



Keluarga Istimewa

|| கிணியல் மலர் ||

DANA KEISTIMEWAAN

“

"Sangat banyak regulasi yang diarahkan Ngarsa Dalem Sri Sultan HB X dan KGPAA Paku Alam X secara lengkap mengatur perlindungan terhadap perempuan dan anak. Memastikan keluarga berkeluarga, baik itu tercantum dalam Perda, Pergub, turunan rencana aksi, petunjuk teknis (juknis), SOP dan lainnya."



Erlina Hidayati Sumardi

Kepala DP3AP2 DIY



TELE KONSELING TESAGA

Tanya:

Halo saya ingin bertanya gimana ya cara kita mengetahui apakah diri kita butuh psikologi atau tidak? Saya merasa berbeda dengan diri saya yang sebelumnya, saya mulai muak dengan apa yang saya kerjakan. Kebetulan saat ini saya bekerja di kantor di daerah xxx. Lingkungan tempat kerja saya sebenarnya nyaman, rekan kerja saya juga sangat supportive, tapi pekerjaan saya membuat saya tidak menikmati hidup dan mengeluh sepanjang waktu. Tuntutan pekerjaan yang sangat banyak, ditambah deadline-deadline yang kadang ga manusiawi membuat mood saya buruk akhir-akhir ini. Saya jadi sering menangis tiba-tiba dan tidak tau penyebabnya, apakah ini tanda saya mulai gila? Mohon jawabannya ya, terimakasih.

Jawaban:

Halo kak terimakasih banyak sudah berkenan mencurahkan pikirannya ke TeSAGa. Sebenarnya ketika kita merasa tidak baik-baik saja ada baiknya kakak mencari bantuan tenaga profesional seperti psikolog, konselor atau psikiater. Apalagi jika apa yang kakak rasakan menjadi gangguan pada aktivitas kakak sehari-hari sudah saatnya kakak menghubungi tenaga kesehatan mental tersebut. Seperti yang kakak ceritakan, alasan mengapa kakak menangis tiba-tiba bisa disebabkan oleh kondisi psikis kakak yang kelelahan. Faktor pekerjaan juga bisa menjadi salah satu penyebab kelelahan secara psikis loh. Untuk mengatasi masalah pekerjaan yang sedang kakak alami itu kakak bisa mencoba memberikan batasan yang untuk diri kakak sendiri. Ketika merasa mulai lelah dengan pekerjaan kakak, tandanya kakak membutuhkan refreshing / istirahat. Gunakan waktu libur kakak untuk benar-benar mengistirahatkan diri dan melepas segala hal yang berkaitan dengan pekerjaan. Ketika libur fokuslah pada diri kakak sendiri buat waktu istirahat yang berkualitas untuk diri kakak dan orang-orang terdekat kakak. Selain itu kelilingi diri kakak dengan orang-orang yang positif. Sesuai dengan cerita kakak, kakak memiliki rekan kerja yang supportive, coba kakak ceritakan keluh kesah yang kakak alami pada rekan kerja kakak. Daripada menghadapi permasalahan sendiri, akan lebih efektif jika kakak meminta solusi dari rekan kerja kakak. Selain mendapat solusi, kakak juga bisa mendapatkan dukungan dari rekan kerja. Dengan begitu kakak bisa mendapatkan energy yang positif, menyegarkan pikiran kakak kembali dan bisa mengoptimalkan kinerja kakak.

Jika Anda memiliki permasalahan dan membutuhkan bantuan layanan konsultasi dapat menghubungi TeSAGa (TeleKonseling Sahabat Anak dan Keluarga). TeSAGa DIY merupakan layanan telekonseling gratis bagi semua anak dan orangtua yang membutuhkan pendampingan dan perlindungan khusus, hubungi hotline. TeSAGa untuk mendapatkan layanan konsultasi TeSAGa.

HOTLINE PUSPAGA DAN UPT PPA

Jika menemui / mengalami masalah kekerasan terhadap perempuan dan anak silahkan menghubungi hotline di bawah ini untuk mendapatkan perlindungan dan pendampingan dari tindak kekerasan. Layanan Puspaga dan UPT PPA dapat diakses secara GRATIS.

Kontak dan Hotline Puspaga- UPTD PPA Yogyakarta

1. Puspaga Kenari (Kota Yogyakarta): Wa : 0811-2848-404 IG: puspagakenarijogja
2. UPT PPA Kota Yogyakarta: Wa : 08112857799
3. Puspaga Kesengsem (Kab. Sleman): Telp: 081910336614/ 081299064982/ 085643808677 email: puspagakesengsem.sleman@gmail.com IG: puspagakesengsem.sleman
4. UPTD PPA Sleman: Wa : 08128012054
5. UPTD PPA Kulonprogo: Telp.: (0274) 775229
6. UPTD PPA Bantul: Wa dan SMS: 087738907000 Telp.: (0274) 367331
7. P2TPAKK Rekso Dyah Utami (DIY): Wa: 08995006959

SARASEHAN PERLINDUNGAN ANAK

Menguatkan Desa Kelurahan Layak Anak

INDONESIA telah meratifikasi Konvensi Hak Anak, yang meliputi perlindungan terhadap perlakuan non-diskriminatif, perlindungan terhadap kelangsungan kehidupan anak, perlindungan kepentingan terbaik bagi anak dan perlindungan terhadap penghargaan pendapat anak. Sebagai generasi penerus bangsa, anak harus dilindungi hak-haknya untuk hidup, tumbuh berkembang dan berpartisipasi secara wajar sesuai harkat dan martabat serta mendapatkan perlindungan dari segala bentuk kekerasan dan diskriminasi.

Daerah tempat tinggal sangat mempengaruhi proses tumbuh kembang anak. Dengan demikian setiap anak berhak untuk tumbuh dalam lingkungan yang nyaman dan aman. Agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, diperlukan lingkungan yang mumpuni dan mendukung aspek-aspek perlindungan anak. Kelurahan/desa adalah lingkungan yang paling dekat dengan masyarakat. Kelurahan/desa yang paling mengetahui potensi daerah dan problematika yang terjadi di masyarakat. Oleh sebab itu peran kelurahan/desa sangat penting dalam melindungi warganya termasuk anak-anak.

Langkah paling sederhana yang telah diupayakan pemerintah melalui pembangunan Desa/Kelurahan Layak Anak atau yang kerap disebut 'Dekala'. Program tersebut merupakan pembangunan yang menyatukan komitmen dan sumberdaya pemerintah desa/kelurahan, masyarakat dan



Kegiatan sarasehan perlindungan anak

dunia usaha yang berada di desa/kelurahan agar mampu mempromosikan, melindungi, menghormati dan memenuhi hak-hak anak.

Dalam rangka menguatkan Desa Kelurahan Layak Anak diperlukan upaya peningkatan kompetensi pengelola agar dapat lebih memahami perlindungan anak. Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk DIY melalui Bidang Perlindungan Perempuan dan Anak (PPA) secara rutin melakukan sosialisasi perlindungan anak di tingkat desa/kelurahan, pada tahun ini kegiatan dilakukan dalam bentuk sarasehan yang dilaksanakan di Kabupaten Bantul, Gunungkidul, Sleman dan Kulonprogo. Kegiatan dilaksanakan selama bulan September hingga Oktober 2022. Kegiatan ini mengundang Gugus Tugas Desa/Kelurahan Layak Anak, LSM, media, penggerak PKK hingga

tokoh masyarakat dari berbagai kelurahan/kapanewon. Narasumber yang turut hadir dalam kegiatan ini meliputi Dinas Sosial, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Gunungkidul, anak merupakan amanah yang perlu dipertanggungjawabkan secara pribadi maupun sosial karena merupakan masa depan bangsa. Oleh sebab itu perlindungan anak pada tingkat yang paling kecil yaitu desa/kelurahan merupakan hal yang sangat krusial untuk dilakukan.

Hal ini juga telah diatur dengan Peraturan Daerah No 13 tahun 2020 terkait perlindungan dan pemenuhan hak anak. Dalam rangka meningkatkan kepekaan Gugus

Tugas Desa/Kelurahan Layak Anak terkait permasalahan anak, Lisa Oktavia SH dari Rifka Annisa Women's Crisis Center menyampaikan bahwa anak terutama anak perempuan dan kelompok disabilitas rentan menjadi korban kekerasan. Berbagai dampak kekerasan seksual baik dampak fisik, psikis, sosial-emosi, kognitif maupun dampak perilaku dapat dialami oleh anak.

Dampak-dampak tersebut dapat berpengaruh pada masa depan anak yang dikhawatirkan akan menjadi rantai kekerasan di masa depan. Lisa Oktavia mengingatkan bahwa orang tua harus selalu peka terhadap tanda-tanda yang dapat dicurigai ketika anak menjadi korban kekerasan. Dalam kegiatan sarasehan ini dijelaskan prinsip dasar dalam penyelenggaraan perlindungan anak yang meliputi asas nondiskriminatif; kepentingan yang terbaik untuk anak; hak hidup, kelangsungan hidup dan perkembangan; serta penghargaan terhadap pendapat anak.

Perlindungan terhadap anak bukan hanya tugas pemerintah saja, dibutuhkan pula kolaborasi dari berbagai pihak untuk melindungi anak-anak sebagai penerus bangsa. Melalui kegiatan sarasehan ini diharapkan dapat memotivasi pemerintah, masyarakat, dunia usaha, tokoh agama dan tokoh masyarakat yang berada di tingkat desa/kelurahan agar dapat bersinergi untuk mewujudkan lingkungan yang dapat menghormati dan memenuhi hak-hak anak. (*)-f

PARTISIPASI KEP DESA PRIMA

Mangayubagyo Pelantikan Gubernur dan Wakil Gubernur DIY



KR-Istimewa

Narasumber webinar kesehatan mental masyarakat

PROGRAM Desa Prima merupakan program untuk meningkatkan partisipasi kaum perempuan dalam suatu wilayah melalui peningkatan produktivitas ekonomi agar tercipta kehidupan yang lebih baik. Sasaran program ini, yakni perempuan dari keluarga miskin agar terjadi penurunan tingkat kemiskinan di wilayah-wilayah yang dianggap berpotensi dan memiliki tingkat kemiskinan yang tinggi.

Melalui program ini diharapkan perempuan semakin berperan dalam meningkatkan kualitas hidup bangsa. Desa Prima adalah desa yang memiliki kemampuan untuk meningkatkan partisipasi perempuan melalui peningkatan produktivitas ekonomi dengan memanfaatkan semua potensi yang ada dan melibatkan segenap peran lintas sektor terkait untuk mewujudkan keluarga yang sejahtera.

Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk DIY menginisiasi dan melakukan pendampingan hingga pembinaan rutin kepada kelompok-kelompok Desa PRIMA yang menasar kaum perempuan pada kategori miskin dan rentan miskin agar terjadi penurunan tingkat kemiskinan di wilayah-wilayah yang dianggap berpotensi maupun yang memiliki tingkat kemiskinan tinggi. Sehingga diharapkan perempuan semakin berperan dalam meningkatkan ketahanan ekonomi keluarga pada tingkat mikro dan meningkatkan kualitas hidup bangsa pada tingkat makro.

Namun demikian, pemberdayaan perempuan tidak hanya melulu soal ekonomi. Pemberdayaan perempuan dilakukan pula pada aspek sosial, politik dan hukum. Terutama mengingat pentingnya partisipasi perempuan di dalam proses pembuatan keputusan. Di sisi lain perempuan juga membutuhkan ruang ekspresi budaya. Sebagai bagian dari peran untuk melestarikan budaya adihulung Yogyakarta.

Dalam rangka mendorong partisipasi KEP Desa Prima di ruang budaya, DP3AP2 DIY terlibat dalam pemertanian tari bersama komunitas perempuan berkebayak pada acara yang digelar Badan Penghubung Daerah DIY di Jakarta pada acara Sambung Rasa DPRD DIY dengan diaspora DIY di Jakarta yang dihelat pada 10 Oktober 2022 di Taman Mini Indonesia Indah. Partisipasi ini juga menjadi bagian dari mangayubagyo atas dilantikannya Sri Sultan Hamengku Buwono X sebagai Gubernur DIY dan KGPAA Paku Alam X sebagai Wakil Gubernur DIY Masa Jabatan 2022-2027. Harapan ke depan, kehadiran mereka akan mampu mendorong partisipasi KEP Desa Prima ke event yang lebih luas. (*)-f

Sehatkan Mental Wujudkan Perempuan Tangguh dan Anak Terlindungi

KESEHATAN mental saat ini mulai menjadi perhatian masyarakat Indonesia. Tidak hanya kesehatan fisik saja, kesehatan mental juga berpengaruh terhadap bagaimana individu melakukan aktivitasnya. World Health Organization (2014) menyebutkan bahwa kriteria utama individu yang sehat mental adalah mengetahui potensi diri, mampu mengatasi stres sehari-hari (mengetahui coping mechanism yang tepat), produktif dan mampu berkontribusi di masyarakat.

Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk DIY (Dinas P3AP2 DIY) turut mengambil peran dalam promosi kesehatan mental kepada masyarakat melalui pelaksanaan webinar pada hari Rabu, 14 September 2022. Pelaksanaan webinar ini mengusung tema "Pahami Pentingnya Kesehatan Mental untuk Wujudkan Perempuan Tangguh dan Anak Terlindungi". Tema ini diangkat mengingat perempuan dan anak merupakan kelompok individu yang rentan terhadap gangguan mental.

Webinar ini dilaksanakan secara daring melalui Zoom serta ditayangkan secara live streaming di kanal Youtube DP3AP2 DIY. Hadir sebagai

pembicara dalam acara ini yaitu Kepala Bidang Kesetaraan Gender dan Pemberdayaan Perempuan Dinas P3AP2 DIY Nelly Tristiana Skep Ners dan psikiater sekaligus Gender Champion DIY dr Ida Rochmawati MSc SpKJ. Acara ini dimoderatori Yudhy Widya Kusumo MA dari Jaringan Pegiat Literasi Digital (Japeliid).

Nelly dalam pemaparannya menyampaikan bahwa perempuan dikatakan sebagai kelompok rentan karena sangat dimungkinkan mengalami beban ganda dalam rumah tangga dan lingkungan, sedangkan anak dikatakan sebagai kelompok rentan karena dinilai belum bisa bertanggung jawab atas dirinya sendiri sehingga masih membutuhkan peran orang lain dalam kehidupannya. Lebih lanjut, perempuan yang mengalami gangguan mental dan tidak tertangani dengan baik dapat berdampak buruk bagi dirinya dan keluarganya. Oleh karena itu, sangat penting untuk menjaga kesehatan mental bagi perempuan mengingat adanya peran strategis perempuan dalam keluarga.

dr Ida Rochmawati MSc SpKJ dalam paparannya menjelaskan bahwa

perempuan merupakan makhluk unik yang memiliki kerentanan sekaligus kekuatan dalam dirinya. Keunikan yang dimiliki perempuan ini dipengaruhi oleh faktor biologi, psikologi, sosial serta budaya dalam masyarakat. Perempuan rentan mengalami gangguan mental yang muncul dalam bentuk stres, burn out, depresi, dan kecemasan. Namun, perempuan cenderung sering melakukan pengabaian emosi atas nama kasih sayang, kewajiban, dan tanggung jawab. Lebih lanjut dr Ida menjelaskan ada beberapa tanda burn out pada perempuan yang dapat dilihat, yaitu: kelelahan fisik dan mental kronis; sinis terhadap aktivitasnya; serta adanya dorongan untuk menghindari. Hal ini terutama muncul pada mereka yang menghadapi aktivitas monoton, memiliki beban kerja yang overload, serta kurang mendapatkan apresiasi. Untuk itu, perempuan sangat perlu membangun ketahanan mental dan fisik dengan self-loveyang dapat dilakukan dengan menghabiskan waktu bersama teman dan keluarga, membuang amarah dan dendam, menerima diri ada adanya, memaafkan diri sendiri saat melakukan kesalahan, mengikuti nilai yang ditetapkan untuk diri sendiri, hingga mampu menolak orang lain yang akan mengambil keuntungan dari dirinya.

Selain itu, perempuan perlu membangun relasi yang sehat dengan pasangan maupun support system lain yang ada di lingkungannya. Perempuan tidak perlu ragu untuk meminta pertolongan ketika membutuhkan bantuan baik kepada orang terdekat maupun kepada tenaga profesional seperti psikolog maupun psikiater. (*)-f



KR-Istimewa

Narasumber webinar kesehatan mental masyarakat

ARAH PEMBANGUNAN DIY: BERBASIS KEBUDAYAAN

Akomodir Pemberdayaan Perlindungan Perempuan dan Anak

KEPEMIMPINAN dwitunggal Sri Sultan HB X dan KGPAA Paku Alam X yang baru saja diukuhkan serta dilantik kembali menjadi Gubernur dan Wakil Gubernur DIY oleh Presiden RI Joko Widodo di Istana Negara Jakarta, Senin (10/10) memiliki arahan yang sangat bagus bagi pembangunan DIY. Pasalnya, semua pembangunan harus berbasis kebudayaan, termasuk salah satunya terkait keberadaan Undang-Undang Keistimewaan DIY. "Kebudayaan merupakan peradaban. Sumberdaya warga DIY beradab, berkeartikan dan berbudi. Semua pengaturan pembangunan diarahkan menuju keberadaban. Dengan hal tersebut, juga menjadi salah satu upaya bagi keluarga dan anggota keluarga untuk makin beradab serta memiliki karakter dan perilaku bagus yang kemudian diimplementasikan menjadi nilai budaya," urai Kepala Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk (DP3AP2) DIY Erlina Hidayati Sumardi, Rabu

(12/10).

Menurut Erlina, menuju sebuah keluarga yang beradab menjadi sangat penting. Sebab dalam sebuah keluarga, ada perempuan dan anak di dalamnya. Sehingga dengan adanya beradab ini segala permasalahan di masyarakat, termasuk juga tindak kekerasan terhadap perempuan dan anak baik itu berupa KDRT maupun nonKDRT bisa dihindari.

"Sangat banyak regulasi yang diarahkan Ngarsa Dalem Sri Sultan HB X dan KGPAA Paku Alam X secara lengkap mengatur perlindungan terhadap perempuan dan anak. Memastikan keluarga berkeluarga, baik itu tercantum dalam Perda, Pergub, turunan rencana aksi, petunjuk teknis (juknis), SOP dan lainnya," sebut Erlina.

Regulasi tersebut dimaksudkan untuk memastikan bahwa kebijakan terhadap perlindungan perempuan dan anak harus berjalan dengan baik. Jangan sampai ada kelemahan. Termasuk pula dalam pemberdayaan

perempuan yang menjadi hal penting dalam arah pembangunan di DIY.

"Pak Wakil Gubernur ketika ditetapkan dan dilantik pada periode sebelumnya juga sudah menegaskan bahwa Pakualaman merupakan pembangun kebudayaan. Artinya, keduanya, Sultan HB X dan Paku Alam X menajamkan kebudayaan yang berpeda. Hal itu terwujud dalam tiap kebijakannya yang positif semua," lanjutnya.

Melalui regulasi yang sudah dibuat, memperlihatkan bagaimana Sultan HB X dan Paku Alam X mendorong semua masyarakat untuk perhatian terhadap perempuan dan anak. Baik itu institusi, lembaga, komunitas dan segala bentuknya baik yang ada di pusat dan daerah, termasuk juga pihak swasta untuk satu pikiran saling bersinergi melakukan pemberdayaan terhadap perempuan serta memberikan perlindungan bagi perempuan dan anak.

"Semua pihak punya

kewajiban. Dan melalui regulasi yang ada, memastikan semua pihak bergerak untuk memberdayakan perempuan dan melindungi perempuan serta anak guna memperoleh ketahanan keluarga," sambungnya.

Dalam kesempatan tersebut Erlina juga berharap pembangunan fisik yang dilakukan di DIY jangan pernah melupakan kebijakan dalam pemberdayaan perempuan serta upaya perlindungan perempuan dan anak. Pembangunan fisik yang akan menjadikan DIY besar serta modern jangan sampai berpengaruh tidak baik bagi kebijakan dan regulasi.

"Misalnya saja ketika DIY ini makin maju pasti akulturasi budaya dan warga yang datang dari luar makin meningkat. Sehingga harus dipastikan mereka yang masuk ke Yogyakarta paham dengan langkah pemberdayaan perempuan dan perlindungan perempuan serta anak. Nah tugas untuk memahamkan itu ada pada kami," kata Erlina.

Dengan begitu, penguatan

nilai karakter budaya menuju masyarakat berperadaban harus dapat dirasakan warga luar daerah yang masuk ke DIY. Misal begitu masuk Yogyakarta, akan merasakan perbedaan. Masyarakatnya ramah, wilayahnya tertata rapi, pelayanan bagus dan lainnya. "Jika perlu ada penanda khusus bagi masyarakat yang bisa dijumpai ketika memasuki area di DIY. Bisa dengan huruf Jawa, bahasa Jawa, filosofi dan lainnya," sebut Erlina.

Masyarakat luar daerah yang ada di DIY juga diharapkan menyesuaikan diri untuk dapat mengimplementasikan nilai positif. Menjaga kelestarian lingkungan berdasar semangat Hamemayu Hayuning Bawono. Punya ketetapan hati kuat untuk melestarikan dan mengamalkan setiap nilai positif yang ada di Yogyakarta.

"Jangan sampai terpengaruh budaya yang kurang baik. Jika ada nilai positifnya, ambil untuk diimplementasikan. Semua itu pada akhirnya akan mewujudkan budaya

baru, kreatif serta positif," ucapnya.

Erlina juga menegaskan Gubernur dan Wakil Gubernur DIY selalu menekankan bahwa DIY merupakan daerah multikultur, baik ras, suku dan agama. Oleh karena itu semuanya harus dikembangkan. Perbedaan bukan masalah selama bisa jadi manusia yang baik. Bersama Hamemayu Hayuning Bawono, harmoni dengan Sang Pencipta, sesama dan alam lingkungan.

"Termasuk yang selalu beliau pesankan, harus paham nilai dan cara mengirimkan pesan itu kepada masyarakat sesuai jaman. Nilai filosofi yang ada, silakan dikirimkan sesuai semangat kekinian. Jika ada nilai yang masih diugemi di masyarakat tapi dirasa tidak cocok untuk masa kini, silakan diubah menjadi kekinian tapi harus terlebih dulu paham nilai yang sesungguhnya. Karena banyak yang mengira suatu nilai tidak cocok, padahal belum paham makna dan cara mengirimkan pesan itu ke masyarakat lain," ungkapnya. (Feb)-f



087719292111



087719292111



087719292111



TeSAGA DIY



@TeSAGA DIY



TeSAGA DIY



Tesaga_DIY



TeSAGA DIY



0274 565003



Tesaga.diy@gmail.com



www.tesagadiy.blogspot.com