

development positif • desarrollo positivo • maendeleo halisi  
позитивное развитие • desenvolvimento positivo • positiv  
development • développement positif • desarrollo positivo  
maendeleo halisi • позитивное развитие • desenvolvimento positivo  
positive development • développement positif • desarrollo  
positivo • maendeleo halisi • позитивное развитие  
desenvolvimento positivo • **positive development** • développement  
positif • desarrollo positivo • maendeleo halisi • позитивн  
desenvolvimento positivo • **positive development** • développement  
positif • desarrollo positivo • maendeleo halisi • позитивн  
development • développement positif • desarrollo positivo  
maendeleo halisi • позитивное развитие • desenvolvimento positiv  
positive development • développement positif • desarrollo  
positivo • maendeleo halisi • позитивное развитие  
desenvolvimento positivo • **positive development** • développeme  
positif • desarrollo positivo • maendeleo halisi • позитивн  
desenvolvimento positivo • **positive development** • développeme  
positif • desarrollo positivo • maendeleo halisi • позитивн  
development • développement positif • desarrollo positivo  
maendeleo halisi • позитивное развитие • desenvolvimento positiv

**pemberdayaan positif**

maendeleo halisi • позитивное развитие  
desenvolvimento positivo • **positive development** • développeme  
positif • desarrollo positivo • maendeleo halisi • позитивн



# Ucapan Terima Kasih

Buku panduan ini disusun oleh Aubrey Maasdorp (peneliti) dan Siân Long, dan disunting oleh Nina Behrman.

Ucapan terima kasih bagi semua pihak yang telah memberikan saran, dan memberikan sumbangan bahan dan mengkaji ulang teks: Javier Hourcade Bellocq (GNP+, Argentina), Jong Sook Bonsma (Belanda), Peter Busse (NAPWA Afrika Selatan), Angela Christie (Inggris), Martina Clark (UNAIDS, Swiss), Stefan Collins (GNP+, Kanada), Christophe Cornu (International HIV/AIDS Alliance, Inggris), James Dean (Panos, Inggris), Jeremie Diaz (Pinoy Plus, Filipina), Nel Druce (Healthlink), Lisa Enriquez (Pinoy Plus, Filipina), Faces Team (Afrika Selatan), Tim Frasca (Corporacion Chilena de Prevencion del SIDA, Chile), Bev Greet (GNP+, Australia), Jackie Hoskins (Healthlink), Dionicio Ibarra (Red Mexicana de Personas que Viven con VIH-SIDA, Meksiko), Philippa Lawson (ICW, Inggris), Sarah Lee (International AIDS Alliance, Inggris), Anuar Luna (Red Mexicana de Personas que Viven con VIH-SIDA, Meksiko), Gideon Mendel, Giovanni Miranda (GNP+, Kolumbia), Suzana Murni (Spiritia/APN+, Indonesia), Dorothy Onyango (WOFAK, Kenya), Jairo Pedraza (GNP+, AS), Archie Rivera (Pinoy Plus, Filipina), Yolanda Simon (GNP+, Trinidad), Rick Stephens (GNP+, Afrika Selatan), Beatrice Were (NACWOLA/ICW, Uganda), Dr. Tokugha Yepthomi (INP+, India), dan semua orang dalam kelompok di seluruh dunia yang pengalamannya dipakai dalam buku panduan ini.

GNP+ dan Healthlink mengucapkan banyak terima kasih atas dukungan finansial UNAIDS.

**Positive Development: setting up self-help groups and advocating for change. A manual for people living with HIV**

Penerbit: Global Network of People Living with HIV and AIDS (GNP+) bekerja sama dengan Healthlink.

© Global Network of People Living with HIV and AIDS 1998

Tata letak oleh em Associates

ISBN 0 907320 449

**Pemberdayaan Positif: Mendirikan kelompok dukungan dan beradvokasi untuk perubahan. Pedoman untuk orang yang hidup dengan HIV**

Redaktur: Chris W. Green, Yayasan Spiritia

Ucapan terima kasih bagi semua pihak yang mendukung upaya penerbitan versi bahasa Indonesia ini, khususnya pada anggota jaringan Odha se-Indonesia yang bekerja sebagai penguji lapangan. Terutama kami mengucapkan terima kasih kepada semua anggota jaringan yang menyumbang cerita (namanya dicatat di bawah tulisannya) dan kepada Dr. Reny Bunjamin (Mataram) yang memberikan banyak komentar untuk menyempurnakan drafnya.

Diterjemahkan dengan bantuan UNAIDS, Jakarta

Kartunis: Andre Rajawali dkk.

Foto dari arsip Yayasan Spiritia

Dicetak oleh: Yayasan Surviva Paski, Yogyakarta

Diterbitkan oleh Yayasan Spiritia

Edisi pertama, 2004

ISBN 979-97494-4-1

Pedoman ini dalam Bahasa Indonesia dapat diperoleh dari:

Yayasan Spiritia, Jl. Radio IV/10, Kebayoran Baru 12130

Tel: (021) 7279 7007, Fax: (021) 726-9521

E-mail: [yayasan\\_spiritia@yahoo.com](mailto:yayasan_spiritia@yahoo.com)



Versi bahasa Indonesia diterbitkan dan didistribusikan dengan dukungan AIDS Fonds.



# Daftar Isi

|   |     |
|---|-----|
| Kata Sambutan   | 3   |
| Prakata Christin Wahyuni  | 5   |
| Pendahuluan   | 7   |
| <b>BAGIAN 1 Mengapa kita berkelompok?</b>                             | 9   |
| Menolong diri sendiri, dukungan, dan tindakan                         | 10  |
| Berubah menjadi lebih baik  | 13  |
| <b>KEGIATAN 1.1</b> <i>Bagaimana kita dapat mempengaruhi keadaan?</i> | 15  |
| <b>BAGIAN 2 Membentuk kelompok</b>                                    | 19  |
| Sebelum memulai   | 20  |
| Mengadakan pertemuan yang sukses                                      | 26  |
| <b>KEGIATAN 2.1</b> <i>Apa keinginan kelompok?</i>                    | 28  |
| Mendorong kelompok untuk maju   | 32  |
| <b>BAGIAN 3 Bekerja sama</b>  | 35  |
| Memahami diri sendiri   | 36  |
| <b>KEGIATAN 3.1</b> <i>Bagaimana orang lain memandang saya?</i>       | 36  |
| <b>KEGIATAN 3.2</b> <i>Bagaimana saya memandang diri saya?</i>        | 37  |
| Menerima perbedaan  | 38  |
| <b>KEGIATAN 3.3</b> <i>Perbedaan satu sama lain</i>                   | 39  |
| <b>KEGIATAN 3.4</b> <i>Bagaimana perasaan orang lain?</i>             | 40  |
| <b>KEGIATAN 3.5</b> <i>Latihan mendorong semua agar berbicara</i>     | 43  |
| Bersifat tegas  | 50  |
| Teknik untuk keberhasilan kelompok                                    | 51  |
| <b>KEGIATAN 3.6</b> <i>Tidak, terima kasih!</i>                       | 53  |
| <b>BAGIAN 4 Merencanakan tindakan</b>                                 | 55  |
| Siklus perencanaan  | 56  |
| <b>KEGIATAN 4.1</b> <i>Pohon masalah</i>                              | 57  |
| <b>KEGIATAN 4.2</b> <i>Diskusi kelompok terfokus</i>                  | 60  |
| <b>KEGIATAN 4.3</b> <i>Diskusi kelompok yang tersusun</i>             | 67  |
| <b>KEGIATAN 4.4</b> <i>Memakai daftar tilik</i>                       | 68  |
| <b>KEGIATAN 4.5</b> <i>Memakai angket untuk survei</i>                | 69  |
| Program apa?  | 71  |
| <b>BAGIAN 5 Menjangkau sumber daya</b>                                | 79  |
| Mencari dana  | 81  |
| Praktek penggalangan dana yang baik                                   | 84  |
| Mengelola keuangan  | 85  |
| Penggalangan dana yang lebih besar                                    | 87  |
| <b>BAGIAN 6 Keterampilan berkomunikasi</b>                            | 95  |
| Pengungkapan  | 96  |
| <b>KEGIATAN 6.1</b> <i>Mempraktekkan pengungkapan</i>                 | 98  |
| Berhadapan dengan masyarakat  | 99  |
| <b>KEGIATAN 6.2</b> <i>Kendurkan badan bagian atas</i>                | 103 |
| <b>KEGIATAN 6.3</b> <i>Persiapan memakai suara</i>                    | 104 |
| <b>KEGIATAN 6.4</b> <i>Pemanasan suara</i>                            | 105 |
| Kerja sama dengan media massa   | 106 |
| <b>BAGIAN 7 Membuat perubahan</b>                                     | 111 |
| Dukungan perorangan   | 112 |
| <b>KEGIATAN 7.1</b> <i>Keterampilan berunding</i>                     | 113 |
| Mengembangkan jaringan yang positif                                   | 114 |
| <b>KEGIATAN 7.2</b> <i>Siapa sebaiknya diajak bekerja sama?</i>       | 115 |
| Advokasi  | 116 |
| Kampanye publik   | 121 |
| <b>Organisasi</b>   | 123 |
| <b>Sumber informasi/daftar acuan</b>                                  | 127 |
| <b>LEMBARAN INFORMASI</b>   | 137 |
| HIV dan AIDS: beberapa fakta dasar                                    | 137 |
| Hak asasi manusia dan HIV/AIDS  | 139 |
| Deklarasi Pertemuan AIDS Tingkat Tinggi Paris                         | 141 |
| Hubungan positif dengan lembaga donor dan pemberi layanan             | 143 |
| Kerahasiaan dan petugas layanan kesehatan                             | 145 |
| <b>LAMPIRAN 1</b>   | 147 |
| Pedoman untuk pengembangan organisasi Odha                            | 147 |
| <b>FORMULIR EVALUASI</b>  | 151 |



# Kata Sambutan

“Tindakan tanpa visi tidak ada artinya, visi tanpa tindakan tidak membuahkan apa pun, tetapi bila keduanya digabung dapat menghasilkan sesuatu yang luar biasa”

Global Network of People Living with HIV/AIDS, GNP+ (Jaringan Global Odha – orang yang hidup dengan HIV/AIDS) adalah jaringan dari dan untuk orang yang HIV-positif.

Perbaikan mutu kehidupan untuk Odha merupakan tujuan utama kami. Tujuan ini tercapai dengan membantu Odha untuk membangun kemampuannya sendiri di tingkat nasional, wilayah dan dunia.

GNP+ bekerja di enam wilayah: Afrika, Asia/Pasifik, Karibia, Eropa, Amerika Latin dan Amerika Utara. Setiap wilayah mempunyai proyek dan prioritas tersendiri, sedangkan secara bersama enam wilayah ini membentuk landasan GNP+ untuk mencapai apa yang diupayakan.

Program kami menciptakan, mengelola dan mendukung dasarnya untuk jaringan global dengan cara berikut:

- **melobi** demi keikutsertaan dan kepentingan orang yang hidup dengan HIV/AIDS
- **melibatkan** Odha melalui konferensi (global dan wilayah) serta komunikasi teratur
- **saling berbagi** melalui peningkatan kemampuan di tingkat wilayah dan nasional

Kami selalu menyarankan agar Odha lebih banyak dilibatkan pada setiap aspek kehidupan mereka dan di panggung lokal, nasional, wilayah serta internasional (sesuai dengan asas GIPA – *Declaration on the Greater Involvement of People with HIV/AIDS*). Pendapat tentang epidemi ini beraneka ragam serta berbeda-beda dan semuanya berhak didengar.

Kami menyadari bahwa untuk mencapai ini secara efektif, kami harus sanggup memberikan sesuatu pada Odha di masyarakat setempat untuk memberdayakan mereka menghadapi epidemi ini dengan cara yang berarti. Kami juga melihat banyak pertemuan para ‘ahli’ tidak menginginkan kehadiran Odha, karena mereka beranggapan Odha tidak mempunyai pengalaman yang cukup untuk hadir di situ.

Pada Mei 1997, tim GNP+ diundang untuk menyelenggarakan pelatihan untuk proyek unik di Afrika Selatan – dan memakai suatu buku panduan sebagai acuannya (pada waktu itu buku panduan ini masih dalam tahap awal). Tujuan pelatihan itu adalah untuk bekerja sama dengan sekelompok Odha untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan mereka menjadi ‘wajah’ HIV dalam program AIDS nasional. Odha tersebut dipekerjakan oleh program AIDS nasional di semua provinsi. Proyek semacam ini adalah yang pertama yang kami ketahui. Pelatihan tersebut memberikan semangat dan ilham

serta bersifat memberdayakan, dan tentu saja membuat kami lebih bersemangat mengembangkan dan segera menerbitkan buku panduan ini. Kami dapat melihat perubahan yang mendasar pada Odha di Afrika Selatan – tentu itu bukan saja karena buku panduannya, tetapi kami menemukan bahwa buku ini merupakan landasan dan alat pendukung yang penting sekali bagi Odha tersebut.

Buku panduan ini dikembangkan untuk membantu keterlibatan Odha pada berbagai tingkat, terkumpul dan agar pendapatnya terdengar secara jelas. Jadi, buku panduan ini lahir dengan maksud/tujuan agar dipakai sebagai alat oleh kita, dalam berbagai keadaan di mana saja kita berada, di desa, di kota atau di negara kita.

Persiapan dan penelitian untuk buku panduan ini memakan waktu berbulan-bulan. Kami menginginkan agar alat ini dapat

membantu semua Odha. Pakailah buku panduan ini untuk mengembangkan kelompok dukungan dan organisasinya serta meningkatkan kemampuannya. Pakailah buku ini untuk melatih orang lain, membagikannya dan membahasnya dengan orang lain pula.

Buku panduan ini tidak dapat disusun tanpa keahlian, kearifan dan dukungan sejumlah orang dan organisasi. Aubrey Maasdorp (peneliti), Siân Long, panitia pengurus GNP+, komisi peninjau internasional (*international review committee*), UNAIDS dan staf Healthlink – terima kasih!

Kami sungguh-sungguh percaya bahwa buku panduan ini akan memberikan informasi dan kegembiraan seperti yang kami alami saat menyusunnya.

*Shaun Mellors,*  
*Koordinator Internasional GNP+*  
April 1998



## Prakata Christin Wahyuni

Kekuatan dukungan sebaya menjadi jelas pada Almarhumah Suzana Murni sejak saat dia mengetahui bahwa dia HIV-positif. Ini tujuan awalnya waktu mendirikan Spiritia pada 1995. Suzana merasa kebutuhan untuk membagi rasa, pengalaman dan informasi dengan teman senasib. Suzana juga menyadari pentingnya asas pemberdayaan bagi orang yang hidup dengan HIV/AIDS (Odha), yang baru (waktu itu) diungkapkan pada Deklarasi Paris (lihat Lembaran Informasi 3 pada halaman 141). Seperti dibuktikan oleh tulisannya di buku ini, serta keterlibatannya pada 1998 dalam pembuatan versi yang asli dalam bahasa Inggris, Suzana mempunyai pemahaman yang sangat jelas tentang unsur dukungan sebaya yang penting: asas kerahasiaan; berpusat pada klien; tempat yang tenang, aman dan nyaman; dan pusat advokasi.

Pada waktu awal itu di Indonesia, ada kesulitan untuk membentuk kelompok dukungan sebaya. Hanya ada sedikit orang yang mengetahui dirinya terinfeksi HIV, dan mereka tersebar di seluruh tanah air. Mereka menghadapi kesulitan untuk saling mengenal, dan mereka takut membuka statusnya. Dana untuk kelompok macam itu sangat terbatas. Namun pada Pertemuan Nasional Odha ke-2 September 2001, muncul harapan bahwa Spiritia dapat memudahkan lebih banyak interaksi antara Odha di seluruh Indonesia. Untuk menanggapi hal ini, Spiritia membentuk program kunjungan penguatan

daerah. Sejak waktu itu, tim yang terdiri dari staf Spiritia dan anggota jaringan Odha sudah mengunjungi lebih dari 40 kota di 22 provinsi. Tujuan utama kunjungan ini adalah untuk bertemu dengan Odha di setiap daerah, untuk mengenal masalah yang dihadapinya dan untuk membantu dalam menyelesaikan masalah tersebut.

Segera setelah program ini dimulai, menjadi jelas bahwa salah satu kebutuhan utama Odha di sebagian besar tempat adalah untuk bertemu dengan Odha lain setempat. Demikian dibangun program Spiritia yang baru, yaitu untuk mendorong dan membantu pendirian dan pengembangan kelompok dukungan sebaya di mana-mana. Saya diminta mengambil tanggung jawab untuk program tersebut pada 2003.

Untuk mendukung program ini, kami memutuskan untuk melakukan pelatihan untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk membentuk dan mengelola kelompok dukungan sebaya. Saat kami mencari bahan untuk pelatihan ini, kami menyadari bahwa versi bahasa Inggris buku ini menawarkan dasar yang baik. Untungnya, empat bagian pertama sudah diterjemahkan dalam draf awal oleh Baby Jim Aditya untuk UNAIDS Jakarta. Dari draf ini, kami mengembangkan modul pelatihan yang diujicobakan secara sukses pada pelatihan di Yogyakarta dalam kerja sama dengan JOY pada 2003. Sejak itu,

kami sudah melakukan pelatihan lagi di Makassar dalam kerja sama dengan Saribattangku.

Walaupun pelatihan tersebut sangat bermanfaat, adalah jelas bahwa mustahil meliputi semua topik yang dibutuhkan dalam tiga hari. Sebuah pedoman dibutuhkan untuk memberi informasi tentang topik yang tidak diliputi, dan juga untuk orang lain yang tidak sempat mengikuti pelatihan. Solusi yang terpilih adalah untuk memakai buku ini. Sudah ada beberapa versi dalam bahasa lain, dan waktu GNP+ menawarkan peluang pada kami untuk membuat versi lokal dengan dana dari AIDS Fonds, kami sangat tertarik. Namun kami mendesak agar kami harus diizinkan untuk membuat versi yang disesuaikan untuk Indonesia, dengan sebagian 'cerita' dan gambar diganti dengan versi lokal dari Jaringan Odha Indonesia.

Ini adalah hasilnya. Buku ini sudah diujicobakan oleh sekelompok teman sebaya dalam pertemuan yang diakhiri dengan pembahasan sehari penuh untuk menyetujui semua isinya. Selain uji coba pada dua pelatihan oleh Spiritia, buku ini juga diujicobakan pada pelatihan yang dilakukan oleh Bali Plus untuk tiga kelompok baru dari Bali dan satu dari Lombok. Dan saya

sendiri sering memakainya dalam kunjungan saya pada kelompok dukungan di seluruh Indonesia sebagai koordinator dukungan sebaya Spiritia. Saya berharap buku ini sama berguna untuk teman-teman seperti untuk saya. Tetapi jelas kami ingin menerima masukan dan komentar pembaca; ada formulir evaluasi pada halaman akhir untuk hal ini.

Satu titik akhir. Walaupun dikembangkan terutama untuk kelompok orang yang terinfeksi HIV, pedoman ini terbukti sangat berguna untuk kelompok orang yang terpengaruh oleh HIV/AIDS: keluarga, teman, pasangan dan pendamping langsung Odha. Dahulu istilah Ohidha diusulkan untuk orang tersebut, tetapi istilah ini sudah menjadi sumber kebingungan. Untuk menghindari kebingungan lagi, buku ini memakai istilah kelompok dukungan untuk Odha, tetapi kami ingin menekankan bahwa hampir setiap topik sama berlaku untuk kelompok orang yang terpengaruh oleh HIV/AIDS.

*Christin Wahyuni,  
Koordinator Program Kelompok  
Dukungan Sebaya, Yayasan  
Spiritia*

Mei 2004

# Pendahuluan

Buku panduan ini dibuat untuk orang yang bekerja dalam kelompok: kelompok dukungan dan kelompok mandiri baik yang terdiri dari maupun untuk orang hidup dengan HIV dan AIDS, kelompok yang juga termasuk keluarga, saudara, teman dan pendamping; serta kelompok yang sedang mengajar, berkampanye dan beradvokasi untuk hak Odha.

Buku panduan ini bertujuan memberikan saran dan gagasan kepada orang dan organisasi yang membentuk kelompok baru, atau punya rencana untuk itu, dan yang pengalamannya terbatas dalam mengelola kelompok. Buku ini juga bermanfaat bagi pelatih dan pemandu yang telah menjalankan kelompok selama beberapa waktu atau yang membantu orang lain membentuk kelompok sendiri. Buku ini dikembangkan berdasarkan pengalaman Odha yang bekerja berkelompok di berbagai tempat di dunia ini.

Maksud buku panduan ini adalah mengembangkan rasa percaya diri, kemampuan/keterampilan dan alasan yang jelas untuk menjamin supaya Odha didengarkan dan dilibatkan secara sejajar. Bekerja secara berkelompok dapat menjadi suatu cara bersama yang penting untuk menghilangkan rintangan antara Odha dan orang lain – antara ‘kami’ dan ‘mereka’.

Ide untuk buku panduan ini timbul karena Odha, baik di GNP+ maupun di jaringan dan kelompok yang lain, menyadari bahwa mereka ingin berbagi

dengan orang lain tentang pengalaman yang telah mereka peroleh dalam pengembangan kelompok, tindakan dan kemampuan/keterampilan selama sekian tahun. Mereka telah memikirkan apa yang paling bermanfaat untuk orang yang ingin membentuk kelompok untuk Odha atau yang memutuskan menjadi aktivis karena mereka sendiri HIV-positif.

Sebuah tim penyumbang pikiran dan peninjau di seluruh dunia telah memberikan masukan mengenai apa yang mereka anggap bermanfaat pada saat mereka didiagnosis HIV-positif dan pada waktu mereka mulai menjalankan kelompok dukungan sebaya. Mereka meninjau kembali isi buku ini dan menyarankan kegiatan dan latihan. Orang lain lagi yang berpengalaman dalam membentuk kelompok dan merencanakan kegiatan serta pelatihan juga memberikan saran dan pengalamannya.

Setiap kelompok mempunyai ciri-ciri tersendiri – alasan mengapa dibentuk, maksud dan tujuan, anggota kelompok, dan seterusnya. Setiap kelompok dapat memakai buku ini sesuai dengan kebutuhan. Tidak ada cara yang benar atau pun salah dalam pemakaian buku ini. Kita dapat membaca buku ini sebagai pribadi atau bersamaan dengan orang lain dalam kelompok kita. Bila kita pemimpin kelompok, dapat saja kita lebih suka membaca buku panduan ini sebelumnya dan kemudian menerapkannya dalam latihan

dengan kelompok kita. Kelompok tertentu mungkin ingin membaca semua bagian pada awalnya, sedangkan kelompok lain mungkin memilih bagian tertentu pada saat yang dinilai tepat.

Buku ini mengutamakan cara praktis, dengan menggunakan daftar tilik (*checklist*), 'petunjuk & saran', dan kegiatan kelompok (dapat difotokopi), lengkap dengan petunjuk langkah demi langkah, serta keterangan dan ide untuk diskusi lebih lanjut. Banyak studi kasus yang berasal dari seluruh dunia termasuk berbagai contoh bagaimana ide tersebut telah diterapkan oleh berbagai kelompok.

Bagian 1 membahas alasan membentuk kelompok dan manfaat bekerja berkelompok. Bagian 2 membahas segi praktis pembentukan kelompok, mengadakan pertemuan dan mendorong kelompok berjalan terus. Bagian 3 membahas keterampilan dan kegiatan tertentu untuk mengembangkan dan mempertahankan dinamika kelompok yang positif.

Kelompok yang sudah siap memulai kegiatan baru dapat menuju ke Bagian 4. Di situ diterangkan bagaimana mengembangkan suatu proyek langkah demi langkah, dari tahap perencanaan sampai dengan tahap evaluasi. Bagian 5 menawarkan nasihat bagaimana mencari

sumber dana, baik setempat maupun di tempat lain, dan bagaimana menulis proposal penggalangan dana.

Bagian 6 membahas masalah sulit seputar pengungkapan status HIV untuk orang yang bekerja dalam kelompok yang ingin di depan umum. Bagian ini juga memusatkan perhatian pada keterampilan komunikasi yang mendasar bagi kerja kelompok yang baik dan bagi presentasi untuk masyarakat luas, termasuk saran dan teknik untuk berbicara di depan umum dan kerja sama dengan media massa.

Bagian 7 membahas advokasi dan kampanye – di semua tingkat dari masyarakat setempat sampai dengan organisasi internasional.

Buku panduan ini hanya merupakan sebuah awal – di bagian belakang buku tersedia daftar acuan dan organisasi yang bermanfaat bagi kelompok yang ingin mempelajari kegiatan mereka secara lebih rinci atau mencari hubungan dengan kelompok Odha yang lain.

Apabila teman-teman ingin memberikan komentar atau masukan mengenai cara buku panduan ini dipakai, atau informasi yang bermanfaat dan belum dibahas, kirim masukan ke Yayasan Spiritia. Semakin banyak informasi yang kita bagikan, semakin terdengar suara Odha!

Dalam buku panduan ini, "Odha" sering dipakai sebagai akronim untuk istilah kepanjangan 'Orang hidup dengan HIV dan AIDS'. Akronim dalam bahasa Inggris, seperti 'PWA', 'PLWA' atau 'PLWHA', juga diganti dengan 'Odha' dalam bahasa Indonesia.



## **pemberdayaan positif**



# Bagian 1

## Mengapa kita berkelompok?

- 10 Menolong diri sendiri, dukungan, dan tindakan
- 13 Berubah menjadi lebih baik
- 15 **KEGIATAN 1.1**  
*Bagaimana kita dapat mempengaruhi keadaan?*





*"Saya ingin bertemu dengan orang lain dengan HIV. Kami menjadi lebih kuat sejak berkumpul."*

Kelompok teman atau rekan kerja sering terbentuk dengan sendirinya – di rumah atau di komunitas. Kita telah biasa bekerja atau bergaul dalam kelompok – misalnya di keluarga, di tempat kerja, atau di klub olahraga. Kelompok juga dapat terbentuk agar orang dapat saling membagi perasaan atau melakukan kegiatan yang berhubungan dengan masalah yang penting untuk mereka.

Biasanya HIV dan AIDS menimbulkan masalah yang sulit dan pribadi, misalnya seputar kesehatan, hubungan dengan orang lain, keuangan, kematian atau perasaan mengenai seksualitas. Prasangka dan diskriminasi (perlakuan tidak adil) dari orang lain serta masalah sosial dan ekonomis yang lebih luas juga menyebabkan banyak persoalan untuk Odha.

Banyak di antara kita – baik yang HIV-positif maupun yang terpengaruh (keluarga, teman, pasangan atau pendamping lain) – merasa bahwa kelompok dukungan atau mandiri dapat mengurangi ketegangan ini. Bekerja sama dan membagi ide dan masalah dapat banyak menolong orang dengan cara emosional dan praktis.

## Menolong diri sendiri, dukungan, dan tindakan

Kelompok Odha disebut dengan berbagai macam nama – ‘kelompok mandiri’, ‘kelompok dukungan sebaya’ atau ‘kelompok Odha’ saja. Nama ini berbeda-beda di berbagai daerah, tetapi semuanya mempunyai arti yang sama, yaitu kelompok yang dijalankan oleh dan untuk Odha. Agar pembaca tidak bingung, di buku panduan ini kami memakai istilah ‘kelompok dukungan’. Suatu kelompok yang dapat memberikan kesempatan kepada seseorang untuk berbicara secara bebas, didengar dan dibesarkan hatinya di kalangan orang yang senasib. Suatu kelompok dukungan harus mendorong anggotanya untuk merenungkan dan belajar dari pengalaman masing-masing. Terkadang dapat melawan sikap seorang anggota, tetapi tetap dalam lingkungan yang aman dan mendukung.

Dalam pembentukan kelompok dukungan, kita harus mengetahui dengan jelas alasan kita ingin berkumpul. Kelompok tertentu mungkin hanya dibentuk untuk memberikan kesempatan berbicara dengan anggotanya serta berbagi perasaan dan pengalaman. Kelompok lain bergabung untuk mewujudkan tujuan atau kebutuhan bersama, seperti kampanye untuk meningkatkan mutu perawatan kesehatan atau untuk memberikan informasi mengenai HIV dan hubungan seks yang lebih aman. Suatu kelompok dapat bekerja dengan atau tanpa pemimpin atau pengurus, namun ada baiknya bila semua anggota mempunyai gambaran yang jelas mengenai cara kerja kelompok.

Bekerja dalam kelompok dapat:

- menolong kita agar kita tidak merasa dikucilkan dan sendiri dalam menghadapi masalah

- membuka jalan untuk bertemu orang lain dan berteman
- menolong kita menjadi lebih percaya diri dan merasa kuat
- berfungsi sebagai wadah untuk melakukan kegiatan
- mempertemukan orang dari berbagai latar belakang yang berbeda, serta menambah saling pengertian dan toleransi
- membantu saling berbagi sumber daya, ide dan informasi, misalnya tentang pengobatan terbaru atau layanan dukungan setempat
- meningkatkan kesadaran komunitas tentang keadaan yang dihadapi anggota kelompok dengan memberi wajah yang manusiawi pada Odha
- menimbulkan perubahan dengan menciptakan suara publik atau politik



*Bagi banyak Odha di banyak daerah di dunia, kelompok dukungan adalah tempat satu-satunya di mana mereka merasa nyaman, dapat keluar dari isolasi, terjaga kerahasiannya, aman, dan terdukung. Terutama di negara berkembang, di mana layanan untuk Odha masih lemah atau bahkan tidak ada sama sekali, kelompok dukungan memiliki peranan besar dalam upaya penanggulangan HIV/AIDS secara keseluruhan. Kelompok dukungan menjadi wadah untuk menyediakan dukungan dan perawatan. Kelompok dukungan menjadi tempat di mana pendidikan dan penyebaran informasi mengenai HIV/AIDS terjadi. Kelompok dukungan menutupi kurangnya layanan konseling yang mestinya ada menyertai semua tes HIV tetapi sering tidak dilaksanakan.*

**Suzana Murni, Pendiri Spiritia, 1999**

Bekerja sama dalam kelompok dapat membantu orang menjadi lebih sadar atas kekuatannya sendiri. Sekali pun kemampuan orang untuk mengubah keadaannya terbatas karena kemiskinan atau ketidaksehatannya, masih banyak jalan untuk memanfaatkan kemampuan dan pengalaman pribadinya. Sebuah kelompok mempunyai pengaruh yang lebih besar daripada bekerja sendiri.



### Tempat yang aman

*Kita bikin janji melalui telepon untuk ketemu di sebuah restoran. Ini pertama kalinya saya ketemu orang HIV-positif yang sama-sama perempuan. Ternyata banyak permasalahan dan pertanyaan kita yang sama. Walaupun tidak semuanya bisa terjawab selama bincang-bincang kita, itu tidak jadi masalah. Yang penting, saya punya teman baru yang bisa ngerti keadaan saya, karena keadaan dia juga mirip.*

**Suzana Murni, Pendiri Spiritia, 1998**



### Mengurangi kesepian

*Saya merasakan kesepian yang panjang..... karena tidak ada tempat untuk mencurahkan isi hati dan masalah di dalam diri saya. Tetapi setelah saya bergabung dengan kelompok dukungan, saya dapat menemukan apa yang saya cari selama ini. Tempat berbagi, teman yang dapat mengembalikan rasa percaya diri yang hilang selama ini dan masih banyak lagi... Terima kasih teman-temanku...*

**Rico Alba, Pontianak Plus**

*Saya adalah Odha, saya tidak merasa sendiri karena ternyata saya tidak sendiri, saya sarankan kepada teman-teman sesama Odha...jangan merasa minder dan bersembunyi saja...mari keluar kita bersatu; dengan kita mempunyai kekuatan, kita bisa memberantas HIV...*

**Margareta, Papua**



## Tindakan untuk perubahan

Sebagai orang yang terpengaruh langsung oleh Odha, kami merasa perlu adanya kelompok dukungan untuk saling berbagi kekuatan dan informasi. Maka kami dari lima keluarga berinisiatif membentuk kelompok dukungan yang dinamakan *Positive Aftercare*. Kelompok tersebut semakin berkembang, karena anggotanya merasakan manfaat dari setiap pertemuan. Kelompok ini kami jalankan berdasarkan "12 Langkah" yang disesuaikan dari Naranon. Dalam pertemuan, kami berbagi pengalaman, kekuatan dan harapan, serta pengetahuan yang terkini, sehingga dapat menjalani kehidupan bersama Odha secara kuat dan lebih tegar. Tidak ada masalah yang tidak terselesaikan apabila dihadapi bersama.

**Kelompok Dukungan Positive Aftercare,  
Jakarta**



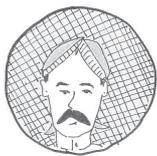
## Memberi semangat

Setelah melihat orang HIV-positif yang lain masih punya semangat, masih bisa punya teman seperti biasa, masih ingin kerja, bisa menikmati humor, musik, makanan, dan lain-lain, saya lantas merenung. Mereka saja bisa, kenapa saya tidak?

**Suzana Murni, Pendiri Spiritia, 1998**

Kalau ditanya bagaimana saya terinfeksi HIV, maka jawaban saya adalah: "Saya terinfeksi karena kebodohan dan ketidakpedulian saya. Sebelumnya saya tidak mempunyai informasi apa pun tentang HIV/AIDS sehingga saya tidak dapat melindungi diri saya sendiri." Saya harus belajar banyak mengenai masalah HIV/AIDS agar saya bisa menjadi ahli dalam bidang ini sehingga dapat menjaga kesehatan dan bertahan hidup lebih lama dengan HIV. Dengan ini, saya merasa kuat dan lebih berdaya...Keuntungan lainnya saya dapat membantu teman-teman senasib agar mereka juga menjadi kuat dan mampu menanggapi permasalahannya sendiri serta dapat memotong mata rantai penularan HIV.

**Yuni, Jakarta**



## Belajar lebih banyak

Kami yakin bahwa pelatihan dan sesi meditasi yang disediakan oleh Bali Plus dapat sangat membantu anggota mendapatkan dukungan dari segi pengetahuan dan ketenteraman sebagai sarana informasi dan komunikasi antaranggota. Kami juga menerbitkan majalah bulanan yang berisi artikel, informasi terbaru, surat anggota bahkan humor hasil sumbangan anggota dan disebarikan kepada semua anggota dan lembaga lain. Kami juga menyediakan konseling sebaya dan mempunyai kelompok 'buddies' yang bersedia mendampingi teman yang lagi dirawat di rumah sakit.

**Dhayan D., Bali Plus**

## Memang tidak selalu mudah

Walaupun ada keuntungan yang muncul dari bekerja dalam kelompok, tetapi ada juga beberapa masalah:

- di beberapa tempat, Odha tidak mungkin terbuka mengenai status HIV-nya, sehingga mereka enggan bergabung dengan kelompok karena takut statusnya akan diketahui orang lain
- banyak kelompok gagal karena kebutuhan anggotanya yang paling utama adalah uang serta dukungan materiil dan ekonomis lainnya – kelompok dukungan yang kecil pasti kesulitan mengatasi masalah ini
- anggota kelompok sering mempunyai kebutuhan dan harapan yang berbeda-beda, yang dapat menyebabkan konflik dan kekecewaan
- sering kali beberapa individu yang dinamis membentuk suatu kelompok dan bila mereka tidak terlibat lagi, kelompoknya akan kehilangan arah
- anggota kelompok dapat mengalami kejenuhan (*burnout*), khususnya bila sejumlah Odha yang terbuka menerima banyak permintaan untuk berbicara di depan umum, merencanakan layanan dan kegiatan lain

Untuk memperkecil timbulnya masalah tersebut, pastikan bahwa setiap orang yang terlibat dalam kelompok tahu persis tujuan organisasinya. Bagian 2 akan membahas hal ini.

## Lakukan sendiri

Banyak kelompok dukungan didirikan oleh para ‘ahli’ – konselor, perawat, tokoh agama – yang peduli pada Odha dan memahami kebutuhan ‘klien’ mereka untuk bertemu dengan Odha lain. Sering kali prakarsa ini dapat berharga karena memungkinkan seorang Odha bertemu dengan Odha lain untuk pertama kali. Tetapi, banyak kelompok yang berdiri dengan cara seperti ini tidak berhasil karena Odha tidak terlibat dalam memutuskan kegiatan yang dilakukan kelompok, dan apa yang akan mereka lakukan bersama. Sangat penting bila Odha merasa kebutuhannya terpenuhi apalagi jika orang yang bukan HIV-positif memimpin/terlibat dalam suatu kelompok.



*Tidak ada rumus khusus untuk membentuk kelompok dukungan, namun ada satu asas yang sudah dibuktikan berkali-kali. Ada cara yang sudah terbukti dapat menjawab kebutuhan Odha di dalam sebuah kelompok dan memastikan keefektifan sebuah kelompok. Cara tersebut adalah dengan menciptakan program dan membentuk kelompok yang berpusat pada klien, yaitu Odha yang menjadi anggotanya. Rancang program, kegiatan dan bentuknya dengan memperhitungkan kemampuan dan keterbatasan serta kenyataan kelompok itu sendiri. Banyak kelompok menghadapi masalah dengan terbatasnya keterampilan yang dimiliki – dari mencoba bertahan hidup hingga mengelola kelompoknya agar mengambil bagian dalam penanggulangan HIV/AIDS secara efektif – sementara menjadi buta terhadap tujuan untuk meningkatkan penampilan Odha.*

Suzana Murni, Pendiri Spiritia, pada ICAAP ke-4, 1997

## Berubah menjadi lebih baik

Kelompok dukungan dapat membantu mendorong perubahan dalam kehidupan pribadi seseorang dan dalam masyarakat luas. Kelompok dapat memperbaiki keadaan pribadi anggotanya – dengan cara mengurangi rasa terkucilnya, memberikan mereka dukungan dan informasi, atau membuka kesempatan untuk memperbaiki keadaan ekonomi mereka. Kelompok juga dapat memperbaiki keadaan Odha pada umumnya – dan orang yang rentan tertular HIV – dengan menghadapi tantangan dan mengadvokasikan untuk perubahan pada faktor-faktor yang dapat mengarah pada kemiskinan dan diskriminasi.

Komunitas, termasuk komunitas Odha, terdiri dari orang yang beraneka ragam, dengan kepentingan dan prioritas yang berbeda-beda. Seseorang dapat menganggap dirinya sebagai anggota berbagai komunitas yang berbeda – misalnya yang ditetapkan oleh keluarganya, agamanya, suku bangsanya, tempat kerjanya atau usianya. Di dalam setiap komunitas ada kelompok manusia yang mendapat perlakuan tidak adil. Dampak HIV paling besar justru dirasakan oleh mereka yang sudah mendapat diskriminasi – misalnya perempuan, laki-laki homoseks (gay) dan pekerja seks. Tetapi, orang yang kurang dikenal, kurang berpengaruh, sering kali tidak terlibat di dalam perubahan. Hal ini



© Cedric Nunn

*Kemiskinan dan diskriminasi meningkatkan kerentanan terhadap HIV, misalnya dengan memaksakan orang mencari kerja jauh dari rumah*

berarti bahwa kelompok sebaiknya tidak hanya bekerja di bidang penanggulangan HIV/AIDS saja, tetapi juga meliputi hal-hal yang lebih luas, seperti hak gay dan lesbian, memperbaiki keadaan kerja pekerja seks, atau memperluas jangkauan pendidikan dan lapangan pekerjaan bagi kaum perempuan.

Ada gunanya memikirkan faktor yang mempengaruhi kita sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat:

- **pengetahuan** – apa yang kita ketahui dan apa yang tidak
- **keterampilan** – apa yang kita ketahui mengenai cara melakukannya
- **keyakinan, sikap dan harga diri** – pikiran, perasaan dan kemampuan kita
- **tekanan teman sebaya dan pengaruh sosial** – perilaku, pikiran dan perasaan orang sekitar kita
- **lingkungan yang lebih luas** – faktor budaya, agama, kesempatan ekonomis, kebijakan kesehatan, perundang-undangan dan penyediaan layanan

Informasi dan pengetahuan diperlukan, tetapi kita juga membutuhkan kemampuan untuk menerapkannya. Tanpa percaya pada nilai kita dan kepercayaan diri, kita akan sangat sulit menimbulkan perubahan – contohnya, kita harus mempunyai kepercayaan pada diri kita agar dapat tegas dalam memilih jenis layanan saat menghadapi dokter.

Tetapi, pada saat kita memutuskan bahwa kita ingin membuat perubahan – pada kehidupan kita sendiri atau pun di lingkungan yang lebih luas – kita akan memerlukan dukungan dan bantuan orang lain. Ini berarti kita harus berinteraksi dengan unsur sesuai budaya dan agama yang sudah ada sehingga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung. Pada gilirannya nanti kita mengharapkan agar masyarakat dapat menerima Odha, dan juga dapat melatih diri untuk mengurangi risiko tertular HIV. Itu juga berarti bahwa di lingkungan, kita dianggap sama seperti orang lain, dapat diterima dan wajar untuk hidup dengan HIV serta mengambil langkah untuk mengurangi risiko HIV, dan tersedia sumber daya yang memungkinkan pilihan ini.



*Saya merasa ketika saya terdeteksi bahwa saya HIV-positif itu merupakan sebuah anugerah dari Tuhan dan segala sesuatu yang diberikan Tuhan adalah kebaikan untuk umatnya. Maka dari itu saya merasa saya harus berbagi dengan semua orang terutama orang di lingkungan sekitar saya. Apakah itu pengalaman dan pengetahuan baik atau buruk yang saya alami dan yang saya ketahui saya akan terus berbagi dengan semua orang karena substansi dari semua ini adalah 'kebaikan'. Maka saya rasa itu adalah kesempatan dan kewajiban saya untuk berbuat kebaikan terhadap semua orang. Saya pikir dan saya rasakan di mana berbicara di depan umum adalah media yang sangat tepat untuk semua ini.*

*Bagaimana pendapat atau persepsi orang?!!? Akh itu sih hak mereka mengeluarkan pendapat dan persepsinya tetapi mesti diingat saya pun punya hak untuk berbicara dan mengeluarkan pendapat dan semua orang berhak untuk bicara apa yang menjadi suara hatinya.*

**Derajat Ginanjar, Bandung Plus Support**

## Kegiatan 1.1



*Kondom dengan harga terjangkau sangat diperlukan baik bagi orang HIV-positif maupun orang HIV-negatif*

## BAGAIMANA KITA DAPAT MEMPENGARUHI KEADAAN?

**Tujuan:** Menyelidiki hambatan terhadap perubahan dan strategi yang mungkin untuk mengatasinya, serta mempertimbangkan dampaknya terhadap kelompok.

Tabel pada halaman berikut mengelompokkan faktor yang mempengaruhi kehidupan dan kedudukan kita di masyarakat dalam lima tingkat yang berbeda. Baik hambatan terhadap perubahan maupun strategi untuk mengatasinya secara terperinci. Dalam kelompok kita, kita dapat berpikir mengenai faktor yang mempengaruhi keadaan kita – contoh dalam daftar itu hanya sebagai saran saja.

Kegiatan ini juga dapat dipakai sebagai kegiatan perencanaan (untuk informasi lebih lanjut mengenai perencanaan, lihat Bagian 4) atau sebagai kegiatan peningkatan kepedulian, dengan tujuan membuat orang lain peduli atas keadaan yang dihadapi Odha.

- ❶ Pada lembar kertas yang besar, tulis judul bagian ‘penyebab masalah’. Biarkan lembar kertas kedua kosong. Pada lembar kertas ketiga, tulis judul bagian ‘perubahan positif’.
- ❷ Minta peserta kelompok menyebutkan hal utama yang menyebabkan masalah bagi Odha. Tulis semua masukan secara acak di lembar kertas kedua yang kosong.
- ❸ Minta peserta mengelompokkan masukan ini di bawah judul yang berhubungan di lembar ‘penyebab masalah’. Bila perlu, tanya apakah mereka masih dapat menyebut lebih banyak hambatan lagi.
- ❹ Akhirnya, pikirkan bagaimana cara mengatasi masalah yang sudah didaftarkan dan tuliskan lagi di lembar ketiga di bawah judul yang terkait.

# Berubah agar menjadi lebih baik



## Penyebab masalah bagi Odha

### 1 Pengetahuannya kurang

- pengetahuan yang kurang mengenai pilihan layanan dan pengobatan HIV serta infeksi oportunistik
- terbatasnya penjangkauan informasi

Individu

### 2 Keterampilan dan kemampuan kurang

- terbatasnya peluang untuk pelatihan keterampilan
- kesempatan yang kurang untuk menerapkan keterampilan, antara lain keterampilan memakai kondom
- kurang terlatih dalam perilaku seks yang lebih aman

### 3 Sikap dan keyakinan yang tidak mendukung

- keyakinan bahwa kaum perempuan tidak boleh mandiri atau mengambil keputusan sendiri
- ketakutan akan dipandang lain daripada yang lain
- penyangkalan HIV
- ketakutan pada Odha
- keyakinan bahwa remaja tidak boleh mengetahui tentang seks

Komunitas

### 4 Tekanan sosial dan budaya

- laki-laki ditempatkan sebagai pengambil keputusan
- Odha diberikan stigma (cap buruk)
- diskriminasi dan kecenderungan menyalahkan, misalnya terhadap pekerja seks dan gay

### 5 Lingkungan yang bersifat membatasi

- kebijakan yang tidak tepat, misalnya mewajibkan tes HIV
- media massa yang kurang mengetahui mengenai HIV dan pemberitaan yang tidak cermat/salah
- kemiskinan dan sumber daya yang kurang
- terbatasnya ketersediaan layanan medis

Masyarakat



## Cara untuk mendorong perubahan positif untuk Odha

### 1 Menambah pengetahuan

- cara mencegah infeksi dan infeksi ulang
- pilihan pengobatan
- penggunaan narkoba suntikan yang aman
- cara merawat diri, misalnya bagaimana tubuh kita berfungsi, makanan yang sehat
- kesehatan reproduksi, mis. kehamilan yang sehat, pengurangan risiko penularan HIV pada bayi, mencegah kehamilan yang tidak diinginkan

### 2 Keterampilan yang lebih luas

- kepemimpinan
- konseling
- mencari penghasilan
- berkomunikasi
- berunding penggunaan kondom
- penggunaan kondom secara benar
- menerangkan HIV kepada anak-anak kita
- berbicara di depan umum, berunding dan beradvokasi

### 3 Sikap dan keyakinan yang positif

- keyakinan bahwa laki-laki dan perempuan sejajar
- keinginan untuk melakukan hubungan seks lebih aman dan lebih nikmat bagi Odha
- menerima hak orang untuk menentukan gaya hidup dan seksualitas yang berbeda
- memperhatikan orang lain
- memahami risiko pribadi
- menerima hak remaja
- yakin dan percaya pada kemampuan dan diri sendiri
- mampu berbeda dengan orang lain, misalnya menikah dengan Odha atau menunda berhubungan seks

### 4 Faktor sosial dan budaya yang mendukung

- melawan diskriminasi terhadap hubungan homoseksual
- kaum perempuan berhak menolak seks atau meninggalkan pasangan yang berlaku kasar
- menerima puasa seks, kesetiaan, penggunaan kondom sebagai hal yang biasa
- melawan tradisi mewariskan janda
- menerima hak Odha untuk berhubungan seks
- melibatkan Odha dalam pengambilan keputusan
- mengurangi stigma terhadap pekerjaan seks
- anggapan bahwa laki-laki dan perempuan mempunyai tanggung jawab bersama terhadap seks
- melawan kegiatan seks dini

### 5 Lingkungan yang mendukung

#### Kebijakan dan perundang-undangan/hak asasi manusia

- aturan hukum yang mengizinkan akses terhadap kondom
- pekerjaan seks dan hubungan homoseksual tidak dianggap sebagai tindakan kejahatan
- hak milik dan hak atas perlindungan/keamanan bagi kaum perempuan
- hak Odha, mis. hak atas pekerjaan dan perumahan

#### Akses kepada layanan dan pengobatan

- layanan kesehatan untuk Odha
- ketersediaan darah donor yang aman
- layanan kesehatan untuk remaja
- ketersediaan alat suntik yang steril
- kondom dengan harga terjangkau

#### Kesempatan ekonomis

- pekerjaan untuk Odha
- pekerjaan untuk perempuan
- pendapatan yang layak untuk laki-laki dan perempuan
- jaminan sosial yang memadai untuk orang sakit

#### Lingkungan yang terbuka

- gambaran yang positif di media massa mengenai Odha
- pesan yang jelas dan benar tentang HIV
- pengiklanan kondom



# Bagian 2

## Membentuk kelompok

- 20 Sebelum memulai
- 26 Mengadakan pertemuan yang sukses
- 28 **KEGIATAN 2.1**  
*Apa keinginan kelompok?*
- 32 Mendorong kelompok untuk maju



Perencanaan dan komunikasi yang baik dapat sangat membantu kelompok untuk mencapai hasil yang terbaik. Apabila orang merasa gembira dan keinginannya terpenuhi dalam kelompok, maka mereka juga akan lebih percaya diri dan kreatif. Kemungkinan mereka akan merasa lebih terikat serta lebih bersedia mengambil tanggung jawab, dan pada umumnya kelompoknya akan menjadi lebih efektif.

## Sebelum memulai

### Bekerja sama dengan organisasi lain atau tidak?

Bekerja dengan organisasi AIDS yang sudah berdiri dapat membawa beberapa keuntungan bagi kelompok baru atau kecil. Mungkin sudah ada organisasi konseling dengan sumber daya manusia yang tertarik bergabung dengan kelompok yang baru. Organisasi yang sudah ada mungkin mempunyai sumber daya seperti alat fotokopi, telepon dan mesin fax, yang dapat kita pergunakan bila kelompok kita didirikan di bawah naungan organisasi yang lebih besar.

*Kelompok dukungan Pelita Plus didukung oleh Yayasan Pelita Ilmu (YPI) yang memberikan ruang kantor, ruang pertemuan, penggunaan telepon dan E-mail, serta dana operasional untuk kunjungan rumah sakit untuk memberikan dukungan moral. YPI juga menyediakan sarana perawatan untuk Odha yang tinggal di rumah singgahnya.*



Sebagian besar kelompok Odha di negara berkembang pada awalnya didirikan oleh orang yang bukan HIV-positif. Hal ini dapat berjalan dengan baik asal semua anggota diperlakukan sama dan kebutuhannya dipertimbangkan secara keseluruhan. Tetapi sering timbul masalah,

misalnya perbedaan harapan terhadap kelompok, atau terjadi perselisihan apabila Odha diperlakukan berbeda.

*Saya terlibat dalam suatu kelompok yang dikelola oleh beberapa orang HIV-negatif dengan sikap negatif terhadap Odha. Mereka memandang kami rendah dan mengambil keuntungan dari status kami. Mereka menindas kami selama lima tahun, memaksa saya untuk tampil di depan umum untuk memberi kesaksian di sekolah dan pabrik tentang bagaimana saya tertular HIV. Mereka menerima banyak uang untuk setiap pertemuan dan memakainya untuk kepentingan mereka sendiri. Suara saya tidak pernah didengar atau diperhatikan, dan kebutuhan saya sama sekali tidak pernah dipenuhi.*

**Samantha, Zimbabwe**

Kelompok lain terbuka baik terhadap orang HIV-positif maupun orang HIV-negatif. Kelompok tertentu terbuka baik terhadap orang HIV-positif bersama pasangannya yang HIV-negatif. Ada kelompok yang terutama berkecimpung di bidang advokasi dan kampanye, dan menganggap adalah penting untuk kerja sama, misalnya, demi hak asasi Odha, hak kaum gay atau hak pekerja seks. Kelompok lain bukan semata-mata untuk Odha, dengan maksud menjaga asas kerahasiaan untuk orang HIV-positif dalam kelompok itu. Dalam kelompok yang terbuka untuk orang HIV-positif dan negatif, individu tidak harus mengungkapkan status HIV-nya.



*Organisasi ini sadar akan masih tingginya stigma dan diskriminasi dari masyarakat umum terhadap Odha, maka kami tidak berani mengungkapkan status HIV baik pada teman-teman, apalagi pada masyarakat umum. Untuk menjadi anggota organisasi ini, Odha tidak harus membuka status HIV-nya kepada masyarakat umum. Keanggotaan organisasi ini terbuka baik bagi orang HIV-positif maupun HIV-negatif.*

**Totonta Kaban, Medan Plus**

Bekerja secara independen berarti kelompok kita mungkin lebih mudah mengembangkan identitas tersendiri dan memilih arah serta kegiatannya.



*Pelita Plus semata-mata untuk dan dijalankan oleh orang HIV-positif, sehingga kami dapat memusatkan perhatian pada kepentingan kami. Kami tahu apa kebutuhan dan tujuan kami yang khusus. Kami membuka kesempatan kepada teman-teman HIV-positif yang ingin bergabung dan bersama-sama mendukung dan memberdayakan diri untuk kehidupan yang lebih baik dan mandiri.*

**Yanti, Pelita Plus**



*Di rumah, saya tidak dapat bercerita pada keluarga. Saya rasa mereka belum siap menerima kalau saya HIV-positif. Mungkin suatu hari nanti. Untuk sementara ini, cuma di kelompok dukungan ini saya dapat ngomong bebas. Di sini semua orang mengerti, misalnya saat saya flu saya jadi takut sekali kalau-kalau tidak dapat sembuh lagi, karena mereka sama dengan saya.*

**Suzana Murni, Pendiri Spiritia, 1998**

Juga penting mengetahui kebutuhan Odha tertentu, seperti pengguna narkoba, perempuan, remaja atau kelompok etnis atau yang berbahasa sama.



*Tahun-tahun pertama Spiritia penuh rintangan. Orang yang terlibat dalam gerakan ini sering merasa putus asa. Untuk banyak orang baik di pemerintah maupun dalam komunitas, keterlibatan Odha merupakan pandangan yang aneh. Hubungan antara pencegahan dan perawatan/dukungan tidak dipahami, terutama bila kita hanya mewakili sekelompok orang yang sangat amat kecil dengan penyakit yang tidak dapat disembuhkan. Prasangka menjadi hambatan pada kemitraan yang sejajar dan positif. Belum ada forum untuk berkonsultasi dengan Odha dalam proses pembuatan kebijakan. Dalam sebagian besar pembahasan tentang kebijakan, masalah hak Odha, serta perawatan dan dukungan untuk Odha, jarang diangkat. Pentingnya dukungan dan perawatan dirasakan hanya oleh orang yang HIV-positif sendiri dan orang yang mendukungnya setiap hari.*

**Suzana Murni, Pendiri Spiritia, pada ICAAP ke-5, 1999**

## Stigma ganda



*Orang yang ada di dalam kelompok dukungan kami hampir semua waria pekerja seks yang HIV-positif. Saya merasa nyaman karena kami semua sama dan kami pun sangat kompak. Untuk membicarakan hal-hal yang sangat pribadi kami tidak merasa risih atau pun malu. Dan untuk rekan waria yang HIV-positif janganlah kalian berkecil hati. Mari kita bersatu dan menanamkan nilai-nilai positif pada komunitas kita agar stigma ganda tidak lagi melekat sedangkan berganti menjadi sebuah pengharapan dan apresiasi.*

**Indri Morizette, Saribattangku, Makassar**



*Ada batasan pada keikutsertaan dan keterbukaan untuk pekerja seks yang hidup dengan HIV/AIDS. Kebanyakan pekerja seks menghadapi stigma dan pelecehan karena pekerjaan mereka. Mereka menghadapi masalah tambahan apabila tes HIV mereka ternyata positif. Mereka dapat saja dipecat dari tempat kerjanya, menghilangkan pendaftaran yang mengizinkan mereka bekerja, atau bahkan mendapatkan tuntutan pidana. Mereka juga dapat menghadapi masalah kesehatan tambahan berkaitan dengan pekerjaan, seperti stres dan terpapar pada infeksi oportunistik. Odha lain, konselor dan pendamping yang bukan pekerja seks kadang-kadang berpendapat bahwa pekerja seks adalah salah mereka sendiri bila tertular HIV. Kadang kala mereka juga menghadapi celaan dari pekerja seks yang lain.*

**Cheryl Overs, Jaringan Proyek Pekerja Seks**

*Pendidikan sebaya, konseling dan tes HIV secara terpadu untuk pekerja seks di California, AS*

© Cal-Pep



## Mencari anggota kelompok

Bagaimana kita berkenalan dengan calon anggota kelompok adalah tergantung pada jumlah Odha yang berada di wilayah kita dan pemahaman masyarakat tentang Odha. Orang yang mengetahui dirinya terinfeksi HIV setelah mengunjungi pusat layanan tes sukarela dan telah mendapatkan konseling sebelum dan sesudah tes, mungkin sudah menerima dukungan dari teman-teman atau konselor. Dalam kasus yang lain, khususnya bila sulit atau tidak mungkin menjangkau tes dan konseling sukarela, orang baru mengetahui dirinya terinfeksi HIV setelah mereka jatuh sakit. Bila tes wajib masih diberlakukan, misalnya sebagai syarat pekerjaan, imigrasi atau pun asuransi, kemungkinan besar orang tidak menerima konseling yang benar. Perempuan di klinik ibu hamil dan donor darah dapat saja telah menerima konseling dasar, tetapi jarang benar-benar siap untuk menerima hasil tesnya.

Semua faktor tersebut dapat mempengaruhi cara menjangkau calon anggota kelompok dan apa harapan awal mereka (lihat halaman 26-27). Pertimbangkan cara yang berikut:

- bertemu dengan konselor dan petugas kesehatan di pusat tes HIV, unit transfusi darah, klinik infeksi menular seksual (IMS) dan rumah sakit. Tinggalkan informasi mengenai cara menghubungi kelompok dukungan untuk disampaikan kepada orang HIV-positif
- tempelkan poster dan siapkan brosur untuk ditempatkan di ruang tunggu tempat orang mungkin dites HIV, seperti klinik ibu hamil atau kantor imigrasi

- hubungi organisasi layanan AIDS setempat
- umumkan pertemuan kelompok di koran lokal atau tempelkan poster di tempat yang mungkin dikunjungi oleh orang dengan HIV
- apabila kita bersedia, masukan cerita kita dalam koran lokal atau di siaran radio lokal agar mendorong orang menghubungi kita
- bicara dengan orang secara tatap muka untuk mendorong mereka bergabung
- kunjungi calon anggota di rumahnya

Namun, pertemuan pertama dengan Odha harus terjadi atas permintaan si Odha sendiri. Kita tidak boleh terima undangan misalnya dari staf rumah sakit 'untuk bertemu dengan Odha yang ada di bangsal 21' – ini melanggar asas kerahasiaan. Kita sebaiknya meminta perawat untuk memberikan informasi mengenai kelompok kita pada pasien tersebut, dapat berupa brosur kelompok, dan menawarkan pada dia untuk minta bertemu dengan kita.

Bagaimana pun cara kita mengumumkan keberadaan kelompok kita, yakinkan informasi yang berikut jelas:

- kelompok itu untuk siapa? Hanya untuk orang yang HIV-postitif? Pasangan atau keluarga? Laki-laki atau perempuan? Orang gay saja? Waria saja? Pengguna narkoba?
- apakah pertemuan kelompok akan bersifat rahasia (lihat halaman 29)
- tempat dan waktu pertemuan kelompok
- kalau mungkin, cara menghubungi pimpinan kelompok – itu penting khususnya untuk orang yang mungkin tidak nyaman datang ke kelompok kita untuk pertama kalinya

Pertimbangkan untuk bertemu dengan peminat secara tatap muka dulu. Barangkali mereka masih enggan mengunjungi kelompok. Jelaskan bahwa kerahasiaan terjamin dan siapa yang biasanya hadir, misalnya laki-laki dan perempuan, sebagian besar laki-laki, atau semuanya pekerja seks. Apabila kelompoknya masih baru, barangkali mereka ingin tahu apakah calon anggota yang lain juga dihubungkan dengan cara yang sama. Mereka mungkin ingin tahu apa yang dapat terjadi dalam kelompok. Apabila kelompok mempunyai kesepakatan mengenai asas kerahasiaan, mungkin ada baiknya untuk menjelaskannya kepada orang yang berminat bergabung sebelum mereka bertemu dengan anggota lain.

## Identitas kelompok

Kemungkinan besar kita ingin memberikan sebuah nama pada kelompok kita, dan bahkan sebuah logo (lambang yang mewakili organisasi kita). Pikirkan jenis kelompok yang diinginkan pada saat memilih nama. Mungkin kita ingin mengumumkan misalnya bahwa anggota kelompok semuanya HIV-positif, atau kelompok hanya untuk perempuan atau remaja.



Logo JOY Yogyakarta



Logo Saribattangku Makassar



Logo Asia-Pacific Network of People Living with HIV/AIDS



Logo Friends+ Surabaya



Logo Spiritia memberi kesan ada seorang yang dirangkul oleh seorang pendukung, kesan lagi adanya pita merah yang dianggap sebagai lambang peduli AIDS.

Nama *Spiritia* diambil dari kata *spirit*, semangat, sesuatu yang tidak boleh hilang dari kita. Tujuan *Spiritia* adalah untuk menciptakan suasana yang nyaman dan terjaga kerahasiaannya bagi orang dengan HIV/AIDS untuk berkumpul, berbagi pengalaman, bertukar informasi, serta membangun persahabatan yang mendukung.

Suzana Murni, Majalah Support, Desember 1995

Pada awal, nama *JOY* dipilih sebagai singkatan dari Jaringan Odha Yogyakarta. Tetapi kata ini dalam bahasa Inggris juga berarti gembira, atau senang-senang. Kami juga ingin menghapus anggapan bahwa Odha adalah sekumpulan orang yang sudah sekarat menunggu kematian, nyatanya kami masih bisa gembira. Karena *JOY* sekarang lebih menjadi kelompok dari jaringan, kami tetap pakai nama *JOY*, tetapi tidak sebagai singkatan lagi.

Ai, JOY

Nama *Saribattangku* diambil dari bahasa daerah Makassar yang artinya 'saudaraku', dengan harapan semua anggota yang tergabung di dalamnya adalah bersaudara. *Saribattangku* didirikan dengan tujuan sebagai tempat berkumpul dengan sesama HIV-positif dan saling memberi dukungan dengan sebaya.

Indri Morizette, Saribattangku, Makassar

Di beberapa tempat sebaiknya nama kelompok tidak menampakkan bahwa itu kelompok Odha. Bila HIV masih sangat ditakuti oleh masyarakat, Odha dapat menghadapi ancaman fisik.

*Kami memilih nama yang tidak menyebutkan HIV. Kami tidak mengatakan bahwa kelompok kami hanya untuk perempuan HIV-positif karenanya hal ini dapat menempatkan anggota kami dalam keadaan bahaya. Hanya ketika seorang perempuan mengikuti kelompok kami ada yang memilih untuk mengungkapkan statusnya.*

Kadang kala kelompok memilih kata seperti 'Positif' atau 'Plus' dalam namanya untuk menunjukkan bahwa semua anggota terinfeksi HIV. Namun ada juga yang memakai kata ini dalam namanya hanya untuk menunjukkan bahwa tujuannya adalah untuk mendukung Odha dan pendampingnya.

Beberapa kelompok menjelaskan pada orang yang bergabung bahwa mereka tidak akan ditanya mengenai status HIV-nya. Ada kelompok yang tidak menyatakan bahwa kelompoknya hanya untuk orang HIV-positif dan tidak menanyakan status HIV-nya. Kelompok tersebut menyediakan suasana yang ramah dan informal – ada toko kue yang menyumbang konsumsi secara gratis dan biasanya ada hiburan musik. Selain itu, juga disediakan sesi informasi secara berkala, misalnya berupa ceramah mengenai pengobatan antiretroviral yang terkini. Pengurus kelompok berpendapat bahwa penting kelompok ini terbuka bagi siapa saja.

*Satu pasangan yang bergabung mengungkapkan status mereka (yang satu HIV-positif, yang lain tidak) beberapa bulan setelah mereka mengikuti kelompok. Mereka baru merasa aman dan siap untuk membicarakannya di tempat ini.*

## PETUNJUK & SARAN

Apabila kita mendirikan kelompok dukungan, mulailah secara sederhana saja. Nanti kelompok dapat berkembang pada waktunya.

◆  
Mulai dengan kelompok kecil, karena lebih mudah dikelola.

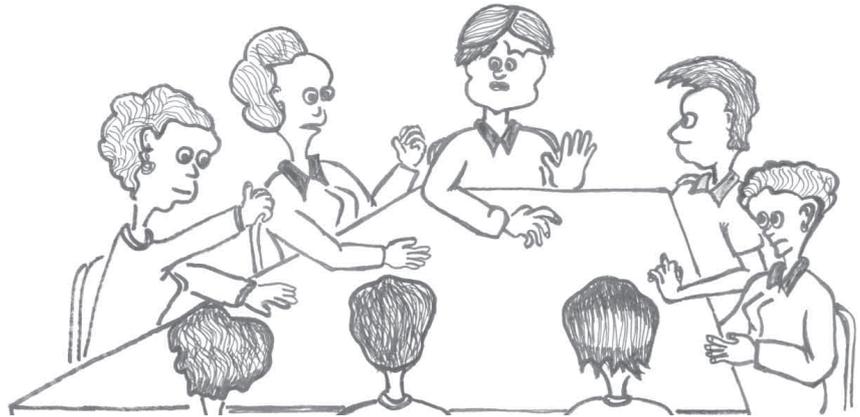
◆  
Sebaiknya kelompok terdiri antara 10 sampai 14 orang, karena jumlah itu memberi kesempatan pada semuanya untuk bekerja berpasangan, bertiga atau berempat sebelum berbagi pendapatnya dengan kelompok besar.

◆  
Mulai dengan kelompok orang yang mempunyai ciri yang sama, misalnya jenis kelamin, usia atau latar belakang pendidikannya. Ketika orang sudah lebih nyaman dalam kelompok ini, menjadi lebih mudah mengembangkan kelompok yang lebih beraneka ragam.

◆  
Cobalah menciptakan suasana yang terbuka dan bersahabat di dalam kelompok.

◆  
Pertimbangkan juga cara pandang masyarakat terhadap kelompok. Misalnya, apakah penting kelompok kita mendapat restu dari para sesepuh, atau tokoh masyarakat tertentu?

◆  
Pertimbangkan apakah ada orang yang barangkali merasa terancam oleh pekerjaan kelompok kita. Apakah kita dapat memperoleh dukungan mereka atau menghadapi tantangan perlawanan mereka apabila perlu?



## Mengadakan pertemuan yang sukses

### Merencanakan pertemuan pertama

Pertimbangkan mengenai hal-hal berikut:

**Di mana** – cari tempat yang akan membuat anggota nyaman dan aman.

**Aturlah ruangan** sehingga setiap orang merasa dirinya sejajar dengan anggota lain dalam kelompok, dapat melihat anggota lain dan suaranya terdengar dengan mudah. Biasanya itu berarti duduk dalam lingkaran dengan menempatkan semua orang pada tingkat yang sama dan tanpa halangan seperti meja. Lesehan di atas tikar sangat cocok untuk Indonesia. Pengaturan seperti ini mempermudah sesama anggota untuk dapat melihat anggota yang lain.

**Apa** – Pastikan tersedianya alat-alat yang mungkin diperlukan, seperti kertas dan spidol. Jika memungkinkan, menyediakan konsumsi ringan dan sehat.

Bersikap ramah ketika orang datang. Mulai pertemuan dengan memperkenalkan yang hadir dan berikan kesempatan pada anggota kelompok untuk saling berkenalan. Sebaiknya jelaskan tujuan pertemuan secara ringkas, bagaimana pertemuan akan berlangsung dan jam berapa pertemuan akan selesai.

### Harapan

Setiap anggota kelompok mempunyai harapannya sendiri – apa yang ingin dicapai bergabung dalam kelompok. Harapan sangat mempengaruhi keberhasilan kelompok. Misalnya, anggota mungkin akan kecewa apabila harapannya terlalu tinggi. Dapat saja bagi orang tertentu, sebuah kelompok dukungan ternyata bukan seperti yang diinginkan; yang dibutuhkan adalah organisasi layanan AIDS yang dapat menyediakan bantuan materiil.

Kadang kala kita merasa harapan kita jelas sehingga kita tidak memikirkannya. Kita mungkin menganggap bahwa semua orang lain akan mempunyai harapan yang sama. Dengan demikian, sangatlah penting untuk mengajukan pertanyaan mengenai harapan anggota kelompok saat kelompok baru didirikan, dan juga ketika anggota baru bergabung di kemudian hari.

Harapan anggota kelompok dapat diketahui dengan berbagai cara:

- Minta setiap orang satu per satu menyampaikan harapannya secara singkat di depan kelompok – baik apa yang mereka harapkan akan diperoleh dari kelompok maupun apa yang mereka dapat berikan pada kelompok.
- Minta setiap orang menulis harapannya pada satu lembar kertas (tanpa menyebut namanya). Kemudian kumpulkan semua lembar kertas, bacakan isinya dan membahasnya dengan seluruh kelompok. Cara ini lebih cocok bila ada anggota yang malu berbicara, atau takut orang lain akan menertawakan pendapatnya. Pilihan lain adalah meminta orang menggambarkan sebuah pohon sebagai lambang kelompok – dengan buahnya sebagai apa yang mereka inginkan.
- Bagilah semua anggota menjadi kelompok kecil yang terdiri dari dua atau tiga orang. Minta setiap kelompok kecil untuk membahas harapan masing-masing. Kemudian minta satu orang dari setiap kelompok kecil untuk mempresentasikan hasil pembicaraan di depan kelompok besar.



*Saya membayangkan suatu kelompok dukungan seperti sekelompok orang menaiki bus yang sama. Mereka berangkat dari Pematang Siantar menuju Medan. Sopir bus harus memberitahukan tujuan bus dan berapa pemberhentian yang akan dilaluinya kepada penumpang, agar mereka yakin berada di bus yang benar. Andaikata mereka tidak mau pergi ke Medan atau pun arah bus kelihatan salah, mereka akan turun dari bus.*

**Totonta Kaban, Medan Plus**

### DAFTAR TILIK

#### Harapan bekerja dalam kelompok

- ✓ Mengapa saya ada di sini?
- ✓ Apa yang ingin saya dapatkan dari kelompok ini?
- ✓ Bagaimana cara saya ikut serta?
- ✓ Apa yang akan saya lakukan?
- ✓ Apa yang akan saya rasakan atau bagaimana saya bersikap dalam kelompok ini (nyaman, serius)?
- ✓ Apakah kelompok ini penting bagi saya?
- ✓ Apa yang dapat menghalangi proses belajar saya di kelompok ini (misalnya masalah yang belum saya atasi, kelelahan, minat saya kurang)?
- ✓ Bagaimana saya dapat belajar dalam kelompok ini (misalnya dengan mendengarkan, atau dengan mempraktekkan)?

Apabila ternyata semua orang dalam kelompok mempunyai harapan yang berbeda-beda, barangkali kita perlu memikirkan ulang apa yang ingin kita capai bersama.

Ada gunanya untuk mencatat harapan anggota kelompok. Kita dapat meninjau kembali harapan awal ketika kelompok sudah berjalan beberapa waktu. Mungkin itu menjadi alasan untuk merayakan keberhasilan, atau pun akan mendorong kita mengadakan perubahan untuk masa depan.

## Kegiatan 2.1

# APA KEINGINAN KELOMPOK?

**Tujuan:** Mengembangkan acara pertemuan atau kegiatan berdasarkan harapan orang.

Akan sulit bagi seseorang untuk memberikan tanggapan bila tidak ada perencanaan sama sekali (“*Kalau begitu apa yang akan kita lakukan?*”). Tetapi sebaliknya bila tidak diberikan pilihan apa pun (“*Inilah yang akan kami lakukan*”), kebanyakan orang tidak merasa nyaman. Kegiatan ini berupaya untuk mencari jalan tengah.

Kegiatan ini dapat dilakukan oleh semua anggota kelompok. Tidak memerlukan seorang fasilitator untuk persiapannya.

❶ Berilah selembar kertas pada setiap orang. Masing-masing diminta menuliskan dua buah judul pada kertas tersebut, yaitu: ‘*Dalam kelompok ini saya ingin...*’ pada bagian atas dan ‘*Dalam kelompok ini saya tidak ingin...*’ pada bagian tengah kertas. Di balik kertas itu mereka diminta menuliskan ‘*Saya ingin tahu lebih banyak mengenai...*’ dan ‘*Saya ingin tahu lebih banyak bagaimana...*’.

❷ Beri waktu untuk mengisi kertas tersebut selama lima menit dengan harapan setidaknya mereka memberikan tiga hal pada setiap judul. Tidak perlu terlalu mempersoalkan kerapihan dan ejaan – karena ide yang muncul lebih penting dari pada sekadar tulisan.

❸ Kemudian bacakan bergiliran dari daftar ‘keinginan’ masing-masing. Seseorang dapat mencatat semua ide pada *flip chart*. Ulangi ini tiga kali untuk tiga judul yang lain.

❹ Dalam kelompok, pertimbangkan:

- Apakah ada ide yang dimunculkan lebih dari satu kali?
- Ide yang mana paling sering disebutkan?
- Apakah ada lebih banyak ‘ingin’ daripada ‘tidak ingin’? Kiranya apa sebabnya?
- Apakah mungkin semua ide yang diutarakan dapat terlaksana di masa mendatang?

❺ Coba kelompokkan idenya. Misalnya, daftar ‘keinginan’ dapat dibagi dalam kategori berikut ini: lebih banyak informasi, meningkatkan percaya diri, berbicara dengan dan mendengarkan orang lain, berteman, santai sejenak dari kegiatan sehari-hari, lebih memahami diri sendiri, mencari tahu apa yang dapat saya lakukan.

*Kelompok yang sekarang bertemu di Corporación memulainya untuk menanggapi presentasi seorang dokter mengenai terapi yang baru... Tetapi kami juga ambil waktu untuk membicarakan apa yang sedang terjadi dalam kehidupan kami. Jadi selalu ada kombinasi pertanyaan praktis dengan berbagi rasa pribadi. Akhirnya, orang yang lebih condong ke tindakan membentuk suatu kelompok tersendiri berdasarkan kepentingan politik yang menjadi sangat berhasil. Tetapi mereka sering kali datang kembali karena sewaktu-waktu mereka suka meninggalkan semua pekerjaan itu dan hanya mengatakan apa yang mereka pikirkan.*

Corporación Chilena de Prevención del SIDA, Chile

## Aturan dasar

Selain pentingnya harapan dalam kelompok menjadi jelas dan dipahami oleh semua anggota, penting juga untuk menetapkan aturan mengenai kejujuran dan perilaku. Saat orang ingin membicarakan perasaan pribadi dan topik yang peka dalam kelompok dukungan mereka harus merasa dapat melakukannya tanpa ditertawakan atau didiamkan, dan tanpa takut apa yang mereka katakan akan diketahui orang lain.

Tanyakan pada anggota kelompok apa yang membuat mereka merasa aman dan nyaman dalam kelompok. Apabila ada anggota yang memberi saran, pemimpin kelompok harus memastikan bahwa anggota lain menyetujuinya, sebelum saran itu diterima sebagai aturan dasar. Apabila semuanya disetujui, catatlah menjadi aturan dasar. Aturan dasar dapat diubah atau ditambah sepanjang kelompoknya berkembang.

### Asas kerahasiaan

HIV mempengaruhi perasaan kita yang paling pribadi – seksualitas, rasa aman, dan kepercayaan kita dalam hubungan dengan orang lain dan masa depan. Kita tidak perlu malu karena terinfeksi HIV, tetapi banyak orang merasa takut mengungkapkan pada teman, rekan kerja atau bahkan keluarga. Mungkin mereka merasa belum siap secara emosional atau takut akan dampak sosialnya apabila status mereka diketahui orang. Berbagi kenyataan bahwa kita terinfeksi HIV dengan orang lain biasanya membuat kita merasa sangat lega, tetapi penting setiap orang memilih sendiri kapan dan bagaimana dia membagi informasi ini.

Kemungkinan besar anggota kelompok yang baru belum mengungkapkan status mereka kepada keluarga atau teman, atau mempunyai ketakutan yang sangat masuk akal terhadap akibatnya apabila status HIV-nya diketahui majikan atau orang di lingkungannya.

Anggota kelompok mempunyai hak untuk menuntut bahwa apa yang mereka katakan akan tetap dirahasiakan. Kalau tidak, mereka tidak akan merasa bebas berbicara. Mereka harus tahu bahwa nama mereka tidak akan diketahui orang lain tanpa persetujuan mereka. Penting sekali kelompok kita mempunyai pemahaman yang sama mengenai apa artinya asas kerahasiaan untuk masing-masing orang. Ada gunanya untuk menuliskan yang berikut:

Apa yang kita lihat di sini  
 Apa yang kita dengar di sini  
 Biarlah tetap tinggal di sini!

**Positively Women, Inggris**

Juga penting membahas ketakutan apa pun yang dirasakan anggota mengenai pelanggaran asas kerahasiaan – bahkan oleh anggota kelompok yang lain dan bagaimana caranya untuk memperkecil kemungkinan hal ini terjadi (Lihat 'Pengungkapan', halaman 96).

### Beberapa contoh aturan dasar:

- Asas kerahasiaan (lihat boks).
- Hormat: anggota kelompok harus mendengarkan yang lain tanpa memotong pembicaraannya. Hanya satu orang boleh berbicara pada satu waktu.
- Bahasa: anggota kelompok harus setuju dengan penggunaan bahasa yang dipahami semua dan tidak memakai kata-kata yang menyinggung orang lain.
- Sikap yang tidak menghakimi: anggota kelompok harus menghindari bersikap menghakimi terhadap perasaan, pandangan dan perilaku orang lain, kecuali apabila pandangan itu tidak menghormati orang lain.
- Anggota kelompok harus memberitahukan pemimpin kelompok apabila mereka tidak dapat hadir.
- Uang yang dikumpulkan harus dipakai untuk kebutuhan kelompok.
- Tidak ada anggota yang secara resmi dapat mewakili kelompok tanpa sepengetahuan dan persetujuan kelompok.

### SUSUNAN ACARA

1. Perkenalan: dalam lingkaran setiap orang mengatakan namanya secara bergantian
2. Bila ada orang baru yang bergabung, minta anggota kelompok yang sudah lama untuk menjelaskan sedikit tentang kegiatan kita selama ini
3. 'Berbagi rasa': 10 menit untuk siapa saja dalam kelompok yang ingin berbagi kabar barunya dan perasaannya
4. Perkenalkan perawat yang akan berceramah mengenai gizi/nutrisi
5. Setelah ceramah, membahas siapa yang ingin kita undang untuk memberikan ceramah pada pertemuan berikutnya
6. Rencana pesta Tahun Baru
7. Akhiri pertemuan dan tentukan tanggal pertemuan berikutnya

## Membuat catatan

Beberapa kelompok menganggap ada manfaatnya membuat susunan acara pertemuan. Susunan acara ini dapat disampaikan setelah pembukaan pertemuan, dan dapat dikurangi atau ditambah bila diperlukan.

## Keputusan

Apabila kita membuat suatu keputusan, ingatlah selalu bahwa kita harus mencatat setiap hal yang diputuskan dan siapa yang harus melaksanakannya. Mungkin kita juga membutuhkan sebuah buku khusus untuk menuliskan keputusan yang diambil dalam setiap pertemuan. Pastikan juga bahwa ada seorang anggota yang bertugas membuat catatan dari setiap pertemuan.

### PERTEMUAN KELOMPOK 'KAMI PEDULI' 21 OKTOBER

Disetujui bahwa Tutiek akan menghubungi pabrik tekstil setempat untuk meminta kain sisa yang akan dipakai untuk membuat spanduk Hari AIDS Sedunia untuk kelompok kita

Disetujui bahwa Sandra akan mengurus konsumsi pada acara Hari AIDS Sedunia

Diputuskan bahwa kita akan berlatih lagi untuk sandiwara kecil pada pertemuan berikutnya

Pertemuan berikut 19 November di Pusat Balai Masyarakat

## Menyambut anggota baru

Barangkali beberapa atau semua anggota belum pernah menjadi anggota suatu kelompok dukungan sebelumnya, dan mereka merasa ragu-ragu untuk bergabung. Anggota baru mungkin merasa tidak nyaman berkumpul dalam kelompok HIV, dan belum jelas mengenai apa yang diharapkan dari mereka. Barangkali mereka khawatir bahwa mereka akan mengungkapkan hal-hal mengenai dirinya yang sebenarnya tidak mereka inginkan. Mungkin mereka ikut serta dalam kelompok untuk mendapatkan keterampilan yang dibutuhkan untuk membuat perubahan dalam kehidupan mereka, tetapi mereka merasa kurang jelas dan kurang yakin mengenai semua akibat yang dapat timbul. Hal ini beserta banyak masalah lain dapat memberikan pemikiran bahwa bergabung membawa risiko.

Pedoman bekerja sama yang berikut dapat membantu orang merasa lebih nyaman.



**Berbagi waktu:** Kita semua penting, kita semua perlu diberikan kesempatan untuk berbicara. Luangkan waktu untuk saling mendengarkan.



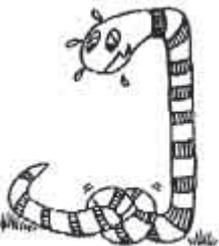
**Bersabarlah – langkah demi langkah:** Anggota kelompok mempunyai kebutuhan yang berbeda. Bersikaplah lembut terhadap diri sendiri dan terhadap orang lain. Hormati pandangan yang berbeda dengan kita.



**Saling membesarkan hati:** Renungkan keadaan lingkungan yang cocok agar kita dapat sangat produktif – yaitu lingkungan yang menyambut kita dengan baik, menerima kita, dan membuat kita merasa penting. Semua anggota juga perlu mempunyai perasaan yang sama.



**Libatkan diri:** Yang kita dapatkan dari kelompok tergantung pada apa yang kita berikan. Apabila kita tidak menyukai apa yang terjadi, katakanlah – jadilah seorang anggota kelompok yang terlibat penuh.



**Bertanggung jawab pada diri sendiri:** Kita mengendalikan diri kita sendiri. Kita boleh memberikan apa yang kita pilih, dan tidak seorang pun akan memaksakan kita melakukan atau mengatakan sesuatu yang tidak kita inginkan.



**Tetap pada pokok permasalahan:** Setiap orang memerlukan arah dan tujuan yang jelas. Tetap berpijak pada topik yang telah disetujui – kelompok hanya dapat pindah ke pokok lain jika semua menyetujuinya.

**PETUNJUK  
&  
SARAN**

**Teknik  
'Dua menit'**

Buka kesempatan pada setiap pertemuan agar anggota dapat berbagi tentang kegiatan sehari-hari. Teknik 'dua menit' merupakan contoh yang baik: setiap orang di dalam ruangan diberikan waktu dua menit untuk menyatakan bagaimana kabarnya minggu ini, atau tentang apa pun yang ingin disampaikan tanpa disela oleh orang lain. Ini merupakan kesempatan bagi setiap anggota untuk menyampaikan keadaan dirinya tanpa diganggu dan tanpa diberikan saran untuk pemecahan masalahnya.

Teknik 'dua menit' memberi kesempatan pada setiap anggota untuk berpikir jernih dan menjauhkan diri dari pikiran atau masalah yang tidak ada kaitannya dengan kelompok, sehingga mereka dapat terlibat secara penuh dalam pertemuan. Kegiatan ini menyatukan anggota kelompok karena mereka dapat saling mengetahui mengenai apa yang terjadi dalam kehidupan masing-masing.



## Mendorong kelompok untuk maju

Kelompok dikatakan sukses jika tujuan atau tugasnya tercapai, serta kebutuhan anggotanya juga dipenuhi, terlepas apakah kebutuhan emosional, mental atau fisik. Berikut adalah beberapa cara yang membuat sebuah kelompok yang sukses dan efektif:

- tujuan dan kegiatan ditentukan oleh kelompok
- komunikasi dan diskusi dalam kelompok bersifat terbuka
- semua anggota ikut serta dalam diskusi dan latihan
- kegiatan kelompok beraneka ragam dan berbeda-beda pada setiap pertemuan
- anggota kelompok hadir secara teratur
- ada cara untuk menyambut anggota baru dan apa yang dilakukan bila ada anggota yang meninggalkan kelompok
- evaluasi dan masukan disambut baik dalam kelompok
- anggota didorong untuk menerima semua anggota kelompok
- tingkat saling percaya di dalam kelompok adalah tinggi
- apabila timbul perselisihan atau perbedaan pendapat, hal itu dapat ditangani dengan cara terbuka dan positif

- semua anggota siap belajar, misalnya keterampilan mengatasi masalah
- semua anggota kelompok mempunyai status yang sama
- tidak ada yang menguasai kelompok serta tidak ada yang tidak dilibatkan
- anggota kelompok siap menghadapi kehidupan dalam masyarakat di luar dan setelah mereka meninggalkan kelompok

Suatu kelompok tidak harus mempunyai semua ciri yang ada di atas agar sukses, tetapi seharusnya mempunyai sebagian besarnya. Kita dapat memakai daftar ini untuk menilai kinerja kelompok kita. Apakah ada hal untuk diperbaiki?

## Tumbuh dan berubah

Tidak ada kelompok yang tidak pernah berubah. Jumlah yang hadir secara teratur dan tingkat pengalaman dapat berubah ketika anggota masuk dan keluar. Kita dapat merencanakan cara agar kelompok kita dapat menyesuaikan diri pada perubahan yang akan bergulir terus ini.

Tinjau kembali persetujuan dan aturan dasar secara berkala sehingga anggota kelompok yang baru merasa terlibat dalam persetujuannya.

Jika anggota baru bergabung dengan kelompok kita, buatlah mereka merasa diterima. Usahakan mendorong anggota lama berpasangan dengan anggota baru untuk memberikannya dukungan dan informasi tambahan.

Saat penyampaian suatu topik untuk anggota baru, usahakan menyampaikannya dengan cara yang dapat menarik lagi anggota lama. Dalam memimpin pertemuan usahakan secara bergiliran. Upayakan semua anggota dapat membagi pengetahuannya.

Mungkin pada suatu saat beberapa anggota akan merasa tidak perlu bergabung lagi dalam kelompok. Buat orang tersebut merasa nyaman saat keluar dan sampaikan kepadanya bahwa sumbangannya dihargai.

Seandainya suatu kelompok menjadi terlalu besar untuk memungkinkan semua peserta dapat terlibat penuh, bagikan kelompok menjadi dua. Atau kelompok dipisah menjadi dua bagian hanya untuk beberapa waktu saja. Kita dapat membagi kelompok dengan berbagai cara: pisahkan anggota yang lebih baru dari yang lebih lama, yang muda dengan yang lebih tua, atau berdasarkan minat yang sama.



## Masalah dalam kelompok

Pada kelompok baru, kehadiran anggota dapat menurun setelah pertemuan pertama atau kedua. Kadang-kadang itu terjadi karena seorang anggota menyadari bahwa harapannya tidak akan dipenuhi, atau harapannya tidak sesuai dengan harapan pemimpin kelompok atau anggota yang lain. Penjelasan tentang harapan sedini mungkin dalam suatu kelompok dapat membantu mengurangi tingkat 'drop-out'.

Ada orang yang mungkin lebih memerlukan dukungan materiil, seperti uang atau makanan, daripada kesempatan untuk berbicara. Bila kelompok kita tidak mampu menyediakan hal seperti itu, yakinkan agar semua orang tahu dan pertimbangkan apakah kita atau organisasi lain dapat menampung kebutuhan ini melalui proyek yang lain. Salah satu kelompok perempuan melihat adanya kebutuhan dukungan ekonomis, dan mendirikan bisnis menjahit yang sukses dengan lingkungan kerja yang mendukung. Kelompok ini telah memutuskan untuk tidak menerima anggota baru.

Apabila seseorang meninggalkan kelompoknya, cari tahu apa alasannya. Dapat saja dia telah menerima dukungan dari kelompok pada saat dia memerlukannya tetapi dia merasa tidak membutuhkannya lagi. Ingat bahwa itu bukan berarti kegagalan.

*Mudah saja merasa kecewa jika anggota keluar tetapi itu tidak selalu berarti kelompoknya gagal. Mungkin orang tertentu bergabung saat mengalami krisis, misalnya saat setelah didiagnosis HIV. Ketika krisis telah teratasi, dia dapat memilih untuk tidak melanjutkan keikutsertaannya.*

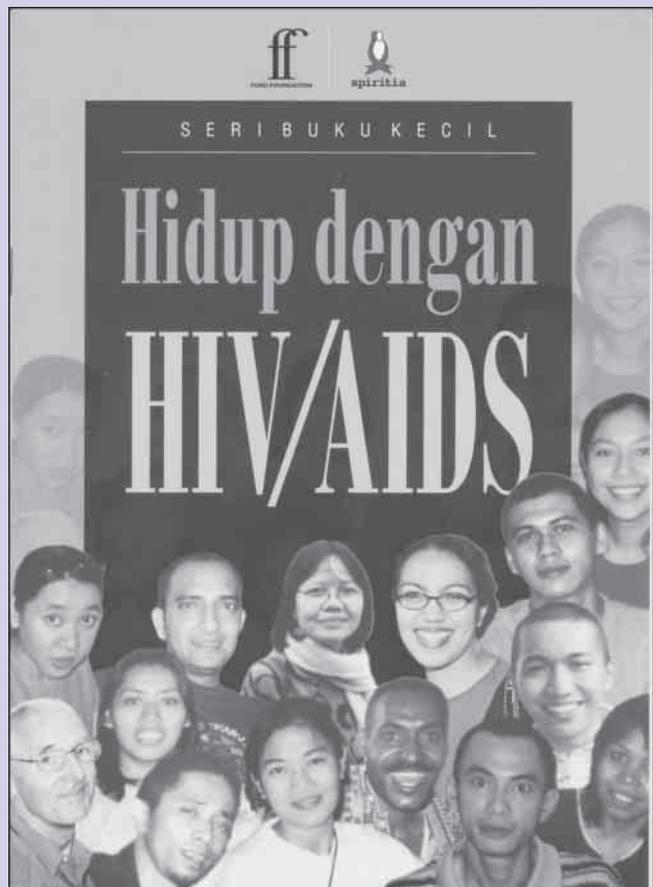
**Pengurus kelompok dukungan, Inggris**

Bagian 4 membahas beberapa kegiatan yang sering dilaksanakan oleh kelompok dukungan, yang berkembang dari sekadar mendukung anggota kelompok menuju tindakan akan perubahan.

# Bagian 3

## Bekerja sama

- 36 **Memahami diri sendiri**
- 36 **KEGIATAN 3.1**  
*Bagaimana orang lain memandang saya?*
- 37 **KEGIATAN 3.2**  
*Bagaimana saya memandang diri saya?*
- 38 **Menerima perbedaan**
- 39 **KEGIATAN 3.3**  
*Perbedaan satu sama lain*
- 40 **KEGIATAN 3.4**  
*Bagaimana perasaan orang lain?*
- 43 **KEGIATAN 3.5**  
*Latihan mendorong semua agar berbicara*
- 50 **Bersifat tegas**
- 51 **Teknik untuk keberhasilan kelompok**
- 53 **KEGIATAN 3.6**  
*Tidak, terima kasih!*



# Kegiatan 3.1

## Memahami diri sendiri

Mengetahui kekuatan dan keterbatasan anggota dapat memudahkan fungsi sebagai kelompok, dan dapat membantu kita memilih kegiatan atau topik yang paling tepat bagi kelompok kita.

### BAGAIMANA ORANG LAIN MEMANDANG SAYA?

**Tujuan:** Agar setiap anggota kelompok mendapatkan gambaran yang lebih jelas mengenai pribadi anggota kelompok, dan agar anggota kelompok mengenali kepribadiannya sendiri yang barangkali tidak dihargai atau disadari sebelumnya.

- ❶ Minta setiap anggota membagi kertas dalam tiga kolom dengan judul ‘Orang’, ‘Kelebihan’, dan ‘Kelemahan’.
- ❷ Di bawah ‘Orang’, mintalah agar setiap orang menulis daftar nama orang yang mengenalinya dan mempunyai pandangan tentang dirinya.
- ❸ Kemudian mintalah mereka mengisi kolom berikutnya dengan menuliskan pendapat orang tersebut tentang kelebihan dan kelemahan diri si anggota kelompok.

Contohnya:

| ORANG                  | KELEBIHAN             | KELEMAHAN             |
|------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Ibu                    | Pendapatnya ttg saya: | Pendapatnya ttg saya: |
| Sindi (teman terdekat) | Suka menolong         | Tidak rapi            |
| Joni (suami)           | Pendengar yang baik   | Sering terlambat      |
| Dinda (anak)           | Ramah                 | Tidak teratur         |
| Cipto                  | Penuh perhatian       | Suka mengatur orang   |
|                        | Murah hati            | Cerewet               |

## Kegiatan 3.2

# BAGAIMANA SAYA MEMANDANG DIRI SAYA?

**Tujuan:** Untuk memahami perbedaan antara bagaimana kita dipandang oleh orang lain dan bagaimana kita memandang diri kita sendiri.

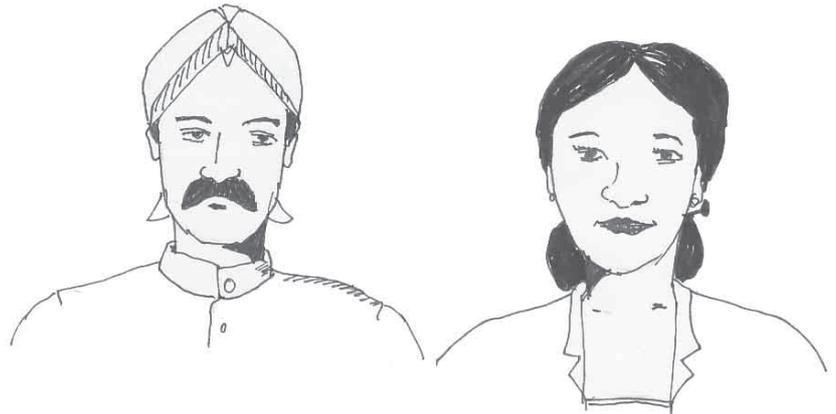
- ❶ Setiap orang diminta menuliskan nama empat orang yang mengenal dirinya dengan baik (misalnya ibu, ayah, istri, rekan kerja).
- ❷ Setiap orang diminta menuliskan beberapa kata atau kalimat tentang kesan orang tersebut terhadap dirinya. *“Kata-kata apa yang akan mereka pakai untuk menggambarkan diri saya?”*, *“Apa yang mereka harapkan dari saya?”*
- ❸ Kemudian setiap orang menuliskan uraian singkat tentang dirinya sendiri dengan judul *“Saya, menurut saya”*.
- ❹ Dalam kelompok besar, kumpulkan ide semua anggota yang tercantum di bawah setiap judul (misalnya ibu, ayah, anak, teman).
- ❺ Bahas persamaan yang muncul, contohnya, *“Bagaimana ayah kita memandang kita?”*
- ❻ Bila mereka tidak keberatan, masing-masing anggota juga dapat membacakan uraian tentang *“Saya, menurut saya”* tadi. Pertimbangkan perbedaan antara pandangan oleh setiap orang. *“Betapa mudah atau pun sulit untuk mengetahui bagaimana orang lain memandang kita? Bagaimana kita dapat mengetahuinya? Apakah mereka mengatakannya langsung pada kita?”*



## Menerima perbedaan

Setiap orang dalam kelompok mempunyai beberapa persamaan, yaitu semuanya dipengaruhi oleh HIV atau AIDS. Namun, kita harus ingat bahwa setiap orang berbeda, dan kita harus belajar menghormati perbedaan di dalam dan di luar kelompok.

Kebutuhan dan kepentingan yang berbeda-beda dalam kelompok kadang kala dapat menyebabkan pertentangan atau perbedaan pendapat. Bila mungkin, cobalah untuk melihat perbedaan yang ada sebagai sesuatu yang pantas dirayakan sehingga kita dapat mengambil hikmahnya. Kegiatan yang diuraikan pada halaman berikut dapat membantu kelompok melihat perbedaan antar manusia dan perasaan mengenai perbedaan tersebut.



## Kegiatan 3.3



# PERBEDAAN SATU SAMA LAIN

**Tujuan:** Mengakui perbedaan antara anggota kelompok.

Kegiatan ini sebaiknya dipimpin oleh seorang fasilitator atau ketua kelompok. Kegiatan ini dapat mengangkat masalah yang peka, dan anggota seharusnya siap membicarakannya. Kadang-kadang suatu kelompok akan menghindari masalah seperti ras, seksualitas atau kelas sosial. Tergantung ketua kelompok untuk mengangkat hal-hal tersebut dengan memfasilitasikan pembahasan dengan cara yang aman.

- ❶ Minta setiap anggota kelompok untuk memilih salah satu cara untuk menggambarkan hal penting mengenai diri sendiri (misalnya, perempuan, Muslim, ayah, Odha, relawan, orang Papua, berusia 40-an, petani, kakek/nenek).
- ❷ Minta anggota kelompok berbincang secara berpasangan tentang bagaimana masing-masing dipandang sebagai yang disebutkan di atas oleh teman, rekan kerja, sebaya dan anggota masyarakat yang lain.
- ❸ Dalam kelompok besar, bahas pengalaman hidup setiap individu. Agama, kebudayaan, jender, seksualitas, ras, umur dan tingkat pendidikan sering kali mempengaruhi perilaku yang diharapkan dari kita. Apakah setiap orang menyetujui dan menerima harapan tersebut?
- ❹ Sambil duduk dalam lingkaran minta setiap orang untuk memandang anggota kelompok yang lain selama tiga menit.
- ❺ Minta anggota kelompok untuk menggambarkan beberapa perbedaan antara anggota lain (misalnya, umur, jenis kelamin, warna rambut, mata atau kulit, model rambut, seksualitas, ras, pendidikan, bahasa yang dipakai, tinggi badan, berat badan, status kesehatan). Tulis perbedaan di *flip chart* atau papan tulis.
- ❻ Minta setiap orang bergiliran untuk mengatakan bagaimana mereka menempatkan diri terhadap setiap macam perbedaan (misalnya untuk usia, mereka dapat mengatakan '33 tahun', '44 tahun', 'itu masalah pribadi', '29 tahun', 'cukup umur', dan seterusnya).
- ❼ Kemudian membahas:
  - Bagaimana perasaan kita ketika menjelaskan diri sendiri dengan cara masing-masing?
  - Apakah kita merasa dilibatkan atau disingkirkan?
  - Apakah ada di antara kita yang merasa dirinya tidak terlalu cocok dalam kategori tertentu?
  - Apakah ada yang sendiri dalam satu kategori? Bagaimana perasaannya – nyaman atau tidak?

## Kegiatan 3.4

# BAGAIMANA PERASAAN ORANG LAIN?

**Tujuan:** Menyelidiki bagaimana prasangka dan diskriminasi mempengaruhi pilihan kita dalam kehidupan sehari-hari.

Sebelum dimulai, ketua kelompok harus menyiapkan:

- Tulis beberapa ‘peranan’ dalam masyarakat di beberapa lembar kartu, misalnya: seorang perempuan tuna netra berumur 50 tahun; pekerja seks; laki-laki gay dengan HIV; pengguna narkoba berusia 35 tahun; laki-laki heteroseksual kelas menengah; buruh pabrik; perempuan yang sudah menikah; gadis berusia 17 tahun dengan HIV.
  - Di lembar kertas besar tuliskan daftar kegiatan misalnya: berlari untuk naik bus; menceritakan sumber penghasilannya; dinas ke luar kota; beli tanah; bersikap terbuka mengenai seksualitas; memperkenalkan pasangan kepada keluarga; membuat rencana jangka panjang bagi dirinya dan keluarga; mencari layanan kesehatan sewaktu dibutuhkan; berjalan di tengah malam; mempunyai pekerjaan tetap; mempunyai anak; membaca koran.
- 1 Jelaskan pada kelompok bahwa tujuan latihan ini adalah untuk mengetahui bagaimana perasaan orang dalam keadaan sehari-hari.
  - 2 Minta semua orang untuk berbaris berdampingan di ujung ruangan, tidak terlalu dekat satu sama lain.
  - 3 Berikan setiap orang satu ‘kartu peranan’, dan minta mereka melihat kartunya tetapi tidak diberitahukan isinya kepada orang lain.
  - 4 Minta setiap orang untuk membayangkan bahwa dirinya sedang melakukan kegiatan yang tertulis di kartu, dan memikirkan sebentar bagaimana kehidupannya sebagai orang yang dicatat.
  - 5 Kemudian jelaskan bahwa kita akan membacakan daftar kegiatan dan akan mengajukan pertanyaan ‘*Apakah Anda dapat melakukan ini?*’ untuk setiap kegiatan. Minta agar melangkah satu langkah ke depan bila mereka (dalam peranan) dapat menjawab pertanyaan ini dengan ‘ya’. Bila jawabannya ‘tidak’, tetap di tempat.
  - 6 Bacakan setiap pernyataan berturut-turut. Setelah semua pernyataan dibacakan, kemungkinannya masing-masing orang berdiri di tempat yang berbeda jaraknya dari titik awal.
  - 7 Mulai dengan orang yang berhasil bergerak paling jauh, minta setiap anggota kelompok untuk menjelaskan peranannya dan membuat satu pernyataan mengenai pengalamannya dengan latihan ini.

**8** Duduk kembali dan membahas:

- Hal apa saja yang menjadi hambatan bagi seseorang dalam menjalankan peranannya?
- Faktor apa yang dapat menyebabkan mereka melangkah ke depan atau tetap pada tempat?
- Apakah prasangka atau ketidaktahuan mengenai peranan mempengaruhi keputusan untuk melangkah atau tidak?
- Pelajaran apa yang dapat dipelajari mengenai dampak prasangka dan diskriminasi terhadap orang yang mungkin menjadi rekan kerja dalam kelompok?



## PETUNJUK & SARAN

### Ketua kelompok

Hanya membagi pengalaman sendiri dengan kelompok; jangan membuka rahasia atau hal-hal pribadi orang lain.

Dorong anggota kelompok agar saling mendengarkan dengan seksama, agar mereka betul-betul memahami apa yang dikatakan dan dirasakan orang lain.

Dorong orang untuk bertanya, baik tatap muka maupun dalam kelompok. Tidak ada pertanyaan yang 'bodoh' atau tidak berarti.

Desak semua anggota untuk ikut serta, tetapi ingat bahwa ada orang yang mungkin tidak biasa berbicara atau mengutarakan pendapat, apakah karena tabiat atau karena mereka malu. Hindari memaksa orang untuk terlibat dalam kegiatan atau membagi informasi pribadi jika mereka tidak mau.

Usahakan untuk mengesampingkan pandangan sendiri saat sedang mendengarkan orang lain. Jika mereka merasa dinilai atau dicela, kemungkinan mereka akan menyendiri dan menjadi lebih tertutup terhadap pandangan baru.

Jangan merasa kita wajib mengetahui jawaban atas setiap pertanyaan.

Kembangkan suasana saling percaya dan saling menghargai dalam kelompok dengan mengajak setiap anggota untuk menghargai pendapat dan nilai anggota lain.



### Ketua kelompok

Sebuah kelompok biasanya membutuhkan seseorang yang dapat bertindak sebagai ketua atau koordinator. Ketua ini dapat jadi orang yang mendirikan kelompok tersebut, atau mungkin merupakan orang yang diangkat oleh anggota untuk menjadi ketua. Ketua kelompok dapat berganti setiap minggu, atau dapat tetap, mungkin merupakan tenaga profesional. Semua ini tergantung pada kesepakatan kelompok.

Ketua kelompok menjelaskan kegiatan kelompok, mengarahkan pembahasan dan memberikan informasi bila diperlukan. Kemampuan untuk membimbing pembahasan kelompok dan memakai berbagai macam kegiatan untuk melibatkan peserta sangat berguna. Ide yang dikemukakan di sini dapat dipakai oleh anggota kelompok untuk melatih dan meningkatkan keterampilan sebagai fasilitator. Keterampilan tersebut sangat bermanfaat untuk mengembangkan kepercayaan diri untuk terlibat dalam kegiatan di lingkungan yang lebih luas dengan orang lain pula (lihat Bagian 6).

Apabila kita berperan sebagai ketua kelompok, apalagi sebagai ketua tetap, maka kita mempunyai tanggung jawab besar terhadap kelompok. Orang akan menilai pandangan dan pendapat kita dengan penuh arti. Tidak jarang ketua sangat mempengaruhi (baik atau pun buruk) terhadap kehidupan anggota kelompoknya. Sekali pun pekerjaan ini bersifat sukarela, kita tetap harus berhati-hati dalam bertindak dan bersikap seprofesional mungkin.

Ingat: selaku ketua kita bertanggung jawab atas jalannya kelompok dengan mulus, tetapi setiap anggota juga mempunyai tanggung jawab. Jika kita merasa orang membebani kita dengan tanggung jawab yang berlebihan, mungkin ada gunanya merujuk ke daftar di halaman 31.

Salah satu peranan utama ketua kelompok adalah mendorong anggota untuk berperan secara seimbang dan saling mendengarkan. Latihan berikutnya merupakan titik tolak yang baik.



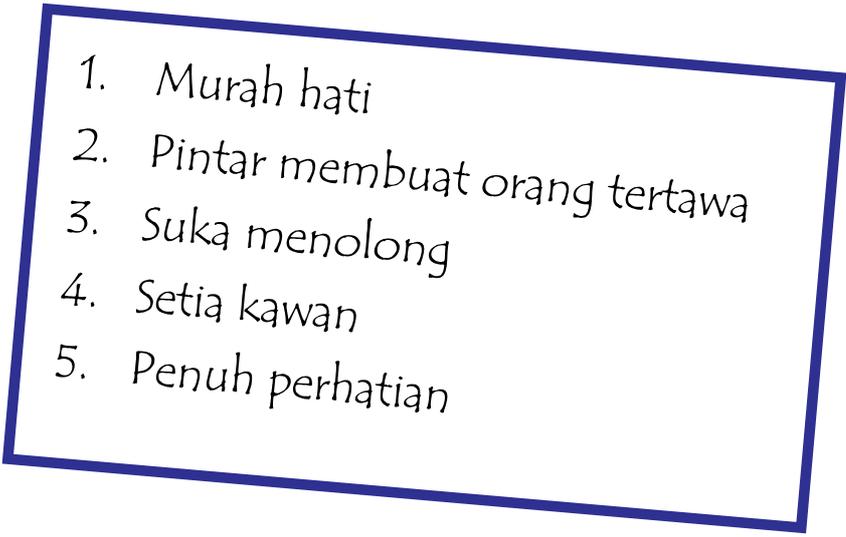
## Kegiatan 3.5

# LATIHAN MENDORONG SEMUA AGAR BERBICARA

**Tujuan:** Membantu mengembangkan kepercayaan diri (PD) dan mendorong orang untuk berbicara dalam kelompok.

- ➊ Minta setiap anggota menulis lima kelebihan dirinya.
- ➋ Bergiliran, minta setiap orang memilih salah satu kelebihannya dan menyebutkannya di depan kelompok.

Teknik ini mendorong semua agar terlibat secara seimbang, dan tidak ada seorang pun yang dipilih untuk menjawab. Setiap orang mempunyai beberapa pilihan untuk menjawab. Apabila kelihatannya semua merasa nyaman, kita dapat meminta untuk mengulangi dengan memberikan kelebihan yang kedua.

- 
1. Murah hati
  2. Pintar membuat orang tertawa
  3. Suka menolong
  4. Setia kawan
  5. Penuh perhatian



## Saling mendengarkan/menyimak

Menyimak adalah suatu keterampilan yang dianggap biasa, karena dikira sama dengan mendengar. Menyimak yang dimaksud di sini adalah lebih dari sekadar mendengar saja, karena membutuhkan perhatian dan kejelian menangkap isi pembicaraan. Menjadi seorang pendengar yang baik mungkin merupakan keterampilan yang paling penting untuk seorang ketua kelompok. Menyimak merupakan hal penting untuk memberikan tanggapan pada apa yang didengar dan untuk meyakinkan bahwa informasi yang kita berikan telah dipahami.

### Menyimak aktif

- Arahkan badan kita ke pembicara.
- Cobalah bersikap santai dan usahakan agar tubuh sedikit condong ke arah orang yang sedang berbicara.
- Pandang orang yang sedang berbicara dengan lembut, penggunaan banyak kontak mata, tetapi bukan dengan pandangan tajam.
- Tunjukkan kepada orang yang sedang berbicara bahwa kita mendengarkannya dengan cara lebih kadang kala mengangguk, dan buatlah pernyataan yang mendukung misalnya '*betul*', '*ya*' atau '*saya mengerti*'.
- Jangan potong pembicaraannya.
- Buatlah catatan ringkas, mungkin dengan tuliskan kata kunci yang dapat kita pakai untuk kemudian bertanya.
- Perhatikan apa yang dikatakan dan yang tidak dikatakan.
- Tetap tenang dan netral – jangan biarkan emosi kita membuat kita berhenti mendengarkan.



Teknik lain untuk menjadi pendengar yang baik adalah dengan memberi tanggapan pada pembaca yang ‘mencerminkan’ bahwa kita mengerti apa yang dikatakannya. Daripada mengulangi persis apa yang dikatakan, lebih baik memakai kata sendiri untuk menunjukkan bahwa kita telah mengerti apa yang diutarakan. Contohnya, “*Anda merasa gugup karena Anda belum pernah melakukan ini sebelumnya*”, atau “*Anda senang, karena Anda berhasil berbicara dengan ayah Anda*”. Andaikata pemahaman kita salah, pembicara mempunyai kesempatan untuk menjelaskan lebih lanjut.

Pertanyaan yang tepat dan peka dapat:

- mendorong untuk berpikir
- mencari tahu apa yang sudah diketahui, dan apa yang belum
- menekankan atau menunjukkan hal yang penting
- memperluas atau membagi pengetahuan dan informasi dalam kelompok dan mendengar serangkaian pendapat
- mendorong keterlibatan orang (kesempatan untuk menarik seseorang yang pendiam dalam kelompok)
- menghindari perilaku yang mengganggu, seperti berbicara dengan orang di sampingnya atau sikap menguasai oleh orang tertentu
- menjaga ketertarikan kelompok dan diskusi dapat berjalan dengan baik
- menjaga pertemuan tetap pada tujuannya atau mengembalikannya ke jalur yang benar
- mengetahui apa yang dipahami selama pertemuan (dan juga membantu orang mengingat)

## Mengajukan pertanyaan

Ada dua jenis pertanyaan:

- **Pertanyaan tertutup** – mengundang jawaban ‘ya’ atau ‘tidak’.  
Contoh: “*Apakah Anda setuju?*”, atau “*Kapan Anda menyadari ini?*”
- **Pertanyaan terbuka** – menyediakan lebih banyak pilihan dalam jawabannya. Contoh: “*Bagaimana perasaan Anda?*” dan “*Bagaimana menurut Anda?*”

Apabila kita tidak ingin selalu mengajukan pertanyaan, kita dapat memakai pernyataan yang mengharapkan lebih banyak informasi (‘pembuka pintu’). Misalnya: “*Saya ingin mendengar pendapat Anda mengenai masalah itu*”, “*Saya berminat mengetahui apa yang ingin Anda katakan*”, “*Tolong, akan sangat membantu bila Anda dapat menjelaskan lebih lanjut*”.

## Menerima tanggapan

Pada umumnya, sebaiknya jangan mengulangi jawaban yang diberikan anggota kelompok – itu makan waktu dan dapat mengurangi minat untuk saling mendengarkan. Bila suatu jawaban kurang terdengar, minta yang bersangkutan untuk mengulanginya: “*Tolong, lebih keras sedikit*”. Bila jawabannya tidak tepat, tetap menerimanya, ubah pertanyaan pada orang yang sama atau pun pada kelompok. Pada umumnya selalu ada sesuatu yang berharga dalam setiap jawaban, sedikitnya sebagai titik awal pembahasan berikutnya.



Mendengarkan dan mengajukan pertanyaan dengan cara yang tepat akan menghasilkan pembahasan yang lincah

- Biarkan anggota kelompok waktu untuk berpikir mengenai suatu pertanyaan. Istirahat sebentar tidak akan menghentikan jalannya pertemuan.
- Pastikan kita tidak memberikan penilaian atas jawaban, misalnya “*Itulah jawaban yang baik*”, atau “*Sangat baik, Mas, Anda selalu memberikan jawaban yang benar*”. Tanggapan macam ini dapat membuat orang lain enggan menjawab. Jika mereka tidak yakin dapat menjawab dengan benar, mereka tidak akan menjawab sama sekali.
- Pastikan kita mendengarkan dengan seksama ketika seorang menjawab.
- Selalu mengucapkan terima kasih kepada orang yang menanggapi.

## Mendorong keikutsertaan kelompok

- Rangsang diskusi dengan mengajukan pertanyaan pada seluruh anggota kelompok, agar setiap orang berpikir mengenai jawabannya. Kemudian minta salah satu untuk menjawab.
- Berikan kesempatan kepada setiap orang untuk menjawab. Apabila kita selalu mengandalkan beberapa orang yang sama, yang lain akan merasa kurang dilibatkan. Apabila kita tidak ingat lagi siapa yang sudah menjawab sebelumnya, minta tanggapan dari 'seorang yang belum memberikan jawaban'.



*Coba berikan kesempatan pada semua untuk menjawab*

- Apabila peserta diam saja, kita mungkin harus lebih banyak memakai pertanyaan langsung. Pastikan bahwa pertanyaan tidak terlalu rumit. Untuk memberikan semangat pada kelompok yang pemalu, atau saat membahas masalah yang peka, ada gunanya mengajukan pertanyaan pada setiap orang dan kemudian minta masing-masing memberi satu jawaban (lihat contoh di Kegiatan 3.1.)
- Pilih orang secara acak untuk memberikan jawaban. Bila kita selalu mulai dengan orang yang duduk di sebelah kiri kita, selanjutnya tidak ada orang yang mau duduk di situ.

## Membantu setiap orang terlibat

Dua masalah yang biasa muncul di banyak kelompok adalah bahwa ada orang yang sangat pendiam sementara ada orang lain menguasai dan menyita terlalu banyak waktu dan perhatian kelompok. Banyak alasan yang menyebabkan seseorang kurang atau kelebihan terlibat, termasuk permasalahan yang mungkin belum kita ketahui. Terkadang masalah ini teratasi tanpa ada intervensi apa pun, dan kadang kala anggota kelompok lain akan ambil tanggung jawab untuk menghadapi masalah. Namun dalam keadaan lain, masalahnya harus diatasi oleh ketua kelompok.

### Anggota yang kurang terlibat

Anggota kelompok yang sangat pendiam, atau yang tidak ikut serta, mungkin akan:

- hindari kontak mata
- duduk sangat santai atau memalingkan kepalanya dari kelompok
- berbicara sedikit sekali atau sama sekali tidak berbicara

- berbicara dengan orang di sebelahnya, bukan pada semuanya
- datang terlambat dan/atau meninggalkan tempat terlebih dahulu
- kadang-kadang tidak datang sama sekali
- tidak mendengarkan apa yang dibicarakan
- tidak menjawab meskipun disemangati



*Ketua kelompok dapat membuat orang betah dan mendorong keterlibatan*

Ada orang yang merasa malu dengan topik tertentu yang dibahas, atau bahkan merasa malu mengikuti kelompok. Sangat wajar orang merasa malu karena terpengaruh oleh HIV dan AIDS, atau malu minta bantuan dan dukungan untuk masalah apa pun. Ada juga orang yang tidak biasa berbicara terbuka, dan mungkin merasa itu sangat sulit apabila mereka belum mengenal anggota kelompok yang lain. Kadang-kadang orang bergabung dengan kelompok hanya untuk menyenangkan orang lain, dan sebenarnya tidak ingin hadir. Orang lain lagi barangkali merasa mereka berhak untuk mendapatkan perhatian khusus.

Sebagian besar paham bahwa tidak setiap orang yang merasa mudah terlibat dalam kelompok, apalagi pada permulaan.

Tetapi, anggota yang pendiam sekali atau

tampak tidak bahagia dapat mengurangi semangat orang lain.

Untuk mendorong seorang pendiam atau yang segan terlibat:

- coba ajukan pertanyaan yang mudah untuk dijawab
- ajukan pertanyaan yang harus dijawab semua orang secara bergiliran
- dorong yang bersangkutan untuk berbicara pada awal diskusi (dapat membantu menciptakan pola untuk selanjutnya)
- bersikap mendukung ketika orang itu ikut serta secara aktif
- libatkan dalam tugas berpasangan agar dia dapat bertanggung jawab untuk melapor ke kelompok
- tanya dia secara pribadi mengapa dia tidak berbicara dalam kelompok
- coba berkenalan lebih akrab dengannya pada saat istirahat, atau sebelum dan setelah pertemuan
- adakan suatu permainan peranan dan berikan dia peranan utamanya
- tempatkan dia di dekat orang yang ramah dan yang dapat mendorong

## Anggota yang terlibat berlebihan

Orang yang terlibat berlebihan dapat:

- sering berbicara dalam waktu yang lama
- selalu berbicara pertama kali, menyulitkan orang lain untuk ikut pembicaraannya
- memotong pembicaraan orang lain
- menyimpang dari pokok atau topik utama
- menguasai pembahasan dalam kelompok kecil
- mengungkapkan informasi pribadi yang kurang pantas
- selalu mengungkap masalahnya sendiri
- berikan komentar pada apa saja, dan menanyakan banyak pertanyaan yang sederhana

Kadang-kadang kelompok senang apabila ada satu atau beberapa anggota yang menguasai dan mengerjakan sebagian besar tugas-tugas. Sebagai ketua kelompok, kita harus menunjukkan bahwa keadaan ini bukan yang terbaik untuk yang lain. Yang lebih umum, anggota yang kurang berani dapat merasa kecil hati untuk hadir bila sulit bagi mereka untuk terlibat sepenuhnya. Anggota kelompok dapat merasa jengkel dan marah baik terhadap anggota yang menguasai maupun terhadap kita sebagai ketua, karena kita membiarkan keadaan itu berlangsung.

Ada gunanya untuk memahami mengapa seseorang terlibat berlebihan. Alasan mungkin termasuk: gugup; tidak merasa aman; sulit bergaul dengan orang lain dalam kelompok; malu hadir; ingin menjadi pusat perhatian; biasanya menjadi ketua dan merasa sulit menjadi anggota; atau mungkin tidak pernah diingatkan bahwa perilaku dapat menimbulkan masalah.

Kita dapat mengurangi keterlibatan berlebihan dengan cara berikut:

- berikan batas waktu bagi setiap orang yang berbicara. Apabila seseorang berbicara terlalu lama, ingatkan dia pada waktu, minta dia membuat kesimpulan, atau berhenti dalam waktu tertentu (misalnya “dua menit lagi”)
- minta orang lain untuk menyampaikan pendapatnya
- nyatakan dengan tegas bahwa pekerjaan dan perhatian kelompok harus dibagi secara adil antar para anggotanya
- bahas perilaku si anggota yang bersikap berlebihan secara pribadi
- lakukan sesi pelatihan keterampilan teknik mendengarkan (contohnya, lihat halaman 44)
- tempatkan anggota yang berlebihan dua-tiga tempat dari kita sendiri dalam lingkaran (di situ dia lebih sulit mendapatkan perhatian kita)
- katakan “*Itu kedengarannya menarik, tetapi saat ini tidak ada waktu untuk membicarakannya*”
- berikan anggota yang berlebihan suatu tugas khusus seperti membuat notulen atau menyiapkan konsumsi

## Bersifat tegas

Salah satu alasan mengapa orang merasa sulit terlibat dalam kelompok adalah karena mereka kurang percaya diri untuk mengatakan dengan jelas keinginan, nilai dan keputusan mereka. Dengan kata lain, bersikap tegas mengenai apa yang kita pikirkan atau rasakan tanpa melecehkan orang lain. Bersikap tegas tidak mudah, khususnya bagi perempuan atau orang yang secara tradisional biasanya tidak dihormati.

### DAFTAR TILIK

#### Alasan untuk menjadi bersifat lebih tegas

- ✓ Kita lebih percaya diri, karena semakin jarang ada keadaan yang membuat kita merasa terancam.
- ✓ Kita lebih mempercayai orang lain, karena kita tidak menganggap mereka rendah.
- ✓ Kita dapat bertanggung jawab yang lebih besar atas keinginan, kebutuhan dan keputusan kita.
- ✓ Kita akan mempunyai hubungan kerja yang lebih baik, karena kemungkinan lebih besar bahwa orang lain akan bekerja sama dengan kita daripada melawan kita sendiri.
- ✓ Kita menghemat waktu dan tenaga (yang sebelumnya dihabiskan untuk merasa cemas, marah atau bersalah).
- ✓ Kita lebih berani karena kita tidak takut membuat kesalahan.
- ✓ Kita akan lebih kuat mengatur orang dan keadaan, sedangkan sebelumnya orang dan keadaan cenderung menguasai kita.
- ✓ Kemungkinan kita akan dimanfaatkan secara pribadi atau profesional akan berkurang – orang lain lebih mungkin menganggap kita sebagai orang yang percaya diri dan terampil.

Melatih ketegasan dapat bermanfaat sebagai kegiatan kelompok untuk mengembangkan kepercayaan diri (PD) dalam kerja sama (lihat juga Bagian 5 dan 6). Juga ada manfaatnya untuk bekerja dengan anggota kelompok yang kurang PD secara terpisah – misalnya, menurut tradisi perempuan harus patuh pada laki-laki dan mungkin mengalami kesulitan untuk mengemukakan pendapatnya dalam kelompok yang beragam. Kegiatan memainkan peranan di halaman 52 dapat dipakai untuk melatih keterampilan bersifat tegas.

## PETUNJUK & SARAN

### *Brainstorming*

Jangan khawatir jika tulisan kita tidak sempurna. Bila menuliskan di *flip chart* atau papan tulis, singkat saja.

Jangan mengulangi semua yang telah dikatakan dalam pembahasan, hanya catat kata kunci yang berfungsi untuk mengingatkan.

Kadang kala ada manfaat menyiapkan hal-hal penting secara tertulis sebelumnya. Ini mudah diperlihatkan dan akan membuat presentasi kita lebih efisien.

Apabila kita memakai beberapa lembar kertas yang besar untuk mencatat hal dari sesi *brainstorming*, lembar itu dapat disimpan dan ditempelkan di ruangan. Itu membantu mengingatkan kita pada apa yang telah dilakukan, dan menjadi cara cepat dan jelas untuk menentukan hal utama.

## Teknik untuk keberhasilan kelompok

Ada berbagai cara agar diskusi berjalan lancar dalam kelompok. Sebaiknya memakai berbagai cara agar semua tertarik dan ikut serta.

### **BRAINSTORMING (SUMBANG SARAN)**

**Tujuan:** Menggali ide sebanyak-banyaknya – tanpa memikirkan apakah hal tersebut dapat dilaksanakan atau tidak, baik atau buruk.

Teknik '*brainstorming*' membantu seseorang atau kelompok berpikir secara bebas dan kreatif.

- ❶ Pilih satu perilaku atau kegiatan yang mungkin dilakukan oleh semua orang dalam kelompok, dan yang mereka sepakati merupakan masalah kesehatan yang penting (minum alkohol, merokok, hubungan seks yang tidak aman, kebiasaan makan yang kurang sehat).
- ❷ Bagi kelompok menjadi tim terdiri dari empat orang, dan minta setiap tim memilih satu anggota untuk membuat catatan.
- ❸ Minta setiap tim untuk saling bertukar pikiran, mencatat hal sebanyak mungkin dapat mempengaruhi perilaku masing-masing berkaitan dengan topik yang terpilih. Setiap ide harus dicatat tanpa komentar sampai semua dicatat.
- ❹ Di lembar kertas yang besar atau *flip chart*, tuliskan catatan dari semua tim.
- ❺ Dalam kelompok besar, hapus catatan yang tumpang-tindih/sama dan kurang berguna, dan coba urutkan sisanya menurut kategori atau prioritasnya.

## MEMAINKAN PERANAN

**Tujuan:** Membantu orang melatih keterampilan berkomunikasi dan memecahkan masalah dengan orang lain serta membantu orang mempraktekkan keterampilan yang baru.

Selama bermain peranan, dua atau tiga orang membayangkan dirinya berada dalam keadaan tertentu dan mencoba berperan seperti berada dalam keadaan itu. Bermain peranan ini melibatkan anggota kelompok yang tidak mempunyai persiapan kecuali pengalamannya dalam kehidupan nyata.

Permainan peranan memakai tiga tahap:

- ❶ Kelompok atau fasilitator menjelaskan suatu masalah atau keadaan penting. Dua atau tiga orang diminta secara sukarela untuk memerankan keadaannya. Tahap ini memakan waktu 5-10 menit.
- ❷ Peserta membahas apa yang terjadi selama permainan peranan tadi.
  - Apakah ini merupakan masalah nyata?
  - Apakah masalah tersebut dapat diatasi, dan apabila 'ya', bagaimana caranya?
  - Bagaimana para pemainnya menangani masalah itu?
- ❸ Peserta memberikan saran pemecahan masalah.

Permainan peranan kemudian dapat diulang dengan anggota kelompok lain sebagai pemain, untuk menunjukkan pemecahan lain untuk masalah yang sama.



## Kegiatan 3.6

# TIDAK, TERIMA KASIH!

**Tujuan:** Belajar bersikap tegas mengenai keyakinan dan hak pribadi kita terhadap orang lain.

❶ Minta dua orang untuk memerankan beberapa keadaan (seperti contoh di bawah ini). Dalam setiap permainan peranan Si B harus berusaha meyakinkan Si A bahwa pendapatnya (Si B) adalah yang benar. Si A harus bersikap tegas – teguh tetapi sopan – dalam mempertahankan hak atas pendapatnya sendiri.

Contoh 1:

Si A: Anda percaya bahwa Odha adalah orang yang paling tepat untuk diundang dalam membagi pengalaman hidup dengan HIV/AIDS pada acara seminar sehari. Yakinlah dengan keinginan Anda untuk mengundang Odha tersebut.

Si B: Anda memilih seorang teman dekat Odha sebagai orang yang paling tepat dalam membagi pengalaman hidup dengan HIV/AIDS, karena orang tersebut pintar dan berwawasan luas. Coba tekan Si A sehingga dia setuju memilih teman Odha tersebut sebagai pembicara.

Contoh 2:

Si A: Anda telah dicalonkan sebagai bendahara kelompok. Anda tahu bahwa Anda tidak mempunyai waktu untuk melakukan tugas ini karena sibuk dengan masalah keluarga. Bersikaplah tegas dengan menolak pengangkatan Anda sebagai bendahara.

Si B: Anda ingin Si A sebagai bendahara kelompok. Tekan Si A agar dia menerima tugas ini.

❷ Diskusi dalam kelompok

- Apakah mudah untuk bersikap tegas?
- Apa yang dirasakan Si B saat dia berusaha memaksa Si A?
- Apa perasaan Si A saat berusaha bersikap tegas?



## KODE GAMBAR

**Tujuan:** Memusatkan perhatian orang pada keadaan yang sulit pada awal sesi memecahkan masalah.

Suatu 'kode gambar' merupakan sebuah gambar sebesar poster tanpa kata-kata, yang memperlihatkan keadaan yang dapat menimbulkan perasaan yang kuat. Gambar harus menunjukkan keadaannya dengan jelas (misalnya seorang perempuan yang membeli kondom, seorang laki-laki muda yang berkunjung ke klinik penyakit kelamin).

❶ Pasang 'kode gambar' pada tempat agar dapat dilihat dengan jelas – diletakkan di lantai atau dipasang di dinding.

❷ Bahas bersama dengan kelompok serangkaian pertanyaan untuk memperlancar diskusi:

- Apa yang terjadi di gambar ini?
- Apakah hal seperti itu terjadi dalam kehidupan nyata?
- Mengapa itu terjadi? Apa yang Anda rasakan dengan memandang gambar ini?
- Apakah ada manfaat atau masalah timbul keadaan tersebut.
- Apa akar penyebabnya?
- Apa yang dapat dilakukan mengenai hal ini (agar terjadi lebih sering atau lebih jarang)?

Pada akhir diskusi, rangkumkan apa yang dibahas.

Teknik ini dapat bermanfaat untuk memulai pembahasan dengan orang lain, misalnya sewaktu sesi penyuluhan di sekolah.

## CERITA TERBUKA

**Tujuan:** Mengkajikan keadaan kehidupan nyata dan mengangkat masalah yang mudah dipahami orang.

Sebuah cerita terbuka merupakan kisah pendek yang berhenti sesaat yang bersangkutan perlu diambil keputusan.

Ceritakan sebuah kisah pendek yang menggambarkan keadaan yang dihadapi kelompok. Contoh berikut ini menunjukkan perlunya mempertimbangkan kebutuhan pekerja seks dengan HIV:

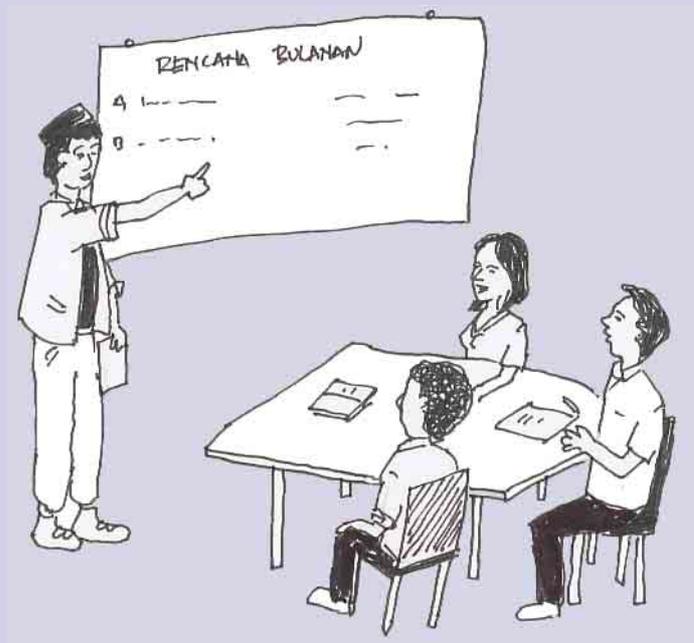
*Siti bekerja di lokalisasi. Dia mengirim uang yang dia peroleh kepada ibunya yang merawat kedua anaknya yang masih kecil. Kini Siti sedang sakit dan anaknya tidak dapat merawat Siti. Sang ibu yang tua bergantung kepada Siti untuk kebutuhan sehari-hari dan sudah terlalu tua untuk mengurus anak. Saudara Siti tinggal di negara lain. Perempuan lain di lokalisasi mulai membicarakan keadaannya dan mengatakan bahwa Siti seharusnya meninggalkan lokalisasi.*

- Apa yang dapat dilakukan oleh perempuan lain untuk membantu Siti?
- Apa yang dapat dilakukan untuk anak-anak yang sebentar lagi akan kehilangan ibunya?
- Apa yang dapat dilakukan komunitas untuk nenek itu?

# Bagian 4

## Merencanakan tindakan

- 56 **Siklus perencanaan**
- 57 **KEGIATAN 4.1**  
*Pohon masalah*
- 60 **KEGIATAN 4.2**  
*Diskusi kelompok terfokus*
- 67 **KEGIATAN 4.3**  
*Diskusi kelompok yang tersusun*
- 68 **KEGIATAN 4.4**  
*Memakai daftar tilik*
- 69 **KEGIATAN 4.5**  
*Memakai angket untuk survei*
- 71 **Program apa?**



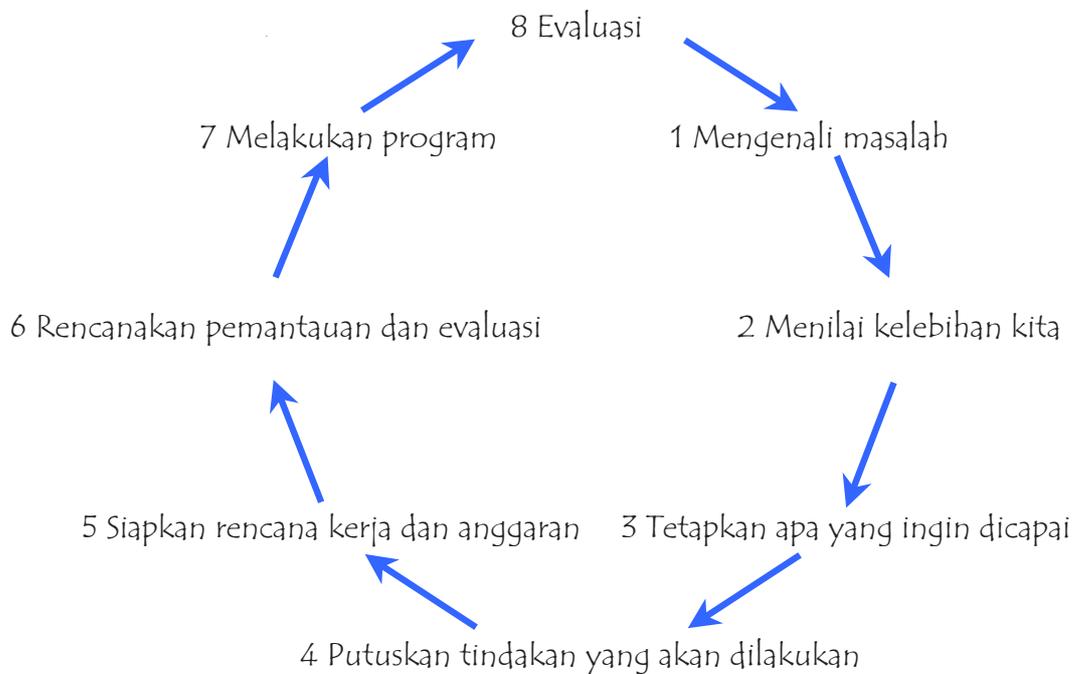
## Siklus perencanaan

Keberhasilan suatu kegiatan, seberapa besarnya, sangat tergantung pada perencanaan yang seksama. Ini berarti merencanakan segala sesuatunya sebelum mulai, memikirkan tindakan kita terus-menerus, mengubah rencana apabila perlu, dan menilai seberapa efektif kegiatan kita. Pendekatan yang berkelanjutan ini juga dikenal dengan istilah 'siklus perencanaan program'.

Suatu program terdiri dari sekumpulan kegiatan yang dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu untuk mencapai tujuan tertentu.

Banyak kelompok tidak membuat perencanaan, karena mereka khawatir hal ini terlalu rumit. Jangan takut! Merencanakan apa yang akan kita lakukan sangat penting! Apabila dibahas sebelum kita memulai, perencanaan dapat membuat kegiatan kita lebih mudah.

### SIKLUS PERENCANAAN PROGRAM



### 1. MENGENALI MASALAH

Hidup dengan HIV dapat menimbulkan banyak masalah baru dalam kehidupan pribadi kita, dan mungkin saja kita ingin mengubah dunia! Tetapi, itu tidak selalu sesuai dengan yang kita inginkan.

Suatu kelompok yang berharap mewujudkan perubahan harus mempunyai rencana yang jelas mengenai apa yang ingin dilakukan sekarang dan apa yang tidak. Kalau kelompok tidak memutuskan itu sebelum memulai program baru, kemungkinan kegiatannya akan kacau balau dan akhirnya programnya tidak akan jalan sama sekali.

## Kegiatan 4.1

### POHON MASALAH

- ❶ Dalam kelompok, lakukan *brainstorming* mengenai masalah utama yang dihadapi (lihat halaman 51 untuk keterangan tentang teknik ini). Minta semua anggota memikirkan masalah yang ada. Sebaiknya terlebih dahulu melakukan Kegiatan 1.1 (halaman 15).
- ❷ Ambil kesepakatan tentang masalah utama. Tulis masalah ini di tengah *flip chart* dengan huruf besar. Misalnya: “*Kita belum mengetahui secara jelas mengenai pengobatan untuk penyakit kita*”.
- ❸ Kemudian minta semua orang untuk menulis pada selembar kartu akibat yang mungkin terjadi dari masalah itu, atau minta mereka untuk menyebutkannya satu persatu dan menulisnya di lembar kertas tersendiri. Misalnya: “*Dokter memberikan resep obat yang salah*”, “*Kita terlambat berobat ke rumah sakit*”, “*Rasa sakit menghalangi pekerjaan kita*”.
- ❹ Bacakan semua masukan satu per satu dan, sebagai kelompok, pastikan apakah setiap masukan disebabkan oleh masalah utama atau ikut menyebabkan masalah utama. Tempelkan kertas dengan masing-masing masukan pada *flip chart* dengan masalah utama tertulis di tengahnya, di atas masalah utama (apabila disebabkan oleh masalah utama), atau di bawahnya (apabila menyebabkan masalah utama).

Contohnya:

3 Kita tidak berobat ke rumah sakit cukup dini  
(cabang)

3 Dokter memberikan  
resep obat yang salah  
(cabang)



2 Kita kurang tahu mengenai  
pengobatan bagi penyakit kita  
(batang pohon)

yang akan menyebabkan:

1 Petugas kesehatan dan LSM hanya memandangi  
kita sebagai 'korban' dan tidak ingin  
memberikan kita informasi (akar)  
mungkin menyebabkan masalah bahwa:

## PETUNJUK & SARAN

### Sebelum kita mulai

Apa yang perlu kita ketahui? Apakah informasi itu sudah ada? Di tempat mana? Cari tahu apa yang sedang dilakukan oleh kelompok lain di daerah kita dan membahas dengan mereka apa yang ingin kita lakukan dan apakah rencana kelompok itu (lihat Bagian 7, halaman 114).

Pandangan dan pengalaman siapa yang paling dibutuhkan ketika kita merencanakan proyek atau keberhasilannya lebih efektif? Jika kehidupan seseorang lebih terpengaruh oleh HIV secara langsung, pendapatnya semakin penting. Jangan lupa melibatkan mereka yang kurang berpengaruh, seperti orang sakit, anak dan remaja, atau yang disisihkan dalam komunitasnya, seperti pengguna narkoba dan pekerja seks.

Dukungan pihak siapa paling penting untuk keberhasilan program, seperti lembaga donor, pejabat atau tokoh masyarakat? Usahakan sebanyak mungkin melibatkan mereka dalam proses.

Siapakah yang merasa terancam oleh kemungkinan perubahan yang terjadi akibat program? Pikirkan bagaimana mendapat dukungan mereka atau bagaimana perlawanan mereka dapat dihadapi bila perlu?

Siapakah yang mengambil keputusan mengenai kegiatan dan siapakah yang diharapkan melaksanakannya? Mereka harus dilibatkan, khususnya waktu merencanakan kegiatan baru yang memerlukan sumber daya tambahan atau pelatihan untuk penerapannya.

Dirikan suatu kelompok kerja yang membuat rencana proyek agar semua yang terlibat mengetahui siapa mempunyai tugas apa.

Adakan pertemuan secara berkala untuk memberikan keterangan pada anggota kelompok dan untuk memastikan setiap orang merasa nyaman dengan kemajuan yang terjadi.



Anggota Friends+, Surabaya, sedang mengidentifikasi masalah

5 Setelah mencoba latihan ini, kita dapat mengambil kesepakatan apakah masalah yang kita identifikasi adalah masalah utama atau ‘masalah akarnya’. Seandainya ternyata tidak, mungkin kita sebaiknya mengubah kegiatan yang direncanakan.

Memandang ‘pohon masalah’ tidak berarti bahwa kita pasti telah menemukan program yang terbaik. Mungkin setelah kelompok mulai kemudian sadar bahwa sebenarnya ada masalah lain yang lebih parah yang harus diatasi sebelumnya – atau bahwa ada rintangan yang harus disisihkan sebelum kita dapat mengatasi masalah yang teridentifikasi. Kita selalu boleh kembali ke pohon masalah pada tahap apa pun dan meninjaunya kembali.

Apabila kelompok merencanakan suatu program, kemungkinan kita sudah mempunyai gambaran yang tepat mengenai masalahnya dan apa yang ingin dilakukan oleh kelompok. Itu berarti kita tidak perlu membuang waktu lama bagi pohon masalah.

## Penggalian kebutuhan

Apabila kita merencanakan program untuk menjangkau atau melibatkan orang yang belum berada dalam kelompok kita, sebaiknya kumpulkan informasi mengenai apa yang mereka butuhkan (penilaian kebutuhan atau *needs assessment*). Penilaian kebutuhan mencakup pengumpulan informasi (data dasar) sebelum merencanakan program, sehingga kita yakin bahwa program kita berdasarkan masalah dan prioritas mereka serta apa yang benar-benar terjadi dalam komunitas.

Namun penting kita membedakan kebutuhan dan keinginan. Kita semua punya keinginan, tetapi itu tidak berarti semuanya harus dipenuhi sebelum kita dapat melakukan sesuatu. Kita harus mengetahui apa yang benar-benar dibutuhkan untuk mencapai tujuan kita.

*Pada pertemuan pertama Pelita Plus, para peserta mengisi angket “Kebutuhan dan Minat” untuk mengevaluasi pelaksanaan layanan dan kegiatan Odha selama ini, sehingga Pelita Plus bisa menyusun langkah perbaikan mutunya di masa depan.*

Majalah Support No. 59, Oktober 2002

## Mengumpulkan informasi yang ada

Informasi mengenai HIV/IMS (infeksi menular seksual) atau layanan yang ada dapat diambil dari:

- catatan Dinas Kesehatan (Dinkes) atau Komisi Penanggulangan AIDS Daerah (KPAD) – provinsi atau kabupaten/kota
- artikel mengenai pengalaman Odha di koran dan majalah setempat
- cerita pribadi Odha
- hasil penelitian, tersedia di perpustakaan umum atau universitas setempat



*Informasi yang bermanfaat dapat dikumpulkan melalui diskusi dengan komunitas setempat*

## Kegiatan 4.2

# DISKUSI KELOMPOK TERFOKUS

**Tujuan:** Mengetahui apa yang dipikirkan masyarakat mengenai topik tertentu.

Orang yang memimpin diskusi (fasilitator) tidak ikut serta dalam pembahasan kecuali untuk memperkenalkan anggota kelompok, mengajukan pertanyaan kunci dan mencatat hal-hal penting.

- ❶ Pilih delapan sampai sepuluh orang yang mempunyai latar belakang, usia dan pengalaman yang kurang lebih sama. Mereka dapat berbicara lebih bebas dan tidak merasa terancam apabila mereka mempunyai banyak persamaan. Misalnya, biasanya lebih baik mengadakan kelompok yang terpisah untuk perempuan dan laki-laki. Sesi bersama dapat diatur apabila mereka menginginkannya.
- ❷ Sediakan tempat pertemuan yang nyaman, dan atur agar orang dapat duduk dalam lingkaran. Buat kesepakatan mengenai tempat dan waktu yang sesuai, dan sediakan transportasi dan konsumsi bila perlu.
- ❸ Siapkan panduan topik sebagai pegangan untuk masalah utama yang akan dibahas. Misalnya, beberapa pertanyaan pengantar untuk membuka pokok persoalan, beberapa pertanyaan umum mengenai pengalaman peserta, kemudian pertanyaan khusus untuk mengundang saran dan usulan yang nyata, yang dapat memberikan informasi yang kita cari.
- ❹ Jelaskan tujuan pertemuan, misalnya yang utama adalah membantu perencanaan program untuk peningkatan penghasilan Odha.
- ❺ Pakai panduan topik untuk mengarahkan diskusi. Hindari pertanyaan pribadi karena orang tidak mungkin akan berbicara mengenai urusan pribadi di depan umum. Sebaliknya tanya apa yang dilakukan teman dan orang lain dalam komunitas mereka.
- ❻ Dorong anggota kelompok untuk menjawab pertanyaan, dan berbicara secara terus-terang. Ini khususnya penting dalam kelompok campuran laki-laki/perempuan karena perempuan mungkin tidak merasa nyaman mengungkapkan sesuatu. Pastikan semua diberikan kesempatan berbicara. Dengar dan catat apa yang dikatakan peserta. Jangan terlibat dalam pembahasan kecuali untuk mengingatkan mengenai pertanyaan. Waktu pertemuan jangan melebihi dua jam.
- ❼ Rangkum hasilnya pada akhir sesi tetapi usahakan menghindari memberi penilaian atau pendapat. Jelaskan kesalahpahaman yang timbul dan menghadapi prasangka hanya setelah diskusi telah selesai.
- ❽ Akhirnya, minta saran untuk kegiatan program dari peserta.

## 2. MENILAI KELEBIHAN KITA

Setelah kita mengenali masalah, langkah berikutnya dalam perencanaan adalah menentukan kelebihan kelompok. Ada gunanya untuk mengenal kelemahan juga, dan mempertimbangkan faktor yang mungkin dapat membantu atau pun menghambat tindakan (kesempatan dan ancaman atau rintangan). Hal ini kadang-kadang disebut sebagai analisis SWOT. Misalnya:

Pernyataan masalah:

*Petugas kesehatan dan LSM tidak ingin memberikan kita informasi*

**S** (*Strengths*) Kelebihan kelompok

- *Kita adalah orang yang hidup dengan HIV sehingga kita mengetahui apa artinya hidup dengan HIV.*
- *Banyak di antara kita yang masih muda dan karena itu remaja lain akan merasa sama dengan kita.*
- *Salah seorang anggota adalah seorang perawat.*
- *Banyak di antara kita berpengalaman berbicara dengan keluarga dan teman-teman, dan telah berhasil mengubah sikap orang.*

**W** (*Weaknesses*) Kelemahan kelompok

- *Kelompok kita terutama terdiri dari laki-laki; kita ingin melibatkan lebih banyak perempuan.*
- *Kita ingin menjangkau lebih banyak perempuan yang belum mendapatkan pengobatan.*
- *Di antara kita ada yang tergantung pada dokter setempat untuk perawatan medis dan mereka takut kehilangan perawatan itu apabila petugas kesehatan merasa terancam oleh kita.*

**O** (*Opportunities*) Kesempatan

- *Seorang pengobat tradisional dan seorang perawat setempat menawarkan untuk mengajar kita mengenai penyakit yang berhubungan dengan HIV.*
- *Ada satu anggota kelompok yang dapat memberikan penyuluhan gizi.*
- *Sebuah LSM setempat yang mempunyai program perawatan di rumah mengundang kita untuk dilibatkan di dalam badan perencana mereka.*

**T** (*Threats*) Ancaman (atau rintangan)

- *Sulit sekali bagi beberapa di antara kita menghadapi tantangan petugas kesehatan dan dokter.*
- *Hanya sebagian dari kita bersikap terbuka mengenai status HIV-nya. Beberapa anggota kelompok bahkan belum memberi tahu keluarganya bahwa mereka HIV-positif dan mereka tidak bersedia mengungkapkan statusnya pada petugas kesehatan.*
- *Kekurangan dana.*
- *Kita hanya beberapa orang saja dan kita takut kejenuhan (burnout).*

### 3. TETAPKAN APA YANG INGIN DICAPAI

Penting sekali mendapatkan persetujuan kelompok mengenai tujuan umum (atau tujuan utama atau misi) program. Tujuan umum berupa suatu pernyataan mengenai apa yang ingin diubah atau diperkenalkan untuk mengatasi masalah yang telah dikenalkan (kadang-kadang disebutkan pernyataan tujuan umum).

Penting juga memilih hanya satu tujuan umum yang akan dituju oleh program kita. Kalau kita mempunyai lebih dari satu tujuan umum, kita harus melakukan lebih dari satu program.

### 4. PUTUSKAN TINDAKAN YANG AKAN DILAKUKAN

Tujuan khusus akan menjelaskan bagaimana tujuan umum kita akan dicapai: apa yang diharapkan terjadi dalam jangka pendek. Tujuan khusus menggambarkan hasil akhir yang diinginkan. Tujuan khusus harus spesifik dan harus dapat diukur, dengan menyatakan:

- apa yang ingin dicapai
- siapa yang akan melakukannya
- bermanfaat untuk siapa
- sampai berapa jauh, atau untuk berapa orang
- dalam waktu berapa lama

Contohnya, apabila tujuan kita adalah melakukan pelatihan untuk anggota kelompok, tujuan harus menyatakan apa yang akan dicapai melalui pelatihan itu, siapa yang akan melakukannya, siapa dan berapa orang akan menjadi peserta, dan berapa lama pelatihannya.

Pendekatan ini kadang-kadang dikenal dengan istilah SMART:

**S Specific** (Spesifik) – *melatih anggota kelompok dalam perawatan di rumah*

**M Measurable** (Terukur) – *16 orang akan dilatih*

**A Achievable** (Dapat dicapai) – *ada 16 anggota kelompok yang membutuhkan pelatihan perawatan di rumah, dan mempunyai kemampuan yang sesuai*

**R Realistic** (Nyata) – *melatih 16 orang dalam waktu 6 bulan dapat diatur*

**T Timebound** (Jangka waktu) – *Pelatihan akan dilaksanakan dalam 6 bulan*



*Pelatihan perawatan di rumah*

Di bawah terdapat contoh tujuan umum dan tujuan khusus:

**Tujuan Umum**

Memperbaiki mutu layanan perawatan kesehatan bagi Odha yang sakit

**Tujuan Khusus**

Mengajarkan pertolongan pertama dan perawatan pada anggota kelompok dan keluarganya melalui pelatihan selama 6 bulan yang akan diselenggarakan oleh seorang perawat dan relawan dari Palang Merah

**Tujuan Umum**

Mendorong penerimaan Odha di masyarakat

**Tujuan Khusus**

Melatih anggota kelompok untuk memberikan penyuluhan di sekolah setempat dan mengunjungi 30 sekolah lokal dalam 12 bulan berikutnya

Setelah kita putuskan apa yang ingin diubah, maka langkah berikutnya adalah merencanakan kegiatan spesifik yang akan mewujudkan tujuan umum dan tujuan khusus kita. Setiap kegiatan harus berhubungan dengan salah satu tujuan umum dan tujuan khusus. Catat kegiatan kita dan tetapkan apa yang kita butuhkan agar kegiatan ini dapat diterapkan (masukan), misalnya sumber daya manusia, bahan, waktu dan dana.

## 5. SIAPKAN RENCANA KERJA DAN ANGGARAN

Sebuah rencana kerja mencatat siapa yang akan melakukan apa dan kapan dilakukan, untuk setiap kegiatan. Ini merupakan cara yang baik untuk mencatat apa yang dilakukan oleh setiap anggota kelompok.

Di bawah ini terdapat sebuah contoh rencana kerja penyuluhan di sekolah.

|                                | Jan | Feb | Mar | Apr | Mei | Jun | Jul | Agu | Sep | Okt | Nov | Des |                                    |
|--------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------------------------------------|
| Siapa yang melakukan           |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | Budi<br>Panitia latihan            |
| Bertemu dengan kepala sekolah  | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | Panitia latihan                    |
| Mendapatkan pembicara sukarela |     | x   | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     | Budi, Tutiek                       |
| Melatih relawan                |     |     |     |     | x   |     |     |     |     |     |     |     | Relawan                            |
| Presentasi kebutuhan sekolah   |     |     |     |     |     |     |     | x   | x   | x   | x   |     | Budi, Tutiek,<br>Panitia pelatihan |
| Mengunjungi sekolah            |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | x   | x   |                                    |
| Evaluasi lanjutan              |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |                                    |

Untuk setiap program kita harus mempertimbangkan setiap kegiatan dan menetapkan sumber daya dan anggaran yang dibutuhkan. Pastikan bahwa semua sumber daya sudah tercantum, baik keuangan maupun bukan – misalnya waktu yang diluangkan oleh relawan termasuk sumber daya juga. Mungkin ada gunanya membagi sumber daya yang diperlukan dalam dua kolom: dana dan hal lain (seperti waktu relawan atau pemakaian ruangan yang dipinjamkan secara gratis).

Lihat Bagian 5 untuk lebih banyak keterangan mengenai persiapan anggaran.



## 6. RENCANAKAN PEMANTAUAN DAN EVALUASI

### Pemantauan (monitoring)

Pemantauan berarti terus-menerus mencatat perkembangan suatu kegiatan. Pemantauan dapat memberikan informasi apakah kegiatan program telah dilaksanakan sesuai rencana.

Untuk mengukur kemajuan, kita harus mengembangkan ‘indikator’ (petunjuk yang memberikan indikasi seberapa jauh suatu kegiatan mewujudkan tujuan). Misalnya, bila kita merencanakan membagi-bagi kondom di klub malam, kita harus mengetahui berapa dari jumlah kondom yang direncanakan sebenarnya dibagikan.

Sangat penting untuk memantau pekerjaan secara teratur agar menyediakan informasi untuk mengurus keadaan. Misalnya, jika ada masalah, lebih mudah diatasi jika diketahui secara dini. Memantau juga memberikan informasi untuk laporan berkala dan untuk dipertanggungjawabkan pada anggota kelompok, para donor, mitra dan siapa saja yang terpengaruh oleh kegiatan kita (*stakeholder*).

### Evaluasi

Evaluasi artinya menilai manfaat atau keefektifan program. Biasanya evaluasi dilakukan pada akhir suatu program atau proses. Evaluasi merupakan cara untuk menilai apakah kegiatan telah mencapai tujuannya dan seberapa jauh tujuan khusus telah mewujudkan tujuan umum kita.

Banyak program tidak membuat evaluasi. Sering itu terjadi karena:

- evaluasi dirasakan terlalu rumit
- evaluasi baru dipikirkan saat sudah terlambat, ketika program sudah hampir selesai
- perubahan dalam sikap dan perilaku makan waktu lama dan sulit diukur
- evaluasi dapat dirasakan mengancam apabila dilakukan oleh para ‘ahli’ dari luar program, yang mungkin akan membongkar masalah dalam pekerjaan

Evaluasi sangat penting. Apabila program sukses, akan lebih mudah melakukannya lebih banyak. Kalau kurang sukses, kita harus membuat perubahan dan mengukur apakah kegiatan baru akan mencapai tujuan umum kita. Kita selalu dapat mengambil hikmah dari setiap kegiatan, baik yang sukses maupun yang tidak. Penting kita mencatat dan memahami pelajaran agar dapat menghindari kesalahan yang sama. Beberapa lembaga donor akan menuntut bahwa setiap program yang didanai membuat semacam evaluasi terhadap kegiatannya.

Evaluasi dan pemantauan sebaiknya dilakukan pada setiap tahap program:

**Sebelum program mulai** (penggalan kebutuhan): Bagaimana keadaannya? Apakah prioritasnya dan apa yang perlu dilakukan?

**Selagi program berjalan** (pemantauan program atau evaluasi proses): Apakah kegiatan dilakukan sesuai dengan rencana?

**Setelah program selesai** (evaluasi akhir atau dampak): Apakah program membawa perubahan nyata dalam kehidupan orang dan perubahan apa yang dihasilkan? Temuan evaluasi ini dipakai untuk merencanakan tahap berikut program atau kegiatan baru.

## Mengumpulkan informasi bagi pemantauan dan evaluasi

**Metode kuantitatif** dipakai untuk mengumpulkan data yang dapat diukur dengan angka. Metode ini menjawab pertanyaan: siapa? apa? kapan? berapa? berapa banyak? Misalnya, mengetahui berapa kondom dibagi di klub malam, kapan, berapa kali dan berapa jumlah uang yang dikeluarkan.

**Metode kualitatif** dipakai untuk mencari jawaban pada pertanyaan yang lebih rinci, seperti mengapa? dan bagaimana? Misalnya, mengetahui apakah orang di klub malam memakai kondom yang dibagikan, dan mengapa (dengan wawancara).

Sebagian besar kelompok sudah mengumpulkan informasi mengenai kegiatannya dan sering mengumpulkan lebih daripada yang dapat dipakai! Tidak tergantung dari cara yang kita pilih, usahakan agar informasi yang dikumpulkan dapat dituangkan dalam bentuk yang:

- **Sistematis:** Catatan serta daftar tilik hanya bermanfaat apabila diisi secara teratur
- **Spesifik:** Kumpulkan hanya informasi yang merujuk pada apa yang ingin kita ukur
- **Mudah dipakai** dan bahwa orang yang memakai sistem catatan memahami apa gunanya

Apabila kita ingin mengukur tujuan umum program dengan aspek yang lebih kualitatif dari – seperti perubahan sikap dan perilaku – kemungkinannya kita harus melakukan evaluasi yang lebih rinci. Berikut ini menggambarkan beberapa teknik yang dapat dipakai.



## Kegiatan 4.3

# DISKUSI KELOMPOK YANG TERSUSUN

**Tujuan:** Untuk menilai apakah kegiatan program dilakukan sesuai dengan rencana yang dibuat bersama dengan teman kerja kita.

- ❶ Siapkan beberapa pertanyaan untuk diskusi: *Apa yang menjadi keberhasilan dan masalah utama yang dialami selama program berjalan? Perubahan sikap dan perilaku yang mana dapat diamati pada orang yang diikutsertakan dalam program sejak awal? Rintangan apa yang mungkin menghambat perubahan? Bagaimana seharusnya program berkembang?*
- ❷ Minta peserta membentuk kelompok terdiri dari 6–8 orang.
- ❸ Berikan setiap kelompok satu spidol dan selebar kertas besar.
- ❹ Minta setiap kelompok membahas pertanyaan dan menulis jawaban sesuai dengan urutan pentingnya.
- ❺ Kembali ke kelompok besar, dan tunjukkan semua lembar jawaban.
- ❻ Bahas persamaan dan perbedaan dalam kelompok besar.
- ❼ Cari kesepakatan mengenai prioritas program, dalam kelompok kecil atau dalam kelompok besar.
- ❽ Buat daftar akhir yang akan ditunjukkan dalam kantor program agar memperingati hasil diskusi.

Kegiatan  
4.4

## MEMAKAI DAFTAR TILIK

**Tujuan:** Membuat catatan sederhana mengenai kegiatan program.

Daftar tilik (*checklist*) dapat diisi secara berkala oleh orang yang bekerja di program. Daftar tilik itu dapat memberikan informasi mengenai serangkaian hal, misalnya:

- siapa yang hadir pada kegiatan
- cara yang dipakai, misalnya kegiatan kelompok, sesi sandiwara, sesi kode gambar
- jumlah, misalnya berapa kondom dibagikan, di mana dan oleh siapa
- pengamatan menarik lain mengenai program

| DAFTAR TILIK                              |   |
|---|---|
| Nama                                      | Berapa pertemuan keagamaan                      |
| _____                                     | _____   |
| Wilayah                                   | Lain-lain                                       |
| _____                                     | _____   |
| Tanggal                                   | Jumlah kondom yang diminta bulan ini            |
| _____                                     | _____   |
| Jumlah kegiatan penyuluhan pada bulan ini | Laki-laki ____ Perempuan ____                   |
| _____                                     | _____   |
| Jumlah kunjungan ke sekolah               | Catatan mengenai hal lain yang ingin disebutkan |
| _____                                     | _____   |
| Jumlah kunjungan ke LP                    | _____   |
| _____                                     | _____   |

## Kegiatan 4.5

# MEMAKAI ANGET UNTOK SURVEI

**Tujuan:** Mengumpulkan informasi untuk evaluasi akhir program.

Angket sering dipakai dalam survei (jajak pendapat) untuk mengumpulkan data dari banyak orang. Apabila orang dapat membaca, mereka dapat mengisi angket sendiri. Di komunitas dengan orang yang buta huruf, peneliti akan memakai angket untuk mengumpulkan informasi melalui wawancara perorangan. Cara mana pun yang dipakai, setiap orang harus ditanya pertanyaan yang sama dengan cara yang sama sehingga hasil dapat dianalisis dan dibandingkan.

## Merancang angket

Putuskan apa yang ingin diketahui, siapa yang akan mengumpulkan informasi, dari siapa dan dari berapa banyak orang, kapan informasi harus dikumpulkan, bagaimana informasi akan dikumpulkan (melalui wawancara perorangan atau angket tertulis), bagaimana cara menganalisis informasi serta apa yang akan dilakukan dengan informasi yang dikumpulkan.

Kemudian, pikirkan dengan cermat informasi apa yang diperlukan. Informasi itu harus berhubungan dengan tujuan umum dan tujuan khusus program.

- Pertanyaan pendek dengan bahasa sederhana.
- Pertanyaan mudah dipahami bila mencakup hanya satu pokok.
- Pakai kata jelas yang tidak menimbulkan kesalahpahaman dengan didapat jawaban yang tepat dan informasi yang cermat. Tanya “*Berapa kali Anda lupa minum obat selama satu minggu terakhir ini?*”, bukan “*Berapa kali Anda lupa minum obat akhir-akhir ini?*”.
- Pakai pertanyaan tertutup apabila yang diinginkan adalah jawaban ‘ya’ atau ‘tidak’ atau suatu angka. Contoh: “*Apakah Anda pernah mendapat pendidikan mengenai AIDS di tempat kerja Anda?*”.
- Pertanyaan terbuka dipakai agar responden memberikan jawaban yang lebih panjang dengan kata-kata sendiri. Contoh: “*Apa yang Anda pelajari mengenai HIV dan AIDS di tempat kerja Anda?*”  
Pertanyaan terbuka membantu untuk mengumpulkan pendapat yang mungkin tidak kita sangka. Memakai pertanyaan yang langsung dan bukannya yang membuat orang terancam atau merasa tidak nyaman, misalnya: “*Bagaimana pendapat dan perasaan Anda mengenai cara Anda diperlakukan oleh petugas kesehatan di klinik ini?*”, bukan “*Apakah Anda berpendapat bahwa petugas kesehatan di klinik ini bersikap sopan dan memberikan perhatian?*”.
- Yang paling penting, buat angketnya sesingkat mungkin dengan menghindari pertanyaan yang tidak perlu.

## PETUNJUK & SARAN

### Merencanakan kegiatan

Apa yang ingin kita capai (tujuan umum kita), dan mengapa?



Apa yang kita ketahui mengenai keadaan saat ini?



Bagaimana kita bermaksud mencapainya (tujuan dan kegiatan kita)?



Dalam kurun waktu berapa lama kita mengharapkan tujuan kita tercapai?



Sumber daya apa saja yang kita perlukan?



Bagaimana kita akan mengukur keberhasilan kita?



Bagaimana kita berbagi informasi kita dengan orang lain dan melapor kembali ke kelompok? Seberapa sering?

**Sebelum menetapkan pertanyaan**, uji cobakan dengan kelompok kecil yang terdiri dari orang yang mempunyai latar belakang serupa dengan orang yang akan diwawancarai. Uji coba ini akan menjamin bahwa pertanyaan mudah dipahami dan orang bersedia menjawab serta para pewawancara tahu bagaimana mengisi angket. Uji coba juga akan menunjukkan apakah informasi yang dikumpulkan bermanfaat dan dapat dianalisis dengan mudah.

Pilih pewawancara yang dapat dipercaya dan polos sehingga orang nyaman berbicara dengan dia. Cari tempat untuk mengisi angket yang nyaman dan menjamin kerahasiaan.

Pewawancara harus menjelaskan tujuan survei. Beri responden cukup waktu untuk menjawab semua pertanyaan. Minta masukan mereka pada akhir wawancara.

Setelah survei selesai dan analisis dilakukan, sediakan laporan untuk responden sebagai masukan untuk mereka, bila mereka ingin menerimanya.

### DAFTAR TILIK

#### Evaluasi

- ✓ Apakah kita membantu mengubah hal/keadaan tertentu?
- ✓ Apakah keadaan sekarang lebih baik daripada sebelumnya?
- ✓ Seberapa jauh?
- ✓ Apakah tujuan kita telah dicapai?
- ✓ Bagaimana upaya kita mengubah keadaan secara nasional/provinsi?
- ✓ Bilamana kita telah mencapai apa yang kita rencanakan, apakah prosesnya sesuai dengan dugaan kita?
- ✓ Bilamana kita tidak mencapai apa yang kita rencanakan, apa sebabnya?
- ✓ Apa yang membuat kita merencanakan ulang strategi kita?
- ✓ Apa yang akan kita lakukan dengan cara berbeda lain kali?
- ✓ Apakah kita mengerjakan lebih banyak daripada yang kita duga sebelumnya?
- ✓ Apa dampaknya terhadap rencana untuk masa depan?
- ✓ Apa yang kita pelajari mengenai masalah ini?
- ✓ Apakah orang dan organisasi yang terlibat dalam kelompok kita senang dengan hasil kegiatan mereka?
- ✓ Apakah mereka senang dengan proses?
- ✓ Apakah mereka puas dengan keterlibatan mereka dalam proses?

## Program apa?

Keputusan mengenai apa yang akan dilakukan oleh kelompok tergantung pada harapan anggota dan pada apa yang dirasakan perlu. Biasanya kegiatan utama yang diadakan oleh kelompok dukungan untuk Odha adalah:

- memberikan dukungan emosional dan sosial bagi Odha lain
- berbagi masukan dan informasi praktis dengan orang lain mengenai masalah yang berkaitan dengan HIV
- melatih keterampilan berkelompok, atau keterampilan pengembangan kepribadian atau profesional
- membahas program pendidikan atau penyuluhan mengenai HIV pada masyarakat, seperti di sekolah atau tempat kerja
- menyediakan dukungan dana melalui program pinjaman atau kredit, atau kegiatan peningkatan penghasilan
- advokasi dan kampanye, misalnya mengenai masalah di tempat kerja, asas kerahasiaan, akses ke pengobatan atau ‘mendapatkan kursi di meja pengambilan keputusan’ (keterlibatan dalam pengambilan keputusan)

Setiap kelompok akan mempunyai prioritas kegiatan yang berbeda-beda, dan kebanyakan mengadakan berbagai macam kegiatan. Berikutnya ada sejumlah masalah kunci yang mungkin dapat dipertimbangkan sebelum kelompok kita merencanakan programnya sendiri.



© Crispin Hughes/Panos Pictures

*Klub Post-Tes Namirembe membuat produk kerajinan untuk dijual dan membentuk kelompok penyanyi dan penabuh drum*

## Dukungan untuk orang lain dengan HIV

Kegiatan yang dapat dilakukan:

- kunjungi orang sakit untuk memberi dukungan dan pendampingan pada dia dan keluarganya
- cari informasi mengenai obat yang tepat dan disarankan untuk penyakit serta mendorong layanan kesehatan setempat atau LSM agar menyediakan 'perangkat perawatan di rumah', termasuk kondom



*Kelompok dukungan dapat bekerja sama dengan komunitas untuk merawat orang yang sakit di rumahnya*

- belajar mengenai perawatan dan pendampingan untuk diajarkan pada keluarga dan orang lain
- kumpulkan dana untuk mendukung Odha setempat, misalnya agar dapat membayar pengobatan atau peralatan pertanian
- minta pengacara setempat untuk memberikan nasihat hukum secara gratis, misalnya untuk membuat surat wasiat, dan masalah yang berkaitan dengan pekerjaan, perumahan, hak atas tunjangan sosial atau hak atas tanah
- kerja sama dengan kelompok agama untuk memberikan dukungan spiritual pada anggota dan keluarga di rumah
- hubungi pengobat tradisional dan ajak mereka ikut serta menangani HIV. Di beberapa daerah ada jamu yang berguna bagi penyakit tertentu seperti penyakit kulit, gatal-gatal, mencret dan demam
- atur anggota kelompok dan anggota komunitas lain untuk membantu keluarga apabila ada yang sakit, misalnya dengan membantu saat panen dan membantu anak yang merawat orang tua yang sakit
- jalin hubungan dengan dokter, dokter gigi, pengacara dsb, yang kita kenal sebagai orang yang peduli, dan kembangkan daftar rujukan setempat
- libatkan kelompok dalam pertemuan perencanaan setempat mengenai perawatan HIV, dan anjurkan agar orang yang telah didiagnosis HIV-positif atau jatuh sakit dirujuk ke kelompok dukungan kita

## PETUNJUK & SARAN

Pastikan apa yang dapat kita lakukan sendiri dan apa yang lebih baik kita mengajak orang lain untuk melakukan bersama-sama (misalnya petugas kesehatan atau kelompok agama).

Lakukan penilaian kebutuhan untuk mengetahui layanan kesehatan dan layanan lain yang telah tersedia – perawatan di rumah, pusat kesehatan, rumah sakit dan pusat perawatan lain seperti praktisi pengobatan tradisional, terapi penunjang, konselor, penasihat hukum dsb.

Jaga kesehatan diri juga! Hindari kunjungan ke tempat yang bahaya bagi kesehatan kita, khususnya kunjungan ke orang yang TB aktif.

Pastikan bahwa kita memiliki teman berbicara dan sempatkan beristirahat atau 'melakukan jeda' untuk mencegah terjadinya stres yang berlebihan.

Ingat bahwa beban perempuan sering lebih berat dibanding dengan laki-laki. Biasanya perempuan merawat orang sakit di keluarga dan bertanggung jawab atas perawatan anak. Sering mereka lebih miskin daripada laki-laki dan kurang menikmati hak.

Pertimbangkan apakah ada kelompok Odha lain yang mempunyai kebutuhan khusus dan diasingkan oleh komunitas mereka sendiri serta tidak dapat menyandarkan diri pada keluarga atau dukungan komunitas.

Kemiskinan merupakan masalah terbesar yang dihadapi Odha. Ingatlah batas dukungan yang dapat kita lakukan dan jangan coba lakukan kelebihan!

Apabila kita memberikan dukungan sumbangan obat, pastikan bahwa kita mempunyai hubungan dengan petugas kesehatan yang dapat memberikan nasihat medis yang tepat dan terbaru.

*Dalam mendukung orang HIV-positif saya selalu menempatkan Odha sebagai teman bukan sebagai pasien, ini penting! Dukungan akan lebih mudah bila saya memperkecil perbedaan dan mencoba memperkuat kesamaan. Pengalaman saya menunjukkan setiap orang mempunyai kebutuhan yang berbeda, sehingga saya mencoba menyediakan dukungan sesuai kebutuhan teman, bukan apa yang saya pikir baik buat mereka. Ada yang membutuhkan pertemanan, berkelompok atau konseling. Ada juga membutuhkan informasi tentang: dasar HIV/AIDS, menjaga kesehatan, pengobatan, pernikahan, mendapatkan keturunan dan lainnya. Terbukti, dukungan yang wajar dari keluarga, teman dan lingkungan sekitar membuat banyak Odha lebih percaya diri dan mampu kembali hidup penuh. Dukungan yang saya berikan lebih mengutamakan bentuk pemberdayaan dan menumbuhkan kemandirian. Setiap hari saya bekerja dengan banyak orang HIV-positif yang berdaya, keberdayaan mereka membuat saya sering lupa kalau mereka Odha, kecuali ada kebutuhan dukungan.*

**Daniel, Yayasan Spiritia**

*Saya merasa beban saya berkurang ketika saya memberi tahu orang lain bahwa saya HIV-positif. Saya juga selalu memberi tahu orang bagaimana cara saya tertular, karena saya ingin orang lain tahu bahwa bertukar pasangan dan bergantian jarum suntik dapat menularkan HIV dan hepatitis C. Apalagi di kebudayaan Asia yang selalu melihat derajat perempuan di bawah laki-laki, penting untuk memberi tahu perempuan tentang haknya dan seberapa rentan dirinya terhadap HIV. Saya percaya sering kali keberhasilan laki-laki adalah berkat dukungan penuh perempuan di belakangnya. Ini menunjukkan besarnya pengaruh perempuan, maka saya tidak malu mengatakan bahwa saya HIV-positif.*

*Sering terlintas di benak hati untuk tidak memberi tahu status HIV saya kepada mertua, walaupun calon suami tahu saya HIV-positif. Perasaan takut yang berlebihan menghantui diri, tetapi saya memilih untuk terbuka dan memberi tahu status saya. Terus terang beban terasa lebih ringan dan lega. Pada awalnya ada respon negatif dari calon mertua, tetapi waktu demi waktu kami memberi tahu fakta dan informasi benar tentang HIV, bahwa HIV tidak menular melalui udara, sentuhan atau pun keringat. Sekarang mertua saya lebih terbuka pikirannya dan bisa menerima saya apa adanya. Informasi yang jelas dan benar tentang HIV sangat penting, dengan terbuka beban saya jadi lebih ringan.*

**Frika, Yayasan Spiritia**

## PETUNJUK & SARAN

Pastikan bahwa Odha terlibat dalam perencanaan rumah singgah (*drop in centre*), agar layanan yang diberikan dan suasana mencerminkan kebutuhan mereka.

◆  
Buatkan rumah singgah terasa hangat, dan bersahabat – misalnya, pasang foto staf dan relawan di dinding.

◆  
Rumah singgah harus mudah dijangkau – misalnya apabila kita ingin pekerja seks mudah menjangkaunya, pastikan bahwa mereka dapat mampir saat mereka bekerja atau di perjalanan ke atau dari tempat kerja.

◆  
Buatkan rumah singgah mudah dijangkau oleh siapa saja, misalnya mereka yang memakai kursi roda, tuna rungu, dan buta huruf.

◆  
Menyediakan fasilitas untuk menitipkan bayi dan anak bila dibutuhkan.

◆  
Ciptakan suasana yang informal – hindari menutup semua dinding dengan informasi mengenai AIDS agar orang dapat menjauhkan diri dari AIDS untuk sementara waktu.

◆  
Hidangkan minuman dan makanan kecil, kalau dapat.

## Rumah singgah (*drop in centre*)

Rumah singgah merupakan ‘tempat aman’ bagi Odha.

Rumah singgah dapat:

- menyediakan ruangan pertemuan yang informal agar orang dapat bertemu dan berbicara
- menyediakan layanan seperti konseling, terapi seperti pijat, fasilitas cuci pakaian, makan, distribusi kondom
- berbentuk *hospice* untuk orang yang tidak dapat dirawat di rumah, atau untuk memberi kesempatan untuk beristirahat pada pendamping di rumah (*respice care*), tetapi yang tidak perlu dirawat (atau tidak diterima) di rumah sakit

Beberapa rumah singgah diperuntukkan kepada kelompok yang lain, misalnya rumah singgah untuk pekerja seks atau pengguna narkoba, dengan menyediakan ‘ruangan positif’ untuk Odha.



## PETUNJUK & SARAN

Cari informasi mengenai kesempatan kerja setempat sebelum merencanakan suatu pelatihan – pastikan bahwa akan ada permintaan atas keterampilan yang baru.

◆  
Siapkan pembicara dan pelatih dari luar sedemikian rupa sehingga baik kelompok maupun pelatih sudah tahu apa yang dapat diharapkan.

◆  
Pastikan bahwa pelatih dari luar menghormati aturan dasar kelompok kita.

◆  
Pertimbangkan pendirian 'pusat informasi' kecil untuk kelompok kita, yang dapat menyimpan informasi terbaru (lihat Sumber Informasi, hal 127)

◆  
Jangan pikirkan bahwa karena anggota kelompok terinfeksi HIV, mereka mengetahui mengenai masalah kesehatan yang lain – pertimbangkan merencanakan misalnya beberapa sesi informasi mengenai kesehatan seksual, dan hubungi klinik setempat untuk memberikan alat kontrasepsi atau dukungan sebelum melahirkan bagi perempuan dan pasangan yang HIV-positif.

◆  
Coba agar berbagai sesi latihan dijadikan kegiatan – misalnya, setelah latihan mengenai cara masak yang hemat dan sehat, ajak mereka menciptakan dan memasak resep baru pada pertemuan berkala.

## Pelatihan keterampilan

Beberapa kegiatan yang mungkin:

- kursus untuk anggota kelompok mengenai perawatan diri dan masalah berkaitan dengan HIV; misalnya gizi, pengobatan HIV yang baru, pijat, informasi hukum, perawatan anak
- pelatihan meningkatkan kemampuan untuk kelompok untuk memperkokoh kegiatannya
- pelatihan keterampilan baru bagi anggota kelompok untuk meningkatkan kesempatan ekonomi, misalnya usaha tanam sayur, manajemen keuangan, pelatihan komputer, bahasa Inggris

*Kami memberikan informasi kepada siapa saja (Odha, pendamping, teman-teman, keluarga, dll.) mengenai HIV/AIDS dalam setiap kesempatan yang ada, baik dalam pertemuan sehari-hari, diskusi kecil, dan di setiap acara yang kami selenggarakan. Selain itu kami juga menyelenggarakan pelatihan keterampilan untuk Odha. Keterampilan yang diangkat adalah terutama keterampilan yang khas hanya bisa dilakukan oleh Odha, misalnya berbicara di depan umum sebagai Odha, pendidikan sebaya untuk sesama Odha, dan membentuk kelompok dukungan sebaya sesama Odha. Pelatihan ini membuat Odha menjadi lebih berdaya dan memiliki keterampilan yang berguna untuk keterlibatannya dalam penanggulangan HIV/AIDS.*

*Modul pelatihan itu kami kembangkan dan kami sesuaikan setiap kali digunakan. Modul pelatihan ini juga kami sebarkan ke kelompok dukungan sebaya yang sudah berdiri agar mereka dapat menyelenggarakan pelatihan sendiri, dengan demikian akan terjadi penggandaan pelatihan dan lebih banyak Odha yang terjangkau untuk dapat mengikuti pelatihan ini. Lebih banyak Odha yang mendapat pelatihan maka lebih banyak Odha yang berdaya dan akan mendorong lebih besarnya dampak keterlibatan Odha dalam penanggulangan HIV/AIDS.*

Siradj Okta (Oki), Yayasan Spiritia

## Penyuluhan

Banyak kelompok diminta untuk berbicara di depan umum mengenai HIV. Cara ini dapat bermanfaat untuk menyampaikan informasi mengenai HIV pada masyarakat luas, mengurangi rasa takut dan stigma (cap buruk) terhadap Odha, serta berhubungan dengan Odha lain.

Kegiatan yang dapat dilakukan:

- tawarkan para pembicara ke media massa setempat. Misalnya, minta waktu yang tetap di radio setempat atau di program TV atau minta rubrik/kolom di koran lokal yang dipakai oleh anggota kelompok untuk memberikan saran atau informasi pada masyarakat
- lakukan penyuluhan di sekolah, tempat kerja, penjara, dsb.
- berikan kesempatan pada anggota kelompok untuk terlibat dalam pelatihan organisasi lain untuk menjamin bahwa Odha dapat memberikan masukan pada pelatihan dan pendidikan

## Pertanyaan yang sering diajukan

*Bagaimana Anda terinfeksi?*

*Apakah reaksi keluarga, saudara dan teman-teman Anda?*

*Apakah Anda gay?*

*Apakah pengungkapan status Anda di depan umum bermanfaat untuk Anda?*

*Apakah Anda sudah memberitabukan anaknya?*

*Apa perbedaan antara HIV dan AIDS?*

*Apakah Anda masih melakukan hubungan seks? Apakah Anda akan menikah lagi?*

*Bagaimana perasaan Anda mengenai kematian?*

*Apa yang Anda rencanakan untuk anak-anak Anda?*

*Apakah Anda percaya pada Tuhan?*

*Bagaimana dengan perempuan yang memilih punya anak walaupun mereka HIV-positif?*

*Bagaimana Anda dapat keberanian untuk menjalankan tes HIV?*

*Di mana dapat saya dites?*

**Philly Lutaaya Initiative, Uganda  
& Toronto People with AIDS Foundation, Kanada**



*Kami sering berbicara tentang HIV/AIDS di kalangan masyarakat, di televisi, radio, seminar, dan pertemuan lain dengan remaja, pekerja seks, narapidana, ibu rumah tangga, mahasiswa, dokter, perawat, pejabat pemerintah, DPRD dan lainnya. Tim Spiritia, dengan anggota sebagian besar Odha, sudah melakukan kegiatan ini di lebih dari 40 kota. Kesamaan yang dimiliki anggota tim dengan para pendengar adalah awal yang baik dalam menggugah dan membuka pikiran pendengar. Pertanyaan yang kami terima terkadang melukai perasaan tetapi kami sudah mempersiapkan jawaban yang tepat dengan penuh kesabaran. Memang banyak pihak menempatkan Odha sebagai objek dan bagian dari masalah. Terbukti bahwa melibatkan Odha dalam perbincangan tentang HIV/AIDS mempunyai dampak yang besar untuk mengubah sikap tersebut dengan mulai menempatkan Odha sebagai subjek dan bagian dari pemecahan masalah.*

**Daniel, Yayasan Spiritia**



*Tim Spiritia membahas perawatan untuk Odha dengan Pokja AIDS di RS Soetomo, Surabaya*

## PETUNJUK & SARAN

Kenali para pendengar kita – pastikan kita tahu apa harapan mereka mengenai pembicaraan kita sebelum kita tiba – berikan jawaban yang jelas. Misalnya, pastikan apakah mereka meminta agar kita memberikan kesaksian pribadi atau berbicara mengenai kegiatan kelompok. Banyak orang merasa paling dekat dengan pembicara yang mempunyai persamaan dengan mereka, seperti remaja mendengarkan remaja lain.

Jangan dimanfaatkan! Pertimbangkan untuk meminta imbalan dari organisasi untuk waktu dan biaya kita, atau pun imbalan yang sudah ditetapkan untuk dibayar kepada kelompok atau biaya relawan.

Latih pembicara sukarela dan berikan dukungan dan biaya pada relawan yang dilatih, yang cukup untuk biaya makan dan transportasi. Beberapa kelompok mempersiapkan pedoman yang harus diikuti para pendidik masyarakat, seperti harus jelas kapan dia mewakili kelompok dan kapan dia memberikan pendapat pribadi, menyerahkan bukti pembayaran, dan menginformasikan kelompok kalau jadi mereka berhalangan berbicara.

Tunjuk seorang sebagai koordinator kegiatan pembicaraan.

Siapkan 'paket pembicara' untuk pembicara sukarela, yang berisi fakta dasar mengenai HIV dan informasi berguna yang lain.

Siapkan daftar pertanyaan kunci yang mungkin diajukan pada kita dan latih menjawabnya. Berbagai organisasi mengumpulkan daftar 'pertanyaan yang sering diajukan' (lihat halaman 76).

Apabila kita akan memberikan pembicaraan untuk pertama kali, siapkan pembicaraan sebelum berangkat – buat catatan seperti: mengapa kita di sini, apa yang akan kita bicarakan (lihat halaman 99–102).

Bawa video atau materi informasi lain untuk mendukung pembicaraan.

Tinggalkan alamat, nomor telepon dan nama orang yang dapat dihubungi di organisasi kita agar para pendengar tahu bagaimana mendapatkan informasi lebih lanjut atau untuk mencari seorang teman sebaya. Tinggalkan nomor telepon 'hotline' setempat atau alamat rumah singgah setempat kalau ada.

Berikan dukungan dan sesi tanya-jawab ringkas (*debriefing*) seusai pembicaraan – akan ada gunanya jika pergi berdua.

## PETUNJUK & SARAN

Pertimbangkan hambatan sosial dan budaya untuk meningkatkan penghasilan. Misalnya, apakah laki-laki dianggap pantas mengendalikan uang keluarga?

Putuskan apakah kegiatan kita dapat menjadi usaha yang layak atau terutama bertujuan untuk memberikan dukungan sosial. Kalau demikian, jelaskan agar tidak ada yang mempunyai harapan yang terlalu muluk.

Perhitungkan pekerjaan administratif tambahan dan untuk berapa lama kita akan terus memerlukan dukungan dana tambahan sebelum kita memulai kegiatan peningkatan penghasilan.

Hitung semua biaya pendirian usaha kredit, termasuk untuk gaji dan sewa kantor. Pastikan bahwa penerima kredit memahami perlunya membayar uangnya kembali ditambah dengan bunga. Berikan dukungan yang tepat pada penerima kredit, seperti kemampuan membaca/menulis dan keterampilan pembukuan dasar serta fasilitas penitipan anak.

Selidiki apakah ada permintaan untuk produk kita di pasar. Bicara dengan pengusaha lokal yang bersahabat atau proyek pengembangan usaha kecil/mene-nengah.

Pikirkan kebutuhan khusus orang yang mungkin sakit dan dukungan apa yang mereka perlukan untuk menjalankan proyek secara berhasil.



Anggota JOY dalam stan penjualan manik-maniknya pada Jogja Roundtable Meeting, September 2003

### Dukungan keuangan

Kemiskinan biasanya merupakan masalah yang paling parah yang dihadapi oleh Odha. Berbagai kegiatan yang dapat dikembangkan:

- berikan nasihat mengenai sumber dukungan yang sudah ada, misalnya kelompok agama atau kesejahteraan sosial, atau tunjangan pemerintah
- selidiki kesempatan kerja yang ada, termasuk mencarikan pekerjaan sementara
- berikan latihan mengenai manajemen produksi atau bisnis untuk orang yang sudah menjalankan usaha kecil
- dirikan arisan
- dirikan dana untuk kumpulan sumbangan terbatas atau dari *fund-raising* (penggalangan dana)
- berikan latihan, dukungan dan pinjaman awal sebagai modal pada orang yang memulai usaha kecil
- dirikan kegiatan peningkatan penghasilan (*income generating*), seperti mendirikan usaha gilingan, percetakan dan jualan kaos, atau usaha penjahitan

*JOY adalah kelompok dukungan untuk Odha. Untuk mendanai kegiatannya, JOY membuat kalung dan gelang dari manik-manik, kaos, pin dan kerajinan yang lain untuk dijual. Untuk menjual barang tersebut biasanya kami mengambil kesempatan saat ada acara tertentu misalkan Hari AIDS Sedunia atau Malam Renungan AIDS Nusantara. Juga bila anggota JOY diundang menjadi narasumber dalam suatu acara, 10 persen uang transpornya disumbangkan pada kas JOY. Saat ini kita mulai bekerja sama dengan instansi terkait seperti Dinas Sosial, dengan hasilnya beberapa anggota menerima bantuan modal untuk membuka usaha kelompok.*

Yani, JOY

# Bagian 5

## Menjangkau sumber daya

- 81 Mencari dana
- 84 Praktek penggalangan dana yang baik
- 85 Mengelola keuangan
- 87 Penggalangan dana yang lebih besar



*‘Sumber daya terbaik bagi kita adalah diri kita sendiri’*

Di seluruh dunia, kelompok dukungan terutama tergantung pada keterampilan, semangat dan kerja keras anggotanya. Tetapi, kita juga mengandalkan sumber daya yang lain (yang digunakan untuk mencapai tujuan). Sumber daya dapat terdiri dari:

- manusia (waktu dan sumbangan orang dalam artian keterampilan dan pengetahuan mereka)
- sumbangan materiil (ruangan kantor, peralatan, makanan gratis)
- dana

Kita dapat melakukan banyak tanpa sumber daya. Namun, kelompok kita hampir pasti akan membutuhkan dukungan dan dana dari luar untuk melakukan kegiatan – sekali pun ini hanya jumlah uang yang tidak banyak untuk menutupi biaya pertemuan berkala.

#### DAFTAR TILIK

##### Melakukan kegiatan pengumpulan dana

- ✓ Tentukan tanggalnya.
- ✓ Pilih tempat – yang aman dan mudah terjangkau, jika memungkinkan dan diperlukan, dengan fasilitas medis dan penitipan anak.
- ✓ Apabila perlu, rundingkan dan minta izin pada instansi setempat yang berwenang dan polisi.
- ✓ Pertimbangkan untuk melibatkan organisasi lain, seperti sekolah setempat, perkumpulan remaja, klub olahraga.
- ✓ Iklankan/sosialisasikan kegiatan dan organisasi kita.
- ✓ Minta perusahaan setempat untuk menjadi sponsor atau memberi sumbangan untuk menutupi biaya sebagai imbalan atas iklannya.
- ✓ Hubungi media massa dan radio setempat.
- ✓ Undang selebritis setempat atau nasional untuk acara pembukaan atau sebagai peserta.
- ✓ Urus semua peralatan yang diperlukan.
- ✓ Sesudah usai, ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang ikut serta.
- ✓ Umumkan pada anggota dan komunitas berapa banyak dana yang dikumpulkan.



## Mencari dana

### Kegiatan penggalangan dana

Salah satu cara yang baik bagi kelompok kecil untuk mulai penggalangan dana adalah dengan melakukan kegiatan dan peristiwa lokal, misalnya:

- bazar amal
- pertandingan olahraga, gerak jalan
- penjualan makanan atau kerajinan tangan
- pertunjukan tarian, kontes kecantikan atau konser

### Perusahaan

Perusahaan lokal dapat mendukung kelompok kita dengan:

- dana, melalui hibah, sumbangan karyawan, atau dengan menyumbang sebagian keuntungan perusahaan pada kelompok
- dukungan non dana misalnya izin untuk memakai peralatan atau jasa pengiriman surat/paket
- dukungan dan keahlian teknis, misalnya, jasa atau nasihat yang gratis, 'meminjamkan' anggota staf, misalnya seorang akuntan untuk membantu dengan pembukuan, atau insinyur dan peralatan *sound system* untuk konser Malam Renungan AIDS. Ada perusahaan yang juga dapat membantu mengadakan pelatihan gratis atau dengan biaya rendah, misalnya untuk keterampilan akunting atau hubungan masyarakat (*public relations*).

Perusahaan dapat menjangkau orang yang mungkin tertarik dengan upaya kita. Karyawan mungkin ingin mendukung atau bergabung dengan kelompok kita. Perusahaan mempunyai hubungan dengan masyarakat luas yang mungkin ingin kita jangkau untuk kegiatan meningkatkan kepedulian. Perusahaan juga dapat berperan sebagai panutan, misalnya dengan memberikan contoh mengenai praktek yang baik dan benar dalam tempat kerja atau memakai kekuatan ekonomis atau status sosialnya di lingkungan kita untuk memberikan dukungan (lihat Bagian 7, halaman 114).

Tetapi hati-hati – ada banyak alasan mengapa sebuah perusahaan ingin mendukung kelompok kita. Mungkin saja perusahaan prihatin mengenai dampak HIV pada produktivitasnya, semangat juang di tempat kerja dan biaya kesehatan. Mungkin berharap agar menciptakan hubungan yang baik dengan masyarakat setempat. Mungkin saja suatu perusahaan ingin dihubungkan dengan kelompok kita untuk memajukan kepentingan komersialnya. Sebelum menghubungi perusahaan setempat, pertimbangkan dulu apa sebenarnya baik-buruknya dari kerja sama dengan dunia bisnis. Apakah kita akan dipandang seolah-olah 'menjual diri'? Pastikanlah bahwa anggota kelompok dan orang yang diajak bekerja sama tidak merasa bahwa kepentingan komersial suatu perusahaan bertentangan dengan misi dan tujuan kita.

## PETUNJUK & SARAN

Pakai kontak pribadi. Apakah ada orang dalam keluarga kita yang mempunyai hubungan bisnis?

Cari perusahaan setempat yang berminat mendukung tujuan kelompok kita.

Permohonan harus jelas dan disampaikan dalam bahasa bisnis.

Cari tahu apa yang diharapkan sebagai imbalan oleh perusahaan. Apakah kita dapat memenuhi harapan itu?

Selain dana, pikirkan dukungan macam apa yang dapat diberikan oleh perusahaan.

Mencari tahu motivasi perusahaan tersebut dan yakinkannya akan manfaat kerja sama atau dukungan kepada kita. Ingat, tujuan utama perusahaan adalah mencari untung.

Tidak jarang kelompok dukungan untuk Odha dihubungi oleh perusahaan obat, khususnya yang memasarkan obat antiretroviral atau obat lain yang sering dibutuhkan oleh Odha. Ada beberapa organisasi Odha di negara berkembang yang enggan menerima dana apa pun dari perusahaan tersebut. Hal ini karena dianggap sangat sulit untuk menghindari kesan bahwa organisasi atau kelompok kita dikendalikan atau dipengaruhi oleh perusahaan agar kita tidak berani mengkritik perusahaan, bahkan mempromosikan obatnya. Walaupun setiap kelompok harus menentukan kebijakan sendiri, sebaiknya kita sadar terhadap risiko ini bila kita mempertimbangkan tawaran dana dari perusahaan obat.

Umumnya perusahaan lebih condong mendukung organisasi lokal, masalah yang ada kaitan dengan bisnis mereka, dan yang diminati oleh pelanggan mereka atau yang melibatkan seorang anggota stafnya. Oleh karena itu ada gunanya menghubungi perusahaan yang kemungkinan besar akan tertarik dengan kelompok kita.

Permohonan kita akan lebih mungkin sukses apabila jelas dan disampaikan dengan baik. Mencari informasi mengenai perusahaan dan melihat apakah harapan kita tepat. Usahakan memberikan semua informasi yang diperlukan agar perusahaan dapat mengambil keputusan untuk mendukung kelompok kita. Cara yang baik adalah memulai dengan menghubungi orang dalam untuk mencari tahu informasi apa yang mereka butuhkan. Kemudian kita dapat menulis permohonan singkat, dialamatkan pada orang yang tepat, yang menyoroti manfaat yang diraih oleh perusahaan jika terlibat dalam kelompok atau program kita.



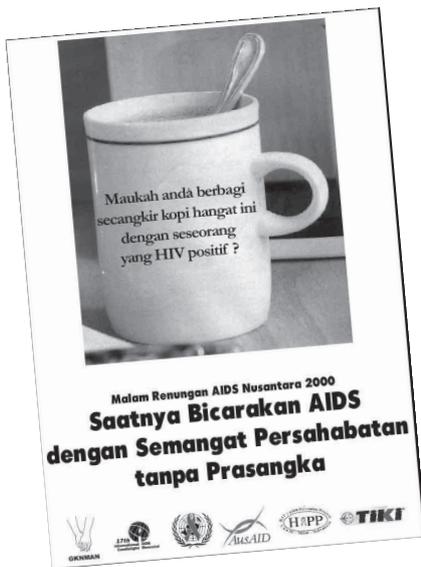
© International HIV/AIDS Alliance

Dengan mengembangkan hubungan dengan perusahaan setempat OCAFI bisa melakukan penjangkauan di kasino setempat

*OCAFI, sebuah organisasi layanan AIDS di Filipina, sudah mengembangkan kemitraan dengan perusahaan lokal. Kami telah belajar memandang dunia bisnis lebih sebagai mitra dan bukan sebagai musuh. Kami telah belajar memasarkan diri – bukan dengan cara yang dibuat-buat, tetapi hanya dengan mempertunjukkan kekuatan kami dan hubungan kami dengan komunitas. Kami membuat bisnis lokal tertarik dan berbicara dengan mereka mengenai mengapa mereka harus peduli terhadap AIDS dan apa yang mereka akan dapatkan. Setelah itu, mereka mau membantu.*

*Kemitraan dengan bisnis membawa kebaikan seperti: ketampilan yang lebih menonjol dan nama baik di dunia usaha; dukungan dana dan dukungan non keuangan, misalnya perusahaan menyumbang spanduk dan bahan promosi; penjangkauan yang lebih mudah pada pekerja di kasino.*

**Jude Asunción, Olongapo City AIDS Foundation (OCAFI), Filipina**



Dukungan sponsor terjadi apabila suatu perusahaan membiayai iklan produknya melalui organisasi kita. Dukungan sponsor termasuk:

- membayar untuk iklan dalam laporan tahunan, brosur atau buletin kita
  - memasang nama sponsor, misalnya saat kegiatan atau pada peralatan
- Kami diajarkan oleh Rotary Club untuk membuat manisan dan minuman rumput laut dengan bahan yang dibeli murah dari petani rumput laut binaan Rotary Club. Hasilnya dijual di beberapa Supermarket dan pada peserta kegiatan HIV/AIDS. Keuntungan dipakai untuk meningkatkan penghasilan anggota dan untuk kas kelompok.*

Dr. Cisca, Batam Spirit Support

Apabila kita mencari sokongan sponsor, kita harus dapat mengatakan kiranya berapa orang akan melihat nama perusahaan atau berapa luas wilayahnya yang dapat dicakup untuk produk yang disponsori.

## Langganan

Kita dapat meminta orang untuk menjadi 'teman' atau pendukung organisasi kita, misalnya dengan menawarkan keanggotaan, buletin, tiket pertunjukkan, atau fasilitas lain, sebagai pengganti biaya menjadi langganan. Rencana langganan dapat merupakan cara yang mudah untuk menggalang dana yang kecil, tetapi ingat, kita harus memberikan keuntungan untuk berlangganan, menerima uangnya, mengirim surat peringatan, dan memperbaharui daftar langganan. Mungkin semua itu merupakan beban terlalu besar untuk kelompok kecil.

Tetapi, manfaat yang penting adalah bahwa lambat laun cara ini mendorong keterlibatan orang dalam kelompok kita. Para pendukung dapat menyumbang pada kelompok kita dengan cara yang lain, seperti keterampilan atau menghubungkan dengan perusahaan setempat.

Ada gunanya memakai tarif langganan yang berbeda-beda, misalnya untuk Odha, keluarganya, temannya dan yang lain-lain.

## Pembiayaan mandiri

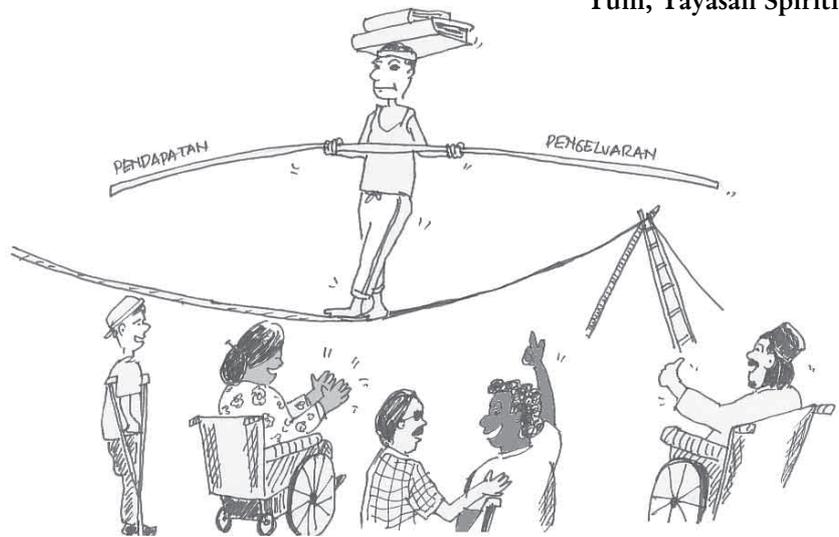
Pembiayaan mandiri artinya menggalang dana melalui kegiatan kita sendiri. Odha mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang dapat bermanfaat bagi orang lain. Sejak lama banyak kelompok sudah membagi-bagikan pengetahuan dan pengalaman secara gratis, tetapi sekarang beberapa organisasi sudah minta dibiayai untuk:

- pemberian nasihat pada organisasi yang didanai atau media massa
- keterlibatan dalam program penelitian, asal penelitian itu telah disetujui oleh panitia etika dan anggota kita tidak merasa mereka dipakai sebagai 'kelinci percobaan' (itu terutama penting dalam penelitian medis)
- penyediaan pelatihan untuk meningkatkan kepedulian mengenai HIV
- pemberian dukungan teknis pada kelompok lain, misalnya dalam pengembangan organisasi



*Terkadang kita tidak sadar bahwa sebagai Odha, kita mempunyai keahlian dalam bidang HIV/AIDS – asal kita siap belajar dan terus menambah wawasan. Karena Odhalah yang paling paham dengan segala permasalahannya. Belum tentu orang lain yang tidak terinfeksi dapat mengetahui apa yang kita rasakan dan dapat mengerti permasalahan yang kita hadapi. Keahlian yang kita miliki dapat dijadikan sebagai sumber pencari penghasilan, baik untuk kita sendiri maupun untuk kelompok. Sebagai contoh saya sudah beberapa kali diundang menjadi konsultan untuk program HIV/AIDS oleh lembaga donor. Saya diminta untuk melakukan penggalan kebutuhan Odha di Indonesia, sebagai masukan untuk perencanaan program baru. Teman dari Saribattangku juga diminta mengunjungi kelompok waria lain di Indonesia, untuk berbagi pengalaman tentang penjangkauan pada waria yang HIV-positif, serta ketersediaan terapi ARV di Makassar. Dan honor sebagai konsultan lumayan lho...!*

**Yuni, Yayasan Spiritia**



## Praktek penggalangan dana yang baik

Untuk semua kegiatan penggalangan dana, betapa pun kecil skalanya, asas umum berikut adalah penting:

- Kumpulkan informasi yang baik dan sampaikan dengan cara yang muda diserap. Misalnya, satu lembar informasi, grafik sederhana atau brosur merupakan cara yang baik untuk memberitahukan fakta dan angka.
- Berikan bukti bahwa kelompok kita berharga bagi anggotanya atau bukti manfaat dari kegiatannya. Hal ini berguna baik untuk informasi umum maupun untuk disampaikan pada calon donor atau organisasi mitra.
- Tunjukkan penghematan biaya yang dapat dihasilkan oleh layanan atau program kita.
- Kita boleh bangga atas apa yang kita lakukan dan mengatakannya pada orang lain. Umumkan kegiatan dan keberhasilan kita. Lihat halaman 106 untuk lebih banyak informasi mengenai menghadapi media massa.

## PETUNJUK & SARAN

Bentuk kelompok pengelola keuangan yang terdiri paling sedikit tiga anggota sehingga tanggung jawab untuk mengelola keuangan dapat dibagi.

Buat pedoman tertulis yang jelas bagaimana uang akan digunakan, dan oleh siapa.

Adakan rapat secara berkala, dan ketahui berapa jumlah uang masih ada. Periksa sistem pembukuan, paling sedikit sekali sebulan.

Pastikan bahwa kelompok pengelola keuangan mempunyai semua yang diperlukan untuk mengelola keuangan dengan baik.

Buatkan catatan di buku kas mengenai semua uang yang masuk dan keluar (lihat contoh di samping). Kita dapat mencatat semua uang tunai dan cek di buku yang sama.

Simpan catatan keuangan di tempat yang aman.

Jangan menaruh terlalu banyak uang di kotak uang.

Berikan kwitansi (dan simpan kopinya) kepada siapa saja yang memberikan uang kepada kelompok dengan alasan apa pun, termasuk sumbangan.

Untuk jumlah uang yang lebih besar, buka rekening di bank sehingga penabungan dan pengambilan dicatat oleh bank.

## Mengelola keuangan

Mengelola keuangan adalah penting, betapa pun kecilnya anggaran kelompok. Masalah berat dapat timbul apabila kita tidak mengawasi keseluruhan dana serta pengeluaran, dan tidak jelas siapa bertanggung jawab atas pemantauan uang.

*Contoh catatan buku kas*

| No. | Tanggal  | Penjelasan transaksi       | Pemasukan | Pengeluaran | Saldo   |
|-----|----------|----------------------------|-----------|-------------|---------|
|     |          | Total dipindahkan          |           |             | 200.000 |
| 1   | 14 April | Pengeluaran di rumah sakit | 100.000   |             | 300.000 |
| 2   | 14 April | Tiket Bus - Budi           |           | 20.000      | 280.000 |
| 3   |          |                            |           |             |         |
| 4   |          |                            |           |             |         |
| 5   |          |                            |           |             |         |
|     |          | Total untuk dipindahkan    |           |             |         |

## Mengelola uang tunai

Penting bagi kita untuk menetapkan beberapa aturan mengenai jumlah uang yang kecil yang tidak disimpan di bank (*petty cash*). Peraturan ini harus tertulis dan semua anggota harus mengetahui dan memahaminya. Misalnya:

- Jelaskan siapa bertanggung jawab atas urusan uang kas – yang terbaik seorang anggota bagian keuangan.
- Simpan uang kas kecil di tempat yang memadai. Tidak harus sebuah brankas (lemari besi) tetapi uang harus disimpan di tempat yang aman.
- Selalu dapatkan bukti pembayaran untuk apa saja yang memakai uang kelompok kita.
- Apabila kita tidak dapat mendapatkan bukti pembayaran, atau bukti pembayaran hilang, suatu kas bon kecil harus ditandatangani.
- Simpan bukti pembayaran, kwitansi dan kas bon kecil di map yang aman, yang terbaik dengan *ring binder* (map tersendiri).
- Selalu berikan kwitansi pada orang yang menyumbang uang pada kelompok kita.

| Formulir Permohonon Pengembalian Ongkos Relawan |            |        |
|---|------------|--------|
| Tanggal   | Penjelasan | Jumlah |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
|   |            |        |
| Total yang diminta                              |            |        |

Tanggal Permintaan Ini  Tanggal Permintaan Sebelumnya

Tanda Tangan Relawan \_\_\_\_\_

Tanda Tangan Anggota Kelompok Keuangan \_\_\_\_\_

Apabila kita membayar jumlah uang tunai secara berkala, seperti ongkos transportasi, mungkin kita sebaiknya memakai formulir permohonan untuk mencatat jumlah uang yang diminta, untuk apa dan tanggalnya. Kemudian formulir ini dapat ditandatangani anggota kelompok yang lain (orang yang bertanggung jawab atas kegiatan penyuluhan, misalnya).

## Sistem pembukuan

Untuk mengelola uang dengan baik, sebaiknya kita menyediakan hal berikut agar pekerjaan lebih mudah:

- buku kas – untuk mencatat transaksi
- *ring binder* yang besar dan kuat untuk menyimpan bukti pembayaran dan kwitansi
- *ring binder* untuk berkas yang penting, seperti surat, rekening bank dan laporan keuangan
- lem dan kertas sisa untuk merekatkan bon-bon kecil
- buku kwitansi – untuk memberikan kwitansi ke orang yang memberikan sumbangan kepada kelompok kita
- formulir penggunaan uang kecil
- tempat yang aman untuk menyimpan uang tunai
- tempat yang aman untuk menyimpan map catatan keuangan – lemari yang dapat dikunci mungkin tempat yang terbaik



# Penggalangan dana yang lebih besar

## Penelitian

Bicarakan dengan orang dan kelompok lain yang sudah berpengalaman menggalang dana. Lembaga donor internasional dan nasional yang besar mungkin mempunyai kantor cabang dekat kita. Lihat juga daftar acuan penggalangan dana di halaman 128.

Belajar sebanyak-banyaknya mengenai setiap lembaga donor yang kita dekati. Apa yang paling diminatinya? Berapa besar dan jenis hibah yang mereka berikan, dan kepada jenis organisasi apa?

## Sasaran

Pilih lembaga donor yang minatnya paling sesuai dengan program kita dan kebutuhannya. Perhatikan hubungan minat donor dan kegiatan kita.

Jangan kirimkan proposal ke lembaga yang belum kita selidiki atau lembaga yang jelas tidak sesuai dengan proposal kita, atau yang tidak mendanai jenis organisasi kita.

Lembaga donor biasanya ingin tahu:

- Siapa kita, tempat kita bekerja dan dengan siapa mitra kerja kita?
- Apa yang merupakan masalah, kebutuhan atau keinginan?
- Tindakan apa yang kita usulkan dan mengapa tindakan itu dipilih?
- Manfaat apakah yang diharapkan, dan untuk siapa?
- Berapa biayanya?
- Bagaimana kita akan mengevaluasi program kita dan bagaimana pelajarannya akan dipakai?

## Surat permohonan

Sebaiknya dikirim surat permohonan awal sebelum kita mempersiapkan proposal yang lengkap. Alamatkan surat tersebut kepada nama seseorang kalau dapat, untuk menanyakan apakah lembaganya bersedia mempertimbangkan proposal program kita, dan, apabila ya, apakah ada syarat tertentu.

*Contoh surat permohonan*

Kotakita Plus  
Jl. Raya Desaitu No. 10  
Pandang Baru  
Kotakita 34923  
Indonesia

Ms. S Khan  
World Health Funds - Southeast Asia Regional Office  
23 Main Avenue  
Capitaltown 75243  
REPUBLIC OF EREHWON

18 September 2003

Ms. Khan yang terhormat,

Dengan ini saya menyurati Anda untuk meminta informasi apakah ada kemungkinan World Health Funds dapat memberikan bantuan pendanaan atas sebuah program yang telah kami identifikasi.

Program itu menyangkut [judul dan deskripsi singkat mengenai ide program, termasuk tujuannya, kegiatan yang dapat diharapkan, hasilnya dan perkiraan dana yang dibutuhkan].

Kami ingin mengetahui apakah ada kemungkinan World Health Funds bersedia mempertimbangkan bantuan teknis atau bantuan dana untuk program jenis ini. Apabila ada kemungkinan, bagaimana kami dapat mengajukan permohonan/melamar untuk bantuan yang diperlukan? Bilamana mungkin, kami mohon agar Ibu sudi mengirimkan formulir permohonan bantuan yang terkait.

Seandainya Ibu tidak dapat membantu kami, kami akan merasa sangat berterima kasih apabila Ibu dapat merekomendasikan organisasi lain yang mungkin tertarik mendukung proposal kami.

Dengan hormat,

*Doerachmat RK*

Doerachmat RK  
Manajer Penggalangan Dana, Kotakita Plus

## PETUNJUK & SARAN

### Proposal penggalangan dana

Ikuti pedoman donor dan pusatkan perhatian pada minatnya yang khusus.

Buat sesingkat mungkin. Proposal baku seharusnya tidak lebih dari sepuluh halaman dengan spasi ganda, di samping halaman judul dan daftar isi.

Buat sesederhana mungkin. Hindari kata-kata yang rumit, bahasa populer atau istilah khusus. Terangkan istilah khusus yang dipakai, singkatan, akronim (misalnya Odha).

Pusatkan perhatian pada satu pesan. Terangkan kepentingan apa yang ingin kita lakukan.

Bahas kegiatan tertentu dan hasil yang nyata. Hindari pernyataan umum selain yang berhubungan dengan tujuan jangka panjang dan misi serta visi kelompok kita.

Tekankan dampak yang akan diharapkan dari proyek kita. Terangkan siapa yang akan menikmati hasilnya, dan bagaimana.

Tekankan kemampuan, keterampilan dan pengetahuan kita. Tunjukkan bahwa kelompok dan proyek kita unik, dan jelaskan mengapa.

Buat proposal menarik – proposal harus jelas dan enak dibaca. Pakai spasi ganda.

Bersiaplah untuk menerima usulan pemberi dana untuk mengubah rancangan proposal.

Simpan salinan proposal dan berkas surat-menyurat.



Kenali lembaga donor kita. Kalau mungkin, atur pertemuan dengan orang yang mengurus permohonan kita. Apabila dia tidak memiliki waktu untuk bertemu, coba apakah dia bersedia berbicara dengan kita melalui telepon selama sepuluh menit. Bicarakan mengenai pendapat kita sebelum mengirim proposal yang akhir. Mungkin lembaga donor akan mengatakan apa yang ingin mereka lihat dalam program tertentu.

Permohonan kita akan lebih mungkin sukses apabila kita mulai dengan meminta dana yang relatif kecil. Kemudian secara berangsur-angsur kita dapat meningkatkan jumlah dana sejalan program organisasi kita semakin sukses dan berpengalaman dalam pengelolaan keuangan. Coba menjadi realistis dan 'transparan' (terbuka dan jujur) mengenai kebutuhan kita. Apabila kita menaikkan angka-angka, maka akan mengakibatkan kecurigaan dan kemungkinan lebih besar mereka tidak akan mendanai kita.

Pertimbangkan meminta organisasi yang telah bernama untuk mengelola rekening bank dan memberikan sokongan keuangan apabila kita belum pernah mengelola keuangan sebelumnya. Simpan catatan pengeluaran bukti semua penggunaan uang.

Tunjukkan bagaimana program kita akan didanai di masa depan. Lembaga donor menyukai untuk mendukung program yang berpotensi menjadi mandiri dan berkesinambungan, sehingga sumbangannya dapat berkurang setelah program sukses memperoleh dukungan dana setempat. Tunjukkan dalam proposal kita bahwa hal tersebut dipertimbangkan, misalnya dengan memasukkan tahun awal untuk kegiatan mendirikan program, diikuti dengan kegiatan peningkatan dengan biaya yang lebih rendah pada tahun berikut.

Baca pedoman lembaga donor dengan seksama. Pastikan kita mengirim proposal kita dalam batas waktu yang ditentukan dan bahwa proposal kita mengikuti bentuk khusus lembaga.

## Tahap dalam penggalangan dana

- 1 Seorang staf lembaga donor memeriksa surat permohonan, bersama dengan banyak orang lain. Orang ini kemudian akan memutuskan apakah program kita termasuk persyaratan atau pedoman lembaga.
- 2 Apabila program kita sesuai dengan persyaratan lembaga donor, kelompok kita akan diminta kemudian untuk mengirimkan proposal yang lengkap. Mungkin kita juga akan diberikan garis besar tertentu untuk diikuti.
- 3 Kita mengirim proposal yang lengkap.
- 4 Staf lembaga donor membaca proposal kita, bersama dengan banyak orang lain. Mungkin beliau akan menghubungi kita untuk menanyakan informasi atau penjelasan tentang pokok tertentu di proposal.
- 5 Staf lembaga kemudian akan menulis laporan dengan penilaian setiap proposal permohonan dana.
- 6 Salinan semua proposal akan diberikan kepada direksi atau panitia hibah lembaga, disertai dengan laporan penilaian.
- 7 Pada pertemuan direksi atau panitia yang berikut, anggota akan memutuskan proposal yang mana akan didanai.
- 8 Keputusan tersebut diberitahukan pada kita.

## Unsur-unsur proposal

### ① Ringkasan (tidak lebih dari satu halaman)

Suatu ringkasan harus singkat tetapi seharusnya menerangkan semua pokok kunci dalam proposal kita, termasuk:

- gambaran singkat tentang organisasi kita
- beberapa kalimat mengenai masalah atau kebutuhan yang melatarbelakangi program
- gambaran program (termasuk tempat pelaksanaannya, tujuan umum jangka panjang dan tujuan tahun pertama)
- hasil atau dampak program yang diharapkan, dengan menetapkan siapa yang akan diberi manfaat
- jangka waktu program yang direncanakan
- cara pemantauan dan evaluasinya
- jumlah dana total yang diperlukan untuk program (termasuk jumlah sumbangan dari sumber lain, dan jumlah yang diminta dari lembaga donor)

## 2 Informasi mengenai organisasi kita dan riwayatnya (sekitar satu halaman)

Bagian ini sebaiknya meliputi: nama organisasi, siapa pendirinya dan mengapa; filsafat umum (atau pernyataan tujuan umum); keanggotaan dan siapa mendapatkan manfaat dari kelompok kita; bagaimana kelompok dikelola (jumlah staf yang digaji maupun relawan, badan pengurus/pengawas/pembimbing kalau ada, status hukum); kegiatan terakhir dan hasilnya; penghargaan yang telah diterima kelompok kita; kutipan mengenai kelompok kita yang diungkap oleh tokoh masyarakat atau para ahli, atau evaluasi apa pun yang menunjukkan keberhasilan.

## 3 Kebutuhan atas program (sekitar satu halaman)

Jelaskan dengan singkat masalah atau kebutuhan yang akan dipenuhi oleh program kita. Jelaskan mengapa dan bagaimana kita mengetahui bahwa kebutuhan tersebut merupakan hal yang penting, dan mendukungnya dengan informasi seperti kutipan dari instansi yang berwenang atau orang yang akan memetik manfaat. Jangan mengira para pembaca mempunyai pengetahuan mengenai HIV. Jelaskan mengapa pekerjaan kita berarti, misalnya bahwa kita bekerja di daerah tempat tingkat HIV paling tinggi di negara kita. Tunjukkan keunikan atau apa yang khas mengenai program kita.

## 4 Gambaran program dan rencana tindakan (tidak lebih dari tiga halaman)

Tuliskan tujuan umum program dan tujuan jangka pendek, misalnya tujuan yang akan dicapai pada tahun pertama program. Sebaiknya tidak lebih dari lima tujuan untuk program yang besar.

Gambarkan tahap yang akan dilalui untuk mencapai tujuan kita dan jelaskan pentingnya setiap tahap. Bagian ini akan menyampaikan apa yang akan dilakukan dalam program kita, bagaimana, mengapa, di mana dan kapan. Tunjukkan apa maknanya rencana kita untuk masa depan, misalnya bila memungkinkan penghematan biaya atau peningkatan mutu kehidupan sebagai dampak program kita.

Jelaskan rencana masa depan termasuk ringkasan rencana kerja atau jadwal kegiatan, dengan menunjukkan bulan saat tahap program yang berbeda-beda akan dilaksanakan. Tunjukkan kapan dana besar akan diperlukan.

Jelaskan siapa yang bertanggung jawab secara keseluruhan untuk pengelolaan program, siapa lagi yang akan dilibatkan dan tanggung jawab setiap orang atau kelompok. Sebutkan nama jabatan daripada nama orang. Jelaskan untuk setiap orang apakah dia akan digaji atau akan membantu sebagai relawan. Keterangan ini akan menjelaskan jumlah dana yang dianggarkan untuk gaji.

Apabila badan pengawas/penasihat akan didirikan untuk program, jelaskan tugasnya.





### 5 Hasil yang diharapkan (sampai dua halaman)

Dalam bagian ini, jelaskan hasil program yang diharapkan. Jelaskan siapa yang akan mendapatkan manfaat dari program ini (dan berikan rincian misalnya usia, jenis kelamin dan status HIV-nya). Tekankan bahwa Odha akan dilibatkan langsung dalam perancangan, perencanaan dan pelaksanaan programnya. Tunjukkan bagaimana hal ini akan dijamin dan jelaskan mengapa keterlibatan tersebut dianggap penting.

Jelaskan cara pemantauan dan evaluasi dan bagaimana kita akan memakai informasi yang dihasilkan ini untuk membuat rencana pada masa depan. Sebutkan:

- pemantauan berkala yang akan dipakai untuk mengetahui dan mengatasi masalah selama berjalannya program
- siapa yang bertanggung jawab atas melaksanakan dan mengarahkan proses evaluasi
- berapa kali evaluasi akan dilaksanakan dan jadwalnya, serta kapan hasil evaluasi akan dilaporkan dan kepada siapa
- apa yang akan kita selidiki untuk mengukur keberhasilan program (indikator ini harus berhubungan dengan tujuan program dan harus ada paling sedikit satu indikator untuk setiap tujuan)
- data atau fakta apa yang akan kita kumpulkan untuk evaluasi, cara pengalangannya, dan cara dianalisis
- bagaimana kita akan berbagi pelajaran yang diperoleh dari evaluasi dengan komunitas dan orang lain, termasuk lembaga donor
- bagaimana evaluasi akan dipakai untuk memperbaiki program

### 6 Anggaran (satu halaman dilengkapi dengan catatan)

Anggaran yang layak harus berdasarkan jumlah uang yang kita ketahui adalah benar, karena pemberi dana ingin mengetahui dasarnya angka yang tercantum. Yakinkan agar setiap pos anggaran jelas kaitannya dengan kegiatan yang direncanakan.

Adalah bijak untuk melengkapi anggaran dengan catatan yang menjelaskan pengeluaran yang kelihatan tinggi. Misalnya, apabila sesuai, kita dapat menjelaskan bahwa perkiraan biaya transportasi berdasarkan biaya terendah, atau bahwa ongkos terjemahan termasuk interpretasi pada pertemuan dengan mitra dari luar negeri.

Anggaran harus lengkap dengan daftar dan penjelasan yang menyangkut semua sumbangan non-uang pada program. Sumbangan itu dapat berupa waktu relawan, kendaraan yang dipinjamkan, ruangan kantor, atau sumbangan jasa, pembekalan atau peralatan.

Sebutkan sumber dana lain yang telah ada dan lembaga lain yang akan didekati untuk pendanaan masa depan. Khususnya, jelaskan bagaimana kita akan mencari dana tambahan untuk program ini yang tidak diminta dalam proposal ini.

Uraikan dukungan apa yang kita rencanakan untuk program yang masih sedang berjalan setelah pendanaan yang diminta akan berakhir.

Berbagai pengeluaran yang dianggarkan mungkin berupa pengeluaran untuk sekali waktu saja, seperti pembelian peralatan. Tetapi apakah kita telah memasukkan biaya untuk perawatan dan perbaikan peralatan tersebut? Apakah ada rencananya bahwa program akan menghasilkan pendapatan di samping pendanaan dari luar?

Jelaskan secara singkat sistem pengelolaan keuangan untuk program, termasuk bagaimana dana akan ditampung. Bagaimana pengeluaran akan dikendalikan dan oleh siapa? Siapa yang membuat laporan keuangan dan seberapa sering? Apakah pembukuan akan diaudit? Apabila ya, oleh siapa?

(Lihat lembar kerja anggaran pada halaman berikut)

## 7 Bahan dukungan

Bersama dengan proposal, kita sebaiknya melampirkan bahan dukungan termasuk: laporan tahunan yang terakhir; kebijakan apa pun mengenai kesetaraan jender atau hak asasi manusia; kliping berita koran mengenai kegiatan kelompok kita; daftar kelompok anggota (apabila kelompok kita merupakan koalisi atau jaringan), dan riwayat hidup pemimpin program.

## Tindak lanjut

Sekali pun kita telah mengajukan proposal, ingat bahwa persaingan untuk pendanaan sangat ketat. Sebaiknya kita meyakinkan proposal telah diterima di kantor lembaga donor, tetapi jangan terus-menerus mengganggu mereka dengan meminta tanggapan langsung. Apabila kita belum menerima kabar dari lembaga donor dalam satu bulan setelah proposal diajukan, kita dapat menindaklanjuti dengan mengirim surat yang sopan. Minta kepastian atas penerimaan proposal dan kira-kira kapan kita dapat menerima balasan. (Ini mungkin dalam waktu enam bulan atau satu tahun).

Simpan catatan dan salinan semua permohonan, dengan tanggalnya masing-masing, serta catatan mengenai kapan ada hubungan telepon atau pertemuan.

Pakailah setiap kesempatan untuk mempererat hubungan dan menambah pengetahuan dan kepercayaan lembaga donor terhadap organisasi kita.

**Apabila proposal kita tidak sukses**, jangan putus asa. Proposal apa pun dapat ditolak – bahkan yang disusun oleh pencari dana yang sangat berpengalaman. Upayakan mencari tahu apakah ada alasan yang khusus mengapa proposal ditolak. Mungkin kita dapat mengajukan proposal kita sekali lagi dengan informasi tambahan atau dengan menyampaikan keadaan kita dari sudut yang berbeda.

**Apabila proposal kita sukses**, jangan lupa mengucapkan terima kasih pada lembaga donor atas bantuannya. Pastikan bahwa kita memenuhi persyaratan mengenai pelaporan, misalnya dengan menyerahkan laporan triwulan. Mungkin kita ingin mengajukan permohonan lagi di masa yang akan datang. Lembaga donor akan lebih bersedia mendanai kita lagi apabila kita mempunyai nama baik dan dianggap jujur.

Undang lembaga donor untuk berkunjung ke program yang didukungnya, melibatkannya dalam kegiatan serta berupaya agar lembaga merasa dihargai dan dianggap sebagai 'warga kita'. Minta lembaga untuk memberikan masukan selama program berjalan. Jangan lupa mengucapkan terima kasih kepada para donor kita pada saat pertemuan atau dalam terbitan atau laporan.

*Contoh lembaran kerja buat anggaran*

(Lembaran ini pasti harus disesuaikan dengan kegiatan yang direncanakan.)

Judul Proyek: .....  
 Tanggal mulai: ..... Tanggal akhir: .....  
 Dana yang diminta dari (nama donor): .....  
 Sumber dukungan yang lain: .....

**Bagian 1. Personalia: upah dan gaji**  
 Judul jabatan penuh waktu atau paruh waktu (berapa jam seminggu)  
 1. ....  
 2. ....  
 Pajak pendapatan dan tunjangan: .....  
 Total gaji karyawan dan pajak: .....

**Bagian 2. Ruangan**  
 1. Biaya sewa ruangan kantor (per bulan x 12): .....  
 2. Ruangan lain (dengan perincian pemakaiannya): .....  
 3. Telepon/komunikasi: .....  
 4. Keperluan lain (listrik, air, dsb.): .....  
 5. Perawatan dan perbaikan alat-alat kantor: .....  
 Total .....

**Bagian 3. Bahan dan perbekalan**  
 1. Ongkos pengiriman pos: .....  
 2. Lain-lain (dengan perincian): .....  
 Total .....

**Bagian 4. Peralatan, perabot dan mebel, dan kendaraan**  
 1. ....  
 Total .....

**Bagian 5. Transportasi**  
 1. Perjalanan lokal: ..... km/bulan x Rp ..... /km x 12 bulan: .....  
 2. Makanan dan akomodasi sedang di perjalanan: .....  
 ..... hari x Rp ..... /hari: .....  
 3. Lain-lain (dengan perincian): .....  
 Total .....

# Bagian 6

## Keterampilan berkomunikasi

- 96 Pengungkapan
- 98 **KEGIATAN 6.1**  
*Mempraktekkan pengungkapan*
- 99 Berhadapan dengan masyarakat
- 103 **KEGIATAN 6.2**  
*Kendurkan badan bagian atas*
- 104 **KEGIATAN 6.3**  
*Persiapan memakai suara*
- 105 **KEGIATAN 6.4**  
*Pemanasan suara*
- 106 Kerja sama dengan media massa



Source: Oxfam



"Dengan membuat orang lebih tahu, saya merasa lebih kuat."  
Pendidik positif, Tanjung Pinang

Memberikan presentasi di depan kelompok kita sendiri, dan juga berbicara di pertemuan dan kegiatan yang lebih besar, dapat merupakan cara yang berharga untuk meningkatkan kepedulian dan pemahaman mengenai HIV dan AIDS. Pada tahap tertentu beberapa anggota kelompok akan berkeinginan untuk berbicara di depan umum atau pada keluarga dan temannya. Bagian ini memberikan nasihat praktis untuk mengembangkan keterampilan berkomunikasi dengan masyarakat umum – berbicara di depan kelompok besar dan dengan media massa.

## Pengungkapan

Apabila kita bekerja sebagai bagian kelompok yang peduli pada HIV dan AIDS, orang dapat mengira bahwa kita HIV-positif. Padahal, tidak selalu begitu. Beberapa kelompok termasuk orang yang bukan HIV-positif. Tetapi oleh karena dugaan ini, adalah cukup penting bahwa orang yang bersedia berbicara atas nama kelompok kita mempertimbangkan dampak pengungkapan status HIV-nya.

Sebagai individu dan sebagai kelompok, kita mungkin ingin mempertimbangkan masalah pengungkapan – yaitu membuka status HIV kita – sebelum memulai kegiatan yang akan meningkatkan penampilan umum kita atau berbicara dengan orang lain di luar kelompok.

- Bagaimana perasaan kita mengenai anggapan bahwa kita HIV-positif karena kita bekerja dengan kelompok ini?
- Siapa yang boleh mengetahui status HIV kita – semua orang? Atau hanya keluarga dan teman dekat? Hanya orang yang bekerja sama dengan kita? Hanya orang di luar daerah asal atau negara kita?
- Apabila kita tampil di depan umum, membicarakan bagaimana hidup dengan HIV di depan kelompok misalnya, atau di televisi, apakah kita ingin terbuka mengenai status HIV kita sendiri?

Keterbukaan mengenai status HIV dapat sangat mempengaruhi kehidupan kita. Orang dapat bereaksi dengan berbagai macam cara terhadap pengungkapan kita. Beberapa orang mungkin akan bersikap bermusuhan atau marah, sedangkan yang lain mungkin bersikap menerima dan menghargai keterbukaan kita.

## Baik-buruknya pengungkapan

Tidak ada jawaban yang sederhana atas pertanyaan apakah lebih baik mengungkapkan status HIV kita atau tidak, dan perasaan kita dapat saja berubah dari waktu ke waktu.

Mungkin saja sangat sulit untuk mengatakan pada orang bahwa kita HIV-positif. Beberapa orang dapat mengalami kesulitan untuk menerima apa yang kita kabarkan. Keadaan seperti itu dapat membingungkan semuanya yang terlibat. Oleh karena itu mungkin ada gunanya mempertimbangkan baik-buruknya keterbukaan mengenai status HIV sesuai dengan keadaan kita sendiri.

## Beberapa dampak positif

- Kita mungkin akan merasa lega karena tidak perlu lagi merahasiakan status HIV kita. Kita dapat berbicara secara lebih bebas dan terbuka.
- Kita mungkin lebih mampu membantu orang lain yang belajar mengenai HIV serta masalah dan persoalan di sekitarnya.
- Mungkin orang lain dibesarkan hatinya apabila mereka melihat kita sebagai seorang teladan yang berani terbuka mengenai status HIV-nya.



*Mula-mula saya ragu untuk membuka status HIV saya di depan umum. Saya takut mengingat akan stigma dan diskriminasi tentang HIV/AIDS yang masih kuat melekat di masyarakat. Tapi setelah saya berbicara dan memberi informasi tentang HIV/AIDS perasaan saya merasa lega karena ternyata mereka lebih mendengar saya. Saat itu juga saya merasa hidup saya lebih berarti karena dapat berbagi ke orang lain, dapat memberi informasi tentang HIV/AIDS ini.*

**Yani, JOY**



*Waktu pertama kali saya berbicara tentang status saya, ketika itu saya berada di komunitas wartawan yang sedang pelatihan tentang HIV/AIDS. Rasanya jantung berdebar-debar, takut akan didiskriminasikan atau dilecehkan. Tapi ketika saya berbicara, semua mata memandang saya seolah tidak percaya karena saya kelihatan sehat dan gemuk apalagi mereka menyangka saya pernah kuliah padahal saya hanya lulusan SMA. Saya merasa lega dan puas setelah mengungkapkan status HIV saya, rasanya beban di pundak ini berkurang dan pekerjaan saya dihargai. Apalagi saya dapat membuka pikiran mereka bahwa HIV bukan menularkan pada orang 'tertentu' saja tetapi siapa saja dapat terinfeksi, tidak peduli berpendidikan tinggi, taat beragama, punya jabatan atau pengangguran. HIV adalah masalah virus bukan masalah moral.*

**Hertin, Yayasan Spiritia**

## Beberapa dampak negatif

- Mengatakan bahwa kita HIV-positif mungkin akan membuat kita merasa lebih buruk daripada ketika kita sendiri saja yang mengetahuinya.
- Dapat saja kita merasa semua orang membicarakan mengenai kita sebagai Odha, dan bukan sebagai orang yang sama selama ini.
- Kita mungkin akan menemukan bahwa orang tidak dapat menerima kita seperti waktu mereka belum mengetahui kita HIV-positif.



*Sebuah pengalaman yang mengingatkan saya tentang kerugian berbicara di depan umum adalah ketika saya berbicara di RiauTV Pekanbaru; bagaimana jika ada saudara yang berada di kota tersebut yang justru mengetahui status saya dari siaran televisi itu? Setelah pulang dari Pekanbaru saya ditelepon oleh salah seorang saudara sepupu saya yang tinggal di Riau, dan dia mengaku sebagai orang yang menelepon pada saat di RiauTV, dia shock. Saya mencoba menjelaskan tentang HIV/AIDS, dan saya bersyukur bahwa dia sudah mulai menerima bahwa saya adalah Odha.*

**Bayu, Yayasan Spiritia**

## Kegiatan 6.1

# MEMPRAKTEKKAN PENGUNGKAPAN

**Tujuan:** Mempertimbangkan apa yang mungkin terjadi setelah kita memberitahukan orang lain mengenai status HIV kita.

Kegiatan ini dapat dilakukan berkelompok sebagai sesi *brainstorming* atau dapat dilakukan sendiri.

Buat daftar seperti dalam contoh di bawah ini. Tambahkan orang lain yang mungkin akan tahu bahwa kita terinfeksi HIV apabila kita mengungkapkan status kita.

|                  | Dampak positif | Dampak negatif |
|------------------|----------------|----------------|
| Pasangan         |                |                |
| Ayah/Ibu         |                |                |
| Anak-anak        |                |                |
| Rekan kerja      |                |                |
| Majikan          |                |                |
| Anggota kelompok |                |                |

# Berhadapan dengan masyarakat

Setiap orang akan cemas ketika diminta berbicara di depan suatu kelompok untuk pertama kali, dan sedikit sekali orang yang berbakat sebagai ‘pembicara alami’. Tetapi, dengan latihan, kita semua dapat belajar meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan berbicara di depan umum. Ada gunanya memperhatikan bagaimana tokoh masyarakat berhasil menyampaikan suatu masalah.

Mempersiapkan presentasi dengan seksama akan membantu kita baik untuk menyampaikan gagasan secara jelas dan sederhana, maupun menyampaikan pesan dengan jelas dan yakin.

## DAFTAR TILIK

### Merencanakan presentasi

- |   |   |
|---|---|
| <p>1 MENGAPA kita memberikan presentasi ini?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apakah tujuannya untuk meyakinkan, mengajarkan, menerangkan, menghibur atau semuanya sekaligus?</li> <li>✓ Apabila ada, tindakan apa yang kita harapkan dari khalayak pendengar sebagai hasil presentasi kita?</li> <li>✓ Apakah kita mempunyai tujuan yang lain?</li> </ul> <p>2 APA yang ingin kita katakan?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Daftarkan semua gagasan, informasi dan masalah yang dapat kita sampaikan berkaitan dengan tema pokok.</li> <li>✓ Pilihlah yang paling cocok dengan tujuan kita. Yang mana paling penting?</li> <li>✓ Hanya sampaikan beberapa pokok penting saja – tidak lebih dari tiga, misalnya. Ini membantu memberikan gambaran yang sangat jelas pada para pendengar mengenai presentasi kita.</li> </ul> <p>3 Kepada SIAPA hal itu ditujukan?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Berapa banyak orang yang mungkin akan menghadiri presentasi kita?</li> <li>✓ Mengapa mereka datang, dan apa persamaan antara mereka?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apakah mereka sudah mengetahui sesuatu mengenai tema yang akan kita bahas?</li> </ul> <p>4 BAGAIMANA kita menyampaikan presentasi?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apakah kita akan sendiri?</li> <li>✓ Apakah kita memerlukan alat bantu visual atau lembaran informasi?</li> <li>✓ Apakah kita dapat memasukkan humor atau membuatnya dramatis untuk menambah dampak?</li> <li>✓ Apakah kita akan meminta khalayak pendengar untuk terlibat?</li> </ul> <p>5 KAPAN kita akan berbicara?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jam berapa? (apakah ini akan mempengaruhi siapa yang dapat datang, dan bagaimana perasaannya)</li> <li>✓ Presentasi kita akan berjalan berapa lama?</li> </ul> <p>6 DI MANA tempat presentasi?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Seberapa besar ruangan?</li> <li>✓ Berapa jauh jaraknya antara para pendengar dan kita?</li> <li>✓ Usahakan melihat ruangan sebelum kita akan tampil di situ.</li> </ul> |
|---|---|

## PETUNJUK & SARAN

### Membawakan presentasi

Jangan lupa ambil napas, khususnya sebelum kita berbicara. Bilamana kita merasa mengalami masalah: berhenti – ambil napas – ambil napas sekali lagi – dan kemudian mulai lagi.

◆  
Hindari bersandar ke meja dan jangan bergoyang atau berayun-ayun.

◆  
Hindari hal yang mengganggu seperti membunyikan uang atau kunci, bermain dengan rambut, baju atau kaca mata kita, atau memakai perhiasan yang memantulkan cahaya lampu.

◆  
Kalau dapat, taruh sebuah gelas air dekat kita, tetapi jangan begitu dekat hingga kita mungkin menumpukannya.

◆  
Jangan jadi kaku dan usahakan agar tidak tegang di kepala, leher, bahu dan lengan (beberapa kegiatan di bawah dapat membantu untuk itu).

◆  
Senyum pada para hadirin, karena itu membantu kita mengendurkan otot wajah dan membuat suara kita terdengar hangat dan santai.

◆  
Bila kita sudah selesai dengan presentasi kita, istirahatlah sebentar (jangan langsung pergi).

Sering kali ada manfaat berbincang-bincang dan berpikir dulu mengenai presentasi kita bersama dengan teman atau rekan. Pikirkan pesan yang ingin kita sampaikan dan bagaimana kita dapat menekan pesan tersebut.

Setiap orang dapat manfaat dari pelatihan – bahkan seorang pembicara yang berpengalaman. Kalau dapat, berlatih secukupnya sehingga kita hanya perlu melihat sekilas ke catatan kita dan tidak membacanya kata per kata – berlatih di depan teman kita, di depan bayi kita, di depan cermin! Minta teman atau rekan kerja menjadi pendengar dan untuk memberikan kita masukan. Tentukan waktu dan apabila perlu, persingkat atau perpanjang teks agar pas dengan waktu yang disediakan.

### Menyampaikan presentasi

Untuk membantu kita mengatasi rasa gugup, datanglah lebih awal sebelum acara dimulai dan mengenal tempat kita akan memberikan presentasi. Usahakan menguasai keadaan, dan ingat kitalah yang lebih tahu apa yang akan kita katakan dibandingkan siapa pun dalam ruangan itu.

Presentasi kita dimulai sebelum kita mulai berbicara: dimulai sesaat sesudah kita berdiri atau dilihat. Masuk dengan sikap percaya diri dan menyesuaikan diri dengan tempat yang disediakan. Berdiri tegak lurus, menghadap para hadirin, dan menempatkan kaki kita dengan santai dan seimbang.

Perlihatkan diri, dan jangan berikan kesan bahwa kita bersembunyi di belakang meja. Hindari membangun rintangan antara kita dan para pendengar: rintangan itu dapat menghambat arus komunikasi antara kita dan pendengar.

**Bahasa tubuh** Ketika menyampaikan presentasi, coba sadari bagaimana bahasa tubuh dan perilaku kita dapat berdampak pada khalayak pendengar. Pandanglah para pendengar dan bertatap muka secepat-cepatnya. Itu sangat penting karena dapat memberikan kita gambaran bagaimana pesan kita diterima.

**Penampilan** Sesuaikan dengan acara dan berpakaian yang tepat. Apabila kita memakai setelan celana panjang dan jas di depan sekelompok remaja, maka mereka tidak akan terbantu untuk merasa santai, tetapi merasa agak terancam. Di sisi lain, memakai celana jins saat berceramah di depan tokoh pengusaha setempat mungkin tidak akan diterima dengan baik pula. Pakaian yang tepat dapat membantu membangun kepercayaan dan orang akan mempercayai kita. Apabila kita tidak yakin harus berpakaian seperti apa pada acara tertentu, kita selalu dapat menanyakan jenis pakaian yang mana biasanya dipakai.

**Gerak isyarat** Gerakan badan dapat sangat memperkuat pengaruh presentasi kita secara jelas. Usahakan bergerak dari bahu, bukan saja dari siku atau pergelangan tangan. Untuk mencapai dampak yang paling mengesankan, gerakan kita sebaiknya mendahului kata-kata yang mendampinginya.

## Berbicara jelas

**Apakah kata-kata kita terdengar jelas?** Berupayalah agar setiap kata yang disampaikan adalah jelas. Seandainya kita harus mengatakan kata-kata atau kalimat yang sulit diucapkan atau kata-kata yang rumit, berlatihlah berulang-ulang sebelumnya sehingga kita tidak kesulitan lagi mengucapkannya dengan mudah dan jelas. (Sebagai pilihan lain, hindari kata sulit sama sekali, menggantinya dengan kata lain.)

**Apakah suara kita menarik?** Tunjukkan semangat saat berbicara dengan wajah penuh ekspresi. Apabila suara kita kedengaran membosankan, kemungkinan besar para pendengar akan merasa bosan pula. Suara kita sebaiknya naik turun seperti pada percakapan biasa. Itu jauh lebih menarik untuk didengarkan.

**Apakah kita bicara terlalu cepat?** Apakah kita terburu-buru – terlalu banyak yang ingin dikatakan dalam waktu yang terlalu singkat? Persingkat presentasinya. Apakah terlalu lamban? Bila tidak terlalu banyak yang akan dikatakan, lebih baik mempersingkat waktu presentasi daripada disampaikan secara lamban. Sewaktu-waktu berhenti sebentar – orang perlu waktu untuk meresapi apa yang disampaikan atau apa yang terjadi. Mungkin ada gunanya memberikan tanda pada bagian teks tertentu untuk mengingatkan kita agar menekankan kata-kata tertentu atau mengambil napas.

**Apakah kita kedengaran gugup?** Ambil napas dalam-dalam tiga kali, atau katakan saja bahwa kita merasa sedikit gugup. Para hadirin mungkin akan merasa lega: mungkin saja perasaan mereka sama.

**Apakah suara kita cukup keras?** Jika orang harus berusaha keras untuk mendengarkan kita, mereka akan cepat putus asa dan menjadi bosan. Mintalah pada orang agar mereka memberi tanda apabila suara kita terlalu kecil dengan mengatakan '*Angkat tangan apabila Anda dapat mendengar saya*'. Bahkan presentasi pada kelompok kecil menuntut suara yang lebih keras daripada suara normal. Berbicaralah pada orang yang berada di bagian belakang ruangan.



Pakai obyek yang nyata seperti kondom, apabila mungkin

## Alat bantu visual

Pada umumnya orang lebih mudah mengingat gambar-gambar daripada kata-kata. Alat bantu visual dapat menambah dampak dari pesan kita. Usahakan agar gambar menyampaikan sesuatu yang tidak dapat disampaikan dengan kata-kata. Jangan pakai terlalu banyak alat bantu; pakailah untuk membantu mencari efek maksimal – untuk menggarisbawahi suatu hal penting, membuatnya lebih dramatis atau sebagai tanda untuk mengubah kecepatan atau fokus. Alat bantu visual harus berkait, dan harus mendukung pesan kita.

- Foto – pakailah gambar yang kuat dan aktif yang dengan jelas menyampaikan pesan kita. Pastikanlah selalu bahwa orang yang terlihat di foto setuju bahwa gambarnya akan dipakai.
- Kalau dapat, lebih baik pakai objek yang nyata daripada model. Misalnya berikan kondom, pisang dan mentimun pada pendengar untuk berlatih memakai kondom.

- Hindari bagan, tabel dan peta yang rumit. Yang dipakai sebaiknya sesederhana mungkin.
- **Ingat** bahwa kita sendiri merupakan alat bantu visual yang nomor satu.

## Menjawab pertanyaan

- Jangan merasa kita harus mengetahui semuanya. Tidak ada masalah untuk mengatakan 'Saya tidak tahu' dan kalau perlu, tawarkanlah untuk mencarinya jawabannya nanti.
- Berbicaralah berdasarkan pengalaman hidup kita sendiri daripada memberikan jawaban yang teoretis.
- Apabila layak, lebih baik berdiskusi bersama daripada hanya tanya-jawab.
- Siapkanlah sebelumnya beberapa jawaban bagi pertanyaan yang mungkin akan diajukan. Putuskanlah pertanyaan mana yang tidak ingin dijawab, karena kita merasakannya terlalu pribadi dan sebaiknya bersiap juga untuk menjelaskan mengapa begitu.

## Setelah presentasi

Berbicara di depan orang banyak, apalagi bila kita belum sangat berpengalaman, dapat sulit dan melelahkan.

- Bila perlu, pastikan kita dapat membagi rasa dengan seseorang setelah presentasi kita.
- Pertimbangkan mengajak seseorang untuk datang bersama dengan kita saat presentasi agar kita tahu ada seseorang di situ yang kita kenal.
- Minta masukan – kadang-kadang para pendengar dapat membantu kita dengan tanggapan mereka. Katakan juga pada para hadirin bahwa mereka telah mendukung dengan mendengarkan kita.

## Latihan pengenduran dan pernapasan

Cara yang baik untuk pengenduran adalah beberapa latihan merenggangkan otot. Misalnya, angkatlah dan kemudian kendurkanlah bahu kita, kemudian kibas-kibaskanlah dengan lembut seluruh badan kita sambil tetap bernapas. Saat sebelum kita berbicara, pastikan kita sudah berdiri dengan bebas dan santai, tanpa ketegangan di leher. Napas dalam-dalam dan dari bawah tulang rusuk. Pandanglah yang hadir dan ingat apa yang ingin kita dapatkan dari mereka. Tarik napas, kemudian mulai berbicara hanya pada saat kita mengeluarkan napas. Ini berarti kita memulai sesantai mungkin dan dengan napas yang panjang.

Catatan: hentikanlah selalu latihan apa pun kalau terasa sakit, dan merenggangkan otot hanya sejauh masih terasa nyaman. Usahakanlah tetap santai dan selalu mengendalikan diri. Bernapas dan bergerak kita sesantai mungkin.

## Kegiatan 6.2

# KENDURKAN BADAN BAGIAN ATAS

### Kepala

- ❶ Berdiri atau duduk selurus-lurusnya, dengan lengan yang santai.
- ❷ Lemaskan kepala ke dada dengan lembut, kemudian angkatlah perlahan-lahan, dengan merasakan otot di leher terangkat.
- ❸ Lemaskan kepala ke belakang dengan lembut, kemudian angkat.
- ❹ Lemaskan kepala ke sebelah kiri (telinga ke bahu), kemudian ulurkan otot leher dan angkat kepala kembali. Ulangi di sebelah kanan.
- ❺ Dengan lembut putar kepala sejauh mungkin.
- ❻ Mengangguk-angguklah dengan lembut dan rasakan otot di belakang mengencang dan mengendur.
- ❼ Putar kepala sedikit sekali, hanya untuk melepaskan dan memusatkannya. Seharusnya kepala sekarang tenang.

### Bahu

- ❶ Berdiri atau duduk selurus-lurusnya, dengan lengan yang santai.
- ❷ Angkat satu bahu, kemudian kendurkanlah dengan lembut. Ulangi dengan bahu yang lain, dan kemudian dengan kedua bahu bersama.
- ❸ Rasakan dengan sadar bagaimana perasaan saat bahu dalam keadaan terkendurkan.
- ❹ Dengan lembut putarlah beberapa kali bahu kiri ke depan, kemudian bahu kanan. Kemudian putarlah masing-masing bahu ke arah berlawanan.

### Badan bagian atas

- ❶ Berdiri dengan kaki berjajar dan sedikit terpisah, naikan lengan dengan meregang ke atas dan teruskan gerakan ini sampai tumit kaki terangkat.
- ❷ Cari keseimbangan, dan ulurkan jari tangan setinggi-tingginya. Tahan sambil menghitung sampai lima.
- ❸ Lemaskan perlahan-lahan sampai tumit menyentuh bumi dan bungkukkan badan ke depan dan ke bawah memulainya dari pinggang, biarkan lengan berayun-ayun di antara kaki. Biarkan berat badan membawa badan turun sejauh masih terasa nyaman.
- ❹ Kembali ke posisi berdiri.

### Dada

- ❶ Dalam posisi duduk atau berdiri, tempatkan tangan di belakang kepala – senyaman mungkin.
- ❷ Tarik napas melalui hidung, dan hembuskan napas.
- ❸ Tunggu sampai merasa rongga di bawah tulang rusuk perlu diisi lagi, kemudian lebarkan dan isi.
- ❹ Ulangi siklus ini dua atau tiga kali (latihan ini melebarkan dada). Pastikanlah kita merasakan otot yang berbeda-beda menjadi kencang dan kendur pada saat dipakai.





## Kegiatan 6.3

# PERSIAPAN MEMAKAI SUARA

Pertama, berbaring dan santailah:

- ❶ Berbaring dengan lengan di samping dan kaki sedikit terpisah.
- ❷ Renggangkan punggung selebar-lebarnya – bahu berjarak jauh satu sama lain dan punggung dan leher menjadi lebih lebar. Bayangkan kita melebar menutupi lantai, bukan masuk ke dalamnya.
- ❸ Rasakanlah bahu, leher dan lengan bebas dan santai. Kibas-kibaskanlah dengan lembut bila perlu.

Kedua, pusatkan perhatian pada pernapasan dan suara:

- ❹ Letakkan tangan di tulang rusuk persis di tempat yang paling lebar dan tarik napas melalui hidung. Tahan napas selama beberapa detik dan hembuskan napas melalui mulut untuk mengeluarkan semua udara. Tunggu sampai kita merasa otot antara tulang rusuk perlu bergerak, kemudian tarik napas perlahan-lahan lagi sambil merasakan tulang rusuk melebar di belakang dan di samping. Ulangi urutan ini beberapa kali.
- ❺ Sekarang, tarik napas melalui hidung, kemudian hembuskan melalui hidung sambil menghitung sampai sepuluh. Coba sadari otot di antara tulang rusuk. Ulangi siklus ini, dengan menambah hitungan sampai 15, dan kemudian sampai 20.
- ❻ Tarik napas melalui hidung, sambil merasakan otot di antar tulang rusuk melebar. Kemudian hembuskan napas melalui mulut, dengan lembut, beberapa kali dengan memakai napas yang sama. Letakkan tangan di bawah tulang rusuk untuk merasakan sumber udara (dari diafragma, yaitu sekat rongga badan antara dada dan perut).
- ❼ Ulangi siklus ini dengan mengeluarkan bunyi yang kecil: ‘er, er, er’. Ulangi dengan bunyi, ‘ah, ah, ah’. Setiap kali pastikanlah kita telah menghembuskan napas sepenuhnya sebelum menarik napas lagi.
- ❽ Tarik napas dan rasakanlah tulang rusuk membuka dan melebar. Hembuskan napas. Tarik napas lagi dan hembuskan sambil menghitung perlahan-lahan sampai enam. Tarik napas lagi dan ucapkanlah beberapa kata. Pastikan paru-paru terisi setiap kali mengambil napas, dan bersuara saat mulai menghembuskan napas. Jaga agar leher dan bahu tetap bebas dan tidak tegang.

Ketiga, sambil berdiri:

- ❾ Berdiri lurus dengan punggung selebar mungkin, kaki sedikit terpisah, dengan keseimbangan yang benar dan leher terasa panjang. Biarkanlah lengan di samping dalam posisi gantung yang santai.

Cobalah menyadari apakah kita merasa lain sekarang, dibandingkan dengan sebelum memulai latihan ini.

## Kegiatan 6.4

### PEMANASAN SUARA

- ❶ Berjalan-jalanlah berkeliling sambil berbicara pada diri sendiri untuk membiasakan diri mendengar suara kita bergaung lebih keras daripada biasanya.
- ❷ Dengarkanlah bunyi-bunyi suara kita yang berbeda-beda – tinggi, rendah, cepat, tertawa.
- ❸ Cobalah mengatakan bagian presentasi kita dengan cara melebih-lebihkan dan berbeda-beda – tanpa mengkhawatirkan betapa tolol kedengarannya.
- ❹ Ucapkanlah kata-kata pembukaan dan penutupan dengan perasaan berikut sekuat-kuatnya: meminta-minta, marah, menuntut, menggoda, tenang.
- ❺ Bernyanyilah! Cobalah bernyanyi di tempat kita merasa santai, misalnya di kamar mandi.
- ❻ Cobalah menyanyikan bagian presentasi kita dengan gaya yang berbeda-beda, seperti lagu cinta, lagu rap, lagu anak, dengan gaya opera. Sesaat sebelum presentasi, cobalah melakukan beberapa latihan pernapasan dan kemudian menambah beberapa bunyi.
- ❶ Bersenandunglah pada nada yang sama (pilihlah nada yang sesuai dengan kemampuan kita).
- ❷ Untuk membuka tenggorokan, lemaskan rahang dan keluarkan bunyi lembut ‘aaaahh’.
- ❸ Untuk memanaskan otot yang diperlukan untuk berbicara jelas, cobalah membaca puisi singkat atau bagian teks dengan cepat (atau ulang yang sudah dihafalkan).
- ❹ Menguaplah yang dalam dan lebar, kemudian yakinkan apakah kita bernapas dari bagian bawah tulang rusuk dan bukan dari dada saja.





## Kerja sama dengan media massa

Ada dua alasan untuk bekerja sama dengan media massa:

- media massa merupakan alat komunikasi utama untuk menyampaikan informasi ke masyarakat luas
- media massa sangat berperan untuk penciptaan lingkungan sosial dan budaya di mana kita bekerja

### Memanfaatkan media massa untuk berkomunikasi

Koran atau siaran radio atau televisi merupakan cara yang baik untuk menyampaikan informasi kita. Segi negatifnya kita mungkin tidak dapat mengendalikan secara penuh apa yang dicetak atau disiarkan. Butir-butir yang berikut merupakan saran bagaimana kita dapat memakai media massa untuk kepentingan kelompok kita:

Media massa dapat dilibatkan:

- sebelum suatu kegiatan untuk promosi atau peningkatan kepedulian
- untuk menanggapi kegiatan terkini yang baru saja terjadi
- untuk menyampaikan pesan mengenai penanggulangan dan perawatan
- untuk meningkatkan kewaspadaan terhadap hal-hal yang akan terjadi

Ada gunanya untuk memahami cara kerja wartawan apabila kita akan bekerja dengan mereka:

Semua wartawan – baik dari radio, televisi maupun media cetak – bekerja dengan batas waktu ketat untuk memasukkan berita. Cari tahu dulu kapan batas waktu itu sebelum kita mengirim informasi.

Apabila kita dihubungi oleh pers dan kita merasa belum siap, katakan bahwa kita akan menghubungi mereka kembali dalam waktu beberapa jam. Sebagai pedoman janganlah memberikan informasi atau pernyataan pada pers apabila kita tidak setuju nama kita disebutkan. Pastikan selalu apakah nama kita dan nama kelompok kita dieja dengan benar. Mintalah untuk melihat salinan dari laporan yang sudah selesai sebelumnya, tetapi ini tidak selalu mungkin.

Coba kembangkan hubungan saling percaya dengan wartawan tertentu. Banyak wartawan dipengaruhi secara pribadi oleh HIV dan mungkin ingin bekerja sama dengan kita untuk mengurangi diskriminasi. Kenali wartawan koran lokal kita dan orang yang bekerja dalam radio dan televisi. Orang ini sering mencari kisah baru, dan kita dapat menawarkan pendekatan atau aspek pekerjaan kita yang cocok. Wartawan dapat saja tertarik mewawancarai seseorang dari kelompok kita atau meliput peristiwa atau kegiatan yang melibatkan kita.

## PETUNJUK & SARAN

### Bekerja dengan wartawan

Berikan wartawan informasi yang mereka perlukan dalam bentuk yang dapat dipakai oleh mereka.

◆  
Kembangkan hubungan yang baik dan bersedia menolong sebaik-baiknya.

◆  
Pahamilah hambatan dan tekanan kerja para wartawan.

◆  
Lebih baik kerja sama dengan para wartawan ketimbang melawan mereka.

◆  
Hindari menentukan persyaratan – setiap wartawan yang baik akan tersinggung apabila diberi tahu apa yang harus dipikirkan atau ditulis.

◆  
Coba jangan bersikap bertahan, juga apabila ditantang, nyatakan saja posisi kita dengan jelas.

## Wawancara dengan pers

Apabila kita diwawancarai untuk siaran radio atau televisi:

- Siaplah – ketahui fakta dan angka. Membawa catatan dapat membantu kita tetap terfokus pada masalah dan mencegah agar kita tidak mengulang-ulang atau membosankan.
- Berbicaralah yang jelas dan ringkas. Tetap pada pokok pembicaraan.
- Mungkin ada gunanya menambah beberapa contoh – cerita nyata. Tetapi ingat, janganlah menyebutkan nama tanpa persetujuan yang bersangkutan dan jaminlah asas kerahasiaan.
- Pakai bahasa yang sederhana dan hindari istilah rumit dan teknis yang mungkin tidak dipahami oleh para pendengar.

Kita hanya perlu membicarakan hal-hal yang kita yakin tepat. Apabila kita ditanyai masalah pribadi yang tidak ada hubungannya dengan wawancara, kita dapat mengarahkan wartawan kembali ke masalah pokok atau dengan halus menolak menjawab.

Kita dapat membantu wartawan dengan liputan masalah HIV. Misalnya, sangat sedikit wartawan mempunyai waktu atau dana untuk berjalanan ke luar kota. Apabila kita ada proyek di daerah pedesaan, kita dapat menawarkan kepada seorang wartawan yang kita percayai untuk ikut berkunjung ke proyek.

## Menulis siaran pers

Suatu siaran pers merupakan ‘buletin berita’ ringkas yang memberikan gambaran mengenai suatu peristiwa yang akan datang, atau masalah yang penting. Tulis dengan gaya yang mudah dipakai langsung oleh pers, tanpa perlu mengadakan perubahan.

Siaran pers dapat dipakai untuk mengiklankan:

- pembentukan kelompok dukungan yang baru
- pertemuan atau peristiwa umum yang akan datang
- terbitan buku atau lembaran informasi/brosur yang baru
- ceramah oleh pembicara ahli mengenai suatu topik khusus

Kita mungkin akan merasa ada manfaatnya untuk membuat ‘*press kit*’. Isinya dapat terdiri dari:

- bentuk standar siaran pers
- lembaran fakta mengenai HIV/AIDS (Lihat Lembaran Informasi 1 pada halaman 137)
- pidato atau pernyataan tentang masalah pokok oleh anggota kelompok atau tokoh setempat
- kesaksian publik, apabila tepat
- selebar informasi tentang organisasi kita
- keterangan latar belakang mengenai siapa jurubicara kita, bila ada.

Kelompok orang HIV-positif dan organisasi AIDS sering bersikap curiga terhadap media massa. Liputan AIDS yang tidak seksama, berprasangka dan mencari sensasi adalah hal yang biasa dan dapat sangat merugikan. Banyak yang dapat dilakukan untuk memperbaiki liputan seperti itu melalui pengembangan hubungan terus-menerus dengan wartawan dan organisasi media. Sering kali (walaupun tidak selalu) wartawan ingin mendengarkan dan membalas dengan baik permintaan agar mereka berperan positif dalam liputan media mengenai HIV.

## DAFTAR TILIK

### Persiapan siaran pers

Sebelum menuliskan suatu siaran pers, pertimbangkan yang berikut:

- ✓ Apakah kita diizinkan untuk berhubungan dengan pers atau radio (misalnya, jika kita bekerja di kantor pemerintah).
- ✓ Apakah kita yakin informasinya akurat dan sesuai dengan kebijakan kelompok kita?
- ✓ Apakah yang ingin kita sampaikan betul-betul layak sebagai berita? Seandainya tidak, siaran pers kita akan langsung dibuang ke tempat sampah.

Pastikan bahwa kita telah memasukkan keterangan yang berikut:

- ✓ Apa yang akan terjadi – apa acaranya, nama orang penting yang mungkin akan hadir.
- ✓ Mengapa kegiatan yang dimaksud ingin diadakan.
- ✓ Di mana tempat acara atau kegiatan, dengan petunjuk bagaimana orang dapat sampai ke sana.
- ✓ Kapan acara atau kegiatan akan diadakan – jam dan tanggalnya.

- ✓ Berikan alamat dan nomor telepon seseorang yang dapat dihubungi bila ada yang ingin mendapatkan informasi lebih lanjut.

Pakai gaya tulis koran, yaitu singkat dengan kalimat dan alinea yang padat fakta.

Sebutkan lima 'W' (Who, When, What, Where, Why – siapa, kapan, apa, di mana, mengapa) dalam kalimat pertama atau alinea pertama. Pastikan bahwa informasi itu cukup menerangkan alasan siaran pers kita – apakah berkaitan dengan acara yang akan datang? Apakah ada hubungan dengan berita terkini?

Bila kita memasukkan kutipan, selalu sebutkan nama orang yang dikutip (dengan menghormati asas kerahasiaan bila perlu).

Siaran pers cukup satu lembar saja.

Masukkan foto atau gambar yang bagus, kalau mungkin.

Siaplah untuk menerima wartawan yang ingin mewawancarai kita. Membahas pertanyaan yang dapat diajukan pada kita sebelumnya dalam kelompok kita.

# Getaran Positif

## SIARAN PERS

Untuk pengumuman langsung  
1 Oktober 2003

Hubungi: Tutiek RK  
Telp. 909090

### DJ Darlene di Kota Manapun

Disk joki perempuan yang terkenal dari Radio Nasion, DJ Darlene, akan berkunjung ke Kota Manapun untuk membuka 'Tempat Positif', rumah singgah dan dukungan untuk orang yang hidup dengan HIV, pada tanggal 10 Oktober 2003.

DJ Darlene tahu semuanya mengenai pentingnya dukungan bagi orang dengan HIV: 'Saya bersemangat mendukung apa saja yang akan memungkinkan orang HIV berkumpul. Kakak perempuan saya meninggal dunia karena AIDS lima tahun yang lalu dan cukup lama dia tidak mempunyai siapa pun sebagai teman berbicara kecuali saya, saudaranya. Dia membantu mendirikan kelompok dukungan – Getaran Positif – dan dia akan bangga dihubungkan dengan Tempat Positif. Saya mengucapkan selamat pada Getaran Positif untuk mendirikannya.'

Tempat Positif merupakan ruang di mana semua orang dengan HIV atau yang ingin berbicara dengan seseorang mengenai HIV dapat datang untuk mendapatkan nasihat rahasia, dukungan atau hanya untuk minum secangkir teh dan berbincang-bincang. Yang khususnya penting, Tempat Positif ini didirikan dan dikelola oleh orang yang hidup dengan HIV di daerah ini.

Salah satu acara sorotan malam ini merupakan siaran langsung di Radio Nasion oleh DJ Darlene dan bintang rap setempat yang baru tumbuh, yang akan membawa versi rap dari lagu-lagu populer, termasuk pemenang lomba sekolah lanjutan atas di Kota Manapun yang diselenggarakan oleh Radio Nasion. Panitia juri termasuk Bp. Kahn dari Bank Rakyat Kota Manapun serta Bp. Pinto, Kepala Dinas Kesehatan Kota.

Tiket akan dijual di pintu masuk dan acara musik mulai jam 21.00.

Untuk informasi lebih lanjut:

Tutiek RK  
Getaran Positif, Tempat Positif  
Pusat Kesehatan Kota Manapun, Jalan Pasar  
Telp. 909090



# Bagian 7

## Membuat perubahan

- 112 Dukungan perorangan
- 113 **KEGIATAN 7.1**  
*Keterampilan berunding*
- 114 Mengembangkan jaringan yang positif
- 115 **KEGIATAN 7.2**  
*Siapa sebaiknya diajak bekerja sama?*
- 116 Advokasi
- 121 Kampanye publik



*Malam Renungan AIDS Nusantara di Yayasan Spiritia*



Senang-senanglah; bersama kita dapat berkuasa

Kita semua, sebagai individu dan dalam kelompok, dipengaruhi oleh komunitas dan masyarakat luas. Hal itu dapat sangat berharga – terutama apabila kita didukung oleh individu dan organisasi lain. Tetapi lebih sering, Odha menjadi sasaran diskriminasi – diabaikan, disalahkan serta ditakuti, sedangkan kebijakan secara langsung bersifat diskriminatif terhadap kita. Sangat penting kita terlibat dalam proses pengambilan keputusan serta mengupayakan untuk mengubah sikap yang mempengaruhi kehidupan kita dan kehidupan orang lain yang hidup dengan HIV atau rentan terhadap HIV.

Ada berbagai pendekatan untuk mendorong perubahan:

- mempengaruhi individu dan lembaga untuk mengubah kebiasaan mereka, dengan memberikan informasi, berunding, dan berdiskusi
- memakai undang-undang dan kebijakan untuk mewujudkan perubahan nyata, misalnya di tempat kerja dan rumah sakit
- melibatkan Odha dalam proses pengambilan keputusan, misalnya dengan menjadi anggota panitia setempat, panitia layanan kesehatan tingkat kabupaten atau badan penasihat nasional
- mengatasi perlawanan terhadap perubahan sikap dan perilaku dengan menarik perhatian pada masalah melalui kampanye dan liputan media massa

## Dukungan perorangan

Kelompok dukungan dapat berperan penting dalam membantu kita untuk mengatasi suatu masalah. Misalnya, kita kurang mempercayai nasihat yang diberikan dokter atau anak kita diganggu di sekolah.

Orang itu dapat dibantu dengan meningkatkan kemampuannya untuk berunding atau dia dapat minta tolong pada teman atau rekan kerjanya untuk mendukungnya. Rundingan yang sukses terjadi apabila alasan disampaikan dengan meyakinkan dan tanpa serangan. Rundingan mencakup mengambil keputusan bersama dengan orang lain, sehingga keduanya mempertimbangkan bersama pendapat mereka yang berbeda, tanpa yang satu mengambil keputusan untuk mereka berdua. Kedua pihak harus siap menyampaikan pendapatnya dan mendengarkan pihak lain. Perlu saling menghormati dan bersedia berkompromi.

Ada gunanya melatih keterampilan berunding dalam kelompok kita, agar kita lebih siap mengangkat masalah yang sulit dengan orang lain.



*Saya sering ikut seminar dan acara lain tentang HIV/AIDS yang diadakan Spiritia dan LSM lain. Sangat bermanfaat dan membuat tindakan positif. Seorang ibu yang anaknya baru terbuka status HIV-nya datang dan bertanya pada saya karena tidak sepenuhnya mengerti menghadapi orang yang HIV-positif. Lalu saya jelaskan sampai ibu itu mengerti. Lanjutan dari tindakan yang berhasil itu, saya sediakan waktu bicara dan berikan informasi tentang kelompok dukungan sebaya kepada anaknya yang HIV-positif supaya dia tidak merasa sendiri lagi.*

Monty, Jakarta

## Kegiatan 7.1

# KETERAMPILAN BERUNDING

**Tujuan:** Anggota kelompok melatih keterampilan masing-masing untuk berunding.

❶ Dalam kelompok, mempertimbangkan keadaan yang ingin kita tantang atau ubah. Dua relawan memainkan peranan keadaan tersebut selama 3–5 menit.

Contoh permainan peranan – Berunding tentang pilihan pengobatan dengan seorang dokter

*Seorang dengan HIV ingin mengerti lebih banyak mengenai obat-obatan yang ditawarkan padanya. Dokter menganjurkan pengobatan tertentu untuk masalah kulitnya, tetapi pasien itu tidak mau menerimanya. Mainkan percakapan yang berkembang antara dokter dan orang itu.*

❷ Salah satu atau sisa anggota kelompok mengamati permainan peranan ini dan mencatat pengamatannya dengan pedoman pertanyaan sebagai berikut:

- *Apakah faktor yang mungkin mendorong dokter menganjurkan pengobatan ini?*
- *Mengapa pasien tidak ingin menerima pengobatan yang dianjurkan?*

❸ Setelah permainan peranan selesai, bahas keadaan bersama:

*Apakah mereka meluangkan waktu untuk mendengarkan pendapat masing-masing? Apakah pasien mendengarkan mengapa dokter berpendapat bahwa pengobatan ini berguna? Apakah dokter mendengarkan alasan mengapa pasien mempertanyakan nasihatnya?*

*Apa yang mungkin dirasakan oleh dokter saat nasihatnya dipertanyakan? Apa yang mungkin dirasakan oleh pasien waktu pendapat dirinya mengenai kesehatannya tidak diberikan perhatian?*

*Bagaimana mereka berdua dapat mencapai solusi yang memuaskan kedua pihak?*

❹ Bicarakanlah pengamatan yang dicatat oleh pengamat dan gunakan ini sebagai titik awal untuk merencanakan bagaimana caranya pasien itu dapat mengangkat masalah yang sama dengan dokter pada kunjungan berikutnya.

Kadang-kadang perundingan dengan individu dapat memperbaiki keadaan tertentu (walaupun tidak selalu). Apabila suatu masalah tidak dapat diatasi atau ada kemungkinan besar keadaan yang mirip akan terjadi lagi, mungkin ada baiknya memikirkan apakah perundingan tentang perubahan keadaan sebaiknya dilanjutkan pada tingkat yang lebih luas.



*Merencanakan permainan peranan pada Pertemuan Nasional Odha ke-4*

## Mengembangkan jaringan yang positif

Bekerja sama dengan orang lain memperkuat pekerjaan kita sendiri dan dapat membawa dampak yang lebih luas pada masyarakat melalui ‘penggabungan sumber daya’. Membangun hubungan dengan orang lain dapat:

- mempengaruhi orang lain dan meningkatkan kepeduliannya atas keberadaan dan kebutuhan Odha
- meningkatkan keefektifan kerja kita sendiri, misalnya karena kita dapat memanfaatkan keterampilan dan pengalaman kelompok yang lain
- menyebarkan dampak pekerjaan kita, misalnya dengan memungkinkan keberhasilan kami disesuaikan atau ditiru oleh layanan pemerintah atau LSM lain
- mengatasi hambatan pada pekerjaan kita, misalnya dengan membantu mengubah perundang-undangan yang mengizinkan perusahaan memecat karyawan yang HIV-positif

Ada gunanya membentuk jaringan kemitraan dengan LSM, departemen pemerintah setempat dan kelompok komunitas.

Bertemu berkala dengan organisasi dan individu lain yang bekerja di bidang yang sejenis membantu saling berbagi pendapat dan bekerja sama. Jaringan organisasi atau individu dapat menawarkan:

- kesempatan membandingkan pendapat dan pengalaman
- forum untuk saling berbagi informasi
- forum untuk bekerja sama dalam rangka kegiatan khusus
- menyatukan suara dalam menghadapi tantangan dari penguasa atau pengambil keputusan

Jaringan ini dapat saja terdiri dari kelompok yang bekerja dalam bidang HIV dan AIDS tetapi mungkin juga termasuk kelompok orang yang mencermati masalah lain yang menyentuh anggota kita – kelompok orang gay atau pekerja seks, misalnya.



*Friends+ adalah kelompok dukungan sebaya untuk Odha di Surabaya, Jawa Timur. Pada awal kami mempunyai banyak ide untuk mendukung Odha di Surabaya, tetapi semuanya membutuhkan dana, dan kami belum mempunyai keterampilan dalam menggalang dana. Akhirnya kami ditawarkan bantuan oleh satu organisasi AIDS terkemuka di Surabaya dalam merencanakan program. Friends+ belum berbadan hukum, dan tidak mempunyai rekening bank. Oleh karena itu, lembaga donor tidak sanggup mendanai kami, tetapi melalui kerja sama dengan organisasi lain yang berbadan hukum, kami dapat didanai untuk membentuk strategi Friends+ dan program kami. Proses ini tidak hanya membantu kami, tetapi juga memberi kesempatan pada kami untuk menyampaikan harapan kami pada organisasi pendukung kami, termasuk asas pemberdayaan Odha, dan agar Odha dianggap sebagai subjek, bukan sekadar objek atau penerima layanan.*

**Wanda, Friends+**

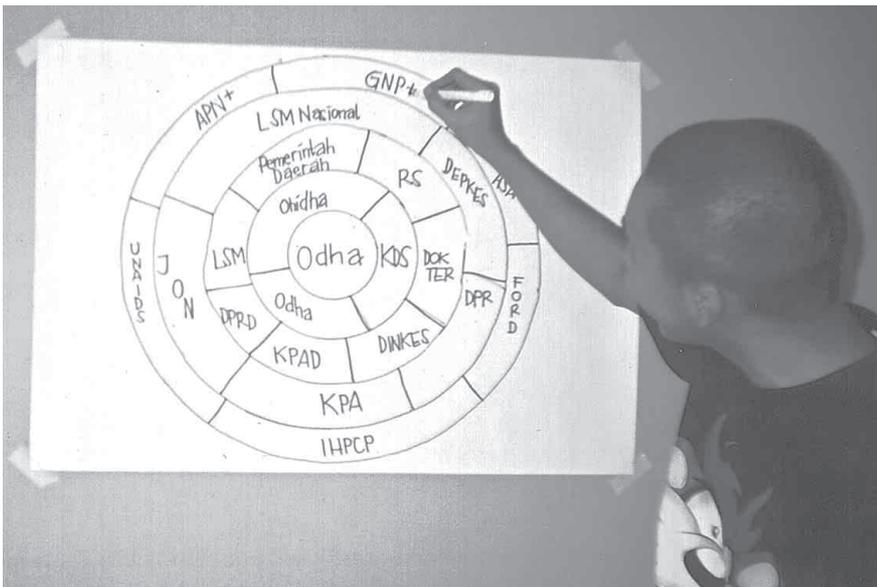
## Kegiatan 7.2

# SIAPA SEBAIKNYA DIAJAK BEKERJA SAMA?

**Tujuan:** Menyelidiki hubungan kemitraan setempat yang bermanfaat.

- ① Tempelkan selembar kertas yang besar di dinding.
- ② Tulis nama kelompok kita di tengahnya dengan lingkaran di sekelilingnya. Gambar dua lingkaran yang lebih besar di luarnya, yang diberikan label 'komunitas kita' dan 'masyarakat luas'.
- ③ Minta kelompok agar *brainstorming* tentang kelompok yang mana dapat diajak bekerja sama (misalnya PKK, pedagang setempat, Komisi Penanggulangan AIDS Daerah setempat, lembaga donor dan organisasi agama).
- ④ Catat namanya di lingkaran yang tepat, mengurutkannya sesuai dengan peranan pentingnya untuk kelompok kita.

Kemudian kita dapat memikirkan dengan siapa kita sudah mempunyai hubungan baik, dengan siapa kita tidak mempunyai hubungan dan siapa yang bermusuhan dengan kelompok kita atau pekerjaan kita. Lihat daftar tilik advokasi pada halaman 117 dan putuskan siapa yang perlu kita ajak bekerja sama.



*Selama satu tahun LKI bekerja sama dengan rekan LSM lain di daerah kerja kami. Kami bahu-membahu membuat perencanaan dan mencoba untuk menyebarkan informasi tentang HIV dan sudah mulai berhasil. Masyarakat mulai tahu tentang HIV/AIDS dan bahayanya. Setiap Kamis kami mengadakan pertemuan membahas apa yang dilakukan dan apa yang sudah dilakukan.*

*Selalu kami mengharapkan bantuan untuk program dukungan terhadap Odha, dan sebetulnya kami pernah diberi sebuah komputer oleh suatu LSM lain. Namun terus terang kami tidak jarang agak kecewa. Kami kadang kala dijadikan simbol oleh organisasi lain sedangkan kepeduliannya terhadap Odha agak kurang. Ada kesan bahwa*

*mereka hanya cari simbol untuk kendaraan politik semata. Sepertinya itu mereka yang mendapatkan sebagian besar keuntungan. Akhirnya kami mencoba melakukan kegiatan sesuai dengan kemampuan kami sendiri. Kami enggan bekerja sama dengan organisasi yang kurang peduli terhadap program HIV/AIDS dan dukungan untuk Odha.*

**Lembaga Kasih Indonesia (LKI), Karawang**

## Advokasi

‘Advokasi’ berarti menyampaikan pesan kita kepada orang lain dengan maksud:

- meningkatkan pemahaman masyarakat luas tentang HIV dan masalah terkait
- perubahan dalam kebijakan, perundang-undangan dan layanan

Pekerjaan advokasi dapat mencakup tindakan pada semua tingkat, pada tingkat lokal dan melalui perwakilan di lembaga pengambilan keputusan pada tingkat nasional.

*Tegak Tegar adalah organisasi komunitas orang HIV-positif yang bersifat nirlaba. Tim ini beranggotakan orang HIV-positif dari beberapa provinsi di Indonesia yang siap tampil terbuka guna melakukan kegiatan advokasi dalam bentuk kampanye umum berupa kegiatan informasi yang bermanfaat, antara lain: berupa pameran foto Odha, diskusi, seminar dan lain-lain. Kampanye umum ini dimaksudkan untuk memberikan wajah manusiaawi terhadap Odha, sekaligus sebagai media informasi untuk memperjuangkan hak-hak Odha serta sarana untuk meningkatkan keterlibatan Odha yang lebih besar dalam penanggulangan HIV/AIDS di Indonesia.*

*Strategi untuk lebih banyak melibatkan Odha beserta kerabat pendukungnya, terbukti merupakan upaya ampuh untuk memerangi stigma dan diskriminasi serta menghambat laju penularan HIV ke masyarakat. Tampilnya di depan masyarakat melalui pameran foto adalah perwujudan keberanian dan jiwa besar teman-teman kita. Mereka adalah “poster hidup” yang menunjukkan bahwa HIV tidak dapat menghalangi siapa pun untuk dapat tetap bekerja dan hidup secara bermakna. Mereka tetap tegak dan tegar, mensyukuri hidup yang teramat berharga untuk disia-siakan dan diratapi.*

*Pameran foto karya Rio Helmi tentang para warga Indonesia yang terinfeksi HIV beserta keluarga dan sahabat mereka ini merupakan upaya kesaksian bahwa HIV/AIDS sudah hadir di tengah-tengah masyarakat. Mereka banyalah orang biasa, namun kini mereka telah menjadi saksi sejarah.*

Tato, Tegak Tegar



Pameran Tegak Tegar di Semarang

## PETUNJUK & SARAN

### Empat langkah untuk keberhasilan advokasi

#### 1 Bekerja dalam koalisi

- ★ libatkan berbagai kelompok komunitas
- ★ tetapkan misi dan tujuan yang nyata
- ★ 'resmikan' koalisi kita dengan nama, surat dengan kop surat, daftar anggota
- ★ pastikan bahwa anggota kita memahami dan menyetujui misi dan tujuan koalisi
- ★ tetapkan tugas untuk jangka pendek dan tujuan jangka panjang

#### 2 Lakukan penelitian

- ★ apa kebutuhan komunitas?
- ★ bagaimana keadaan komunitas – siapa yang dapat dilibatkan?
- ★ bagaimana keadaan politik – bagaimana kita dapat berhasil?
- ★ kecaman apa yang dapat diantisipasi dan bagaimana kita dapat menghadapinya?

#### 3 Siapkan

- ★ terbitan yang tepat untuk khalayak pendengar, yang menjawab keprihatinan mereka, terangkan kebutuhan program kita dan yang dapat ditinggalkan setelah pertemuan
- ★ jawaban yang menyokong keberadaan kita, membalas kritikan, membantu menenangkan pembahasan

#### 4 Bimbing

- ★ masyarakat umum
- ★ pembuat kebijakan
- ★ media massa

*Pada 2003, obat antiretroviral (ARV) belum dapat diperoleh di kota Bandung. Odha di Bandung yang memakai terapi ARV harus mengambil obatnya di Pokdisus AIDS di Jakarta. Pada 2004 ARV versi generik mulai dibuat oleh Kimia Farma, namun pada awal peluncuran obat tersebut, Odha di Bandung harus tetap mengambilnya dari Pokdisus, walaupun pabrik obat adalah di Bandung. Dengan peningkatan dalam jumlah anggota BPS yang mulai memakai terapi tersebut, kami merasa kami harus berbuat sesuatu.*

*Dengan bekal keberanian untuk berbicara di depan umum, kami mulai mengadvokasi terhadap pihak terkait misalnya Komisi Penanggulangan AIDS dan Dinas Kesehatan Provinsi, serta Tim Penanggulangan HIV/AIDS Rumah Sakit Hasan Sadikin (RSHS) Bandung agar obat lebih terjangkau di Bandung. Dan akhirnya pada April 2004, ARV versi generik dapat diperoleh di RSHS.*

**Anto, Bandung Plus Support (BPS)**

### DAFTAR TILIK

#### Sebelum memulai proyek advokasi

- ✓ Mengapa kita ingin menghadapi keadaan yang ada dan apa yang ingin kita capai?
- ✓ Masalah apa sebenarnya yang akan kita perhatikan, dan perubahan apa yang diinginkan? Pilih sejumlah kecil pesan kunci, dan jelaskan dengan jernih usulan kita untuk mewujudkan perubahan tersebut dan tunjukkan bahwa itu tidak mustahil.
- ✓ Siapa yang ingin kita ajak sebagai rekan kerja sama selama kampanye? Siapa yang perlu dilibatkan dan siapa yang akan memperkuat pesan kita? (Apakah kita dapat bekerja dengan kelompok untuk Odha, petugas layanan kesehatan, kelompok hak asasi manusia, pengacara, selebritis, tokoh agama, tokoh politik, perserikatan buruh, LSM?)
- ✓ Siapa yang perlu dipengaruhi: media massa, pembuat kebijakan, LSM setempat atau rumah sakit, gereja atau mesjid?
- ✓ Informasi apa yang paling baik untuk menjelaskan pernyataan kita dan menyokong tuntutan kita? (Pastikan bahwa kita mempunyai semua fakta mengenai keadaan dan pernyataan kita menyakinkan dan dikaitkan dengan kepentingan pribadi orang.)
- ✓ Bagaimana dan kapan kita akan menyampaikan pesan kita (misalnya, melalui surat, pertemuan, pawai, siaran pers, wawancara atau lembaran informasi)?

*Sumber: Rau, B., Sepuluh langkah untuk advokasi HIV/AIDS, AIDScriptions, July 1995*



Pertemuan Nasional Odha ke-3, Cikopo, Februari 2003

## Keterlibatan dalam pengambilan keputusan

Salah satu langkah terpenting untuk mendorong perubahan adalah dengan melibatkan diri dalam badan pengambilan keputusan. Semakin banyak kelompok terlibat pada tingkat lokal, nasional dan internasional sebagai wakil Odha.



*Orang yang hidup dengan HIV merupakan bagian dari solusi. Kita memiliki peranan penting baik dalam aspek dukungan maupun pencegahan dalam berurusan dengan AIDS. Karena hidup kitalah yang telah tersentuh virus, kita dapat memberikan masukan mengenai bagaimana HIV dapat mempengaruhi kehidupan seseorang. Kita dapat membangun semangat Odha lain, sehingga mereka dapat melihat kehidupan mereka dengan cara yang lebih positif. Kita menunjukkan sisi manusia pada AIDS, sehingga orang sadar bahwa hal ini nyata terjadi. Kita dapat mengarahkan orang untuk melindungi dirinya. Kita pun dapat duduk bersama sebagai mitra dengan stakeholder lain untuk mencari solusi permasalahan ini. Kita dapat memperkaya pandangan yang ada melalui perspektif Odha. Sedemikian banyak Odha di seluruh dunia telah menjalani peranan ini, dan mereka benar-benar berperan dalam melakukan perubahan.*

**Suzana Murni, Pendiri Spiritia, pada ICAAP ke-6, 2001**

Pengalaman sebagai wakil di badan lain dapat sangat berharga. Namun, penting juga mempertimbangkan kemungkinan kerugian dan masalah yang dapat timbul. Kadang-kadang wakil HIV-positif hanya selaku 'lambang' di panitia. Sering kali orang yang dipilih sebagai wakil tidak mempunyai kemampuan dan pengetahuan untuk terlibat. Wakil dapat saja tidak 'mewakili' komunitas dan hanya berbicara atas nama kelompoknya sendiri. Akibatnya, pengambil keputusan dapat mengatakan bahwa mereka sudah berunding dengan Odha namun hanya membuat sedikit perubahan.

Kita dapat mengurangi masalah ini dengan:

- sebagai kelompok, menetapkan pokok kunci yang dibawa wakil kita, dan mengadakan pertemuan setelah rapat resmi yang dihadiri wakil untuk membahas hasil kerjanya

- menjamin bahwa wakil dipilih oleh kelompok atau jaringan Odha di wilayah kita, dan mereka harus mempertanggungjawabkan pekerjaannya pada Odha lain, misalnya dengan melapor balik kepada kelompoknya
- menjamin bahwa wakil di panitia dan lembaga pengambil keputusan diperlakukan sama dengan yang lain, misalnya dari segi keuangan atau hak suara
- melatih keterampilan bersikap tegas dan berunding, serta menjamin bahwa wakil kita merasa percaya diri di bidangnya, misalnya dengan memberikan pelatihan dasar mengenai hukum sebelum menjadi terlibat dalam kampanye untuk melawan diskriminasi di tempat kerja atau penjara
- mendorong keterlibatan Odha yang sudah mempunyai keterampilan, pengetahuan atau pendidikan, misalnya pengacara atau dokter (tetapi yakinkan bahwa Odha dengan latar belakang ini juga mengerti apa yang dihadapi oleh Odha yang miskin, berpendidikan rendah atau tinggal di pedesaan)



*Sebagai aktivis dan wakil Indonesia untuk Jaringan Odha se-Asia-Pasifik (APN+), saya sering dilibatkan dalam pertemuan yang dilakukan oleh lembaga pemerintah dan donor. Walaupun saya sangat menghargai upaya penyelenggara pertemuan untuk melibatkan Odha, keterlibatan tersebut tidak selalu secara berarti – saya hanya diundang sebagai simbol. Tetapi yang lebih mengesalkan saya adalah bahwa saya paling diberi uang ganti transpor (yang sering kali tidak menutupi ongkos taksi), dan jarang sekali diberi honor yang sesuai. Padahal, semua hadirin lain adalah pejabat atau karyawan yang mendapatkan gaji, sementara saya sebagai aktivis tidak diberikan apa pun. Walaupun saya ingin terlibat, bagaimana saya bisa tetap bekerja seperti ini tanpa penghasilan?*

#### **Frika, Yayasan Spiritia**

*Leadership Training Initiative (LTI - Inisiatif Pelatihan Kepemimpinan) bertujuan untuk melatih dan mendukung pemimpin komunitas Odha agar mereka dapat 'meningkatkan sumbangan mereka yang unik dan mendasar pada perencanaan kebijakan, pengembangan program, pemberian layanan dan evaluasi program.' Odha di New York State menyadari bahwa banyak 'pemimpin' kami yang berpengalaman sedang keletihan, sakit atau sedang sekarat. Tidak ada cara yang terbentuk untuk mengalihkan keterampilan kepada pemimpin masa depan dan hanya sangat sedikit di antara kami yang mempunyai pengalaman dengan perencanaan program.*

*LTI mencari orang yang berminat dilatih melalui proses melamar. Setelah dilatih, para lulusan didorong untuk duduk di lembaga yang memberi kesempatan pada mereka untuk mengembangkan keterampilannya dalam suasana yang mendukung. Kami berharap bahwa pada akhirnya beberapa lulusan ini akan mampu meraih pekerjaan yang digaji yang belum didapatkan oleh Odha pada saat ini.*

#### **Jairo Pedraza, LTI Steering Committee**

Lihat Lembaran Informasi 3 pada halaman 141 yang merupakan deklarasi negara yang menandatangani 'Deklarasi Paris' mengikatkan diri pada tujuan 'Meningkatkan keterlibatan Odha'.

## Hak asasi manusia dan HIV

Beberapa LSM dan individu memakai pendekatan hak asasi manusia untuk menantang diskriminasi yang langsung mengenai Odha atau membuat kelompok tertentu lebih rentan terhadap infeksi.

Hak asasi manusia berarti semua orang mempunyai hak diperlakukan sama menyangkut harkat dan martabat, di mana pun mereka berada. Deklarasi Universal Hak Asasi Manusia disusun pada 1948 dan sekarang ditandatangani oleh hampir semua negara. Ada beberapa persetujuan internasional yang lebih baru tentang hak yang mengikat secara hukum negara yang menandatangani.

Tentu, hak asasi manusia tidak hanya berkaitan dengan HIV – banyak orang tidak mendapatkan akses terhadap kebutuhan dasar yang minimal. Tetapi ada berbagai bentuk diskriminasi yang langsung mengenai Odha atau membuat kelompok tertentu lebih rentan terhadap infeksi.

'Kerangka tindakan' bertujuan memudahkan pencatatan dan pemantauan pelanggaran hak asasi manusia di wilayah tertentu, serta menghadapi tantangan pelanggaran yang terjadi secara berhasil. Kerangka tersebut terdiri dari enam unsur:

- 1 Pemahaman dan penerimaan **visi yang sama** oleh semua orang terlibat di wilayah itu
- 2 Kesepakatan mengenai **tolok ukur yang sama** untuk hak asasi manusia dan penyediaan analisis keadaan
- 3 Pelatihan **peningkatkan kemampuan** bagi individu dan kelompok untuk menjadi penggerak advokasi
- 4 **Pemberdayaan** kelompok rentan menjadi mampu berorganisasi, mengambil tindakan dan mengatasi masalah
- 5 Pengembangan **alat advokasi** yang mudah dipahami dan dapat dipakai di konteks setempat
- 6 Keberadaan **massa kritis** yang terdiri dari individu, organisasi LSM, media massa dan sektor swasta yang mengabdikan diri pada hak asasi manusia

*Sumber: Kelompok Kerja Hak Asasi Manusia APN+ dan APCASO (Lihat Lembaran Informasi 2 untuk daftar tolok ukur hak asasi manusia)*

## Memakai perundang-undangan

Perundang-undangan dapat menetapkan patokan dalam masyarakat, menghalangi orang melanggarnya, dan mendorong yang lain menuntut haknya. Di banyak negara, undang-undang pernah diubah, atau undang-undang baru diajukan sebagai reaksi terhadap AIDS. Sayangnya sekali, sebagian undang-undang ini membatasi hak asasi manusia bagi Odha. Misalnya, karantina untuk Odha, skrining wajib bagi tahanan dan imigran, tes HIV wajib bagi pekerja seks, hukuman penjara atau penahanan pekerja seks yang HIV-positif atau pengguna narkoba suntikan.

Tetapi, undang-undang juga dapat melindungi Odha – misalnya melarang diskriminasi terhadap Odha di tempat kerja atau tes HIV sebagai syarat asuransi atau pekerjaan. Dengan menjalin hubungan dengan organisasi yang berkecimpung di bidang hukum dan hak asasi manusia, kelompok Odha dapat mulai melawan diskriminasi ini.

*Di Filipina seorang perempuan dengan HIV menghadapi tuntutan hukum ketika diketahui dia hamil karena berhubungan dengan seorang remaja yang usianya 17 tahun. Sebuah LSM yang bergerak di bidang hukum bekerja sama dengan kelompok Odha, LSM lain dan media massa untuk meyakinkan pengadilan supaya menarik tuntutannya terhadap perempuan itu dan menyiapkan bantuan hidup bagi orang tersebut dan anaknya. Semua itu dilakukan melalui pembicaraan dan pembujukan.*

*Di Cili, tahanan penjara dipaksa menjalankan tes HIV dengan jarum suntik yang tidak steril. Dalam kasus ini, sebuah LSM gay dan lesbian, Centre Lambda Chile, bekerja sama dengan orang lain mengumumkan kejadian ini melalui konferensi pers. LSM sedang mengambil tindakan hukum terhadap penjara itu untuk menghentikan prosedur yang tidak saja merendahkan harkat tetapi juga berbahaya.*

**Sumber: An advocate's guide to the international guidelines on HIV/AIDS and human rights**

Beberapa pemerintah memiliki kebijakan melarang diskriminasi, misalnya terhadap pegawai negeri dengan HIV atau AIDS. Penerapan kebijakan seperti itu merupakan contoh yang baik bagi perusahaan, organisasi, lembaga dan individu di luar kalangan pemerintah.

Di Afrika Selatan, pemerintah melarang tes untuk lowongan di sektor pemerintah. Ini dan undang-undang lain dipantau dan disusun oleh suatu panitia yang anggotanya termasuk wakil Odha yang melapor ke Komisi Peraturan Hukum Afrika Selatan.

Pemerintah juga dapat berupaya meluruskan alasan pelanggaran hak asasi manusia dan mengurangi kerentanan orang yang haknya dilanggar. Misalnya, melalui program



*Suzana sebagai narasumber pada pelatihan untuk ibu-ibu*

bantuan sosial dan kesejahteraan untuk kelompok rentan dan penyediaan sumber yang tepat untuk program HIV dan AIDS.

Lembaga internasional seperti PBB, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), Federasi Internasional Palang Merah dan Sabit Merah, Amnesty International, dan banyak yang lain juga menghasilkan usulan dan informasi yang berguna (lihat alamat pada halaman 123).

## Kampanye publik

Kadang-kadang pekerjaan advokasi yang sedang kita lakukan harus didukung dengan kampanye publik untuk menarik perhatian pada masalah atau pada kelompok kita sendiri.

### Mengembangkan pesan utama

Pertama-tama pikirkanlah dulu apa yang ingin kita katakan. Siapa yang ingin dijadikan sasaran? Mereka tertarik dengan apa?

Pastikan bahwa pesan kita adalah:

- benar
- tepat untuk khalayak pendengar kita
- singkat, khusus dan kuat
- dalam bahasa yang jelas dan sederhana
- positif dan memberikan inspirasi
- diketahui dan disetujui oleh semua dalam organisasi kita



## Menyampaikan pesan kita

Pikirkan:

- lencana dan pin, pena, kaos
- kartu, brosur dan poster
- spanduk, bendera
- iklan koran dan radio

Semuanya dapat didukung dengan lembaran informasi, artikel, ceramah pada pertemuan komunitas.

Pajangan dapat menarik perhatian. 'Proyek Nama' merupakan contoh yang sukses bagaimana menarik perhatian pada HIV, melibatkan orang dalam kampanye meningkatkan kepedulian dan memusatkan pikiran pada HIV. Sejenis selimut yang namanya *quilt* (karya kerajinan yang memakai potongan kain yang dibordir kemudian disambung-sambung, yang dibuat oleh pasangan, teman dan keluarga orang yang sudah meninggal dunia karena AIDS) dapat dibuat bersama dalam kelompok – kelompok kita sendiri, kelompok komunitas dll. – tetapi kemudian *quilt* tersebut juga dapat dipakai sebagai alat untuk meningkatkan kepedulian dan kampanye. *Quilt* dapat digantung di tempat umum atau dibentangkan di taman umum. Itu membuat orang berhenti dan berpikir.

Unjuk rasa umum paling bermanfaat untuk menunjukkan bahwa Odha marah dan bingung, tetapi membawa pesan yang positif pula. Misalnya, pada konferensi wilayah mengenai HIV akhir-akhir ini peserta yang HIV-positif dibuat marah karena suatu karya seni yang didanai dan dipertonton melambangkan 'kesakitan dan kematian'. Odha mengadakan unjuk rasa pada hari terakhir di depan patung tersebut dan menyelimutinya dengan *quilt*. Mereka mengurus jurubicara yang menjelaskan mengapa mereka marah dan menunjukkan bahwa banyak karya seni – seperti *quilt* – dapat mengungkapkan rasa sedih dengan lebih baik, tetapi lebih penting lagi harapan dan pendekatan positif yang dimiliki oleh Odha.



Tim Spiritia ikut talk-show radio di Palu

## HIV dan AIDS: beberapa fakta dasar

### Apa itu HIV?

HIV berarti Human Immunodeficiency Virus. HIV hanya menular manusia. HIV menyerang sistem kekebalan tubuh yang melindungi tubuh terhadap infeksi.

Kebanyakan orang yang terinfeksi HIV tidak mengetahui bahwa dirinya telah terinfeksi. Segera setelah terinfeksi, beberapa orang mengalami gejala yang mirip gejala flu selama beberapa minggu. Selain itu tidak ada tanda infeksi HIV. Tetapi, virus tetap ada di tubuh dan dapat menularkan orang lain.

### Apa itu AIDS?

AIDS berarti Acquired Immune Deficiency Syndrome. Mendapatkan infeksi HIV menyebabkan sistem kekebalan akan semakin lemah. Keadaan ini akan membuat orang mudah diserang beberapa jenis penyakit (sindrom) yang kemungkinan tidak mempengaruhi orang dengan sistem kekebalan tubuh yang sehat. Penyakit tersebut disebut sebagai infeksi oportunistik.

### Apa perbedaan antara HIV dan AIDS?

Seorang yang terinfeksi HIV dapat tetap sehat bertahun-tahun tanpa ada tanda fisik atau gejala infeksi. Orang yang terinfeksi virus tersebut tetapi tanpa gejala adalah 'HIV-positif' atau mempunyai 'penyakit HIV tanpa gejala'.

Apabila gejala mulai muncul, orang disebut mempunyai 'infeksi HIV bergejala' atau 'penyakit HIV lanjutan'. Pada tahap ini seseorang kemungkinan besar akan mengembangkan infeksi oportunistik. 'AIDS' merupakan definisi klinis yang diberikan kepada orang terinfeksi HIV. Definisi AIDS termasuk jumlah sel CD4 di bawah 200 (suatu tes yang menghitung jumlah sel CD4 – yaitu sel darah penyerang infeksi yang diserang dan dibunuh oleh HIV), atau mengalami satu atau sejumlah infeksi tertentu, termasuk tuberkulosis, jenis kanker yang jarang dan penyakit mata, kulit dan sistem saraf.

Masalah dengan pemakaian definisi ini adalah:

- definisi ini tergantung pada tes laboratorium yang tidak terdapat di kebanyakan negara berkembang
- definisi AIDS memasukkan infeksi oportunistik yang paling sering ditemukan di Amerika Utara dan Eropa, dan tidak tentu yang ditemukan di wilayah dunia yang lain

- definisi memberikan kesan bahwa tidak dapat dielakkan infeksi HIV akan berkembang menjadi AIDS. Setelah terinfeksi, seseorang terinfeksi HIV seumur hidup tetapi banyak orang bertahun-tahun tetap sehat. Sementara juga ada yang mengalami sakit-sakitan parah selama beberapa waktu namun kemudian sehat kembali

Odha yang mempunyai semakin banyak informasi, dukungan dan perawatan medis yang baik dari tahap awal penyakitnya lebih berhasil menangani infeksi. Obat antiretroviral yang sekarang semakin terjangkau dapat memperlambat kecepatan penggandaan HIV; obat lain dapat mencegah atau mengobati infeksi yang disebabkan HIV.

### Dari mana asalnya HIV?

Tidak ada seorang pun yang tahu HIV dari mana, persisnya cara kerjanya atau bagaimana HIV dapat diberantas dari tubuh seseorang. Di setiap negara, waktu AIDS pertama muncul, orang menyalahkan kelompok yang sudah terpinggirkan (dan oleh karena itu pada umumnya lebih mudah diserang infeksi HIV, karena kemiskinan dan tidak terjangkau oleh layanan dan informasi). Biasanya yang disalahkan adalah orang 'dari luar' atau yang penampilannya atau perilakunya 'berbeda'. Semua itu membawa masalah saling menyalahkan dan prasangka. Artinya juga bahwa banyak orang menganggap bahwa hanya orang dalam kelompok ini berisiko tertular HIV dan bahwa 'itu tidak mungkin terjadi pada saya'. Ketidakpastian mengenai asal-muasalnya AIDS dan siapa yang terpengaruhinya juga membuat orang bahkan siap menyangkal bahwa AIDS sebetulnya ada.

### Apa itu tes HIV?

Tes HIV menemukan antibodi HIV dalam darah. Antibodi itu dibuat oleh sistem kekebalan tubuh sebagai reaksi terhadap infeksi oleh virus tersebut. Apabila tidak ada antibodi, seseorang disebut sebagai antibodi negatif (seronegatif atau HIV-negatif). Hasil tes dapat negatif apabila seseorang baru saja terinfeksi, karena setelah terinfeksi pembentukan antibodi makan waktu sampai tiga bulan. Masa antara infeksi dan terbentuknya cukup banyak antibodi untuk menunjukkan hasil tes positif disebut 'masa jendela'. Setiap orang yang mungkin terinfeksi selama tiga bulan terakhir harus dites ulang tiga bulan setelah tes pertama, bila hasil tes pertama negatif. Seseorang selalu harus diberikan penyuluhan (konseling) sebelum dan setelah tes HIV. Tes HIV tidak boleh dilakukan tanpa persetujuan berdasarkan informasi lengkap (*informed consent*) dari yang bersangkutan.

## Bagaimana HIV menular?

HIV terdapat di darah seseorang yang terinfeksi (termasuk darah haid), air susu ibu, air mani dan cairan vagina.

- Pada saat berhubungan seks tanpa kondom, HIV dapat menular dari darah orang yang terinfeksi, air mani atau cairan vagina langsung ke aliran darah orang lain, atau melalui selaput mukosa yang berada di bagian dalam vagina, penis atau dubur.
- HIV dapat menular melalui transfusi darah yang mengandung HIV atau melalui alat suntik atau alat tindakan medis lain yang tercemar.
- HIV dapat disalurkan ke bayi saat kehamilan, kelahiran, dan menyusui. Bila tidak ada intervensi, kurang lebih sepertiga bayi yang dilahirkan oleh seorang ibu dengan HIV akan tertular.

## Bagaimana HIV tidak dapat ditularkan?

HIV hanya dapat hidup di dalam tubuh manusia yang hidup dan hanya bertahan beberapa jam saja di luar tubuh.

- HIV tidak dapat menular melalui air ludah, air mata, muntahan, kotoran manusia dan air kencing, walaupun jumlah virus yang sangat kecil terdapat di cairan ini. HIV tidak ditemukan di keringat.
- HIV tidak dapat menembus kulit yang utuh dan tidak menyebar melalui sentuhan dengan orang yang terinfeksi HIV, atau sesuatu yang dipakai oleh Odha; saling penggunaan perabot makan atau minum; atau penggunaan toilet atau air mandi bergantian.
- Perawatan seseorang dengan HIV tidak membawa risiko apabila tindakan pencegahan diikuti seperti membuang jarum suntik secara aman dan menutupi luka.
- HIV tidak menular melalui nyamuk atau serangga pengisap darah yang lain. Kebanyakan serangga tidak membawa darah dari satu orang ke orang lain ketika mereka menggigit manusia. Parasit malaria memasuki aliran darah dalam air ludah nyamuk, bukan darahnya.

## Apa yang dimaksud dengan perilaku berisiko tinggi?

Yang dimaksud adalah melakukan sesuatu yang membawa risiko tinggi terkena infeksi pada dirinya atau orang lain. Kita biasanya tidak tahu siapa terinfeksi HIV dan siapa yang tidak, termasuk dirinya sendiri, jadi kegiatan berikutnya termasuk berisiko tinggi:

- berhubungan seks dengan memasuki vagina atau dubur tanpa memakai kondom. Laki-laki dengan HIV dapat menulari baik pasangan laki-laki maupun perempuan saat berhubungan seks melalui dubur tanpa perlindungan
- memakai jarum suntik dan sempit, atau alat tindakan medis yang tidak steril, baik pada dirinya maupun orang lain, yang mungkin tercemar oleh darah orang lain
- menerima transfusi darah yang terinfeksi

## Apa artinya seks yang lebih aman?

Seks yang lebih aman adalah setiap hubungan seks yang tidak berkaitan dengan air mani, cairan vagina dan darah yang masuk tubuh orang lain atau menyentuh kulit terluka, misalnya:

- kegiatan seks tanpa penetrasi – dengan merangsang alat kelamin kita atau pasangan kita (onani), seks paha, memijat atau mencium
- memakai kondom saat berhubungan seks melalui vagina atau dubur
- seks dengan mulut (kontak mulut dengan alat kelamin laki-laki atau perempuan) risikonya lebih rendah dibandingkan hubungan seks dengan penetrasi vagina atau dubur tanpa kondom
- tidak berhubungan seks (menahan nafsu) adalah aman

Apabila kita terinfeksi HIV, adalah sangat penting kita mempraktekkan seks yang lebih aman, agar:

- mencegah penularan HIV ke orang yang HIV-negatif atau yang tidak tahu status HIV-nya
- menjauhkan diri dari infeksi menular seksual (IMS) lain, seperti kencing nanah (gonore) atau sifilis, dan/atau infeksi oportunistik yang dapat ditularkan melalui seks, misalnya sitomegalovirus (CMV) atau hepatitis A, B dan C
- mencegah penularan HIV ulang (*reinfection*). Itu berarti ditulari jenis atau sub-tipe HIV yang lain (ada dua jenis HIV – HIV-1 yang telah ditemukan delapan sub-tipenya, dan HIV-2) atau dengan HIV yang sudah resistan (kebal) terhadap obat. Semua itu dapat meningkatkan jumlah virus (*viral load*) dalam tubuh dan resistansi terhadap obat antiretroviral (virus menjadi kebal terhadap obat)

## Hak asasi manusia dan HIV/AIDS

Memajukan hak asasi manusia dalam konteks HIV dan AIDS berarti:

- mendorong orang agar menghormati hak masing-masing, dan memperlakukan orang lain dengan cara mereka ingin diperlakukan sendiri
- menjamin bahwa penyuluhan dan akses terhadap layanan kesehatan tersedia untuk semua
- membimbing orang untuk membantu mereka mengatasi rasa takut, ketidaktahuan dan prasangka yang akan mendorong mereka menginjak hak orang lain

Melindungi hak asasi manusia berarti:

- mendukung dan membela orang yang haknya terancam atau terinjak
- memperbaiki dan mengimbangi pelanggaran apabila terjadi
- mengupayakan mengubah kondisi kemiskinan, ketidakberdayaan dan ketergantungan yang membuat orang rentan terhadap pelanggaran hak mereka

### Hak asasi manusia yang diakui pada tingkat internasional

Hak asasi manusia yang tercantum di bawah ini diikuti (huruf miring) oleh pelanggaran yang umumnya terjadi berkaitan dengan Odha atau kelompok rentan:

#### **Kebebasan, keamanan dan kebebasan gerak**

- *tes HIV yang dipaksakan*
- *karantina, pengasingan/isolasi dan pemisahan*

#### **Kebebasan dari perlakuan yang tidak manusiawi atau penghinaan**

- *isolasi, misalnya pada narapidana yang HIV-positif*
- *keterlibatan dalam uji coba klinis tanpa persetujuan berdasarkan informasi yang lengkap*

#### **Perlindungan oleh hukum yang sama**

- *tidak diberikan nasihat atau layanan hukum*

#### **Hak pribadi**

- *hasil tes tidak dirahasiakan atau diumumkan tanpa persetujuan*
- *nama Odha wajib dilaporkan ke instansi kesehatan yang berwenang (yang membuat HIV penyakit yang wajib dilaporkan)*

#### **Penentuan nasib sendiri**

- *orang yang rentan terhadap atau terpengaruh oleh HIV dilarang berkumpul*

#### **Hak untuk menikah, mempunyai keluarga dan menjalin hubungan**

- *aborsi atau sterilisasi yang dipaksakan*
- *tes HIV yang diwajibkan sebelum menikah*
- *diskriminasi terhadap hubungan sesama jenis*

#### **Ketersediaan yang sama terhadap layanan kesehatan**

- *kekurangan obat yang sesuai, kondom dll.*
- *penolakan untuk merawat atau mengobati Odha*

#### **Pendidikan**

- *tidak tersedianya informasi yang memungkinkan orang membuat pilihan yang berdasarkan informasi lengkap*
- *penolakan untuk memberikan pendidikan karena status HIV*

#### **Kesejahteraan sosial dan perumahan**

- *penolakan ketersediaan perumahan atau layanan sosial*

#### **Pekerjaan**

- *pemecatan dari, atau diskriminasi di tempat kerja*
- *asuransi atau tunjangan lain yang terbatas atau tidak tersedia sama sekali*
- *tes HIV sebagai prasyarat untuk pekerjaan*



## Deklarasi Pertemuan AIDS Tingkat Tinggi Paris

Kami, Kepala Negara atau Perwakilan dari 42 negara berkumpul di Paris pada tanggal 1 Desember 1994:

### I. MEMAHAMI

bahwa pandemi AIDS, dengan nilai dari besarnya, merupakan ancaman bagi kemanusiaan,

bahwa penyebaran mempengaruhi semua kalangan masyarakat,

bahwa pandemi ini menghambat perkembangan sosial dan ekonomi, terutama dalam negara yang paling terpengaruh, dan meningkatkan perbedaan di dalam dan di antara negara,

bahwa kemiskinan dan diskriminasi merupakan faktor yang berperan dalam penyebaran pandemi,

bahwa HIV/AIDS menimbulkan kerusakan yang tidak dapat diperbaiki pada keluarga dan komunitas,

bahwa walaupun pandemi ini mengenai semua orang tanpa penecualian, perempuan, anak dan remaja semakin cepat tertular,

bahwa pandemi tidak hanya menyebabkan penderitaan fisik dan emosi, tetapi sering kali digunakan sebagai alasan bagi pelanggaran besar terhadap hak asasi manusia (HAM).

### MEMAHAMI JUGA

bahwa segala bentuk hambatan – budaya, hukum, ekonomi dan politik – merintang upaya informasi, pencegahan, perawatan dan dukungan,

bahwa strategi pencegahan dan perawatan HIV/AIDS tidak dapat dipisahkan, dan oleh karena itu harus menjadi unsur terpadu dalam pendekatan yang efektif dan komprehensif untuk melawan pandemi AIDS,

bahwa bentuk solidaritas lokal, nasional dan internasional yang baru yang sedang muncul, yang mencakup terutama orang yang hidup dengan HIV/AIDS dan organisasi komunitas.

### II. MENYATAKAN

kewajiban kami sebagai pimpinan politik untuk membuat perlawanan terhadap HIV/AIDS sebagai prioritas,

kewajiban kami untuk bertindak dengan rasa iba dalam solidaritas/kesetiakawanan dengan mereka yang terinfeksi HIV atau yang berisiko menjadi tertular, baik dalam masyarakat kami maupun internasional,

ketetapan kami untuk memastikan bahwa semua orang yang hidup dengan HIV/AIDS dapat mewujudkan kenikmatan hak dan kebebasan mereka yang mendasar secara penuh dan sejajar tanpa kecuali dan dalam segala keadaan,

ketetapan kami untuk melawan kemiskinan, stigma, dan diskriminasi,

ketetapan kami untuk menggerakkan semua masyarakat – sektor pemerintah dan swasta, organisasi komunitas dan orang yang hidup dengan HIV/AIDS – dalam semangat kemitraan sejati,

penghargaan dan dukungan kami untuk kegiatan dan pekerjaan yang dilakukan oleh lembaga multilateral, antarpemerintah, komunitas dan LSM, dan pengakuan kami atas peranan penting mereka dalam melawan pandemi AIDS, keyakinan kami bahwa tindakan yang lebih tangguh dan terkoordinasi di seluruh dunia, bertahan terus-menerus – seperti yang dilakukan oleh UNAIDS – dapat menghentikan pandemi AIDS.

### III. BERJANJI DALAM KEBIJAKAN NASIONAL KAMI UNTUK

melindungi dan mendorong hak individu, khususnya mereka yang hidup dengan atau rentan terhadap HIV/AIDS, melalui lingkungan sosial dan hukum, melibatkan secara penuh organisasi LSM dan organisasi komunitas serta Odha/Ohidha dalam perumusan dan penerapan kebijakan umum,

meyakinkan perlindungan hukum yang sederajat bagi Odha/Ohidha dengan memperhatikan pemerolehan perawatan kesehatan, pekerjaan, perjalanan, tempat tinggal dan kesejahteraan sosial,

meningkatkan rangkaiannya pendekatan esensial untuk pencegahan HIV/AIDS sebagai berikut:

- mendorong dan memudahkan penjangkauan produk dan strategi pencegahan yang sesuai dengan budaya, termasuk kondom dan pengobatan infeksi menular seksual,
- mendorong pendidikan pencegahan yang sesuai, termasuk pendidikan seks dan jender, untuk remaja di dalam maupun di luar sekolah,
- meningkatkan status, pendidikan dan kondisi kehidupan perempuan,
- melakukan kegiatan untuk mengurangi risiko untuk dan dengan kerja sama dengan kelompok yang rentan, seperti kelompok berisiko tinggi terhadap penularan seksual dan kelompok pendatang,
- keamanan penyediaan darah dan produk darah,
- memperkuat sistem perawatan kesehatan primer sebagai dasar pencegahan dan perawatan, dan memadukan kegiatan HIV/AIDS ke dalam sistem tersebut, agar meyakinkan penjangkauan yang sejajar bagi perawatan yang terpadu,

- menyediakan sumber daya yang dibutuhkan untuk melawan pandemi HIV/AIDS secara lebih baik, termasuk dukungan yang cukup untuk Odha, LSM, dan organisasi komunitas yang bekerja dengan kelompok rentan.

#### **IV. MENETAPKAN AGAR MENINGKATKAN KERJA SAMA MELALUI LANGKAH DAN PRAKARSA YANG BERIKUT.**

Kami akan melakukannya dengan menyediakan perjanjian dan dukungan kami pada UNAIDS, sebagai kerangka yang pantas dan sesuai untuk menggalang kemitraan antara semua yang terlibat dan memberi bimbingan dan kepemimpinan di seluruh dunia dalam perlawanan terhadap HIV/AIDS. Ruang lingkup masing-masing prakarsa harus dijelaskan lebih jauh dan dikembangkan sesuai dengan UNAIDS dan forum lain yang terkait:

- 1 Mendukung keterlibatan Odha/Ohidha melalui prakarsa untuk memperkuat kemampuan dan kerja sama antara jaringan Odha/Ohidha dan organisasi komunitas. Dengan meyakinkan keterlibatan penuh mereka dalam penanggulangan kami terhadap HIV/AIDS pada semua tingkat – nasional, wilayah, dan global, prakarsanya khususnya akan merangsang penciptaan suasana dukungan politik, hukum dan sosial.
- 2 Mendorong kerja sama global untuk penelitian HIV/AIDS dengan mendukung kemitraan antara sektor pemerintah dan swasta, agar memacu perkembangan teknologi pencegahan dan pengobatan, termasuk vaksin dan mikrobisida, dan untuk menyediakan langkah-langkah untuk membantu meyakinkan kemudahan penjangkauan di negara berkembang. Upaya kerja sama ini harus memasukkan penelitian sosial dan perilaku yang bersangkutan.
- 3 Memperkuat kerja sama internasional untuk keamanan penyediaan darah melalui mengkoordinasi informasi teknis, mengajukan standar praktik pembuatan semua produk darah, serta mendorong didirikan dan diterapkan kemitraan untuk meyakinkan keamanan penyediaan darah di semua negara.
4. Memacu prakarsa perawatan global untuk memperkuat kemampuan nasional, terutama di negara yang paling membutuhkan, untuk meyakinkan penjangkauan layanan perawatan dan dukungan sosial secara terpadu, obat esensial dan cara pencegahan yang ada.

5 Menggerakkan organisasi lokal, nasional dan internasional yang membantu remaja dan anak sebagai bagian kegiatan, termasuk yatim piatu, yang berisiko terinfeksi atau terpengaruh oleh HIV/AIDS, agar mendorong kemitraan global untuk mengurangi dampak pandemi HIV/AIDS pada remaja dan anak di seluruh dunia.

6 Mendukung prakarsa untuk mengurangi kerentanan perempuan terhadap HIV/AIDS: dengan mendorong upaya nasional dan internasional yang bertujuan pemberdayaan perempuan; dengan meningkatkan status perempuan dan menghilangkan faktor sosial, ekonomi dan budaya yang merugikan; dengan menciptakan keterlibatan perempuan dalam semua proses pembuatan kebijakan dan pelaksanaan yang penting buat mereka; serta membentuk hubungan dan memperkuat jaringan yang mendorong hak perempuan.

7 Memperkuat mekanisme nasional dan internasional yang berhubungan dengan HAM dan etika terkait HIV/AIDS, termasuk penggunaan dewan penasihat dan jaringan nasional dan wilayah yang menyediakan kepemimpinan, advokasi dan bimbingan agar meyakinkan bahwa asas non-diskriminasi, HAM dan etika merupakan bagian terpadu dalam penanggulangan pandemi HIV/AIDS.

Kami mendesak semua negara dan komunitas internasional untuk menyediakan sumber daya yang dibutuhkan untuk langkah dan prakarsa yang dicatat di atas.

**Kami mendesak semua negara, UNAIDS dan penyongkongnya untuk mengambil semua langkah yang mungkin untuk menerapkan Deklarasi ini sesuai dengan program multilateral dan bilateral, serta organisasi antarpemerintah dan LSM.**

Negara-negara yang terwakili pada Konferensi Tingkat Tinggi Paris dan menandatangani Deklarasi:

*Amerika Serikat, Argentina, Australia, Bahama, Belanda, Belgia, Brasil, Burundi, Cina, Denmark, Federasi Rusia, Filipina, Finlandia, India, Indonesia, Inggris, Itali, Jepang, Jerman, Jibuti, Kamboja, Kamerun, Kanada, Maroko, Meksiko, Mozambik, Norwegia, Pantai Gading, Perancis, Portugal, Rumania, Senegal, Spanyol, Swedia, Swiss, Tanzania, Thailand, Tunisia, Uganda, Vietnam, Zambia, Zimbabwe.*

## Hubungan positif dengan lembaga donor dan pemberi layanan

Orang yang hidup dengan HIV/AIDS bukan bagian dari masalah, tetapi justru merupakan bagian dari solusinya.

'Advokasi' oleh Odha merupakan gerakan sosial yang menunjukkan tantangan pada pemerintah, LSM, pemberi layanan dan lembaga donor yang terlibat dalam penanggulangan epidemi. Para Odha menegaskan:

- A** Advokasi oleh organisasi agar Odha dilibatkan secara tepat
- I** Integrasi dan merangkul pandangan, pengalaman dan rencana Odha, sehingga masalah hidup dengan HIV diangkat pada tingkat lokal, nasional dan global
- D** Dapat dan tingkatkan kemampuan kita sendiri, dan kemampuan LSM, sehingga kita dapat memperjuangkan keikutsertaan secara efektif
- S** Sokongan untuk keterlibatan Odha dalam organisasi dan lembaga

Odha harus meyakinkan lembaga donor dan pendukung – termasuk lembaga pemerintah – agar mereka mendengarkan suara Odha.

Beberapa strategi yang mungkin untuk lembaga donor termasuk:

- melibatkan Odha dalam proses pengambilan keputusan lembaga donor untuk menjamin bahwa Organisasi Layanan AIDS (OLA) dan LSM yang menerima dana untuk program HIV melakukan pekerjaan yang sesuai dengan kebutuhan Odha dan komunitas rentan
- mengembangkan 'peraturan dasar' untuk pendanaan, misalnya selain mendukung kelompok Odha dengan dana juga ada dukungan untuk meningkatkan kemampuan dan bantuan teknis serta ada jaminan bahwa LSM yang menerima dana menghormati kebijakan asas kerahasiaan dan antidiskriminasi
- menjamin bahwa kelompok dukungan yang baru dan sedang berkembang tidak dibanjiri oleh tuntutan dan bahwa diperkirakan kesinambungan dalam kelompok itu, sehingga, bila anggota pendiri tidak terlibat lagi, ada anggota lain yang dapat melanjutkan pekerjaan berdasarkan pelajaran yang berakar pada pengalaman

- peduli terhadap kebutuhan staf yang HIV-positif, misalnya bagaimana menghadapi keadaan sakit, baik berkaitan dengan pekerjaan maupun tunjangan pekerja

Di sebuah LSM di Malaysia yang mempunyai staf yang HIV-positif, 10 persen gaji karyawan dimasukkan di rekening tabungan ditambah 10 persen dari LSM. Uang ini berfungsi sebagai 'dana pensiun' untuk mereka yang menjadi terlalu sakit untuk melanjutkan pekerjaan.

Beberapa strategi yang mungkin untuk organisasi Odha termasuk:

- mendorong LSM untuk memasukkan informasi untuk Odha dalam program penanggulangan HIV
- mendesak lembaga donor agar 'berperan sebagai teladan' melalui kebijakan mengenai HIV/AIDS di tempat kerja dan membahas keadaan setempat dengan Odha
- mendesak lembaga donor untuk mendukung program yang memerangi stigma dan diskriminasi serta menghadapi hal yang meningkatkan kerentanan terhadap infeksi HIV, dan juga yang mendukung Odha secara langsung
- meyakinkan lembaga donor untuk membuat perjanjian jangka panjang. Mendirikan kelompok baru dan memerangi diskriminasi makan waktu lama. Tidak mungkin mengharapkan orang akan terbuka mengenai status HIV-nya dalam lingkungan yang penuh ketakutan

*Sumber: 'Participation of people living with HIV/AIDS in policy formulation and project development', AIDS Coordination Bureau Discussion Paper Januari 1997, berdasarkan presentasi Shaun Mellors dan Frans Mom*



## Kerahasiaan dan petugas layanan kesehatan

Setiap orang mempunyai hak atas kerahasiaan dan martabat pribadi. Setiap orang mempunyai hak untuk memutuskan aspek kehidupannya yang mana pribadi dan yang mana boleh dibagikan dengan masyarakat. Asas ini berlaku untuk pokok yang biasanya dianggap pribadi, misalnya, orientasi seksual seseorang, agamanya atau status kesehatannya. Sayangnya, asas ini paling sering dilanggar berkaitan dengan status HIV seseorang.

Pelanggaran asas kerahasiaan terdapat di rumah sakit dan klinik. Bagi pekerjaan yang mensyaratkan tes HIV, dan juga bagi perusahaan asuransi yang besar yang menuntut orang menjalankan tes HIV, pelanggaran asas kerahasiaan telah menjadi semakin biasa. Tanggung jawab yang dipaparkan di bawah ini juga berlaku untuk keadaan lain.

### Apakah itu asas kerahasiaan medis?

Dalam proses diagnosis dan merawat penyakit, seorang doktor dapat menemukan hal mengenai seorang pasien, seperti status HIV, yang dianggap pribadi. Seorang pasien akan berharap bahwa dokternya tidak akan membeberkan informasi itu dan akan menghormati hak atas kerahasiaan pribadinya.

Hak seseorang atas kerahasiaan medis, **termasuk status HIV-nya**, telah dijamin oleh lembaga kesehatan pemerintah di kebanyakan negara. Hak ini termasuk salah satu asas tertua dalam profesi medis.

*Petugas layanan kesehatan diharapkan akan menjaga kerahasiaan semua informasi yang didapatkan mengenai seseorang yang berada dalam perawatan. Kewajiban itu tidak berakhir jika seseorang tidak berkunjung lagi ke dokter, atau bahkan jika orang itu meninggal. Tanggung jawab ini berjalan untuk selama-lamanya.*

### Mengapa asas kerahasiaan itu penting?

Sangat sulit membayangkan informasi yang akan lebih mempengaruhi kepribadian kita dibandingkan kabar bahwa kita terinfeksi HIV. Hidup dengan HIV menyentuh rasa identitas dan aman yang paling dasar.

Kita tidak perlu malu. Tetapi, karena stigma yang melekat pada HIV, banyak di antara kita takut mengungkapkannya kepada teman, rekan kerja dan saudara. Kita dapat dikucilkan secara sosial, mengalami diskriminasi di tempat kerja atau dihalangi untuk mendapatkan rumah, asuransi atau tunjangan lain.

Membagi status HIV kita dengan mereka yang paling dekat dengan kita adalah penting. Juga dianjurkan agar Odha mempraktekkan hubungan seks yang aman dan memberitahukan pasangan seksnya mengenai statusnya. Yang paling penting adalah setiap orang merasa bahwa dialah yang memutuskan untuk memberikan informasi yang sangat pribadi itu.

Keputusan siapa yang akan diberitahukan status HIV kita adalah milik kita dan hanya milik kita.

### Apakah kewajiban terhadap masyarakat dapat melebihi asas kerahasiaan?

*Asas kerahasiaan boleh dikesampingkan hanya dalam keadaan apabila kewajiban untuk memberitahukan pihak ketiga dinilai lebih penting, dan itu pun hanya setelah masalah itu dibicarakan dengan kita.*

Pada masa lalu ada orang yang berpendapat bahwa status HIV seseorang boleh dibeberkan demi kepentingan kesehatan masyarakat – bahkan tanpa persetujuan yang bersangkutan. Misalnya, ada pendapat bahwa petugas layanan kesehatan dengan HIV diwajibkan untuk mengungkapkan status HIV-nya. Tetapi fakta ilmiah dan medis mengenai HIV tidak mendukung pendapat tersebut. HIV jauh lebih sulit menular dibandingkan virus yang lain. HIV tidak menular melalui udara, seperti tuberkulosis atau flu. HIV tidak dapat hidup di luar tubuh manusia. HIV hanya dapat menular melalui cara tertentu. Dengan tindakan pencegahan yang tepat tidak mungkin HIV dapat menular dari seorang dokter ke seorang pasien atau sebaliknya.

### Bolehkah asas kerahasiaan diabaikan?

Tidak. **Izin dengan penuh kesadaran dan jelas** harus diperoleh dari pasien sebelum statusnya HIV-nya diberitahukan kepada orang lain. Itu berarti bahwa kita harus diberikan keterangan mengenai maksud penggunaan informasi tersebut, termasuk siapa saja yang diberitahukan, dan caranya. Tidak ada seorang petugas layanan kesehatan yang boleh menduga-duga bahwa persetujuan itu telah diberikan. Selalu harus ada pembicaraan dengan kita sebelum petugas layanan kesehatan yang lain diberitahukan.

Apabila pasien tidak memberikan izin, seorang petugas layanan kesehatan tidak mempunyai hak otomatis untuk membocorkan informasi.

Aturan ini harus dipertahankan kecuali jika:

- pengadilan memerintahkan pengungkapan informasi; atau
- ada ancaman jelas atau sikap acuh terhadap jiwa orang tertentu

**Satu-satunya keadaan** yang membenarkan asas kerahasiaan boleh diabaikan adalah bila orang yang terinfeksi HIV mengatakan pada dokter bahwa dia bermaksud untuk tetap berhubungan seks atau memakai jarum suntik bergantian dengan orang tertentu tanpa tindakan pencegahan penularan. Dalam keadaan seperti ini seorang dokter wajib **pada awal** berusaha memberikan konseling pada orang itu untuk tidak meneruskannya. Bila tidak berhasil, dokter itu **harus** memberitahukan kepada pasiennya bahwa sebagai dokter dia mempunyai kewajiban etis dan hukum untuk memperingatkan orang lain yang bersangkutan.

## Demi kesehatan masyarakat dan pribadi!

Di dunia ini masih ada prasangka dan kesalahpahaman mengenai HIV, jadi asas kerahasiaan merupakan hak

yang melindungi hak yang lain. Kegagalan membela hak atas asas kerahasiaan akan mendorong HIV/AIDS ke bawah tanah, dengan dampak yang dahsyat:

- Orang yang memerlukan layanan kesehatan akan takut membuka semua fakta mengenai status kesehatannya, dan karena itu mungkin tidak akan menerima layanan yang terbaik.
- Orang yang menduga bahwa dirinya terinfeksi HIV akan takut dites karena kemungkinan munculnya prasangka apabila informasi mengenai status HIV-nya kemungkinan dibocorkan.

Semuanya ini akan menambah penderitaan di kalangan Odha, dan menimbulkan masalah yang lebih besar dalam penanggulangan HIV. Asas kerahasiaan merupakan hak asasi manusia, tetapi juga kebutuhan praktis dalam upaya menahan HIV.

**Kami menegaskan semua petugas layanan kesehatan, orang di industri asuransi, pengusaha/majikan, rekan kerja, keluarga, saudara dan teman untuk menghormati asas tersebut.**

Disesuaikan dari: HIV/AIDS and the right to confidentiality (HIV and human rights Pamphlet 3 January 1995), AIDS Law Project, Centre for Applied Legal Studies, University of the Witwatersrand, Private Bag 3, Wits 2050 Afrika Selatan

Dokumen ini disusun oleh Fred Mayor, atas nama GNP+ dan dengan dukungan dari UNAIDS, atas permintaan Kelompok Odha dari bagian Afrika yang berbahasa Perancis. Dokumen ini dimaksudkan sebagai dasar pembahasan dan untuk menghasilkan pikiran dalam kelompok yang pada akhirnya akan mengarah ke perkembangan organisasi secara terbentuk. Dokumen ini sama sekali tidak lengkap. Masih ada banyak bidang dan masalah lain selain yang dibahas dalam dokumen ini, yang harus dan dapat dikembangkan. Sementara terutama ditujukan pada kelompok Odha di bagian Afrika berbahasa Perancis, mungkin dokument ini juga dapat merangsang pikiran di wilayah lain.

## Pedoman untuk pengembangan organisasi Odha

### 1 PENDAHULUAN

Odha dan organisasi Odha adalah penting bagi UNAIDS. Odha mempunyai pengalaman langsung dengan HIV/AIDS. Walaupun penting dan justru mendasar, pengalaman ini sering diremehkan dan kurang dipakai oleh mereka yang bekerja di bidang HIV/AIDS. Sebagai upaya untuk mengantar Odha dan organisasi Odha lebih dekat pada pusat semua kegiatan yang berhubungan dengan HIV/AIDS, kami memutuskan mempersiapkan dokumen ini. Bersama dan berdasarkan perundingan dengan GNP+ dan NAP+, serta atas permohonan khusus kelompok Odha di Afrika, UNAIDS telah memutuskan menerapkan suatu pendekatan yang berbagai tingkat terhadap pengembangan organisasi Odha di Afrika yang berbahasa Perancis. Karena akan dilaksanakan pada berbagai tingkat, pekerjaan ini akan disesuaikan dengan kebutuhan organisasi yang berbeda-beda. Harus dicatat bahwa UNAIDS dan GNP+ tidak bermaksud untuk menerapkan pedoman ini untuk semua organisasi yang memerlukannya. Sebaliknya, maksud sebenarnya adalah memperlancar hubungan antarorganisasi dan dengan organisasi lain yang mempunyai kemampuan dan keterampilan yang diperlukan untuk pengembangan organisasi.

Kami mencoba siapkan suatu dokumen yang menjelaskan dengan cara yang praktis bagaimana kerjanya suatu

organisasi. Dokumen ini tidak lengkap dan tidak ditulis dalam bahasa yang luar biasa rumit. Tetapi dokumen ini menggambarkan dasar yang memungkinkan organisasi berkembang, berjalan dan mendapatkan dana. Kami berunding dengan sejumlah orang tentang teks dokumen ini, yang seharusnya tidak terlalu terperinci dan tidak terlalu rumit. Dokumen ini terutama dialamatkan pada organisasi Odha di Afrika yang berbahasa Perancis. Kami tahu bahwa banyak di antara kalian sudah menjalankan sejenis organisasi, tetapi teks ini dapat saja memberikan gagasan pada orang lain bagaimana caranya menjalankan tugas. Orang lain masih membutuhkan bantuan tambahan dan penjelasan lebih mendalam. Bersama dengan GNP+ dan NAP+ (Jaringan Odha Afrika), UNAIDS bersedia memberikan bantuan seperti itu kepada organisasi Odha. Bantuan itu dapat berupa kunjungan sederhana oleh seorang ahli tentang hal tertentu, sampai hubungan kerja sama yang lebih luas, tergantung pada kebutuhan khusus organisasi tersebut di Afrika. Tujuan akhir upaya ini bercabang dua: pertama, memperbaiki cara menjalankan organisasi Odha di Afrika, dan kedua, membantu UNAIDS, GNP+ dan NAP+ untuk menganjurkan organisasi yang berjalan dengan baik pada pendukung keuangan.

## 2 MENGAPA MENDIRIKAN KELOMPOK ODHA?

### Memulai organisasi dengan anggota dan relawan yang aktif

Ada berbagai alasan untuk mendirikan kelompok Odha, dan oleh karena itu ada pentingnya membahas hal ini dan mencari tahu mengapa orang ingin mendirikan kelompok. Mungkin karena ada kebutuhan atas dukungan moral untuk Odha tertentu, atau mungkin karena ingin mencari jalan untuk mendapatkan obat-obatan bagi orang yang memerlukannya serta dana untuk itu. Semua kebutuhan ini dapat diterima, tetapi pengalaman menunjukkan bahwa kadang kala kelompok Odha tertentu cenderung eksklusif dan membatasi, dengan menolak keanggotaan Odha lain.

Hal pertama dan mendasar yang sebaiknya dilakukan saat mendirikan organisasi adalah menganalisis keadaan awal, sebelum membuat dan melaksanakan sebuah rencana strategis. Untuk tujuan ini, sebaiknya membentuk tim yang menganalisis baik keadaan maupun reaksi. Dengan cara ini tim dapat memantau secara teratur bagaimana rencana strategis diterapkan setelah kelompok terbentuk.

Tidak menghiraukan lembaga yang dipilih untuk membentuk tim yang ditugaskan untuk menganalisis keadaan, adalah sangat penting tim tersebut terdiri dari berbagai macam anggota, misalnya seorang ekonom, pegawai negeri, ahli penelitian jajak pendapat. Juga penting memasukkan satu atau dua Odha, yang, melalui pengalaman langsung mereka dengan virus, dapat membawa pandangan nyata terhadap analisis keadaan. Jaringan dengan keanggotaan Odha yang aktif pada umumnya lebih paham atas kebutuhan berkaitan dengan HIV/AIDS, dan oleh karena itu dalam keadaan yang lebih baik untuk membela hak Odha. Meskipun demikian, harus digarisbawahi bahwa Odha mempunyai hak untuk dilibatkan secara aktif tanpa harus mengungkapkan status HIV-nya. Dari segi lain, harus dicatat bahwa tidak semua Odha mempunyai pengalaman yang sama. Oleh karena itu, sangat penting bagi organisasi untuk memastikan bahwa orang yang bersangkutan mempunyai sumber daya, semangat dan pemahaman yang diperlukan untuk melakukan pekerjaan organisasi.

Secara umum, tim harus mampu melakukan hal berikut:

- memahami kebudayaan, sejarah dan bentuk politik suatu negara;
- mampu melakukan penelitian sosial dan mendapatkan informasi yang terkait;
- mampu mengumpulkan banyak pendapat yang berbeda dan berbagai jenis informasi;
- mampu mempertimbangkan, secara umum, bagaimana peranannya mengenai berbagai masalah sosial yang rumit;

- memahami bagaimana HIV menular dan mengetahui bagaimana penyebarannya dapat dicegah serta dampak HIV itu; dan
- memahami bagaimana konteks ekonomi dan sosial mempengaruhi penyebaran virus.

Setelah dibentuk dan kriteria yang di atas terpenuhi, tim harus menulis pernyataan misinya: Siapa kita? Bagaimana kita akan bekerja? Apa yang ingin kita capai? Siapa yang akan kita bantu dan di mana? Perubahan apa yang ingin kita wujudkan? dsb.

Setelah pernyataan misi disetujui, lengkap dengan misi dan tujuan, perlu mempersiapkan rencana tindakan – sejumlah langkah khusus untuk mencapai tujuan tertentu. Kemudian harus dibuat sebuah inventaris sumber daya manusia, keuangan dan aset materiil milik organisasi.

## 3 ASPEK-ASPEK HUKUM

### 3.1 Anggaran Dasar

Anggaran dasar merupakan dokumen dasar yang menggariskan bentuk organisasi, serta visi dan misinya. Misalnya, visi suatu organisasi Odha dapat berbunyi: menghapus stigma dan diskriminasi terhadap Odha. Misinya yang terkait adalah bekerja seputar bentuk hukum negaranya, sambil mencoba menciptakan suasana kondusif yang dapat mendorong Odha agar menerima statusnya dan mengungkapkannya secara terbuka.

Suatu organisasi dapat berbentuk keanggotaan yang menyumbang pada biaya organisasi, dan relawan yang bekerja untuk organisasi tanpa gaji.

### 3.2 Pendaftaran sebagai badan hukum

Ada dua jenis organisasi: yang terdaftar sebagai badan hukum (misalnya yayasan atau perkumpulan), dan yang tidak.

Organisasi terdaftar menikmati lebih banyak dukungan (seperti pendanaan, liputannya yang luas dan semakin kesadaran mengenai organisasi, bantuan dengan penggalian dana serta pemasaran sosial). Tetapi, itu juga dapat berarti bahwa organisasi kurang otonom, karena pemerintah dapat menentukan syarat yang harus dipenuhi. Oleh karena itu ada organisasi yang tidak ingin mendaftarkan diri. Organisasi itu lebih mengutamakan otonominya dan menghindari untuk diperintah dari atas. Oleh karena itu, organisasi terdaftar berjalan dengan cara yang berbeda dari organisasi yang tidak terdaftar, tetapi pada dasarnya misi dan tujuannya sama.

Di kebanyakan negara Afrika yang berbahasa Perancis terdapat dua jenis organisasi tersebut. Asosiasi yang tidak terdaftar lebih cocok untuk kelompok kecil, sedangkan yang lebih besar mungkin terdaftar sebagai LSM. LSM dapat menerima dukungan dari luar (dari negara lain, dari negaranya sendiri dst.) dan mempekerjakan staf yang digaji. Penting sekali mencari tempat yang di tengah

antara organisasi yang terdaftar dan yang tidak, sehingga pendiri organisasi itu tetap dapat mengikuti dan membentuk pikirannya ketimbang diharuskan menyesuaikan diri pada perintah pemerintah yang tidak selalu sejalan dengan tujuan organisasi dan cara kerjanya.

### 3.3 Akses pada dokumen proyek – transparansi

Semua anggota organisasi harus dapat memeriksa dokumen proyek, dengan maksud agar semua pendapat dapat diungkapkan. Sangat penting bahwa semua anggota organisasi menyadari dan memahami misi dan tujuan organisasi. Misi dan tujuan yang tepat memberikan semangat pada para anggota. Persiapan rencana kerja yang terarah membantu menentukan tanggung jawab setiap anggota dengan memberikan tugas yang khusus yang harus dilaksanakan dalam waktu tertentu. Bila anggota jaringan mengetahui secara persis apa yang diharapkan dari mereka, kemungkinan lebih besar mereka akan tetap mengabdikan ketimbang anggota yang tidak diberikan tugas yang jelas.

Akses terhadap dokumen proyek penting juga untuk pendukung keuangan, agar mereka dapat melihat bahwa organisasi bekerja dengan jujur dan terbuka. Tidak perlu dikatakan bahwa berkas dengan data tentang personalia organisasi tidak dapat dibuka untuk siapa saja.

## 4 ASPEK PEMIMPINAN ORGANISASI

### 4.1 Rekening bank

Setiap organisasi harus membuka rekening bank atas nama asosiasi dan bukan atas nama pribadi orang. Setiap rekening bank harus ada paling sedikit dua orang yang menandatangani.

Atas permintaan pemberi dana, bank harus mengirim laporan tertulis, yang menyatakan bahwa benar sebuah rekening bank dibuka atas nama organisasi, dan memberikan nama dua orang yang berhak menandatangani.

### 4.2 Sistem Akunting

Setiap organisasi harus mempunyai sistem akunting yang efektif, sehingga pembukuan dapat diperlihatkan setiap saat. Beberapa paket piranti lunak telah dikembangkan untuk usaha kecil yang dapat dipakai oleh organisasi.

Pembukuan tidak harus dikerjakan dengan komputer, karena banyak asosiasi tidak mempunyai peralatan yang diperlukan. Kalau begitu halnya, sistem pembukuan rangkap yang dikerjakan dengan tangan dapat dipakai.

### 4.3 Memasukkan biaya administrasi yang terperinci di semua anggaran proyek

Biaya tetap meliputi gaji, sewa tempat, telepon dan komunikasi, perjalanan, alat tulis kantor dst., dan biaya itu harus dibagi di antara berbagai proyek dan kegiatan

organisasi. Contohnya, pekerjaan yang dilakukan oleh seorang sekretaris harus diperhitungkan sesuai dengan proporsi waktu yang diberikan pada setiap proyek dan dengan demikian, gaji sekretaris harus diambil dari anggaran masing-masing proyek.

### 4.4 Anggaran keseluruhan

Untuk beroperasi secara efisien, suatu organisasi harus mampu mengajukan anggaran yang mencakup semua proyek dan kegiatannya. Oleh karena itu semua biaya yang terkait harus dirinci dalam anggaran setiap proyek; misalnya, gaji, perjalanan, biaya administrasi dst. Dengan demikian, jumlah total anggaran sama dengan jumlah semua ongkos dan pengeluaran suatu proyek.

Apabila suatu organisasi memohon pendanaan dari instansi setempat atau nasional atau donor lain, organisasi itu harus menyampaikan informasi mengenai semua proyek untuk tahun yang bersangkutan, lengkap dengan jumlah biaya setiap proyek. Ini menunjukkan dengan jelas, apakah proyek layak dan realistis.

### 4.5 Pemimpinan keuangan mandiri

Suatu organisasi harus bertujuan untuk bekerja secara mandiri tanpa harus bergantung pada dukungan dari luar.

Salah satu cara untuk mengurangi biaya administrasi adalah dengan melibatkan relawan yang mempunyai keterampilan yang diperlukan untuk menjalankan organisasi. Contoh, suatu organisasi Odha yang membaktikan pada penghapusan diskriminasi terhadap Odha dapat mencari pengacara yang HIV-positif atau sekretaris dan akuntan yang HIV-positif untuk melakukan pekerjaan administrasi dan akunting.

### 4.6 Kerja sama dengan instansi setempat dan nasional atau organisasi internasional dan sistem PBB

**Instansi pemerintah setempat dan nasional:** Berbagai organisasi bekerja dengan instansi pemerintah setempat dan nasional, sedangkan yang lain tidak. UNAIDS berpegang pada asas bahwa kerja sama antara LSM dan instansi pemerintah setempat dan nasional merupakan hal yang mendasar dalam penanggulangan AIDS dan pencapaian tujuan yang ditentukan oleh organisasi.

**Organisasi internasional:** Beberapa LSM bekerja sama dengan organisasi internasional seperti The International HIV Alliance, SIDA, DANIDA dan CIDA. Jenis kerja sama ini terbukti sangat bermanfaat untuk menjamin keberhasilan pekerjaan dan tujuan yang ditentukan LSM.

UNAIDS juga menyambut dengan baik kerja sama antara LSM dan perwakilan lembaga PBB pada tingkat nasional.

Setiap bentuk kerja sama antara kelompok Odha dan instansi pemerintah, organisasi internasional atau pun sistem PBB, dapat meningkatkan pengaruh Odha dalam program penanggulangan AIDS, dan juga dapat

memudahkan akses terhadap pendanaan organisasi mereka.

#### 4.7 Laporan tahunan

Semua organisasi harus membuat laporan tahunan yang terdiri dari saldo akhir tahun, rangkuman tentang proyek yang dilaksanakan, hasil proyek, baik segi yang kuat maupun yang lemah. Ini dilakukan dengan maksud memperbaiki tujuan organisasi dan terutama hasil proyek pada tahun berikutnya.

### 5 AUDIT

#### 5.1 Auditor

Seorang auditor yang mandiri dan dari luar harus ditunjuk untuk mengawasi secara otonom pekerjaan organisasi, pimpinan keuangan dan hasil proyek yang diselenggarakan organisasi. Auditor dapat juga memberikan bantuan pada organisasi atau nasihat tentang cara pekerjaan yang dapat menghasilkan tabungan, pimpinan waktu yang lebih baik, hasil yang lebih baik, dst. Layanan seorang akuntan biasanya tidak cukup memadai; seorang auditor harus dilibatkan beberapa kali setahun untuk mengawasi pembukuan.

#### 5.2 Persyaratan

Pertama-tama, sangat penting auditor dari luar organisasi. Auditor harus memiliki latar belakang pimpinan bisnis dan pembukuan agar dapat menetapkan status hutang-piutang organisasi.

#### 5.3 Surat-menyurat dengan auditor harus terbuka

Setiap saat para donor harus dapat akses terhadap surat-menyurat yang dikirim ke auditor berkaitan dengan permohonan untuk pengorganisasian ulang.

### 6 DOKUMEN DASAR PROYEK

#### 6.1 Rencana kegiatan

Setiap proyek harus mencakup gambar proyek yang terperinci.

Dokumen jenis ini dapat meliputi bagian berikutnya:

- Pendahuluan
- Identifikasi masalah
- Misi dan tujuan
- Kegiatan
- Penikmat hasil proyek
- Pelaksanaan proyek
- Sumber daya manusia dan materiil
- Jadwal dan batas waktu
- Evaluasi proyek

#### 6.2 Rangkuman rencana kegiatan

Rangkuman rencana kegiatan dikajikan dalam bentuk tabel dengan kolom yang berbeda.

Setiap kolom diberikan judul tersendiri, misalnya:

- Kolom 1: tujuan
- Kolom 2: hasil
- Kolom 3: indikator dan sumber pembuktian (apabila tepat)
- Kolom 4: kegiatan
- Kolom 5: batas waktu
- Kolom 6: anggaran untuk tahun pertama
- Kolom 7: anggaran untuk tahun kedua dan seterusnya
- Kolom 8: sumber daya

#### 6.3 Kelompok sasaran

Setiap organisasi harus menentukan secermat-cermatnya kelompok sasaran kegiatannya. Semakin terperinci kelompok sasaran, semakin besar kemungkinannya kegiatan dan tujuan organisasi akan berhasil.

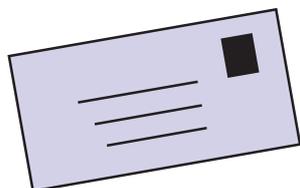
#### 6.4 Kontrak dan laporan teknis dan keuangan

Kontrak harus dibaca dengan seksama dan dipahami sungguh-sungguh sebelum ditandatangani, karena sebuah kontrak merupakan dokumen hukum. Oleh karena itu sangat penting bahwa batas waktu untuk mengajukan laporan teknis dan keuangan yang tercantum di kontrak akan dihormati. Seandainya tidak, pendanaan dapat dihentikan.



# FORMULIR EVALUASI

Tolong bantu kami memperbaiki terbitan buku panduan yang berikut (bila ada) dengan memotong atau memfotokopi formulir ini dan mengirimnya ke:



Yayasan Spiritia  
JI Radio IV/10  
Kebayoran Baru 12130  
Indonesia

Tolong berikan tanda di kotak-kotak

## Bagian 1 Mengenai buku panduan ini

1 Apakah informasi di bagian berikut ini bermanfaat?

- |          |    |                          |       |                          |
|----------|----|--------------------------|-------|--------------------------|
| Bagian 1 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 2 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 3 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 4 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 5 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 6 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 7 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |

Apabila tidak, tolong menjelaskan informasi tambahan apa yang ingin dimasukkan dalam terbitan berikutnya:

---



---



---



---



---

2 Apakah kegiatan latihan bermanfaat?

- |          |    |                          |       |                          |
|----------|----|--------------------------|-------|--------------------------|
| Bagian 1 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 2 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 3 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 4 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 5 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 6 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |
| Bagian 7 | Ya | <input type="checkbox"/> | Tidak | <input type="checkbox"/> |

Apabila tidak, tolong dijelaskan bagaimana kegiatan latihan bisa lebih bermanfaat:

---



---



---



---

3 Apakah bagian sumber informasi bermanfaat?

Ya  Tidak

Tolong daftarkan sumber informasi tambahan yang sebaiknya dimasukkan dalam terbitan bagian sumber informasi berikutnya:

---



---



---



---

4 Apakah ada organisasi lain yang belum dimasukkan tetapi sebaiknya dimasukkan dalam terbitan bagian sumber informasi berikutnya?

Ya  Tidak

Apabila ya, tolong daftarkan nama dan alamat organisasi (termasuk telepon, fax, E-mail dan situs web apabila ada), negara, dan kegiatan utama:

---



---



---



---

5 Secara keseluruhan, sejauh mana buku panduan ini berguna?

Sangat berguna

Cukup berguna

Tidak terlalu berguna

Sama sekali tidak berguna

Kalau buku panduan ini berguna, diminta rincikan bagaimana digunakan untuk membantu pekerjaannya:

---

---

---

---

---

---

Kalau buku panduan ini kurang berguna, tolong berikan saran-saran bagaimana bisa lebih berguna:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

6 Apakah ada masukan atau permohonan lain?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Bagian 2 Tentang diri Anda

1 Apa keterlibatan Anda dalam pekerjaan HIV/AIDS?

Orang yang hidup dengan HIV/AIDS

Organisasi layanan AIDS/pekerja LSM

Petugas layanan kesehatan

Lain (tolong dirinci)

---

---

2 Anda terlibat dalam jenis kegiatan apa?

Kelompok dukungan sebaya Odha

Organisasi aktivis Odha

Advokasi

Pelatihan

Layanan kesehatan

Lain (tolong dirinci)

---

---

Nama dan alamat (tidak wajib, tetapi bermanfaat apabila Anda dapat memberikan data pribadi Anda)

---

---

---

---

---

---

---

---

## Bagian 3 Keanggotaan GNP+

Keanggotaan GNP+ terbuka untuk semua Odha. Untuk menjadi anggota, Anda hanya diminta mengisi Formulir Pendaftaran. Formulir ini boleh didapatkan dari sekretariat pusat (alamat di bawah ini) atau APN+ (lihat Organisasi, halaman 123).

GNP+

PO BOX 11726

1001 GS Amsterdam

The Netherlands

Tel: +31 (20) 423-4114

Fax: +31 (20) 423-4224

E-mail: [infognp@gnpplus.net](mailto:infognp@gnpplus.net)