

Siapakah Sosok Ibu Di Mata Kita?

written by

December 22, 2015

IBU. Ia dikuatkan bahunya untuk menjaga sang buah hati. Dilembutkan hatinya untuk memberi rasa aman, dan diteguhkan kepribadiannya untuk terus berjuang saat yang lain menyerah.



Siapakah Sosok Ibu di Mata Kita?

Siapa yang tidak mengenal namanya? Bahkan saat namanya disebut, wajah seseorang yang selama ini mengasuh kita akan seketika muncul dalam pikiran.

Semesta mengenal kata ibu, meski dengan bahasa yang berbeda. Beberapa makhluk hidup mungkin menyebutnya sebagai induk. Sedangkan manusia, akan menyebutnya dengan berbagai panggilan.

Begitu besarnya pengorbanan seorang ibu, sampai diistimewakan harinya. Mereka memiliki hari yang disebut sebagai “hari ibu”.

Pada hari itu, seorang ibu banyak mendapatkan pujian. Pada hari itu, seorang ibu banyak menuai kata-kata manis.

Karena itu, dalam rangka Hari Ibu, Saya mencoba bertanya pada teman-teman saya di PTPP, tentang apa arti ibu sesungguhnya. Makna ibu membanjir dengan berbagi kata dan istilah dari mulut teman-teman saya. Berikut petikan arti ibu menurut mereka:

"My everything. Tempat kita belajar banyak hal. Ibu merupakan Role model bagi saya." (Nurfi)

"Orang pertama yg akan selalu tau apa yg terjadi pada kita, tanpa kita bilang sekalipun." (Dinda)

"Ibu itu *wonder woman*. Wanita yang kuat dan tangguh. Wanita yg tulus ,merawat, menyayangi, mencintai, menerima kekurangan, mendidik, dan memahami anaknya dalam beproses." (Nyoman)

"Yang menyayangiku, yang merawatku waktu sakit, yang melahirkan, yang suka bergosip denganku, yang telpon aku kalau malem aku belum pulang, yang manggil dari luar rumah kalau aku lagi sama temen main diluar." (Putri)

"Mengajarkan arti ketulusan, melalui kasih sayang. Meski marah, tetep peduli dan tak pnh hilang tulus kasihnya. Meski orangnya ga ada, masih terasa kaih sayangnya.." (Dilla)

"Segalanya buat aku. Hidup aku. Yang selalu ada buat aku. Sosok yang selalu aku idolakan." (Mika)

"Pahlawanku, lentera hidupku." (Hakim)

"Wanita yg patut dicontoh. Kasih sayangnya tulus, dan kasih ibu tak terhingga sepanjang masa. Nggak bisa diungkapkan dgn seribu kata. Ibu itu penuh ketulusan, role model bagi anaknya, sosok wanita penyayang yg akan melakukan apapun demi anaknya." (Nindi)

"Ibu adalah rumah. Sekolah pertama untuk anak-anaknya. Contoh yang baik. Yang mengerti masing-masing anaknya satu persatu.

Yang tidak pernah berhenti mencurahkan kasih sayang dan tenaga untuk kesuksesan keluarganya. Yang tidak pernah lelah meski sering marah. Ibu adalah segalanya bagi setiap anak.” (Sasa)

Ibu merupakan pegangan, tempat bersandar, pengingat, dan rumah tempat kembali segala suka dan sedih.” (Rudi)

“Ibu mampu menjadi sosok yang kuat dengan hati yang lembut dan paras yang indah seperti pohon dengan batang yang kuat, daun yang lembut, dan bunga yang indah.” (Antero)

“Ibu ibarat sebuah rautan pensil dan penghapus. Saya baginya adalah pensil. Tanpa ibu saya takkan memiliki manfaat apa-apa. karena tanpa diraut oleh ibu, saya tidak akan bisa sebermanfaat seperti ini. karena tanpa dihapus oleh ibu, saya hanya akan menyesali kesalahan yang saya perbuat. Satu ungkapan untuk ibu, terima kasih.” (Ghozi)

Bahkan ada yang tidak sanggup mengungkapkan arti ibu. Baru mengingatnya saja, ia sudah menitikkan air mata.

Begitu berharga sosok ibu dalam kehidupan kita. Semoga kata-kata manis tak hanya berhenti di ujung lidah. Hanya terucap saat di hari-hari tertentu saja. Tentu kasih sayang kita tak hanya berakhir di ujung galah, sebagaimana kasih sayang ibu kepada anaknya. **Selamat hari ibu.**

Lalu, apa makna ibu buat Kamu?

(Sasa/Antero)

Selamat Hari Ibu

written by
December 22, 2015



Selamat Hari
Ibu



Pusat Terapan Psikologi Pendidikan



@ptpp_unair

Belajar Observasi, Mengasah Kepekaan Memadukan Data dan Teori

written by

December 22, 2015

Observasi atau mengamati adalah salah satu cara untuk mengumpulkan data. Dalam Bidang Psikologi, yang diamati adalah manusia yang lebih kompleks daripada benda. Untuk itu, diperlukan belajar observasi, terutama dengan mengasah kepekaan memadukan data dan teori.

Jumat sore, kami (staf dan magang) belajar bersama untuk mengembangkan keterampilan dalam mengobservasi. Acara semacam ini memang biasa kami lakukan untuk mengembangkan kualitas sumber daya, terutama para magang kami.

Tetap dengan suasana santai nan ceria, kami belajar bagaimana cara melakukan observasi. Kali ini, kami akan share bagaimana kami belajar mengobservasi. Semoga bermanfaat buat yang bingung bagaimana cara sederhana belajar observasi.

Pertama, kami bagikan sebuah form yang berisi aspek-aspek yang

akan diamati. Ada aspek pemahaman, kemampuan analisis, daya tahan, ketelitian, stabilitas emosi dan seterusnya, tidak kurang dari 13 aspek yang harus diamati. Selain aspek amatan, pada form tersebut ada kolom-kolom untuk mengisi nama orang yang akan diamati. Nah, kali ini mereka belajar mengamati teman mereka sesama anak magang. Mereka tinggal memberikan penilaian dalam bentuk 7 skala KS (Kurang Sekali), K (Kurang), C- (Di bawah Cukup atau Di bawah Rata-rata), C (Cukup), C+ (Lebih dari Cukup), B (Baik), dan BS (Baik Sekali).

Sebagai awal, kita pakai satu orang lebih dulu. Jadi semua peserta membuat catatan tentang salah seorang temannya dalam 13 aspek yang ada di form. Kemudian tiap aspek dibahas berdasarkan penilaian yang diberikan tiap orang. Pemberi nilai memberikan alasan penilaiannya, termasuk orangnya sendiri atau orang yang sedang dinilai. Kemudian hasilnya dicocokkan, termasuk memadukan alasan dari masing-masing orang.

Alasan justifikasi dirangkum hingga menjadi rumus atau cara dalam menentukan justifikasi dalam observasi. Rangkuman dari hasil belajar mengobservasi satu orang, diaplikasikan untuk mengobservasi teman-temannya yang lain. Kemudian dijadikan tips dalam mengobservasi

Bagaimana strategi atau tips mengobservasi orang?

1. Gunakan varian data yang banyak

Dalam proses belajar observasi, kadang kita menggunakan hanya satu data untuk membuat simpulan. Misalnya, mengatakan seseorang dapat bekerja secara teliti, hanya dari satu pengalaman kerja. Kalau menggunakan banyak data, coba dicek apakah datanya sejenis atau variatif. Misalnya saja, mengatakan seseorang dapat bekerja dengan teliti dari pengalaman menyaksikan temannya tersebut ketika menjilid laporan. Jika ia mengalami satu kali menjilid laporan, berarti hanya menggunakan satu data. Jika menggunakan beberapa kali

pengalaman menjilid laporan, berarti menggunakan banyak data tapi tidak variatif. Yang paling ideal, gunakan banyak data dengan berbagai varian konteks

1. Buat pola dan konsistensi datanya

Jika data terkumpul, maka perlu membuat pola antar data. Mengacu pada contoh sebelumnya, berarti kita perlu melihat konsistensi antar data. Konsistensi berarti keajegan data. Misalnya tentang ketelitian. Jika muncul dalam konteks kerjaan menjilid laporan, maka kita lihat, apakah muncul pada konteks yang lain. Semakin banyak variasi kerja yang berhubungan dengan ketelitian, atau memberikan nilai positif untuk aspek ketelitian, maka justifikasi terhadap orang tersebut semakin mengarah kepada 'orang teliti'.

2. Gunakan teori untuk menghubungkan antar aspek

Bagian ini yang paling menarik. Observer mengisi aspek-aspek yang sudah kuat datanya. Misalnya dari 13 aspek, ada 3 aspek yang sudah kuat datanya. Ambil contoh aja tentang ketelitian, kalau sudah ada data yang kuat, maka bolehlah kita memberikan penilaian. Begitu juga dengan aspek-aspek lain. Jika ada 3 aspek yang sudah diberikan penilaian, kita lihat apakah ketiganya berhubungan. Jika berhubungan, maka kita sudah bisa langsung mencari aspek terkait yang belum mendapatkan nilai. Biasanya aspek yang terkait akan berhubungan nilainya. Misalnya seseorang mendapatkan nilai kecepatan kerja bagus, tetapi ketelitian rendah. Maka dengan bahasa awam bisa saja kita bilang orangnya ceroboh. Tetapi memberi label ceroboh sangat gegabah dan tidak bijaksana. Kita perlu memastikan apakah ketidaktelitian itu berhubungan dengan kemampuan atau kemauan mendeskripsikan orang tersebut dengan 3 aspek saja. Kita bisa cek aspek yang berhubungan, misalnya aspek emosi yang dapat berpengaruh pada kinerja yang berhubungan dengan ketelitian. Kita amati orangnya lagi, apakah ia memiliki stabilitas emosi yang bagus atau orang-orang yang naik turun dan gampang galau. Jika emosinya memang tidak stabil, maka

kecepatannya berhubungan dengan ketergesahan/tergopoh-gopoh, sedangkan hasilnya banyak yang salah, yang menunjukkan ketidaktelitiannya.

3. Padukan data dan teori

Setelah poin penggunaan data (beserta pola dan konsistensinya) sudah selesai, serta pola teoritiknya sudah ketemu, maka langkah berikutnya adalah memadukan keduanya. Pola teoritik seperti yang sudah dijelaskan di poin 2 perlu dicarikan data yang mendukungnya, yaitu data-data faktual yang konsisten.

4. Berpedoman pada kriteria, bukan diri sendiri

Poin yang terakhir ini lebih pas disebut sebagai peringatan (warning), yaitu hal-hal yang perlu diperhatikan sebagai keharusan atau larangan. Dalam memberikan justifikasi, kita harus menggunakan kriteria. Karena itu, teori adalah alat rujukan untuk menyandarkan fakta/data. Lalu apa yang harus dihindari? Menggunakan diri sendiri sebagai patokan. Contoh, mengatakan seseorang rajin, karena dirinya tidak serajin dia.

Demikian kira-kira cara praktis belajar observasi secara sederhana dan lebih mudah. **Adakah tips atau strategi lain yang bisa ditambahkan?**

Menjadi Psikolog Handal, Perpaduan Antara Ilmu dan Jam

Terbang

written by

December 22, 2015

Pengetahuan akan membuat orang lebih memahami. Ilmu membuat orang jauh lebih mumpuni. Namun akan lebih handal lagi jika diperkaya dengan jam terbang. Begitu juga dengan profesi sebagai psikolog.

Sebagian dari kita pasti pernah mengamati para psikolog dalam melakukan akasi, baik ketika melakukan asesmen maupun ketika memberikan intervensi atau perlakuan untuk mengatasi berbagai persoalan. Diantara kita mungkin berkomentar, "Wah hebat ya, baru lihat sekilas orangnya langsung bisa menceritakan dengan detil luar dalamnya", atau komentar "Baru bertemu setengah jam saja, orang yang tadinya bermasalah berubah jadi lebih berdaya. Wah, hebatnya..!". Pernah mengalami yang seperti ini?

Namun di sisi lain, ada juga komentar yang tak asing lagi di telinga, semacam "Kok sudah sekian tahun kuliah, rasanya masih kagok dalam mengenali orang, apalagi memberi bantuan". Komentar yang ini berhubungan dengan ilmu yang dienyam di bangku kuliah. Mungkin ada banyak mahasiswa yang menghentikan ilmunya hanya sampai di penghujung ujian. Pasca IP di tangan, ilmunya tak sedikitpun yang nyantol di kepala. Mengalami yang seperti ini?

Lalu apa hubungannya antara menjadi psikolog handal dengan hasil perkuliahan? Hubungannya.... Jangan berkecil hati jika memang Anda mengalami diantara persoalan yang dicontohkan sebelumnya. Misalnya, merasa tidak handal dibanding temannya, atau selepas lulus kuliah merasa dirinya psikolog yang biasa-biasa saja.

Untuk menjadi ahli, psikolog memang harus 'berkubang' dengan pekerjaannya, larut dalam pekerjaan dengan hatinya. Idealnya, psikolog sudah larut dalam bidangnya semenjak menetapkan diri akan menempuh studi di psikologi. Jadi, calon psikolog sudah

larut dengan buku-buku (dan sumber pengetahuan lain) yang sangat terhubung erat dengan bidangnya, melakukan berbagai penelitian yang sesuai dengan minatnya di psikologi, sampai berkutat dengan kasus yang dihadapi klien saat sudah menjadikan psikologi sebagai profesi nanti.

Menjadi ahli adalah perpaduan antara teori dan praktek. Bisa dimaklumi jika masih mahasiswa, kita menggunakan buku atau modul psikologi sebagaimana layaknya primbon saja. Ambil contoh saja sebagian mahasiswa profesi psikologi, menganalisis hasil tes dengan melihat satu per satu skor dan memasangkan dengan panduan yang ada di buku yang telah dipelajarinya. Tak mengapa, toh masih dalam taraf belajar juga. Namun ketika masih melakukan cara yang seperti ini, ada baiknya kalau di bawah bimbingan atau supervisi.

Namun ketika sudah menjadi psikolog, seiring berjalannya waktu dan banyaknya klien yang ditangani, percayalah bahwa psikolog lama-lama tak perlu lagi memperlakukan bukunya seperti primbon. Tak perlu lagi melihat satu per satu fenomena dan mencocokkan dengan panduan dalam bukunya. Ketika jam terbang sudah semakin tinggi, maka kepekaan kita akan terasah. Ketika melihat orang, bercakap dengannya, melihat hasil tesnya, bahkan ketika memberikan bantuan dalam bentuk konseling atau terapi, semua akan terasa mudah.

Hal ini adalah buah perkawinan antara ilmu dan pengalaman. Jika dirumuskan, mungkin begini jadinya: Keahlian/Kehandalan = Ilmu + Pengalaman (Jam Terbang). Namun demikian, seperti yang sudah disinggung sebelumnya, rumus itu tak akan berjalan efektif tanpa totalitas atau pelibatan hati dalam setiap aksi yang kita lakukan. Seorang psikolog harus total dalam belajar dan total dalam mengaplikasikan. Maka percayalah, kita akan menjadi semakin ahli di bidang kita.

Nah, sekarang, apakah Anda sudah menjadi psikolog yang mengawinkan ilmu dan pengalaman dengan bekerja secara total?