :

1. Seluruh peserta dan fasilitator saling mengenal
2. Menjalin hubungan baik dan membangun motivasi dengan interaksi yang hangat

Waktu : 60 menit

Bahan : Kertas dan Bolpen masing-masing peserta

Langkah / aktivitas :

1. Fasilitator memberikan pengantar mengenai tujuan kegiatan perkenalan dan apa saja yang perlu dikenalkan, yaitu :
  - Nama, asal lembaga, sudah berapa lama di lembaga tersebut, motivasi ikut pelatihan, masalah yang sering ditemui di lapangan, emosi yang paling sering muncul saat melakukan pendampingan pada anak
2. Fasilitator memberi kesempatan setiap peserta untuk selama 2 menit memikirkan dan mempersiapkan untuk memperkenalkan diri dengan menulis pada kertas (supaya nanti saat sharing bisa lebih efektif waktunya).
3. Fasilitator akan menunjuk satu orang peserta dan setelahnya peserta tersebut akan menunjuk teman lain. Demikian seterusnya sampai setiap orang sudah memperkenalkan diri.
4. Setiap orang diberi kesempatan untuk memperkenalkan diri maksimal 1.5 menit dan saat memperkenalkan diri harus menyalakan kameranya.

**15.30 - 15.55 : 1. Penjelasan mengenai pelatihan DPA 1 – TOT – DPA 2**

**2. Penentuan jadwal DPA 1**

Tujuan :







1. Memberikan gambaran keseluruhan rangkaian kegiatan pelatihan untuk para pendamping, sehingga para pendamping tahu alokasi waktu yang dibutuhkan dan tetap dapat menunjukkan komitmennya.
2. Membuat kesepakatan mengenai pelaksanaan pelatihan DPA 1

Waktu : 25 menit

Bahan :

- Lembar informasi pelatihan Pendamping / Fasilitator yang telah diberikan

Langkah / Aktivitas :

1. Fasilitator memberikan penjelasan singkat mengenai apa yang dimaksud dengan pelatihan DPA tahap 1, pelatihan TOT, dan pelatihan DPA tahap 2
2. Fasilitator menjelaskan prinsip-prinsip dalam pelatihan yang ingin dihidupi bersama yaitu : *fun*, merasa terlibat, saling berbagi pengalaman, kesempatan refleksi, saling belajar / meningkatkan kapasitas diri dan orang lain / mengembangkan diri dan orang lain.
3. Fasilitator menginformasikan jadwal-jadwal untuk pelatihan DPA 1 dan menyepakati jadwal tersebut dengan peserta. Apabila ada yang perlu disesuaikan, akan disesuaikan sesuai kesepakatan.

### **15.55 - 16.00 : Foto, pengumuman, dan penutupan hari ke-1**

Tujuan :

1. Mendokumentasikan peserta yang mengikuti kegiatan hari 1
2. Memberikan informasi dan penugasan pada peserta

Waktu : 5 Menit

Bahan : PPT Pengumuman hari 1

Langkah / Aktivitas :







1. Fasilitator meminta semua peserta untuk menyalakan kamera dan berfoto bersama
2. RA mengecek dan menginformasikan Kembali di chat room mengenai link presensi
3. Fasilitator memberikan pengumuman mengenai apa saja yang perlu dilakukan sore ini sampai dengan sebelum pertemuan berikutnya.
4. Penugasan pertama adalah :
  - a. Mengisi link : mengenali kondisi diri terkait DPA
  - b. Membaca buku Pedoman Pelaksanaan DPA yang akan dibagikan melalui grup WA
  - c. Menjawab pertanyaan setelah membaca buku Pedoman Pelaksanaan DPA
5. Fasilitator mengucapkan terima kasih dan menutup acara

Aktivitas antara pelatihan hari 1 dan pelatihan hari 2

Di Grup WA pada tanggal 3 Maret sore – 5 Maret siang :

1. Tanggal 3 Maret 2021 sore – malam → memastikan terlebih dahulu semua peserta mengisi link pretest umum untuk keseluruhan kegiatan MAP yang telah dikirimkan pada H-1
2. Tanggal 4 Maret 2021 pagi → mengirimkan link isian awal untuk mengenali kondisi diri peserta terkait pemahaman dan ketrampilan DPA, melalui link sbb:  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfd0iQL1UbvqCApiV8JhGLNh7MigPMrrmqRdgtUWEX5c\\_iaOA/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfd0iQL1UbvqCApiV8JhGLNh7MigPMrrmqRdgtUWEX5c_iaOA/viewform?usp=pp_url)
3. Tanggal 4 Maret 2021 siang → memberikan bahan bacaan berupa buku **Pedoman Pelaksanaan DPA** di Satuan Pendidikan (terlampir) untuk dibaca oleh para peserta
4. Tanggal 5 Maret 2021 pagi → memberikan link isian pertanyaan terhadap pemahaman peserta mengenai : pemahaman tentang DPA dari hasil membaca buku dan bagaimana selama ini pengalaman yang relevan dengan sejumlah prinsip DPA yang sudah dibaca, dalam kaitannya dengan pendampingan anak, sekaligus mengidentifikasi bagaimana



ketrampilan yang selama ini dimiliki dan apa saja yang masih perlu ditingkatkan. Link isian di bawah ini :

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc85hdZUhp5JZUEIbe-owjllEJEFFtiRrw134B2xPd2Ek607A/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc85hdZUhp5JZUEIbe-owjllEJEFFtiRrw134B2xPd2Ek607A/viewform?usp=pp_url)





## PELATIHAN HARI 2 (SESI 2) : **Jumat, 5 Maret 2021 19.00 – 21.00 WIB**

- 18.30 : Kelas Zoom dibuka, peserta bisa mulai masuk
- 19.00 - 19.20 : Pembukaan dan Pencairan Suasana
- 19.20 - 19.45 : Mengenal apa itu DPA, Tujuan DPA, dan Manfaat DPA
- 19.45 - 20.15 : Pengalaman Pendampingan Anak, Permasalahan Anak, kaitan dengan DPA
- 20.15 - 20.35 : Prinsip-prinsip Dasar DPA
- 20.35 - 20.55 : Diskusi tentang Permasalahan Anak dan Penerapan DPA
- 20.55 - 21.00 : Penugasan dan Penutup

### **Detail aktivitas sebagai berikut:**

**18.30** link zoom telah dibuka, peserta yang sudah datang disapa dan diajak ngobrol santai.

**18.50** RA mengumumkan Kembali di grup WA untuk mengajak peserta yang belum hadir segera masuk link zoom.

### **19.00 – 19.20 : SEDANG APA KAMU**

Tujuan:

1. Mencairkan suasana
2. Memberi latihan improvisasi, kreativitas, membangun kesadaran bahwa terkadang apa yang kita lihat bukanlah selalu yang sebenarnya terjadi seperti yang kita lihat

Waktu: 20 menit

Bahan : -

Langkah:

1. Fasilitator memberikan Instruksi kepada salah satu *partner* atau fasilitator lain yang sudah mengetahui permainan ini



- untuk melakukan gerakan yang menunjukkan bahwa ybs sedang melakukan aktivitas tertentu, misalnya sedang menyisir rambut / memakai jilbab. Setelah fasilitator memberikan instruksi, maka *partner* tersebut mulai membuat gerakan. Fasilitator kemudian akan bertanya, “Sedang apa kamu?”
2. Fasilitator sambil menjelaskan kepada para peserta bahwa orang yang ditanya tersebut (yang sedang melakukan aktivitas tertentu) akan menjawab pertanyaan dengan mengatakan sebuah gerakan yang BUKAN gerakan yang sedang ia lakukan, tapi gerakan lain yang ia ingin dilakukan oleh pasangannya yang bertanya atau orang berikut yang bertanya.
  3. Fasilitator memberikan contoh sambil meminta fasilitator partner untuk memulai : A mulai membuat gerakan seperti orang sedang menyisir rambut.  
Lalu B akan bertanya : “Sedang apa kamu?”  
Kemudian A akan menjawab : “Saya sedang membaca buku” (bukan menyisir rambut)  
Setelah A memberikan jawaban tersebut, artinya B harus segera melakukan gerakan sedang membaca buku.
  4. Selanjutnya Fasilitator menjelaskan bahwa setelah itu akan ada peserta C, D, E dan seterusnya yang akan mengikuti permainan. Dalam hal ini, C kemudian akan bertanya kepada B “sedang apa kamu?”  
Lalu B menjawab : “Saya sedang minum jamu” (bukan membaca buku)  
Demikian seterusnya. Prinsipnya adalah : Ketika seseorang melakukan gerakan tertentu dan ditanya ‘Sedang Apa Kamu’, dia tidak boleh menyebutkan aktivitas yang sedang ia lakukan, melainkan harus mengatakan aktivitas yang ia ingin orang yang bertanya tersebut melakukannya.
  5. Fasilitator kemudian memastikan bahwa semua peserta memahami instruksi dari aktivitas ini. Dengan menguji coba kepada beberapa peserta.
  6. Setelah peserta memahami aktivitasnya, lalu fasilitator mengajak peserta lain untuk melakukan sesuai aturan permainan tadi, di mana peserta yang ditunjuk akan menanyakan gerakan yang sedang dilakukan oleh



partner fasilitator, lalu setelah partner menjawab maka C akan melakukan gerakan yang disebutkan oleh partner, namun ketika ditanya oleh D, ia akan menjawab bukan gerakan yang sedang dilakukan melainkan menyebutkan gerakan yang ia ingin dilakukan oleh orang yang bertanya (dalam hal ini D), dst.

7. Fasilitator mulai menunjuk masing-masing peserta yang lain untuk secara bergiliran menanyakan dan memberikan jawaban yang bukan gerakannya melainkan yang harus dilakukan oleh orang setelahnya.
8. Fasilitator mendorong peserta untuk membayangkan gerakan yang lucu dan seru sehingga suasana dapat menjadi lebih cair dan gerakan yang dilakukan sekreatif mungkin.
9. Fasilitator mengatakan bahwa gerakan terus dilakukan, dan akan dispotlight oleh RA sehingga setiap yang bertanya dan melakukan gerakan akan dapat dilihat oleh semua peserta yang lain.
10. Selanjutnya setelah semua peserta mendapat gilirannya, Fasilitator menanyakan sejumlah pertanyaan refleksi dan memberikan debriefing hal-hal penting yang dipelajari.

### **Pertanyaan refleksi:**

Apa yang kita pelajari dari sesi permainan ini? Setelah para peserta menjawab, RA menuliskan di PPT / Jamboard.

Selanjutnya fasilitator memberikan sejumlah highlight dari jawaban peserta sambil memberikan gambaran bahwa seringkali orang dewasa salah mengartikan / menangkap kondisi anak, bila hanya melihat apa yang dilakukan / dilihat pada anak, tanpa mengenal lebih dalam apa yang sesungguhnya dialami oleh anak.

### **19.20 – 19.45 : Mengenal apa itu DPA, Tujuan, dan Manfaat DPA**

Tujuan :

1. Peserta memahami mengapa perlu melakukan DPA, apa cakupan DPA, tujuan dan manfaatnya

Waktu : 25 menit



Bahan :

1. Materi DPA dari Buku Pedoman Pelaksanaan DPA
2. PPT (terlampir)

Langkah :

1. Fasilitator mengawali dengan pertanyaan apa yang peserta pahami mengenai DPA setelah membaca buku Pedoman Pelaksanaan DPA
2. Fasilitator mempersilakan beberapa peserta menyampaikan secara lisan dan ada yang menulis di chat room
3. Setelah itu Fasilitator menjelaskan singkat penekanan mengenai definisi, tujuan, dan manfaat DPA.

#### **19.45 – 20.15 : Situasi krisis, Pendampingan Anak, dan Kaitan dengan DPA**

Tujuan :

1. Peserta memahami bahwa dalam konteks MAP maupun saat pendampingan anak dalam situasi krisis dan permasalahan yang dialami anak baik karena kondisi marjinal dan kerawannya serta dalam situasi pandemi akan memberikan dampak pada anak dan membutuhkan dukungan psikologis awal

Waktu : 30 menit

Bahan :

1. PPT mengenai keterkaitan situasi pandemi, situasi krisis anak, konteks MAP, stress, dan dukungan psikologis awal (terlampir)

Langkah :

1. Fasilitator menanyakan contoh situasi krisis yang pernah dialami anak dan bentuk pendampingan yang pernah dilakukan oleh pendamping, juga sharing situasi krisis di masa pandemi
2. Fasilitator menanggapi sharing peserta sekaligus memberikan sejumlah penekanan mengenai keterkaitan situasi krisis yang dialami oleh anak,



kebutuhan untuk dicegah supaya kondisi anak tidak semakin parah dan semakin cepat pemulihan, melalui pendekatan DPA

### **20.15 – 20.35 : Prinsip dasar DPA**

Tujuan :

1. Peserta memahami prinsip dasar dan rambu-rambu yang perlu diperhatikan pendamping ketika akan memberikan DPA pada anak

Waktu : 20 menit

Bahan :

1. PPT mengenai prinsip-prinsip DPA (terlampir)

Langkah :

1. Fasilitator meminta peserta untuk mengemukakan, apa saja prinsip yang diketahui oleh peserta dalam memberikan dukungan psikologis awal
2. Fasilitator meminta beberapa untuk membagikan pendapatnya, lalu menanggapi sekaligus menampilkan PPT dan memberikan sejumlah penekanan mengenai prinsip-prinsip DPA

### **20.35 – 20.55 : Diskusi tentang Permasalahan Anak dan Penerapan DPA**

Tujuan :

1. Peserta dapat memiliki pemahaman lebih baik lagi mengenai konteks pendampingan yang biasanya terjadi, permasalahan-permasalahan yang dialami oleh anak, dan bagaimana menerapkan DPA dalam situasi saat mendampingi masalah anak, di masa pandemic, dan dalam rencana pelaksanaan program MAP

Waktu : 20 menit

Bahan : -





Langkah :

1. Fasilitator meminta beberapa peserta membagikan cerita pengalaman pendampingan pada anak dalam situasi krisis
2. Fasilitator menanyakan bagaimana DPA dapat diterapkan pada situasi-situasi krisis tersebut
3. Fasilitator mengatur diskusi sehingga proses sharing dan saling membagikan pengalaman dapat berlangsung dengan baik dan saling belajar.

### **20.55 – 21.00 : Penugasan dan Penutup**

Tujuan :

1. Peserta memahami rencana kegiatan sesi selanjutnya dan apa saja yang perlu dipersiapkan

Waktu : 5 menit

Bahan : -


Langkah :

1. Fasilitator memberikan pengumuman untuk kegiatan berikutnya akan dilakukan lebih panjang selama 4 jam
2. Fasilitator meminta peserta membawa kertas dan spidol warna untuk kegiatan di sesi berikutnya
3. Fasilitator mengajak berfoto bersama dan lalu menutup acara

Kegiatan antara Pelatihan Hari ke-2 dan Hari ke-3

Di Grup WA :

Hari Sabtu, tanggal 6 Maret 2021, pagi hari fasilitator mengirimkan link evaluasi kegiatan pelatihan hari kedua dan pertanyaan untuk persiapan sesi hari ke-3



untuk diisi dari pukul 08.30 – 10.30, melalui link:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSePtAiEJpCEBVRsDHDnFszbLCZ\\_WSutbP7j0nh0\\_QeARKRPtg/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSePtAiEJpCEBVRsDHDnFszbLCZ_WSutbP7j0nh0_QeARKRPtg/viewform?usp=pp_url)



**PELATIHAN HARI 3 (SESI 3 DAN 4): SABTU, 6 Maret 13.00 – 15.00 dan 16.00 – 18.00 WIB**

- 12.30 : Kelas Zoom dibuka, peserta bisa mulai masuk
- 13.00 - 13.45 : EMOSIKU dan EMOSIMU
- 13.45 - 14.30 : Diskusi tentang Emosi
- 14.30 - 15.30 : Mengetahui 6 Langkah DPA
- 15.30 - 16.00 : Istirahat
- 16.00 - 16.45 : Self-care dan Coping Stress (kelompok kecil)
- 16.45 - 17.45 : Self-care dan Coping Stress (kelas besar)
- 17.45 – 18.00 : Penutup, Penugasan, dan Penjelasan mengenai ke sesi 5 – 8

**Detail aktivitas sebagai berikut:**

**12.30** link zoom telah dibuka, peserta yang sudah datang disapa dan diajak ngobrol santai.

**12.50** RA mengumumkan Kembali di grup WA untuk mengajak peserta yang belum hadir segera masuk link zoom.

**13.00 – 13.45 : EMOSIKU DAN EMOSIMU**

Tujuan: Peserta mengidentifikasi dan mengekspresikan berbagai emosi, mengobservasi dan mengenali emosi (look)

Waktu: 30 - 45 menit

Bahan :

1. Kertas dan spidol.
2. PPT Emosi

Langkah:

1. Fasilitator memulai dengan menanyakan kepada peserta untuk menuliskan di chat room sebanyak mungkin emosi yang dia ketahui. Beri kesempatan pada peserta untuk menuliskannya dalam 1 kali kesempatan di chat room,



sebanyak-banyaknya nama-nama emosi yang dia ketahui.

2. Setelah itu, fasilitator menyebutkan jawaban para peserta secara cepat, sambil peserta juga dapat melihat di chat room jenis-jenis dan variasi emosi yang ada.
3. Setelah itu fasilitator akan menampilkan sejumlah emosi yang bisa teridentifikasi sebagai tambahan dari yang sudah tertulis di chat room yaitu: sayang, marah, jengkel, kesal, cemas, takjub, hina, hasrat, putus asa, kecewa, muak, mabuk kepayang, takut, frustrasi, syukur, sedih, bersalah, bahagia, benci, berharap, kejam, tertarik, iri, kasihan, bangga, mengamuk, malu, menyesal, heran, khawatir, dsb.

Di sini ditampilkan PPT emosi

4. Jelaskan bahwa dalam mendampingi anak, pendamping diharapkan dapat memberikan respon secara tepat mengenai apa yang sedang dirasakan anak. Oleh karena itu, pertamanya kita perlu mengenal dan peka terhadap berbagai emosi yang ditampilkan / dirasakan oleh individu.
5. Fasilitator membagi peserta ke breakout room menjadi 2 kelompok breakout room, masing-masing kelompok diberi waktu 7 menit dan akan dipandu oleh 1 fasilitator. Di masing-masing breakout room, setiap peserta akan memilih dan menyiapkan 1 emosi yang berbeda yang akan diekspresikan, dan akan ditebak oleh kelompok lain (cepat saja memilihnya).
6. Setelah semua peserta telah memilih emosi yang akan ditampilkan, setiap peserta diminta menuliskan di kertas kosong, EMOSI yang akan dia tampilkan dan mulai mempersiapkan diri seperti apa dia akan mengekspresikan emosi yang tertulis di kertas tersebut. Cara mengekspresikan bisa dengan gerakan, mimik muka tertentu, dan kata2 singkat yang ingin diucapkan.
7. Setelah semua siap, maka semua kembali ke main room.
8. Di Main Room, fasilitator meminta semua kamera off lebih dulu, lalu fasilitator memilih dan memanggil 4 peserta dari kelompok 1 untuk membuka camera dan langsung mengekspresikan emosinya dengan gerakan, raut muka, dan



kata2 bila dibutuhkan.

Note:

(RA/fasilitator siap membuat supaya di layar hanya video 4 peserta ini yang muncul)

9. Setelah itu, fasilitator meminta peserta dari kelompok 2 untuk menebak, emosi apa yang sedang ditampilkan oleh masing-masing pemeran tersebut, ditulis di chat room
10. Setelah semua peserta kelompok 2 menebak di chat room, maka fasilitator meminta ke-4 pemeran tadi untuk membuka kertas masing-masing dan menunjukkan emosi apa yang mereka ekspresikan.
11. Siapa yang benar menebak ke-4 emosi tersebut, dicatat dan akan mendapatkan bintang
12. Selanjutnya fasilitator meminta kelompok ke-2 dengan 4 peserta seperti sebelumnya.
13. Bila waktu masih memungkinkan, bisa dilanjut dengan 4 peserta berikutnya dari kelompok 1
14. Bila waktu sudah tidak memungkinkan, langsung dibahas ke sesi berikutnya

### **13.45 – 14.30 : Diskusi Tentang EMOSI**

Tujuan :

1. Peserta lebih mengenal mengenai emosi, perasaan dan kaitannya dengan kondisi tubuh, pikiran, dan perilaku manusia, khususnya anak
2. Peserta memahami bagaimana ketika seorang individu merasakan emosi tertentu, dalam kaitannya sebagai pendamping dan dalam kaitannya dengan DPA

Waktu : 45 menit

Bahan :

1. PPT mengenai emosi

Langkah :



1. Setelah permainan Emosiku dan Emosimu, fasilitator mengawali diskusi dengan pertanyaan:
  - o Apa yang kita pelajari?
  - o Apa yang dirasakan?
  - o Apakah mudah atau susah dalam menebak / mengidentifikasi emosi?
  - o Apakah mudah atau susah dalam mengekspresikan?
2. Setelah diskusi dengan peserta, fasilitator menanggapi dan secara interaktif menjelaskan PPT mengenali emosi dan apa yang bisa dilakukan saat emosi meningkat

### **14.30 – 14.45 : energizer : TEBAK LAGU SESI 2**

Tujuan :

1. Membuat peserta merasa lebih rileks dan bergembira setelah sesi sebelumnya

Waktu : 15 menit

Bahan : List daftar lagu yang siap diputar

Langkah / aktivitas :

1. Fasilitator memberikan instruksi mengenai permainan tebak lagu: saat peserta mendengar musik dimainkan, sesegera mungkin menuliskan judul lagu yang dimainkan di chat room. Setiap kesempatan diberikan kepada para peserta selama 10 detik atau sesuai kebijakan fasilitator. Peserta yang tercepat dan benar menuliskan judul lagu di chat room akan mendapatkan skor tertinggi. Peserta yang mengumpulkan skor terbanyak akan keluar sebagai pemenang.
2. Setelah peserta paham, musik pertama langsung diputar. Setelah 10 detik distop. Demikian seterusnya sampai 5 lagu.
3. Pengumuman pemenang diumumkan setelah diketahui skor akhirnya.

### **14.45 – 15.30 : 6 LANGKAH DPA dalam mendampingi Anak**



Tujuan :

1. Peserta mengenal dan memahami 6 langkah dalam Dukungan Psikologis Awal dan gambaran penerapannya dalam pendampingan Anak

Waktu : 45 menit

Bahan : PPT 6 Langkah DPA

Langkah :

1. Fasilitator menanyakan mengenai langkah DPA yang peserta ketahui dari Buku Pedoman Pelaksanaan DPA dan meriview pemahaman peserta mengenai 3 langkah tersebut
2. Fasilitator menyampaikan bahwa untuk program MAP akan menggunakan 6 langkah DPA (sambil menampilkan PPT 6 langkah)
3. Fasilitator menjelaskan secara sekilas mengenai 6 langkah DPA secara interaktif dan melanjutkan dengan diskusi mengenai 6 Langkah DPA (look, listen, connect, protect, comfort, hope) dalam kaitan dengan pengenalan emosi anak dan upaya mengenali masalah yang terjadi pada diri anak
4. Fasilitator meminta beberapa teman yang telah memiliki mekanisme pendampingan pada anak menceritakan pengalaman mereka dalam melakukan pendampingan pada anak, dan kemudian meminta mereka mengidentifikasi langkah-langkah apa saja yang telah dilakukan bila dikaitkan dengan 6 langkah DPA
5. Fasilitator membuka ruang diskusi dan tanya jawab
6. Selanjutnya fasilitator menanyakan kepada peserta apa yang dipelajari dari sesi bagian 3 ini.

Catatan: Selalu beri kesempatan untuk pendamping mengsharingkan pengalaman-pengalamannya dalam mendampingi anak-anak dan selalu kaitkan dengan 6 langkah DPA ini (dibahas interaktif dengan 2 fasilitator)





**15.30 – 16.00 istirahat**

**16.00 – 16.45 Self Care & Coping Stress (kelompok kecil)**

Tujuan :

1. Peserta dapat menceritakan pengalaman ketika sedang mengalami masalah dan saling mendengar dan mengenal perjuangan dari peserta lainnya

Waktu : 45 menit

Bahan : Pertanyaan untuk dijawab dan dibagikan dalam kelompok kecil di breakout room

Langkah :

1. Fasilitator membagi peserta ke dalam dua ruang breakout room
2. Di masing-masing ruangan, para peserta akan mensharingkan hal-hal yang telah ditanyakan sebelumnya sbb:
  - a. Bagaimana mengenali bahwa 'saya sudah butuh istirahat / recharge'?
  - b. Apa saja masalah yang sering dialami baik saat melakukan pendampingan maupun selama pandemic ini, yang membuat tidak sejahtera lahir batin (tidak sehat mental maupun fisik)
  - c. Bagaimana cara mengatasinya?
3. Setiap peserta diharapkan bisa menceritakan.
4. Waktu yang dibutuhkan adalah 40 menit di dalam setiap kelompok, setelah itu Kembali ke main room untuk membahasnya lebih lanjut



## **16.45 – 17.45 mengenai Self Care, Coping stress dan diskusi interaktif (main room)**

Tujuan :

1. Peserta memahami sejumlah kondisi stress, coping stress, dan self care yang bisa dilakukan

Waktu : 45 menit

Bahan :

1. PPT Stress, Coping, dan Self Care

Langkah

1. Fasilitator meminta masing-masing perwakilan kelompok menceritakan apa yang dipelajari dalam sesi di kelompok kecil
2. Fasilitator menanggapi dengan sekaligus memberikan paparan mengenai tingkat stress, jenis coping yang efektif dan yang maladaptive, dan strategi self care

## **17.45 – 18.00 Riview pelatihan selama 3 hari, evaluasi, penugasan & penjelasan sesi 5 – 8, penutup**

Tujuan :

1. Menarik benang merah apa yang dipelajari oleh peserta selama 3 hari
2. Mendapatkan masukan mengenai sejauh mana peserta dapat mengikuti kegiatan
3. Memberikan informasi kegiatan pada minggu berikutnya dan penugasan pada peserta
4. Mendokumentasikan peserta yang mengikuti kegiatan pada hari ke-3

Waktu : 15 Menit

Bahan : PPT Pengumuman kegiatan sesi role play

Langkah / Aktivitas :



1. Fasilitator meminta beberapa peserta untuk membagikan apa yang diperoleh selama pelatihan 3 hari, sebagian menyampaikan secara lisan dan sebagian menuliskan via chat di zoom
2. Fasilitator menanggapi dan melakukan paraphrase terhadap apa yang sudah disampaikan oleh peserta
3. Fasilitator juga menanyakan sejauh ini apakah mereka merasa cukup nyaman terlibat dalam pelatihan
4. Fasilitator kemudian mengumumkan kegiatan sesi 4 sampai dengan sesi 8 yang akan dilakukan minggu berikutnya
5. Setelah itu semua melakukan foto bersama sebelum acara ditutup

#### Evaluasi Pelaksanaan Pelatihan hari ke-3 dan Persiapan Pertemuan sesi 5 – 8

1. Kegiatan Evaluasi Hari ke-3 dilakukan dengan memberikan link untuk diisi oleh peserta di WAG :  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeU\\_kGbeRfRfV-BwqUyRG78YEtGQGfG\\_kvbsOz7jGNjq-07sQ/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeU_kGbeRfRfV-BwqUyRG78YEtGQGfG_kvbsOz7jGNjq-07sQ/viewform?usp=pp_url)
2. Persiapan untuk pertemuan Sesi 5 – 8 dilakukan dengan memberikan informasi di WAG sebagai berikut:  
Kegiatan sesi 5-8, berikut hal2 yang perlu dipersiapkan:
  - o Membaca lagi semua materi yang telah diberikan
  - o Kelompok akan dibagi dua ke dalam breakout room dengan masing-masing kelompok didampingi oleh 1 fasilitator dan 1 RA, untuk role play dan praktik DPA
  - o Selama kegiatan kelompok kecil (roleplay), masing-masing peserta akan memainkan sebagai 2 peran:
    1. SEbagai orang yang memberikan DPA (Dukungan Psikologis Awal)
    2. Sebagai orang yang diberi DPA (yang dibantu).
  - o Untuk berperan sebagai orang yang dibantu / diberi DPA, silakan mulai mempersiapkan diri akan "berpura-pura" menjadi seseorang..



- Informasi yang perlu dipersiapkan atau dipikirkan adalah : usia, jenis kelamin, keluhan apa, ingin bercerita apa, cara bicaranya akan gimana, dan ekspresi emosinya akan bagaimana, dll.
- Nanti di awal sampaikan identitas (usia berapa dan jenis kelamin)
- Karena saat berperan sebagai yang dibantu adalah memainkan peran seseorang, tidak perlu menjadi diri sendiri yang asli. Berperanlah sebisa mungkin menjadi orang yang pernah didampingi atau yang diketahui memiliki / mengalami kasus tertentu.



**PELATIHAN HARI KE- 4 (SESI 5) : Senin, 8 Maret 2021 : 14.00 – 16.00 WIB**

13.45 : Kelas Zoom dibuka, peserta bisa mulai masuk

14.00 - 14.30 : PENGANTAR Sebelum masuk Breakout Room

14.30 - 15.45 : Masuk Breakout room roleplay : Look and Listen

15.45 - 16.00 : Riview dan penutup

**Detail aktivitas sebagai berikut:**

**13.45** link zoom telah dibuka, peserta yang sudah datang disapa dan diajak ngobrol santai.

**13.55** RA mengumumkan Kembali di grup WA untuk mengajak peserta yang belum hadir segera masuk link zoom.

**14.00 – 14.30 : Riview materi sebelumnya dan pengantar role play**

Tujuan :

1. Peserta disegarkan kembali mengenai materi-materi yang telah diberikan sebelumnya
2. Peserta memahami apa yang akan dilakukan selama roleplay dan apa tujuannya

Waktu : 30 menit

Bahan : PPT 6 Langkah DPA

Langkah / Aktivitas

1. Fasilitator meminta beberapa peserta untuk menyampaikan apa saja hal yang masih diingat dari sesi-sesi sebelumnya. Sebagian menyampaikan secara lisan, sebagian menuliskannya di chat room.
2. Fasilitator menanggapi peserta dan memberi penekanan terutama apabila peserta mengungkapkan 6 langkah DPA, fasilitator melakukan probing lebih banyak di bagian 'look dan listen'
3. Selanjutnya fasilitator menjelaskan bahwa selama pelatihan minggu ini pada sesi ke 5, 6, dan 7, setiap peserta akan melatih ketrampilan terutama



pada langkah ke-1 dan ke-2 yaitu : melihat dan mendengar. Peserta diajak lebih dahulu untuk fokus pada upaya mengenali apa yang terjadi pada individu yang didampingi melalui pengamatan kondisi, ekspresi wajah, reaksi emosi, dan fokus menggali , bertanya, merespon dengan mendengarkan lebih banyak sehingga peserta semakin memahami dan individu yang didampingi menjadi merasa lebih nyaman.

4. Fasilitator mengulang kembali teknis roleplay dan pembagian kelompok, dan selanjutnya meminta para peserta untuk bergabung ke dalam breakout room yang sudah dibuka.

### **14.30 - 15.45 : Masuk Breakout room roleplay : Look and Listen**

Tujuan :

1. Peserta berlatih ketrampilan menjadi penolong, terutama untuk mengenali dan memahami individu melalui langkah *look & listen* (mengamati dan mendengar aktif)
2. Peserta merasakan saat berada pada posisi yang ditolong
3. Peserta dapat mengamati rekannya bermain peran dan memberi feedback
4. Peserta mendapatkan feedback terhadap ketrampilan mengamati dan mendengar aktif
5. Peserta mengetahui dan belajar langsung penerapan dari langkah *look* dan *listen* serta dapat saling belajar dari teman yang lain.

Waktu : 75 menit (setiap peserta mendapat kesempatan untuk melakukan roleplay selama 10 menit)

Bahan : -

Langkah :

1. Fasilitator mengulang kembali penjelasan mengenai apa yang akan dilakukan pada sesi ini. Dalam setiap kesempatan roleplay, 1 orang akan berperan sebagai penolong, 1 orang berperan sebagai yang ditolong, teman lain menjadi observer dan mencatat beberapa hal seperti misalnya :
  - a) hal apa yang sudah baik dilakukan oleh penolong secara umum, b) hal



- apa yang menarik / dapat dipelajari / menjadi kekuatan dari penolong dalam melakukan langkah *look* dan *listen*, c) hal apa yang masih harus ditingkatkan oleh penolong, d) bila ada hal lain yang ingin disampaikan
2. Fasilitator menyampaikan bahwa dalam setiap kesempatan, waktu yang akan digunakan untuk melakukan roleplay adalah 10 menit. Fasilitator akan memberikan tanda untuk berhenti bila sudah 10 menit. Selama roleplay, semua pengamat akan mematikan kamera dan mic, sementara yang bermain peran akan menyalakan kameranya, sehingga hanya ada penolong dan yang ditolong yang muncul di layar.
  3. Fasilitator menanyakan siapa saja yang akan menjadi penolong dan yang akan berperan sebagai yang ditolong. Setelah itu langsung memasang penolong dan yang ditolong.
  4. Setelah selesai 1 kali putaran roleplay, setiap pengamat akan menyampaikan feedbacknya baik secara lisan maupun ada yang menuliskan di chat room.
  5. Fasilitator kemudian menanyakan kepada peserta yang berperan menjadi yang ditolong mengenai : perasaannya : apakah nyaman, apa yang membuat nyaman, bila tidak nyaman, apa yang membuat tidak nyaman. Apakah ada masukan untuk penolong
  6. Selanjutnya fasilitator menanyakan kepada penolong mengenai : apa yang dirasakan, apa yang menurut dia sudah baik dan apa yang masih harus diperbaiki, dan bagaimana saat mendengar catatan dan tanggapan dari para pengamat
  7. Terakhir fasilitator memberikan catatan dan pandangannya, bila sudah disebutkan oleh pengamat yang lain, fasilitator memberikan penekanan saja. Fasilitator senantiasa secara seimbang menekankan pada aspek kekuatan yang dimiliki oleh penolong dan aspek yang masih harus ditingkatkan oleh penolong.
  8. Pada beberapa hal yang muncul dan perlu mendapatkan perhatian bagi semuanya, fasilitator akan memberikan penjelasan dan prinsip-prinsip termasuk bila ada pertanyaan untuk *trouble shooting* bila menghadapi situasi yang menyulitkan pada langkah *look* dan *listen* serta sejumlah tips dan trik yang biasanya membantu dalam tahap pertama ketika membangun hubungan dan mengenali permasalahan dan berupaya memahami kondisi yang ditolong.





9. Setelah putaran 1 selesai, dilanjutkan putaran ke-2, 3, dan keempat atau sesuai dengan waktu yang tersedia.
10. Setelah waktu habis, semua kembali ke *main room*

#### **15.45 - 16.00 : Riview dan penutup**

Tujuan :

1. Peserta saling mendengar pengalaman peserta yang terjadi dari masing-masing kelompok untuk menambah wawasan dan poin belajar

Waktu : 15 menit

Bahan : -

Langkah / Aktivitas :

1. Fasilitator meminta perwakilan dari masing-masing kelompok untuk menceritakan apa yang dialami dan dipelajari dari kegiatan di kelompok masing-masing
2. Fasilitator mendorong teman-teman lain yang tidak menyampaikan secara lisan untuk menuliskan di chat room
3. Setiap ada peserta yang menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan tanggapan dan memberikan penekanan pada aspek penting yang dipelajari
4. Setelah peserta dari masing-masing kelompok menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan highlight beberapa hal penting yang sudah dipelajari dalam sesi roleplay dan menyampaikan bahwa pada sesi berikutnya masih akan berkegiatan dalam kelompok masing-masing untuk roleplay.
5. Fasilitator meminta semua peserta menyalakan kamera untuk berfoto bersama
6. Fasilitator menyampaikan informasi / pengumuman
7. Fasilitator menutup sesi



## PELATIHAN HARI KE- 5 (SESI 6) : Rabu, 10 Maret 2021 : 14.00 – 16.00 WIB

13.45 : Kelas Zoom dibuka, peserta bisa mulai masuk

14.00 - 14.30 : PENGANTAR Sebelum masuk Breakout Room

14.30 - 15.45 : Masuk Breakout room roleplay : Look and Listen (Comfort, Connect, Protect, Hope bila muncul)

15.45 - 16.00 : Riview dan penutup

### Detail aktivitas sebagai berikut:

**13.45** link zoom telah dibuka, peserta yang sudah datang disapa dan diajak ngobrol santai.

**13.55** RA mengumumkan Kembali di grup WA untuk mengajak peserta yang belum hadir segera masuk link zoom.

### 14.00 – 14.30 : Riview materi dan pengantar role play

Tujuan :

1. Peserta disegarkan kembali mengenai materi-materi yang telah diberikan sebelumnya
2. Peserta siap untuk melakukan role play yang kedua dengan penekanan pada *look* dan *listen*, namun membuka kesempatan diskusi mengenai *comfort*, *connect*, *protect*, dan *hope*

Waktu : 30 menit

Bahan : PPT 6 langkah DPA

Langkah / Aktivitas

1. Fasilitator meminta beberapa peserta untuk menyampaikan apa saja hal yang dipelajari dari sesi role play sebelumnya, poin-poin penting apa yang perlu diperhatikan oleh peserta dalam menjalankan peran sebagai penolong, khususnya untuk langkah *look* dan *listen*. Sebagian menyampaikan secara lisan, sebagian menuliskannya di chat room.




2. Fasilitator menanggapi peserta dan memberi penekanan terutama apabila peserta mengungkapkan sejumlah prinsip penting yang perlu diperhatikan pada langkah 1 dan langkah 2 tersebut.
3. Selanjutnya fasilitator menjelaskan bahwa selama pelatihan sesi 6 ini masih akan sama mekanismenya yaitu role play di mana 1 orang berperan sebagai penolong, 1 orang berperan sebagai yang ditolong, dan yang lain berperan sebagai pengamat. Bila sesi 5 peserta melatih ketrampilan terutama pada langkah ke-1 dan ke-2 yaitu : melihat dan mendengar. Untuk sesi 6 ini tetap seperti itu namun membuka kesempatan untuk juga mencobakan langkah *comfort*, *connect*, *protect* dan *hope* sejauh memungkinkan.
4. Fasilitator mengulang kembali teknis roleplay dan pembagian kelompok, dan selanjutnya meminta para peserta untuk bergabung ke dalam breakout room yang sudah dibuka.

**14.30 - 15.45 : Masuk Breakout room roleplay : *Look* dan *Listen* (*comfort*, *connect*, *protect*, *hope* bila memang bisa muncul)**

Tujuan :

1. Peserta berlatih ketrampilan menjadi penolong, terutama untuk mengenali dan memahami individu melalui langkah *look & listen* (mengamati dan mendengar aktif) dan mencoba langkah *comfort*, *connect*, *protect*, dan *hope* bila memungkinkan dan muncul
2. Peserta merasakan saat berada pada posisi yang ditolong
3. Peserta dapat mengamati rekannya bermain peran dan memberi feedback
4. Peserta mendapatkan feedback terhadap ketrampilan mengamati dan mendengar aktif
5. Peserta mengetahui dan belajar langsung penerapan dari langkah *look* dan *listen* serta *comfort*, *connect*, *protect*, dan *hope* bila memungkinkan dan muncul
6. Peserta dapat saling belajar dari teman yang lain.

Waktu : 75 menit (setiap peserta mendapat kesempatan untuk melakukan roleplay selama 10 menit)



Bahan : -

Langkah :

1. Fasilitator mengulang kembali penjelasan mengenai apa yang akan dilakukan pada sesi ini. Dalam setiap kesempatan roleplay, 1 orang akan berperan sebagai penolong, 1 orang berperan sebagai yang ditolong, teman lain menjadi observer dan mencatat beberapa hal seperti misalnya : a) hal apa yang sudah baik dilakukan oleh penolong secara umum, b) hal apa yang menarik / dapat dipelajari / menjadi kekuatan dari penolong dalam melakukan langkah *look* dan *listen*, c) apakah ada langkah *comfort*, *connect*, *protect*, dan *hope* yang muncul, d) hal apa yang masih harus ditingkatkan oleh penolong, e) bila ada hal lain yang ingin disampaikan
2. Fasilitator menyampaikan bahwa dalam setiap kesempatan, waktu yang akan digunakan untuk melakukan roleplay adalah 10 menit. Fasilitator akan memberikan tanda untuk berhenti bila sudah 10 menit. Selama roleplay, semua pengamat akan mematikan kamera dan mic, sementara yang bermain peran akan menyalakan kameranya, sehingga hanya ada penolong dan yang ditolong yang muncul di layar.
3. Fasilitator menanyakan siapa saja yang akan menjadi penolong dan yang akan berperan sebagai yang ditolong. Setelah itu langsung memasang penolong dan yang ditolong.
4. Setelah selesai 1 kali putaran *role play*, setiap pengamat akan menyampaikan *feedback*nya baik secara lisan maupun ada yang menuliskan di *chat room*.
5. Fasilitator kemudian menanyakan kepada peserta yang berperan menjadi yang ditolong mengenai : perasaannya : apakah nyaman, apa yang membuat nyaman, bila tidak nyaman, apa yang membuat tidak nyaman. Apakah ada masukan untuk penolong
6. Selanjutnya fasilitator menanyakan kepada penolong mengenai : apa yang dirasakan, apa yang menurut dia sudah baik dan apa yang masih harus diperbaiki, dan bagaimana saat mendengar catatan dan tanggapan dari para pengamat



7. Terakhir fasilitator memberikan catatan dan pandangannya, bila sudah disebutkan oleh pengamat yang lain, fasilitator memberikan penekanan saja. Fasilitator senantiasa secara seimbang menekankan pada aspek kekuatan yang dimiliki oleh penolong dan aspek yang masih harus ditingkatkan oleh penolong.
8. Pada beberapa hal yang muncul dan perlu mendapatkan perhatian bagi semuanya, fasilitator akan memberikan penjelasan dan prinsip-prinsip termasuk bila ada pertanyaan untuk *trouble shooting* bila menghadapi situasi yang menyulitkan pada langkah *look* dan *listen* serta sejumlah tips dan trik yang biasanya membantu dalam tahap pertama ketika membangun hubungan dan mengenali permasalahan dan berupaya memahami kondisi yang ditolong.
9. Setelah putaran 1 selesai, dilanjutkan putaran ke-2, 3, dan keempat atau sesuai dengan waktu yang tersedia.
10. Setelah waktu habis, semua kembali ke *main room*

#### **15.45 - 16.00 : Riview dan penutup**

Tujuan :

1. Peserta saling mendengar pengalaman peserta yang terjadi dari masing-masing kelompok untuk menambah wawasan dan poin belajar

Waktu : 15 menit

Bahan : -


Langkah / Aktivitas :

1. Fasilitator meminta perwakilan dari masing-masing kelompok untuk menceritakan apa yang dialami dan dipelajari dari kegiatan di kelompok masing-masing
2. Fasilitator mendorong teman-teman lain yang tidak menyampaikan secara lisan untuk menuliskan di chat room



3. Setiap ada peserta yang menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan tanggapan dan memberikan penekanan pada aspek penting yang dipelajari
4. Setelah peserta dari masing-masing kelompok menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan highlight beberapa hal penting yang sudah dipelajari dalam sesi roleplay dan menyampaikan bahwa pada sesi berikutnya di sesi pagi masih akan berkegiatan dalam kelompok masing-masing untuk roleplay dan sesi siang akan sesi kelompok besar untuk *self care* dengan teknik relaksasi. Peserta akan diharap menggunakan baju yang cukup nyaman.
5. Fasilitator meminta semua peserta menyalakan kamera untuk berfoto bersama
6. Fasilitator menyampaikan informasi / pengumuman
7. Fasilitator menutup sesi





**PELATIHAN HARI KE- 6 (SESI 7 dan 8) : Sabtu, 13 Maret 2021 : 10.00 – 12.00  
lanjut 13.00 – 15.00 WIB**

- 09.45 : Kelas Zoom dibuka, peserta bisa mulai masuk  
10.00 - 10.15 : PENGANTAR Sebelum masuk Breakout Room  
10.15 - 11.45 : Masuk Breakout room roleplay : Look and Listen (Comfort, Connect, Protect, Hope bila muncul)  
11.45 - 12.00 : Riview  
12.00 – 13.00 : Istirahat, makan, sholat  
13.00 – 14.30 : Self Care : Teknik Relaksasi (Langkah Comfort & Hope)  
14.30 – 15.00 : Riview, evaluasi, penjelasan TOT, penutupan

**Detail aktivitas sebagai berikut:**

**09.45** link zoom telah dibuka, peserta yang sudah datang disapa dan diajak ngobrol santai.

**09.55** RA mengumumkan Kembali di grup WA untuk mengajak peserta yang belum hadir segera masuk link zoom.

**10.00 – 10.15 : Riview materi dan pengantar role play**

Tujuan :

1. Peserta disegarkan kembali mengenai materi-materi yang telah diberikan sebelumnya
2. Peserta siap untuk melakukan role play yang kedua dengan penekanan pada *look* dan *listen*, namun membuka kesempatan diskusi mengenai *comfort*, *connect*, *protect*, dan *hope*

Waktu : 15 menit

Bahan : PPT 6 langkah DPA

Langkah / Aktivitas





1. Fasilitator meminta beberapa peserta untuk menyampaikan apa saja hal yang dipelajari dari sesi role play sebelumnya, poin-poin penting apa yang perlu diperhatikan oleh peserta dalam menjalankan peran sebagai penolong, khususnya untuk 6 langkah yang coba dilakukan, terutama untuk *look* dan *listen*. Sebagian menyampaikan secara lisan, sebagian menuliskannya di chat room.
2. Fasilitator menanggapi peserta dan memberi penekanan terutama apabila peserta mengungkapkan sejumlah prinsip penting yang perlu diperhatikan pada 6 langkah DPA yang sudah dilatihkan.
3. Selanjutnya fasilitator menjelaskan bahwa sesi 7 ini adalah sesi terakhir untuk Latihan role play pada DPA 1. Mekanisme masih akan sama dengan role play sebelumnya. Kali ini bagi yang masih belum mendapatkan kesempatan untuk role play pada sesi-sesi sebelumnya. Untuk sesi 7 ini tetap seperti sebelumnya dan tetap membuka kesempatan untuk juga mencobakan langkah *comfort*, *connect*, *protect* dan *hope* sejauh memungkinkan.
4. Fasilitator mengulang kembali teknis roleplay dan pembagian kelompok, dan selanjutnya meminta para peserta untuk bergabung ke dalam breakout room yang sudah dibuka.

**10.15 - 11.45 : Masuk breakout room roleplay : *Look* dan *Listen* (*comfort*, *connect*, *protect*, *hope* bila memang bisa muncul)**

Tujuan :

1. Peserta berlatih ketrampilan menjadi penolong, terutama untuk mengenali dan memahami individu melalui langkah *look & listen* (mengamati dan mendengar aktif) dan mencoba langkah *comfort*, *connect*, *protect*, dan *hope* bila memungkinkan dan muncul
2. Peserta merasakan saat berada pada posisi yang ditolong
3. Peserta dapat mengamati rekannya bermain peran dan memberi feedback
4. Peserta mendapatkan feedback terhadap ketrampilan mengamati dan mendengar aktif



5. Peserta mengetahui dan belajar langsung penerapan dari langkah *look* dan *listen* serta *comfort, connect, protect, dan hope* bila memungkinkan dan muncul
6. Peserta dapat saling belajar dari teman yang lain dan semakin mendalam karena melakukan dan mengamati berbagai sesi *role play*.

Waktu : 90 menit (setiap peserta mendapat kesempatan untuk melakukan roleplay selama 10 menit)

Bahan : -

Langkah :

1. Fasilitator mengulang kembali secara singkat penjelasan mengenai apa yang akan dilakukan pada sesi ini, dan apa saja yang perlu diamati untuk diperdalam / dipertajam *feedback* untuk masing-masing teman yang menjalankan *role play*. Pengamat masih sama akan mengamati a) hal apa yang sudah baik dilakukan oleh penolong secara umum, b) hal apa yang menarik / dapat dipelajari / menjadi kekuatan dari penolong dalam melakukan langkah *look* dan *listen*, c) apakah ada langkah *comfort, connect, protect, dan hope* yang muncul, d) hal apa yang masih harus ditingkatkan oleh penolong, e) bila ada hal lain yang ingin disampaikan
2. Fasilitator menyampaikan bahwa dalam setiap kesempatan, waktu yang akan digunakan untuk melakukan roleplay adalah 10 menit. Fasilitator akan memberikan tanda untuk berhenti bila sudah 10 menit. Selama roleplay, semua pengamat akan mematikan kamera dan mic, sementara yang bermain peran akan menyalakan kameranya, sehingga hanya ada penolong dan yang ditolong yang muncul di layar.
3. Fasilitator menanyakan siapa saja yang belum mendapatkan kesempatan role play sebagai penolong dan yang akan berperan sebagai yang ditolong. Setelah itu langsung memasangkan penolong dan yang ditolong.
4. Setelah selesai 1 kali putaran *role play*, setiap pengamat akan menyampaikan *feedback*nya baik secara lisan maupun ada yang menuliskan di *chat room*.



5. Fasilitator kemudian menanyakan kepada peserta yang berperan menjadi yang ditolong mengenai : perasaannya : apakah nyaman, apa yang membuat nyaman, bila tidak nyaman, apa yang membuat tidak nyaman. Apakah ada masukan untuk penolong
6. Selanjutnya fasilitator menanyakan kepada penolong mengenai : apa yang dirasakan, apa yang menurut dia sudah baik dan apa yang masih harus diperbaiki, dan bagaimana saat mendengar catatan dan tanggapan dari para pengamat
7. Terakhir fasilitator memberikan catatan dan pandangannya, bila sudah disebutkan oleh pengamat yang lain, fasilitator memberikan penekanan saja. Fasilitator senantiasa secara seimbang menekankan pada aspek kekuatan yang dimiliki oleh penolong dan aspek yang masih harus ditingkatkan oleh penolong.
8. Pada beberapa hal yang muncul dan perlu mendapatkan perhatian bagi semuanya, fasilitator akan memberikan penjelasan dan prinsip-prinsip termasuk bila ada pertanyaan untuk *trouble shooting* bila menghadapi situasi yang menyulitkan pada langkah *look* dan *listen* serta sejumlah tips dan trik yang biasanya membantu dalam tahap pertama ketika membangun hubungan dan mengenali permasalahan dan berupaya memahami kondisi yang ditolong.
9. Setelah putaran 1 selesai, dilanjutkan putaran ke-2, 3, dan keempat atau sesuai dengan waktu yang tersedia.
10. Terakhir fasilitator menanyakan kepada seluruh peserta, selama sesi roleplay pertama sampai dengan ketiga, apa saja yang telah dipelajari
11. Fasilitator merangkum poin-poin pembelajaran dari peserta.
12. Setelah waktu habis, semua kembali ke *main room*

### **11.45 - 12.00 : Riview**

Tujuan :

1. Peserta saling mendengar pengalaman peserta yang terjadi dari masing-masing kelompok untuk menambah wawasan dan poin belajar

Waktu : 15 menit



Bahan : -

Langkah / Aktivitas :

1. Fasilitator meminta perwakilan dari masing-masing kelompok untuk menceritakan apa yang dialami dan dipelajari dari kegiatan di kelompok masing-masing dan apa yang telah dipelajari dari sesi roleplay selama 3 sesi ini. Apakah peserta merasa terbantu dengan sesi roleplay ini untuk meningkatkan pemahaman maupun ketrampilan DPA.
2. Fasilitator mendorong teman-teman lain yang tidak menyampaikan secara lisan untuk menuliskan di chat room
3. Setiap ada peserta yang menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan tanggapan dan memberikan penekanan pada aspek penting yang dipelajari
4. Setelah peserta dari masing-masing kelompok menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan highlight beberapa hal penting yang sudah dipelajari dalam sesi roleplay.
5. Fasilitator memberikan pengumuman untuk beristirahat dan masuk lagi untuk sesi berikutnya 10 menit sebelum pukul 13.00, dengan menggunakan pakaian yang rileks dan mencari tempat yang nyaman untuk sesi Teknik relaksasi.

### **13.00 – 14.30 : Self Care - Teknik Relaksasi (Langkah Comfort & Hope)**

Tujuan :

1. Peserta memahami sejumlah prinsip dalam self care, termasuk bagaimana melakukan teknik relaksasi untuk meredakan emosi
2. Peserta dapat memiliki teknik membantu diri sendiri saat mengalami ketegangan emosi maupun saat ada anak yang kondisi sedang sangat tegang dan membutuhkan untuk ditenangkan (comfort)

Waktu : 90 menit

Bahan :




Langkah :

1. Fasilitator menjelaskan sejumlah prinsip self care sebagai pendamping dan memberikan pengantar mengenai teknik grounding untuk menurunkan ketegangan dan meningkatkan kesadaran serta aktivasi hormon-hormon yang memberikan efek bahagia dengan sejumlah teknik olah pernapasan
2. Fasilitator memberikan pengantar mengenai apa yang dimaksud dengan grounding, deep breathing, here and now, body scan, sensing finger tip, dan butterfly hugs yang kemungkinan akan dicobakan dalam sesi relaksasi ini.
3. Fasilitator mengajak peserta untuk mengikuti sejumlah instruksi untuk dapat menjalankan satu cycle teknik relaksasi menggunakan sejumlah cara yang sudah dijelaskan sebelumnya.
4. Fasilitator memulai memberikan instruksi untuk pernapasan dan relaksasi
5. Setelah selesai fasilitator meminta peserta untuk membagikan pengalamannya dalam mengikuti sesi relaksasi tersebut, baik secara lisan maupun menulis di chat room
6. Selanjutnya fasilitator memberikan penekanan poin-poin penting dalam menggunakan teknik relaksasi untuk diri sendiri maupun untuk menjadi salah satu alternatif saat mendampingi anak.

### **14.30 – 15.00 : Riview dan evaluasi menyeluruh DPA 1, penjelasan TOT, penutupan**

Tujuan :

1. Peserta saling mendengar pengalaman peserta mengenai apa saja yang telah dipelajari selama pelatihan DPA 1
2. Peserta memberikan evaluasi dan menceritakan manfaat apa dari pelatihan DPA 1
3. Peserta mengidentifikasi perkembangan yang terjadi dari sebelum ikut DPA 1 dan setelah ikut DPA 1
4. Peserta mendapatkan penjelasan mengenai teknik pelaksanaan TOT dan persiapannya



Waktu : 30 menit

Bahan : -

Langkah / Aktivitas :

1. Fasilitator menyampaikan bahwa saat ini adalah sesi terakhir dari keseluruhan pelatihan DPA 1, oleh karena itu ingin mendengar riview teman-teman peserta terkait perasaan, pengalaman, peningkatan pengetahuan maupun ketrampilan yang dialami oleh teman-teman.
2. Fasilitat meminta beberapa perwakilan peserta untuk menyampaikannya secara lisan dan ada yang menyampaikan secara tertulis di chat room.
3. Setiap ada peserta yang menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan tanggapan dan memberikan penekanan pada aspek penting yang dipelajari
4. Setelah peserta dari masing-masing kelompok menyampaikan ceritanya, fasilitator memberikan highlight beberapa hal penting yang sudah dipelajari dalam keseluruhan pelatihan DPA 1 termasuk peningkatan yang sudah dialami oleh peserta
5. Fasilitator menyerahkan sesi kepada penyelenggara untuk menjelaskan mengenai persiapan TOT
6. Penyelenggara melakukan foto bersama dan menutup acara

Pemberian link Evaluasi keseluruhan pelatihan DPA tahap 1 dilakukan di WA grup dengan link sbb:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc5Z3J2j3SUbHhT8m1V6RWuwoHzzKpmuZTEXAFMvQxc05845A/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc5Z3J2j3SUbHhT8m1V6RWuwoHzzKpmuZTEXAFMvQxc05845A/viewform?usp=pp_url)



# Manual Pelatihan Dukungan Psikologis Awal (DPA) Tahap 2

April 2021

**Materi disusun oleh:**  
**Dr. Yohana Ratrin Hestyanti, Psikolog**  
**Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si, Psikolog**

MAP Indonesia  
Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya





**PELATIHAN**  
**DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL-2**  
**April 2021**

**PENGANTAR**

Pelatihan DPA-2 ini dilakukan sebagai tahap lanjutan dari DPA-1. Sebagai tahap lanjutan. DPA-2 ini lebih banyak berisi aktivitas yang ditujukan untuk mengasah keterampilan DPA dan menerapkannya dalam komunitas masing-masing peserta.

**KERANGKA WAKTU DAN DISKUSI**

Secara keseluruhan, DPA-2 dilaksanakan selama 6 hari, namun tidak secara berturut-turut, dalam durasi @2.5-3 jam, sebagai berikut:

- Senin, 5 April 2021, 09.00 – 12.00
- Rabu, 7 April 2021, 13.00 – 16.00
- Jumat, 9 April 2021, 13.00 – 16.00
- Sabtu, 10 April 2021, 14.00 – 15.30 dan 16.00 – 17.30
- Rabu, 14 April 2021, 13.30 – 15.30
- Jumat, 16 April 2021, 13.30 – 15.30

Berikut adalah uraian mengenai keseluruhan kegiatan Pelatihan DPA-2 dalam kerangka waktu yang telah disusun.







## **PERSIAPAN** **(Sabtu, 3 April 2021)**

### **Tujuan:**

Mempersiapkan peserta untuk kembali ke dalam kerangka DPA setelah mengikuti Pelatihan Keterampilan Fasilitasi.

### **Aktivitas:**

Sebagai persiapan dimulainya DPA-2, peserta diberikan kuesioner dalam bentuk gform yang berisi:

- Peserta diminta untuk mengidentifikasi pemahaman materi atau informasi yang diperoleh dari pelatihan DPA 1 dan Pelatihan Keterampilan Fasilitasi secara daring maupun luring.
- Peserta diminta untuk melihat kembali refleksi/jurnal yang telah diisi selama Pelatihan Keterampilan Fasilitasi.
- Peserta diminta untuk menuliskan satu pengalaman atau hasil refleksi yang paling ingin dibagikan
- Peserta diminta untuk mengukur kesiapan diri dalam hal penguasaan materi DPA saat diterapkan dalam komunitas, seperti:
  - Sebagai pendamping anak, apa yang akan dilakukan bila pada saat sedang ada kegiatan pendampingan menemukan anak yang mengalami reaksi-reaksi emosi atau muncul perilaku-perilaku yang menunjukkan bahwa anak ini sedang mengalami masalah?
  - Terkait dengan 6 langkah DPA, berikan gambaran apakah Lembaga Anda telah memiliki berbagai sumber daya yang dibutuhkan untuk dapat memberikan DPA bagi anak?
  - Kemampuan diri pendamping
  - Network/MoU dengan Lembaga untuk rujukan (connection)
  - Mekanisme perlindungan (lihat slide Selasa 6 April 2021)





## PELAKSANAAN

### PELATIHAN HARI KE-1 (SESI 1): Senin, 5 April 2021 (09.00 – 12.00)

#### Rundown Sesi 1:

08.45 – 09.00	Peserta memasuki zoom
09.00 – 09.15	Meminta salah satu peserta untuk memimpin pemanasan ( <i>energizer</i> ) yang telah dipersiapkan sebelumnya di WA grup.
09.15 – 10.15	<i>Sharing</i> dari pertanyaan-pertanyaan yang ada di gform
10.15 – 11.15	Diskusi interaktif mengenai paraphrase emosi dan empati
11.15 – 11.40	Riviu dari peserta terkait paraphrase emosi dan empati dikaitkan dengan 6 langkah DPA, misalnya terkait: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Apa yang peserta tangkap dan pahami tentang paraphrase emosi dan empati</li><li>▪ Penyegaran kembali mengenai 6 langkah</li></ul>
11.40 – 11.55	Penjelasan persiapan <i>role play</i> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Memberi gambaran aktivitas pelatihan untuk Rabu dan Jumat.</li><li>▪ Memastikan bahwa peserta mendapatkan info teknis, seperti durasi masing-masing akan punya waktu 12 – maks 15 menit.</li><li>▪ Memberi gambaran kasus yang akan diceritakan oleh anak (bisa diskusi dengan pendamping satunya dari Lembaga yang sama, bila dibutuhkan).</li><li>▪ Memberi informasi bahwa semua peserta akan menyiapkan diri dengan menuliskan kasus anak pada template yang akan disiapkan.</li><li>▪ Kasus yang akan diajukan harus dikirim via WA ke fasilitator kelompok untuk mendapatkan <i>feedback</i> atau dapat <i>approval</i>.</li><li>▪ Isi template Latar belakang, jenis kelamin, usia, kisah hidup (kirim paling lambat Selasa pagi jam 12).</li></ul>
11.55 – 12.00	Foto bersama dan penutup

**Tujuan:**

- Mempersiapkan para peserta untuk dapat menerapkan langkah-langkah DPA.
- Mengidentifikasi pemahaman para peserta dan kendala yang dipikirkan dirasakan peserta sehingga bisa menjadi perhatian fasilitator.

**Aktivitas:**

- Aktivitas partisipatif dimana peserta secara aktif sharing dan menyampaikan apa yang telah diisi dalam gform dan juga ide atau usulan yang muncul.
- Pemberian informasi mengenai kegiatan *role play*, termasuk juga pentingnya partisipasi aktif dari peserta untuk memilih kasus dan mengusulkan pada fasilitator.

## PELATIHAN HARI KE-2 (SESI 2): Rabu, 7 April (13.00 – 16.00)

### Rundown Sesi 2

Jam 09.00 pagi peserta terlebih dahulu mendapatkan informasi dari fasilitator melalui WA grup mengenai pasangan *role play* khusus untuk Sesi 2.

12.45 – 13.00	Peserta masuk link zoom
13.00 – 13.15	<i>Brief review</i> aktivitas sesi 1
13.15 – 15.30	<p>Aktivitas <i>role-play</i> dalam kelompok (2 kelompok yang sama dengan DPA-1):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kegiatan dilakukan dalam <i>breakout room</i> selama 2 jam dgn cadangan waktu 15 menit.</li><li>▪ Kegiatan <i>role-playing</i> yg dilakukan dalam durasi 12 menit per kasus (1 pasang peran Pendamping dan Anak Dampingan).</li><li>▪ Peserta lain melakukan observasi dengan memberikan fokus pada <i>paraphrase</i> emosi dan empati yg dilakukan pemeran Pendamping.</li></ul> <p>Catatan:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Enam langkah DPA bisa dibahas dalam kelompok jika waktunya cukup dan muncul dan kelihatan dalam <i>role play</i>.</li><li>▪ <i>Role play paraphrase</i> emosi dan empati dapat juga dikaitkan dengan kemungkinan kasus DCT dan coba lakukan dalam kerangka DPA.</li></ul>
15.30 – 15.55	Peserta kembali ke kelas besar untuk <i>review</i> dan <i>sharing</i> secara umum. Masing2 kelompok diwakili oleh dua orang peserta
15.55 – 16.00	Foto dan penutup

### Tujuan:

- Mempersiapkan peserta untuk lebih memahami basic skills yang diperlukan dalam menerapkan DPA.
- Mengasah keterampilan peserta melalui *experiential learning* dengan metoda *role playing*.

**Aktivitas:**

- Latihan dalam kelompok yang sama dengan kelompok saat DPA-1 (dalam *break-out room*).
- Proses *role-playing* dilakukan untuk 5 pasang (pemeran Pendamping dan Anak Dampungan), yang mana masing-masing pasang akan berinteraksi dalam durasi maksimal 12-15 menit.
- Pemberian *feedback* untuk peserta pemeran Pendamping yang dilakukan oleh rekan kelompok (*observer*) dan juga fasilitator.
- *Review* dan *sharing* kegiatan secara umum dalam kelas besar

## PELATIHAN HARI KE-3 (SESI 3): Jumat, 9 April 2021 (jam 13.00 – 16.00)

### Rundown Sesi 3

12.45 – 13.00	Peserta masuk link zoom
13.00 – 13.15	<i>Brief review</i> aktivitas sesi 2
13.15 – 15.30	<p>Aktivitas <i>role-play</i> dalam kelompok (2 kelompok yang sama dengan DPA-1):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Kegiatan dilakukan dalam <i>breakout room</i> selama 2 jam dgn cadangan waktu 15 menit.</li><li>▪ Kegiatan <i>role-playing</i> yg dilakukan dalam durasi 12 menit per kasus (1 pasang peran Pendamping dan Anak Dampingan).</li><li>▪ Peserta lain melakukan observasi dengan memberikan fokus pada <i>paraphrase</i> emosi dan empati yg dilakukan pemeran Pendamping.</li></ul> <p>Catatan:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Enam langkah DPA mulai diupayakan untuk ikut dibahas dalam kelompok.</li><li>▪ <i>Role play paraphrase</i> emosi dan empati dikaitkan dengan kemungkinan kasus DCT dan coba lakukan dalam kerangka DPA (Kasus sudah disiapkan dengan matang sebelumnya supaya sesuai dengan kemampuan pendamping dan realistis).</li></ul>
15.30 – 15.55	Peserta kembali ke kelas besar untuk <i>review</i> dan <i>sharing</i> secara umum. Masing2 kelompok diwakili oleh dua orang peserta
15.55 – 16.00	Foto dan penutup

### Tujuan:

Secara umum aktivitas di Sesi 3 ini persis dengan Sesi 2. Namun demikian, Di sesi 3 ini, peserta diajak untuk lebih mengkaitkan dengan langkah DPA dan juga DCT.

- Mempersiapkan peserta untuk lebih memahami basic skills yang diperlukan dalam menerapkan DPA.



- Mengasah keterampilan peserta melalui *experiential learning* dengan metoda *role playing*.

**Aktivitas:**

- Latihan dalam kelompok yang sama dengan kelompok saat DPA-1 (dalam *break-out room*).
- Proses *role-playing* dilakukan untuk 5 pasang (pemeran Pendamping dan Anak Dampungan), yang mana masing-masing pasang akan berinteraksi dalam durasi maksimal 12-15 menit.
- Pemberian *feedback* untuk peserta pemeran Pendamping yang dilakukan oleh rekan kelompok (observer) dan juga fasilitator.
- *Review* dan *sharing* kegiatan secara umum dalam kelas besar





**PELATIHAN HARI KE-4 (SESI 4): Sabtu, 10 April 2021 (jam 14.00 – 15.30 dan 16.00 – 17.30)**

**Rundown Sesi 4**

13.45 – 14.00	Peserta masuk link zoom
14.00 – 14.15	Aktivitas pemanasan ( <i>energizer</i> ) oleh peserta
14.15 – 14.30	Identifikasi kesulitan-kesulitan yang dialami peserta
14.30 – 15.30	Diskusi interaktif pendalaman 6 langkah DPA
15.30 – 16.00	Istirahat dan sholat
16.00 – 16.30	Aktivitas <i>role playing</i> dalam kelompok besar: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Peran Pendamping dan Anak Dampungan diwakili oleh peserta dari masing-masing kelompok).</li><li>▪ Seluruh peserta lainnya berperas sebagai observer dan mengisi feedback sesuai template yang telah disiapkan.</li></ul>
16.30 – 17.00	Diskusi dan membahas penerapan keterampilan dasar dan langkah-langkah DPA dari <i>role play</i> , serta refleksi dari seluruh peserta lain.
17.00 – 17.15	Review secara umum dan penegasan apa yang dipelajari oleh peserta
17.15 – 17.30	Penjelasan rencana aktivitas hari Rabu dan Jumat, foto, dan penutup

**Tujuan:**

- Memperdalam pemahaman dan kembali mengasah skills untuk persiapan penerapan dalam kasus nyata di dalam komunitas dampungan.
- Mengetahui kesulitan yang diprediksi bisa terjadi, sehingga bisa diantisipasi melalui diskusi bersama.

**Aktivitas:**

- Diskusi partisipatif para peserta mengenai *basic skills*, DPA, dan juga kendala yang khas dari masing-masing komunitas dampungan.
- Proses *role-playing* dilakukan oleh 1 pasang (pemeran Pendamping dan Anak Dampungan)





- Pemberian *feedback* dan diskusi terbuka yang dilakukan oleh seluruh peserta dan juga fasilitator.
- *Review* dan *sharing* kegiatan secara umum dalam kelas besar

## PELATIHAN HARI KE-5 (SESI 5): Rabu, 14 April 2021 (jam 13.30 – 15.30)

### Persiapan yang dilakukan sejak Sabtu 10 April 2021:

- Memilih dan kemudian menghubungi beberapa lembaga dari para peserta (seperti Bandungwangi, Sanggar Akar, RPTRA CBU, WVI, Rednose) untuk meminta kesediaan dan kemudian menyiapkan presentasi (di awal sesi 5) terkait hal-hal yang sudah dimiliki Lembaga-lembaga tersebut untuk menerapkan DPA bagi anak dampungannya.
- Form untuk diisi oleh Lembaga yang berisi:
  - Jumlah SDM yang memiliki keterampilan DPA
  - Jumlah SDM yang potensial untuk dilatih keterampilan DPA
  - *Network* yang telah dimiliki (yang sudah ada MoU atau perjanjian formal maupun informal)
  - Kebijakan Lembaga untuk proteksi/perlindungan anak
  - Mekanisme *care for caregiver* dari Lembaga untuk pendamping seperti apa
  - Buku panduan/acuan-acuan yang sudah ada dalam melakukan pendampingan

### Rundown Sesi 5

13.15 – 13.30	Peserta masuk link zoom
13.30 – 14.00	<i>Sharing</i> dalam kelompok besar dari beberapa Lembaga mengenai kesiapan dan kondisi aktual serta potensi untuk menerapkan 6 langkah DPA untuk support aktivitas MAP.
14.00 – 14.30	Diskusi dan tanya jawab dari Lembaga lain dan <i>highlight</i> dari fasilitator dalam kelompok besar.
14.30 – 15.00	Aktivitas kelompok (dalam breakout room) masing2 Lembaga untuk melakukan: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Identifikasi kondisi saat ini dan kebutuhan ketersediaan (identifikasi gap)</li><li>▪ Hal apa yang perlu dilakukan untuk menjembatani gap tersebut (dibuat dalam format ppt)</li></ul>
15.00 – 15.15	<i>Sharing</i> dan diskusi kelompok besar (untuk saling bertukar ide)



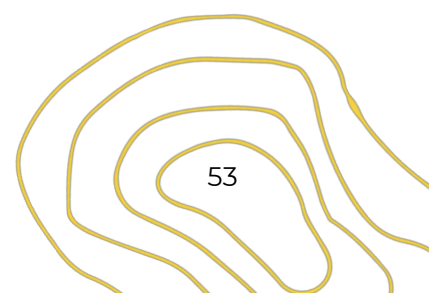
15.15 – 15.30	<p><i>Review</i> oleh peserta untuk <i>highlight</i> kebutuhan bersama dari diskusi sepanjang hari ini, dan rencana membuat skenario bersama</p> <p>Catatan:</p> <p>Masing-masing Lembaga membawa tugas berisi: apa yang akan dilakukan oleh masing2 Lembaga, termasuk bila bisa berkontribusi untuk kepentingan bersama. Dbuat dalam bentuk ppt dan dikumpulkan hari Kamis</p> <p>Foto dan penutup</p>
---------------	---

**Tujuan:**

- Melakukan analisis kesiapan Lembaga dalam menerapkan DPA, khususnya dalam kerangka MAP.
- Saling bertukar ide agar masing-masing Lembaga bisa mempersiapkan diri secara lebih kongkrit.

**Aktivitas:**

- *Sharing* dari Lembaga-lembaga yang dianggap sudah memiliki kesiapan.
- Diskusi partisipatif para peserta mengenai kesiapan dan kondisi aktual Lembaga.
- Membuat draft hasil diskusi masing-masing Lembaga untuk dilaporkan dan dipresentasikan dalam bentuk ppt.





## PELATIHAN HARI KE-6 (SESI 6): Jumat, 16 April 2021 (jam 13.30 – 15.30)

### Rundown Sesi 6

13.15 – 13.30	Peserta masuk link zoom
13.30 – 14.30	Presentasi dan diskusi ppt hasil persiapan dari beberapa Lembaga
14.30 – 15.00	Tanya jawab dan mematangkan rencana berikutnya supaya lebih realistis dan <i>reachable</i>
15.00 – 15.30	Review kegiatan hari ini dan juga seluruh rangkaian kegiatan DPA dan penutup

### Tujuan:

- Lebih memahami situasi aktual masing-masing Lembaga, khususnya dalam kaitannya dengan penerapan DPA dalam kerangka MAP.
- Saling bertukar ide agar masing-masing Lembaga bisa mempersiapkan diri secara lebih kongkrit.
- Dapat mengidentifikasi kendala dan sumber daya dalam internal Lembaga dengan lebih kongkrit.

### Aktivitas:

- Presentasi dan *Sharing* dari beberapa Lembaga.
- Diskusi partisipatif para peserta mengenai kesiapan dan kondisi aktual Lembaga.
- Mengidentifikasi kendala dan sumber daya dalam masing-masing Lembaga.



**LAMPIRAN**  
**(Lihat halaman berikutnya)**



**LAMPIRAN 1: Form Kasus Role-Play**

**CATATAN KASUS ANAK DAMPINGAN  
(RAHASIA)**

**PENGUNAAN TERBATAS  
SEBAGAI MATERI PRAKTIKUM MAP PROJECT INDONESIA**



**APRIL 2021**



## I. IDENTITAS ANAK DAMPINGAN

Nama (inisial) :  
Usia :  
Jenis Kelamin :  
Pendidikan :  
Alamat :  
Tinggal bersama  
Anak ke : dari : bersaudara  
Hobi/Kegemaran :  
Status Pernikahan : Belum menikah/Menikah/Bercerai/Janda/Duda  
Tahun Menikah :

<i>Ayah</i>	<i>Ibu</i>
Kandung _____ (beri centang)	Kandung _____(beri centang)
Tiri _____(beri centang)	Tiri _____(beri centang)
Angkat _____(beri centang)	Angkat _____(beri centang)
Nama (inisial) :	Nama (inisial) :
Alamat :	Alamat :
Umur :	Umur :
Pendidikan :	Pendidikan :
Pekerjaan :	Pekerjaan :
Perkiraan Tingkat Sosial Ekonomi :	Perkiraan Tingkat Sosial Ekonomi :
Keterangan lain :	Keterangan lain :



**II. KELUHAN YANG DILAPORKAN/DISAMPAIKAN ANAK DAMPINGAN**  
**(tuliskan maksimal 1 halaman)**

*Tuliskan apa yang dikeluhkan mengenai anak dampingan tersebut sehingga anak dampingan tersebut merasa perlu mendapatkan dampingan. Keluhan ini bisa disampaikan langsung oleh anak dampingan, atau pun disampaikan oleh pihak2 tertentu (orang tua, guru, dll).*





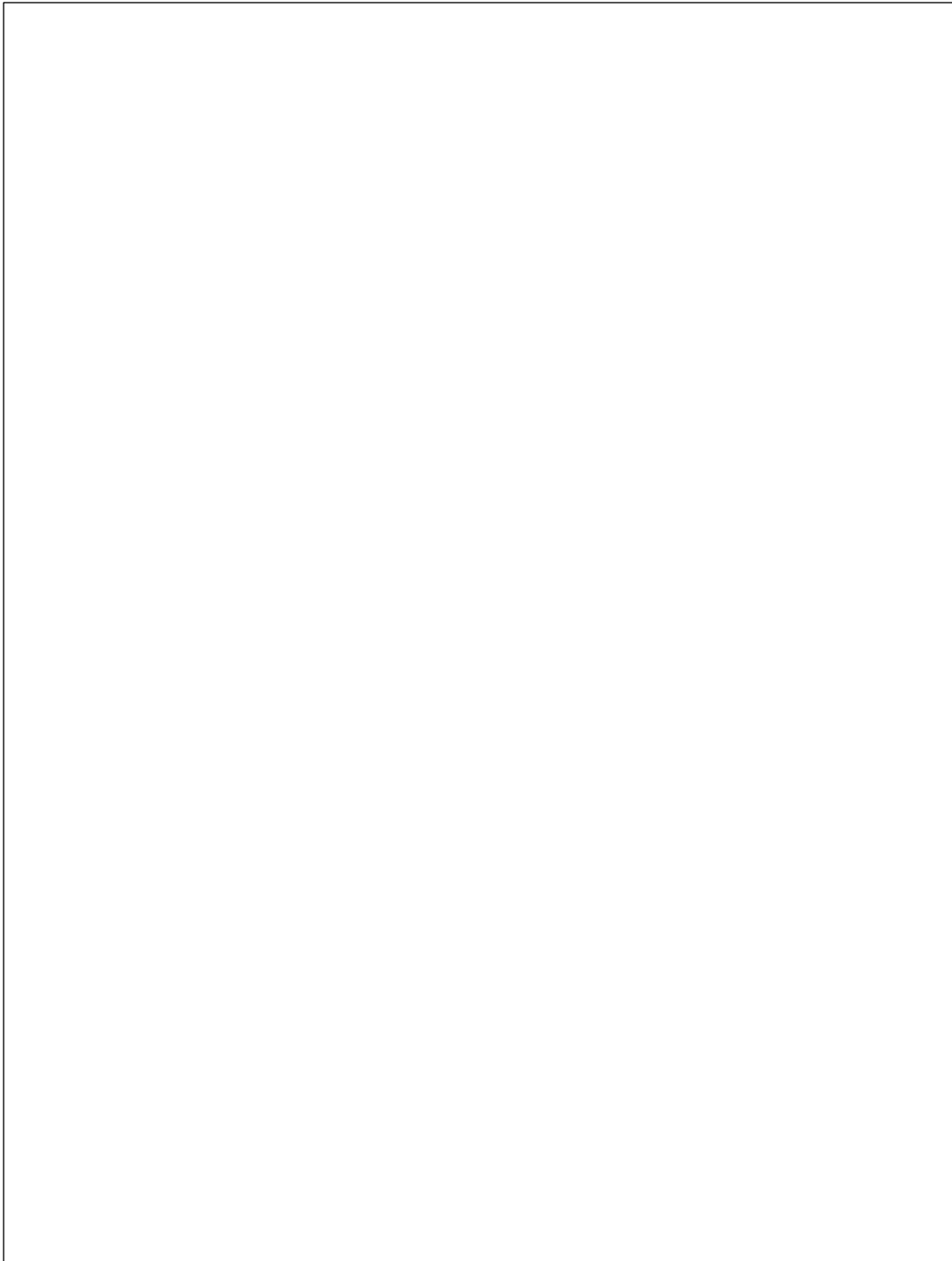
**III. GAMBARAN KONDISI FISIK DAN PSIKOLOGIS ANAK DAMPINGAN SAAT  
DITANGANI (tuliskan maksimal 1 halaman)**

*Tuliskan ciri fisik (tubuh), kondisi kesehatan, serta kondisi emosi dan perasaan secara umum dari anak dampingan saat ditangani pendamping.*



**IV. SITUASI KEHIDUPAN SOSIAL ANAK DAMPINGAN (tulis maksimal 1 halaman)**

*Tuliskan gambaran mengenai situasi kehidupan dan hubungan sosial anak dampungan dengan orang lain di luar dirinya, misalnya dengan keluarga, lingkungan tetangga, guru, dan teman2, dll.*





## LAPIRAN 2: Form Rivi Role-Play

### FORM RIVIU ROLE PLAY PENDAMPINGAN ANAK

#### I. OBSERVASI UMUM TERHADAP PENDAMPING

Berilah tanda silang (X) pada kolom yg hendak dipilih

Indikator	Baik	Cukup	Kurang
Ekspresi wajah			
Kontak mata			
Suara (intonasi, kejelasan)			
Gaya berbicara			
Gesture (spt gerakan tangan, gerakan kepala)			

#### II. OBSERVASI TERHADAP TEKNIK KONSELING

Berilah tanda silang (X) pada kolom yg hendak dipilih

Indikator	Baik	Cukup	Kurang
Kata2 pembuka			
Ungkapan empati (seperti ekspresi wajah, gesture, dan kata2 yang diucapkan)			
Ungkapan parafrase isi (dari kata2 yang diucapkan)			
Ungkapan parafrase emosi (dari kata2 yang diucapkan)			



### III. OBSERVASI TERHADAP ENAM LANGKAH DPA YANG MUNCUL

Berilah tanda silang (X) pada kolom yg hendak dipilih

Indikator	Muncul Dengan Jelas/Banyak	Cukup Muncul	Belum Muncul
Lihat			
Dengar			
Nyaman			
Koneksi			
Lindungi			
Harapan			

### IV. PESAN UNTUK PENINGKATAN KETERAMPILAN PENDAMPINGAN ANAK BAGI PENDAMPING

Di bagian bawah ini, silakan tuliskan:

- **Kesan2**

- **Saran2/pesan2 penting**

mengenai **teknik konseling dasar** (seperti ekspresi, suara, empati dan parafrase, dll) dan juga penerapan **enam langkah DPA** untuk pendamping, baik hal2 yang sudah baik maupun yg perlu ditingkatkan.





Sangat bagus apa yg disampaikan saat pelatihan DPA dan bisa buat bekal kita di masyarakat dan keluarga

Melatih kesabaran, dan merasakan emosi yang terjadi pada anak, serta mencoba memahami apa yang diceritakan dari si anak

Lebih sadar akan ruang dan tanggap pada setiap emosi yang ditunjukkan oleh anak

