

Delapan Belas Cerita Praktik

Sekolah Perempuan Disabilitas



DELAPAN BELAS CERITA PRAKTIK

SEKOLAH PEREMPUAN DISABILITAS

Pengulas:

Nurul Sa'adah Andriani
Rama Agung Nur Pratama
Rini Rindawati
Martina Rahmadani

Tata Letak:

Putri Lalitaningtyas

Buku ini telah disusun dan dicetak oleh Sentra Advokasi Perempuan, Difabel, dan Anak (SAPDA) bersama dengan 18 peserta sekolah perempuan sebagai *co-creator* melalui dukungan Woman Fund's Asia dalam program Sekolah Perempuan Disabilitas. Seluruh isi konten dalam buku ini adalah tanggung jawab SAPDA dan Woman Fund's Asia tidak bertanggung jawab secara hukum atas materi yang tercantum di dalam buku ini.

Kata Pengantar

Buku Delapan Belas *Best Practices* ini lahir sebagai buah perjalanan panjang dua tahap Sekolah Perempuan Disabilitas yang diselenggarakan oleh SAPDA. Pada tahap pertama, para peserta mengeksplorasi beragam pengetahuan mendasar tentang ragam disabilitas, konsep kenormalan, kepemimpinan perempuan, serta analisis feminis. Mereka belajar memahami diri, membongkar stigma yang selama ini membatasi gerak mereka, dan meneguhkan posisi perempuan penyandang disabilitas sebagai subjek yang memiliki suara. Tahap kedua memperluas cakupan pembelajaran menuju isu yang lebih dekat dengan kehidupan sehari-hari mereka, mulai dari kesehatan reproduksi, tubuh perempuan, dan pengalaman kekerasan berbasis gender dan disabilitas. Di ruang-ruang aman ini, peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga memproses pengalaman, menemukan keberanian, dan merumuskan strategi untuk mempengaruhi lingkungan sekitar.

Sebagai tindak lanjut dari kedua tahap tersebut, para peserta menyusun dan melaksanakan Rencana Tindak Lanjut (RTL) di wilayah masing-masing. RTL ini mungkin berupa kegiatan kecil, sederhana, bahkan kadang hanya melibatkan lingkaran paling dekat seperti keluarga atau komunitas desa. Namun justru di situlah inti perubahan itu terasa, langkah-langkah kecil yang muncul kemudian beresonansi besar, menggerakkan kesadaran baru, memperluas ruang aman, dan memantik keberanian bagi perempuan disabilitas yang lain.

Para perempuan ini datang dari 18 wilayah berbeda di Indonesia, membawa latar belakang budaya, kondisi geografis, serta pengalaman hidup yang beragam. Ragam disabilitas yang mereka miliki membuat kebutuhan, hambatan, dan cara berkomunikasi mereka juga sangat berbeda antara satu dengan yang lain. Karena itu, proses *assessment* awal, pendampingan yang sensitif dengan perspektif disabilitas dan gender, serta umpan balik langsung dari para peserta menjadi kunci untuk memastikan setiap kegiatan benar-benar relevan, inklusif, dan bermakna (menggunakan tolak ukur empat dimensi kesetaraan dan *meaningful participation*).

Dokumen ini merekam praktik baik yang lahir dari tangan para perempuan tersebut, cerita tentang keberanian memulai percakapan di keluarga, membangun ruang aman di komunitas Tuli, memperkenalkan isu disabilitas pada perangkat desa, membicarakan kesehatan reproduksi di tempat-tempat yang sebelumnya tabu, hingga menciptakan ruang belajar kecil yang memberi kepercayaan diri bagi sesama perempuan penyandang disabilitas maupun penyandang disabilitas pada umumnya. **Di antara kisah-kisah itu, kita melihat pola yang sama: perubahan besar selalu dimulai dari keberanian seseorang yang memilih untuk bergerak, meski perlahan.**

SAPDA menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada Women's Fund Asia (WFA). Dukungan pendanaan dan kepercayaannya memungkinkan denyut gerakan perempuan penyandang disabilitas untuk terus hidup, terdengar, dan tumbuh. Berkat WFA, ruang-ruang belajar, kepemimpinan, dan advokasi ini tidak hanya berhenti pada ruang kelas yang satu tahun ini kami laksanakan, tetapi benar-benar menjadi praktik nyata yang dapat dirasakan dampaknya di banyak komunitas.

Kata Pengantar

Semoga buku Best Practices ini dapat menjadi inspirasi untuk memperluas gerakan, memperdalam kerja-kerja advokasi, dan memperkuat kepemimpinan perempuan penyandang disabilitas di berbagai wilayah Indonesia. Karena perubahan tidak selalu lahir dari segala sesuatu yang besar; sering kali, ia dimulai dari ruang kecil dengan penuh kesederhanaan.

Yogyakarta, Desember 2025

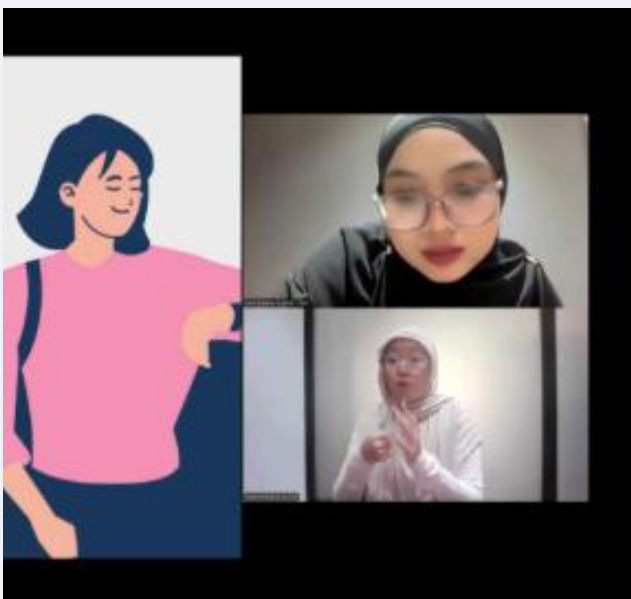
Nurul Sa'adah Andriani
Direktur SAPDA

Kisah Perempuan Tuli: Sisil dan Upaya Mewujudkan Ruang Berbagi yang Inklusif

Di tengah kehidupan masyarakat yang masih didominasi oleh perspektif dan budaya dengar (*hearing culture*), perempuan Tuli kerap berada dalam posisi yang terpinggirkan, bahkan di lingkungan terdekat mereka sendiri, keluarga. Keluarga sering kali menjadi tempat pertama sekaligus utama bagi setiap individu untuk memperoleh dukungan emosional, identitas diri, dan rasa aman. Namun, bagi banyak perempuan Tuli, mungkin justru di ruang keluargalah hambatan komunikasi paling nyata terjadi. Minimnya kemampuan keluarga menggunakan jenis komunikasi lain, rendahnya kesadaran tentang budaya Tuli, dan pandangan yang menempatkan disabilitas sebagai kekurangan membuat perempuan Tuli sering terisolasi secara sosial dan emosional. Mereka tumbuh dalam kesunyian di tengah keramaian, menyimpan banyak pengalaman yang tidak pernah terucap karena tidak ada yang bisa atau mau mendengar.

Situasi inilah yang dialami Sisil, seorang perempuan Tuli yang sejak lama menyadari adanya jarak antara dirinya dan lingkungan keluarga yang seluruhnya adalah orang dengar. Pengalaman personal itu menjadi titik awal munculnya ide kegiatan Sharing Session: “Perempuan Tuli di Tengah Keluarga.” Melalui kegiatan ini, Sisil ingin menciptakan ruang aman tempat perempuan Tuli dapat saling berbagi cerita, mengekspresikan pengalaman hidup, dan menguatkan satu sama lain. Ia percaya bahwa perubahan sosial sering kali berawal dari keberanian untuk ‘berbicara’.

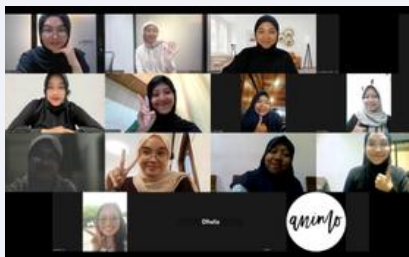
Sekolah Perempuan Disabilitas bagi Sisil



Kegiatan ini dilaksanakan secara daring melalui platform Zoom pada Minggu, 20 Juli 2025. Sebanyak sepuluh perempuan Tuli dari berbagai daerah seperti Lampung, Kebumen, Padang, dan Yogyakarta berpartisipasi, meski akhirnya ada sembilan perempuan tuli yang dapat hadir. Acara berlangsung selama satu jam empat puluh menit dengan menghadirkan dua narasumber. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan diskusi kelompok, dengan dukungan juru bahasa isyarat agar kegiatan dapat diakses sepenuhnya oleh peserta Tuli. Bagi Sisil, ini adalah pengalaman pertamanya menjadi penanggung jawab penuh sebuah kegiatan bertema Tuli — mulai dari tahap perencanaan, koordinasi, hingga pelaksanaan.

Dalam prosesnya, Sisil belajar banyak hal yang sebelumnya tidak pernah ia bayangkan. Ia menyusun undangan, merancang format materi, dan melakukan koordinasi lintas pihak. Sisil mengoordinasikan sendiri mulai dari moderator, tim teknis Zoom, hingga organisasi mitra seperti Gerkatin yang membantu promosi acara. Setiap tahap menjadi pelajaran baru: bagaimana memimpin rapat kecil, mengatur jadwal, memastikan aksesibilitas dan akomodasi yang layak, hingga membangun komunikasi efektif di dunia digital. Tantangan teknis seperti kendala jaringan, waktu diskusi yang terlalu singkat, serta moderator yang sempat kesulitan memahami kebutuhan komunikasi peserta Tuli, tidak membuatnya menyerah. Sebaliknya, hal-hal tersebut menjadi refleksi penting untuk penyelenggaraan kegiatan di masa depan agar lebih inklusif dan terencana.

Selama kegiatan berlangsung, para peserta perempuan Tuli secara terbuka berbagi pengalaman tentang kehidupan di tengah keluarga besar. Banyak di antara mereka yang baru pertama kali bercerita bahwa mereka kerap tidak dilibatkan dalam pengambilan keputusan keluarga, sering disalahpahami karena perbedaan cara berkomunikasi, atau bahkan dianggap tidak mampu. Namun, melalui ruang ini, mereka menemukan bahwa pengalaman itu bukan hanya milik individu, melainkan dialami banyak perempuan Tuli lainnya. Dari proses saling berbagi inilah tumbuh kesadaran baru; bahwa pengalaman personal dapat menjadi kekuatan kolektif untuk memperjuangkan hak, martabat, dan kesetaraan.



Sisil sendiri mengaku mengalami perubahan besar dari proses ini. Ia belajar mengenali kemampuan dirinya dalam memimpin dan berbicara di ruang publik. Jika sebelumnya ia lebih banyak menjadi peserta atau undangan di acara orang lain, kini ia mengambil peran aktif sebagai penyelenggara dan narasumber. Rasa gugup dan tidak percaya diri di awal kegiatan perlahan berubah menjadi kebanggaan karena mampu menyusun acara yang memberikan dampak nyata. Ia juga menyadari pentingnya kolaborasi, kejelasan peran dalam tim, serta evaluasi bersama untuk memastikan keberlanjutan kegiatan serupa.

Lebih jauh, kegiatan ini memperlihatkan bagaimana sebuah inisiatif kecil dapat menumbuhkan perubahan sosial yang lebih luas. Dari sisi peserta, muncul peningkatan kesadaran tentang hak untuk berpendapat, berkomunikasi, dan menentukan keputusan pribadi dalam keluarga. Mereka merasa tidak lagi sendiri, karena menemukan jejaring dukungan dan solidaritas antar perempuan Tuli. Dari sisi penyelenggara, kegiatan ini membuka peluang pengembangan kapasitas kepemimpinan bagi perempuan Tuli, tidak hanya sebagai penerima manfaat, tetapi juga sebagai penggerak perubahan di komunitasnya sendiri.

KENAL LEBIH DEKAT



**Basilia
Tri
Mukti**



Alamat

Jl. Persatuan 3, Sanggrahan, Maguwoharjo, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta



GERKATIN Sleman

Motto Hidup

Dengan semangat dan terus belajar hal-hal baru, saya yakin bisa berkembang.



Kisah Kak Dian Ayu: Dari Kesadaran Diri Menuju Pemberdayaan Kolektif Perempuan dengan Cerebral Palsy



Bagi banyak perempuan dengan disabilitas, ruang untuk didengar, dihargai, dan berkontribusi sering kali masih terbatas oleh stigma sosial, hambatan aksesibilitas, serta pandangan masyarakat yang meremehkan kapasitas mereka. Perempuan dengan Cerebral Palsy (CP) menghadapi tantangan berlapis, tidak hanya terkait keterbatasan fisik, tetapi juga persepsi publik yang masih menganggap mereka pasif, tergantung, dan tidak mampu mandiri. Kondisi ini membuat banyak perempuan disabilitas merasa enggan tampil ke depan atau berbicara tentang pengalaman hidupnya. Dalam konteks tersebut, inisiatif yang dilakukan oleh Dian Ayu P., seorang perempuan dengan Cerebral Palsy yang aktif di komunitas disabilitas, menjadi contoh nyata bagaimana keberanian personal dapat menumbuhkan perubahan kolektif.

Berangkat dari pengalamannya yang sering melihat teman-teman disabilitas ragu untuk tampil dan berbagi pengalaman, Kak Dian merasa perlu menciptakan ruang aman untuk saling menguatkan. Ia merancang kegiatan bertajuk “Berdaya Bersama: Perempuan Disabilitas Menembus Batas”, yang diselenggarakan pada 5 Juli 2025 di Gedung DPRD Kota Yogyakarta. Tujuan kegiatan ini sederhana namun bermakna, membuka percakapan tentang bagaimana perempuan penyandang disabilitas, khususnya dengan Cerebral Palsy, dapat terus berdaya dan berkontribusi dalam kehidupan sosial meski dihadapkan pada berbagai keterbatasan.

Kegiatan ini diikuti oleh 17 peserta, terdiri dari 11 perempuan disabilitas, 2 perempuan non-disabilitas, dan 4 pendamping. Suasana acara berlangsung hangat dan penuh semangat. Moderator membuka kegiatan dengan sambutan, lalu memperkenalkan Kak Dian sebagai narasumber utama. Materi disampaikan menggunakan PowerPoint dengan fitur text-to-speech — strategi yang dirancang agar lebih mudah dipahami peserta dengan berbagai ragam kemampuan komunikasi. Dalam presentasinya, Kak Dian membahas tema “Perempuan dengan Cerebral Palsy yang Tetap Berdaya”, menekankan pentingnya dukungan sosial, pendidikan, dan peluang kerja yang setara bagi perempuan disabilitas.

Diskusi berjalan cair dan interaktif. Para peserta dengan antusias berbagi pengalaman hidup, tantangan, serta strategi mereka menghadapi stigma dan keterbatasan. Beberapa pendamping turut menyuarakan aspirasi agar ada program lanjutan yang mendukung pendidikan dan kemandirian penyandang disabilitas. Testimoni yang muncul menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak hanya memberikan inspirasi, tetapi juga membangun solidaritas baru di antara peserta. Mereka merasa diperhatikan, dihargai, dan mendapatkan ruang untuk bersuara.

Dalam proses penyelenggaraannya, Kak Dian tidak bekerja sendirian. Ia dibantu oleh tim kecil yang terdiri dari teman-teman dengan Cerebral Palsy dan beberapa pendamping. Meski sudah berpengalaman mengorganisir kegiatan serupa, Kak Dian mengakui bahwa setiap kegiatan menghadirkan tantangan tersendiri. Salah satu kendala utama adalah manajemen waktu yakni menyesuaikan jadwal antara dirinya, tim, dan peserta yang memiliki aktivitas serta kebutuhan pribadi berbeda. Namun dengan komunikasi yang baik dan komitmen bersama, tantangan itu dapat diatasi. Aksesibilitas tempat juga menjadi perhatian penting, dan Gedung DPRD Yogyakarta dipilih karena dinilai cukup ramah bagi penyandang disabilitas.

Bagi Kak Dian, kegiatan ini menjadi ruang refleksi dan pembelajaran yang berharga. Ia merasakan perubahan besar dalam pola pikir dan rasa percaya dirinya. Melalui kegiatan ini, ia melihat bagaimana proses berbagi dapat memantik kesadaran kolektif dan mendorong langkah konkret bagi komunitas disabilitas. "Setelah melakukan RTL ini, terjadi perubahan pola pikir signifikan. Ada dorongan kuat untuk menciptakan ruang yang lebih inklusif dan memberdayakan, baik dalam pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan sosial," ungkapnya. Pengalaman ini juga meneguhkan keyakinan Kak Dian bahwa perempuan dengan disabilitas tidak hanya bisa menjadi penerima manfaat, tetapi juga pemimpin dan penggerak perubahan.



Dampak kegiatan ini terasa langsung di antara peserta. Banyak yang mengaku merasa lebih percaya diri, termotivasi, dan bersemangat untuk mengambil peran lebih aktif di masyarakat. Dari diskusi yang muncul, lahir sejumlah rencana tindak lanjut konkret, di antaranya:

1. Workshop daring melalui WhatsApp yang akan menghadirkan pakar pendidikan untuk mendorong orang tua lebih semangat menyekolahkan anak-anak dengan disabilitas.
2. Pembuatan video inspiratif tentang aktivitas perempuan disabilitas senior, yang akan ditayangkan di Sekolah Luar Biasa (SLB) sebagai bentuk motivasi bagi siswa-siswi disabilitas.
3. Pembentukan forum khusus yang membahas isu pendidikan dan ketenagakerjaan bagi penyandang disabilitas, guna memperkuat jaringan advokasi di tingkat komunitas.

Kegiatan ini juga menjadi contoh praktik baik bagaimana pendekatan partisipatif dan inklusif dapat membangun kesadaran serta solidaritas lintas disabilitas. Tidak hanya perempuan dengan Cerebral Palsy, tetapi juga perempuan non-disabilitas dan pendamping terlibat aktif dalam dialog. Hal ini menunjukkan bahwa keberdayaan tidak harus berjalan sendiri, melainkan tumbuh melalui kolaborasi yang setara.

Ke depan, Kak Dian berharap kegiatan ini dapat terus berlanjut dalam bentuk coaching, pelatihan, dan kolaborasi antar organisasi penyandang disabilitas. Ia ingin memastikan bahwa semangat "berdaya bersama" benar-benar menjadi gerakan berkelanjutan yang memperluas akses perempuan disabilitas pada ruang-ruang publik, pendidikan, dan kerja.

Bagi Kak Dian, pengalaman ini mempertegas keyakinannya bahwa pemberdayaan sejati dimulai dari keberanian untuk melangkah — bukan menunggu kesempatan, tetapi menciptakannya. Dengan tekad, dukungan, dan solidaritas, batas yang selama ini dianggap menghalangi ternyata bisa ditembus.

KENAL LEBIH DEKAT



**Dian
Ayu
Puspita
Ningrum**



Alamat

Jalan Welang CT VIII/12 Karanggayam, Depok, Sleman , Yogyakarta



Wahana Keluarga Cerebral Palsy (WKCP)

Motto Hidup

Disabilitas bukan kelemahan, tapi cara unik untuk melihat dan mengubah dunia.



Dwi Lestari: Memulai Inklusi dari Ruang PKK Desa Kedung Jambal

Dwi Lestari tidak pernah membayangkan bahwa dirinya suatu hari akan berdiri di depan hampir lima puluh orang di Pendopo Balai Desa Kedung Jambal, Sukoharjo, untuk menyampaikan materi tentang disabilitas. Perempuan dengan disabilitas netra ini selama ini lebih sering berada di balik layar kegiatan desa, membantu kader PKK atau ikut posyandu, tetapi jarang dipercaya memimpin acara.



Namun, setelah mengikuti Sekolah Perempuan Penyandang Disabilitas yang diselenggarakan oleh SAPDA, Dwi merasa terpanggil untuk melakukan sesuatu yang lebih, mengenalkan apa itu disabilitas dan bagaimana masyarakat bisa membangun relasi yang lebih setara dengan teman-teman disabilitas. Dwi memulai rencana tindak lanjutnya dengan mengusulkan kegiatan bertema “Mengenal Ragam Disabilitas dan Cara Berinteraksi”. Ia melihat PKK sebagai pintu masuk strategis untuk memperkenalkan inklusi di tingkat akar rumput. Ibu-ibu PKK dan kader posyandu memiliki peran penting di desa, karena mereka berhubungan langsung dengan keluarga, anak, dan layanan dasar. “Kalau mereka memahami disabilitas, dampaknya akan luas sekali,” ujar Dwi. Maka, dengan dukungan dari Pemerintah Desa dan kelompok disabilitas setempat, ia mulai menyiapkan kegiatan ini dengan harapan bisa mempertemukan semua pihak dalam satu ruang dialog.

Namun, perjalanan menuju pelaksanaan acara tidak semulus yang dibayangkan. Awalnya, kegiatan dijadwalkan pada 14 Juli 2025. Semua sudah dipersiapkan: undangan, materi, dan daftar peserta. Tetapi tiba-tiba, Pemerintah Desa mengumumkan bahwa Balai Desa akan direnovasi karena Kedung Jambal terpilih menjadi tuan rumah upacara kemerdekaan tingkat kecamatan. Dwi harus mengubah jadwal menjadi 4 Juli—hanya tersisa beberapa hari untuk mengatur ulang semuanya. “Jujur, sempat panik,” katanya. “Tapi saya langsung berpikir, kalau ditunda terus, bisa-bisa malah tidak jadi. Jadi saya gas saja.”

Dwi segera menghubungi perangkat desa, terutama Pak Ade, untuk memastikan tempat, undangan, dan dukungan logistik. Pemerintah Desa justru memberikan respons positif, mereka bersedia membantu mencetak undangan, menyiapkan pendopo, bahkan memfasilitasi kebutuhan konsumsi. “Kalau ada yang kurang, nanti kita backup sama-sama,” kata Pak Ade kala itu. Kalimat itu membuat Dwi sedikit tenang. Ia juga mengabari peserta satu per satu lewat telepon dan grup WhatsApp, menjelaskan perubahan jadwal dan meminta kesediaan mereka tetap hadir. Salah satu panitia, Bu Sani, berhalangan hadir karena harus merawat orang tuanya yang sakit, tapi segera digantikan oleh Bu Sari. Semua bergerak cepat.

Pada hari pelaksanaan, suasana pendopo terasa ramai dan hangat. Target awal 30 peserta ternyata membengkak menjadi 47 orang—terdiri dari 34 perempuan non disabilitas, 6 perempuan disabilitas, 5 laki-laki disabilitas, dan 2 laki-laki non disabilitas. PKK, kader posyandu, perangkat desa, dan kelompok disabilitas semua hadir.

“Begitu lihat peserta sebanyak itu, saya langsung deg-degan,”

“Tapi teman-teman bilang, tenang aja, mereka semua teman kita. Kalau salah ngomong sedikit juga nggak apa-apa.”

Kegiatan dimulai dengan sesi ice breaking oleh bidan desa, diikuti pemaparan Dwi tentang ragam disabilitas, cara berinteraksi yang ramah, kebutuhan dan kerentanan disabilitas, serta hak perempuan disabilitas di lingkungan keluarga dan masyarakat. Materi disampaikan sederhana, tapi penuh makna. Dwi tidak hanya menjelaskan teori, tapi juga berbagi pengalaman pribadi, mulai dari bagaimana ia sering merasa canggung saat berhadapan dengan aparat desa, atau bagaimana sulitnya mengakses informasi kesehatan karena lingkungan yang belum inklusif. Cerita-cerita itu membuat peserta terdiam, lalu pelan-pelan mulai bertanya dan berbagi.

Salah satu kader PKK berkata, “Saya baru tahu ternyata kalau menyebut ‘cacat’ itu bisa menyakitkan. Kita selama ini tidak tahu istilah yang lebih tepat.” Yang lain menambahkan, “Saya jadi ingin ngajak teman-teman disabilitas ikut kegiatan PKK biar nggak merasa asing.”

Respons seperti ini membuat Dwi terharu. “Rasanya lega banget,” ujarnya. “Akhirnya orang-orang di sekitar saya mau mendengarkan dan mau belajar. Mereka bahkan minta salinan PowerPoint saya supaya bisa dibahas di pertemuan PKK selanjutnya.”

Setelah acara selesai, Dwi mendapat banyak dukungan dan apresiasi dari Pemerintah Desa. Mereka berjanji untuk lebih memperhatikan teman-teman disabilitas dan melibatkan mereka dalam kegiatan pemerintahan. “Selama ini kami sebenarnya mau, tapi tidak tahu caranya,” kata salah satu perangkat desa. “Sekarang kami jadi lebih paham dan akan lebih menyapa mereka.”

Bagi Dwi sendiri, pengalaman ini menjadi pelajaran berharga. Ia mengaku awalnya bingung saat menyiapkan materi karena harus mempelajari hal-hal baru tentang ragam disabilitas dan hak-hak penyandang disabilitas. Tetapi proses itu justru membuatnya lebih percaya diri untuk berbicara di depan publik. “Saya belajar bahwa saya juga bisa berdiri di depan orang banyak. Yang penting yakin dulu. Kalau kita sudah siap, pasti ada saja yang bantu.”

Dwi juga menyadari pentingnya komunikasi dan kesiapan menghadapi perubahan. “Saya jadi tahu bahwa dalam kerja sosial, kita nggak bisa nunggu semua sempurna dulu. Kadang harus cepat, harus fleksibel. Tapi kalau niatnya baik dan komunikasi lancar, hasilnya juga baik.”

Kini, setelah kegiatan itu, perubahan kecil mulai terasa di Kedung Jambal. Teman-teman disabilitas mulai lebih berani datang ke balai desa, dan perangkat desa pun lebih terbuka menyambut mereka. Dwi berharap kegiatan ini tidak berhenti di satu pertemuan saja. “Saya ingin nanti kalau ada acara PKK atau pertemuan desa, teman-teman disabilitas juga diajak jadi panitia, bukan cuma peserta. Karena kalau kita tidak dilibatkan, kita tidak akan pernah dianggap mampu.”

Kisah Dwi Lestari menunjukkan bahwa inklusi tidak selalu dimulai dari kebijakan besar. Kadang ia tumbuh dari pendopo desa, dari suara seorang perempuan yang berani berdiri di depan publik dan berkata: "Kita semua setara, dan sudah saatnya saling menyapa tanpa rasa canggung."



KENAL LEBIH DEKAT



**Dwi
Lestari**



Alamat

Dk. Brebes RT 02 RW 05 Kedungjambal, Tawangsari, Sukoharjo



SHG DIFAJAYA Sukoharjo

Motto Hidup

Kegagalan hanya terjadi jika kamu berhenti mencoba.
Percayalah pada kemampuanmu. Kamu mampu melakukan hal-hal luar biasa.



Best Practice: Sania—Perempuan Tuli Berdaya, Suara yang Memperkuat Sesama

Di komunitas Akar Tuli Malang, Sania dikenal sebagai sosok yang tenang, sabar, dan telaten mendengarkan cerita teman-temannya. Tapi di balik ketenangan itu, ia menyimpan semangat besar untuk membangun ruang aman bagi perempuan Tuli agar berani bersuara. Setelah mengikuti Sekolah Perempuan Penyandang Disabilitas bersama SAPDA, Sania mulai berpikir tentang bagaimana pengetahuan yang ia dapat bisa dibawa pulang ke komunitas. “Saya ingin teman-teman Tuli lebih sadar tentang tubuhnya, lebih paham hak-haknya, dan lebih berani melindungi diri,” ujarnya.

Dari niat itu lahirlah kegiatan bertajuk “Perempuan Tuli Berdaya: Kenali, Hargai, Lindungi Tubuhmu”, yang dilaksanakan pada 29 Juni 2025 di Markas PMI Kota Malang. Kegiatan ini diikuti oleh 16 peserta, terdiri dari 14 perempuan disabilitas (mayoritas Tuli) dan 2 perempuan non disabilitas, dengan dukungan fasilitator serta tim dokumentasi dari Universitas Brawijaya dan Universitas Negeri Malang. Peserta berasal dari berbagai sekolah luar biasa (SLB) di Kota Malang—antara lain SLB Islam Yasindo, SLB B YPTB, SLB ABD, dan SLB Putra Jaya—serta beberapa anggota komunitas Akar Tuli sendiri.

Sania, yang juga menjabat sebagai Wakil Ketua Akar Tuli Malang, menyusun acara ini sebagai bentuk tindak lanjut (RTL) dari pembelajaran di Sekolah Perempuan Disabilitas. Ia ingin menggabungkan edukasi tentang tubuh dan perlindungan diri dengan isu-isu yang akrab bagi perempuan Tuli—seperti pengalaman diskriminasi, pelecehan, serta tantangan komunikasi dengan dunia orang dengar. “Saya ingin agar teman-teman Tuli tahu bahwa tubuh mereka berharga, bahwa mereka punya hak untuk berkata tidak, dan bahwa pengalaman mereka valid,” katanya.

Proses persiapan tidak mudah. Komunikasi antar peserta dan sekolah SLB kerap mengalami kendala. “Awalnya saya kirim undangan lewat grup WhatsApp,” cerita Sania. “Tapi yang konfirmasi hadir cuma dua orang. Banyak yang bilang belum tahu cara isi form konfirmasi, ada yang belum paham maksudnya kegiatan ini apa.” Ia tidak menyerah. Sania lalu mengirimkan undangan langsung ke beberapa SLB dan menjelaskan kegiatan ini lewat pesan pribadi yang disesuaikan dengan kemampuan komunikasi masing-masing calon peserta. Ia juga meminta bantuan beberapa teman Tuli lain untuk membantu menjelaskan maksud kegiatan dan memastikan informasi sampai dengan benar.

Sempat ada rasa khawatir kegiatan tidak akan ramai, tetapi di hari pelaksanaan, peserta yang hadir justru melebihi ekspektasi. Enam belas orang datang dengan semangat dan rasa ingin tahu tinggi. Ruangan di Markas PMI disusun melingkar agar semua peserta bisa saling melihat gerakan bibir dan bahasa isyarat satu sama lain. Dua fasilitator dari universitas membantu dokumentasi sekaligus mendukung jalannya diskusi agar lebih nyaman dan inklusif.

Kegiatan dibuka dengan pengenalan singkat tentang tubuh perempuan. Sania menampilkan gambar sederhana sambil menjelaskan bagian-bagian tubuh, fungsi organ reproduksi, serta pentingnya mengenal dan menjaga tubuh sendiri. Beberapa peserta awalnya tampak malu-malu dan menunduk ketika topik mulai menyentuh hal-hal yang jarang dibicarakan di ruang publik, terutama di antara komunitas Tuli. Namun seiring waktu, suasana menjadi lebih cair.

Dalam sesi diskusi, peserta dibagi ke dalam tiga kelompok kecil. Mereka diajak membahas pertanyaan: "Bagaimana cara kita melindungi tubuh kita dari perlakuan tidak pantas?" dan "Apa yang harus dilakukan jika mengalami pelecehan atau diskriminasi?" Dari sinilah muncul banyak cerita—tentang pengalaman tidak nyaman di sekolah, di tempat kerja, bahkan di lingkungan rumah sendiri.

Beberapa peserta mengaku baru kali ini mereka sadar bahwa bentuk-bentuk candaan tertentu bisa termasuk pelecehan. "Saya kira dulu itu cuma bercanda," ujar salah satu peserta lewat juru bahasa isyarat, "tapi ternyata itu sudah termasuk tidak menghargai." Ada juga yang mengatakan bahwa ia sering merasa bersalah ketika menghadapi diskriminasi, karena selama ini tidak tahu bagaimana bereaksi atau melapor.

Bagi Sania, momen-momen seperti inilah yang membuat perjuangan panjangnya terasa berharga. "Saya bersyukur sekali," katanya, "karena teman-teman yang awalnya diam jadi mau cerita, mau bertanya, dan akhirnya saling menguatkan."



Selain edukasi tentang tubuh, Sania juga memperkenalkan dasar-dasar perlindungan hak bagi perempuan Tuli: pentingnya tahu ke mana harus melapor, memahami batas pribadi, serta menjaga kesehatan mental setelah mengalami kekerasan. Diskusi berjalan dinamis, diselingi tanya jawab yang jujur dan reflektif.

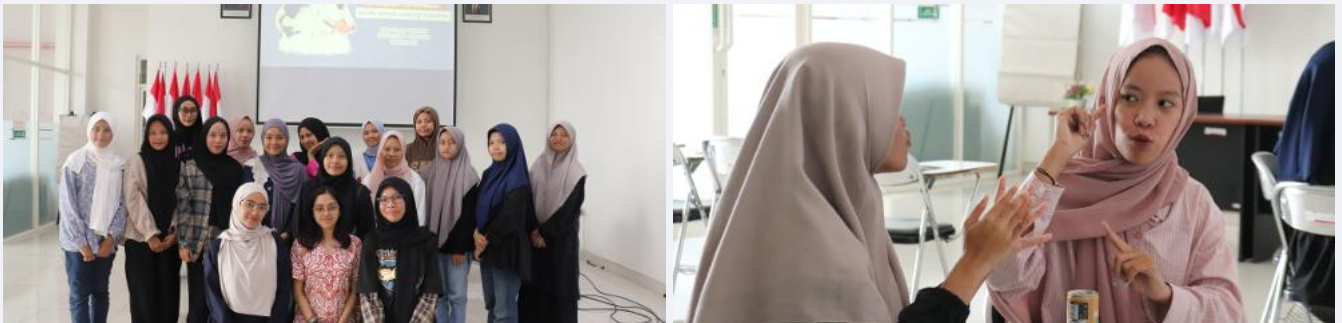
Di akhir kegiatan, peserta mengungkapkan rasa senang dan bangga. "Saya jadi tahu cara jaga diri," kata seorang peserta muda dari SLB Islam Yasindo. "Saya jadi berani bilang 'tidak' kalau merasa tidak nyaman." Yang lain menambahkan, "Saya ingin kegiatan seperti ini sering dilakukan. Biar teman-teman Tuli lain juga tahu tentang tubuhnya."

Sania sendiri mengakui bahwa kegiatan ini memberinya pengalaman berharga sebagai seorang pemimpin. "Saya sempat gugup sekali," kenangnya. "Takut salah menjelaskan, takut peserta tidak paham. Tapi ternyata kami semua punya pengalaman yang sama, jadi diskusinya malah hangat. Saya belajar bahwa keberanian itu bukan tidak takut, tapi tetap maju meski takut."

Setelah acara, Sania dan tim melakukan refleksi kecil. Mereka sepakat bahwa kegiatan seperti ini perlu dilanjutkan ke sekolah-sekolah SLB lain di Kota Malang. "Teman-teman Tuli banyak yang belum punya pengetahuan dasar tentang tubuh dan perlindungan diri," ujarnya. "Kalau kita tidak mulai, siapa lagi?" Ia juga berencana membentuk tim kecil di komunitas Akar Tuli untuk menyiapkan program lanjutan, bekerja sama dengan pemerintah daerah agar dukungan terhadap komunitas Tuli semakin kuat.

Kini, setelah keberhasilan seminar “Perempuan Tuli Berdaya,” Sania merasakan perubahan dalam dirinya. Ia tidak hanya lebih percaya diri berbicara di depan publik, tetapi juga menyadari kapasitasnya sebagai pemimpin dan penggerak komunitas. “Ternyata jadi leader itu bisa dipelajari,” katanya dengan tersenyum. “Yang penting punya niat baik dan mau belajar bersama.”

Sania berharap suatu hari nanti, kegiatan seperti ini menjadi hal biasa di komunitas Tuli, di sekolah, kampus, bahkan lingkungan kerja. “Kita semua berhak tahu tentang tubuh kita. Kita semua berhak merasa aman,” ujarnya pelan tapi pasti, menyiratkan pesan kuat dari seorang perempuan Tuli yang kini benar-benar berdaya.



KENAL LEBIH DEKAT



**Sania
Khoridatur
Rohmi**



Alamat

Jl. Hasanudin, Desa Banjarejo, Kec. Pagelaran, Kab. Malang



Akar Tuli Malang

Motto Hidup

Menjadi Tuli bukan halangan untuk berkarya. Dengan bahasa isyarat, kami bicara; dengan aksi, kami membuktikan bahwa mimpi bisa diraih siapa saja yang mau berusaha.



Best Practice: Elva Cello— Menerima Diri, Membangkitkan Mimpi

Elva Cello tidak pernah menyangka bahwa dirinya akan berdiri—atau tepatnya, duduk di depan layar—menjadi pembicara pertama kali dalam sebuah kegiatan daring yang mempertemukannya dengan banyak teman baru. Sebagai seorang perempuan dengan low vision yang juga atlet disabilitas, Elva terbiasa melawan keterbatasan dengan semangat dan disiplin. Namun, ketika ditugaskan untuk melaksanakan Rencana Tindak Lanjut (RTL) Sekolah Perempuan Penyandang Disabilitas, perasaan itu berbeda: “Saya pikir, saya bukan siapa-siapa. Apa saya pantas berbicara di depan orang lain?”

Dari keraguan itu lahirlah keberanian. Ia meyakinkan dirinya bahwa langkah kecil keluar dari zona nyaman adalah bagian dari perjalanan menuju kemandirian. “Kalau tidak mencoba, saya tidak akan pernah tahu saya bisa,” katanya sambil tertawa kecil. Maka, lahirlah kegiatan “Menerima Diri, Membangkitkan Mimpi sebagai Penyandang Disabilitas,” yang dilaksanakan secara daring melalui Zoom Meeting pada 5 Juli 2025.

Kegiatan ini diikuti oleh 10 peserta—6 perempuan disabilitas, 1 laki-laki disabilitas, 2 perempuan non-disabilitas, dan 1 laki-laki non-disabilitas. Meski sederhana, ruang virtual itu terasa hangat. Elva menjadi narasumber utama, berbagi tentang perjalanan mengenal diri, menerima keterbatasan, hingga menumbuhkan semangat untuk tetap bermimpi.

Menyiapkan kegiatan ini bukan tanpa tantangan. Selain harus menyiapkan materi, Elva juga berhadapan dengan kendala teknis: jaringan internet yang tidak stabil, pengaturan server, hingga koordinasi peserta. Namun di tengah kegugupan dan ketidaksempurnaan teknis, ada semangat besar yang membuatnya bertahan: keinginan untuk berbagi dan belajar bersama. “Saya deg-degan banget waktu mulai bicara. Tapi saya sadar, gugup juga bagian dari proses belajar,” ujarnya jujur.

Begitu acara dimulai, suasana menjadi cair. Peserta, terutama teman-teman penyandang disabilitas netra, tampak antusias. Banyak dari mereka yang langsung berbagi kisah pribadi tentang perjuangan, tekanan keluarga, dan rasa takut menghadapi masa depan. Dari percakapan itu, Elva menyadari betapa jarangnyanya ruang-ruang aman seperti ini bagi penyandang disabilitas netra untuk saling mendengarkan dan menguatkan.

“Saya banyak belajar dari cerita teman-teman. Ada yang kesulitan diterima keluarga, ada yang belum bisa menerima dirinya sendiri, tapi mereka tetap berjuang. Saya jadi sadar, kita ini bukan korban—kita semua sedang berproses untuk kuat,” kata Elva dengan mata berbinar.

Dampak kegiatan ini tidak hanya dirasakan oleh peserta, tetapi juga oleh Elva sendiri. Dari yang semula pemalu dan tertutup, ia mulai berani berbicara di depan publik.

Ia belajar mengelola rasa gugup, mempersiapkan materi, dan memimpin jalannya diskusi dengan percaya diri. “Saya belajar banyak dari SAPDA. Bahkan kemampuan public speaking saya muncul dari sini,” tuturnya.

Selepas kegiatan RTL, Elva melangkah lebih jauh. Ia mulai aktif mencari komunitas dan kegiatan yang bisa memperluas jangkauannya. Ia bergabung dalam kegiatan inklusi di Cirebon bersama NLR, dan bahkan sempat menjadi MC dadakan—sebuah pengalaman yang dulu terasa mustahil baginya. “Ternyata seru. Pikiran saya jadi terbuka, banyak hal yang bisa dilakukan kalau kita mau mencoba,” katanya dengan semangat.

Kini, Elva berkomitmen untuk terus berbagi. Ia ingin membangun ruang diskusi rutin bagi komunitas low vision agar teman-teman lain juga bisa saling belajar dan menguatkan. Bagi Elva, menerima diri bukan akhir dari perjalanan, tapi awal dari banyak mimpi yang sedang menunggu untuk diwujudkan.

“Saya ingin teman-teman tahu, kita semua berharga. Tidak apa-apa kalau berbeda, karena dari perbedaan itu kita belajar untuk kuat dan terus bermimpi.”
— Elva Cello



KENAL LEBIH DEKAT



**Elva
Cello
Cinta**



Alamat

Kp. Burujul 1/2 Cisarua Kab. Bogor Jawa Barat 16750



Motto Hidup

When the universe restricts, make yourself limitless.



Best Practice: Yudistira Yusuf—Dialog Inspiratif Membangun Kepercayaan Diri



Di sebuah kafe kecil bernama Story Line Coffee di Kota Palopo, belasan orang duduk melingkar dalam suasana yang akrab. Di antara mereka, tampak Yudistira Yusuf, atau akrab disapa Kak Yudis, yang hari itu bukan sekadar peserta, melainkan narasumber dan fasilitator dalam kegiatan bertajuk “Dialog Inspiratif: Membangun Kepercayaan Diri Perempuan Disabilitas.”

Ini adalah pengalaman pertamanya menjadi pembicara di depan komunitas penyandang disabilitas. “Awalnya saya gugup sekali,” ujarnya. “Saya sempat berpikir, apakah saya bisa menyampaikan materi ini dengan baik? Apakah teman-teman akan paham dan merespons?” Tapi seperti halnya keberanian kecil yang membuka banyak kemungkinan, Yudis memilih untuk melangkah.

Kegiatan ini diikuti oleh 12 peserta—terdiri atas 6 perempuan disabilitas dan 6 pengurus DPC PPDI Palopo, termasuk beberapa perempuan non-disabilitas pendamping. Materi yang dibawa Yudis berfokus pada pengenalan potensi diri, hak-hak perempuan disabilitas, serta cara menghadapi rasa takut dan tidak percaya diri. Namun, yang paling berharga bukanlah teori, melainkan momen ketika peserta mulai berani berbagi kisah sendiri.

Pada awal sesi, suasana terasa kaku. Beberapa peserta hanya menunduk, diam, dan enggan bicara. Tapi melalui pendekatan empatik dan dialog santai, satu per satu mulai membuka diri. Ada yang mengaku selama ini menutupi kemampuannya karena merasa tidak didukung keluarga. Ada yang berkata lirih, “Saya baru sadar kalau saya punya kelebihan, tapi selama ini saya sembunyikan karena takut.”

Dari situlah percakapan mengalir. Cerita demi cerita berubah menjadi energi yang hangat dan memerdekakan. Yudis melihat perubahan di depan matanya—dari wajah-wajah yang awalnya canggung menjadi mata yang berbinar karena rasa percaya diri mulai tumbuh. “Saya bahagia sekali,” kata Yudis dengan nada bangga. “Melihat teman-teman yang tadinya takut bicara, sekarang berani mengungkapkan pendapat dan bahkan ingin aktif di organisasi.”

Sebagai fasilitator sekaligus penyelenggara, Yudis juga merasakan tantangan tersendiri. Ia menyiapkan semuanya sendiri—dari desain spanduk, materi, tempat, hingga koordinasi peserta. “Campur aduk rasanya,” ujarnya sambil tersenyum. “Takut salah ucap, takut gagal, tapi ternyata semua bisa dilalui. Hasilnya memuaskan dan penuh pelajaran.”

Dari pengalaman ini, Yudis menyadari bahwa metode dialog jauh lebih efektif daripada ceramah. Dengan berdialog, ia bisa mendengar langsung perasaan dan pengalaman peserta, sehingga proses belajar menjadi dua arah, setara, saling mendukung, dan saling menguatkan.

Yang menarik, kegiatan ini tidak hanya diikuti oleh penyandang disabilitas. Ada pula peserta non-disabilitas perempuan yang ikut hadir dan justru mengaku mendapatkan inspirasi besar. “Ternyata kami belajar kepercayaan diri dari teman-teman disabilitas,” kata salah satu dari mereka. “Rasanya seperti dibangun kembali dari ketakutan sendiri.”

Bagi Yudis, momen itu menjadi titik balik. Ia merasa bangga bisa menjadi bagian dari perubahan kecil yang berdampak besar. Setelah kegiatan selesai, beberapa peserta mulai bergabung aktif di organisasi dan terlibat dalam kegiatan sosial. Sementara Yudis sendiri bertekad melanjutkan pendekatan personal bagi teman-teman disabilitas lain yang masih tertutup atau belum percaya diri.

“Masih banyak teman di luar sana yang belum berani keluar rumah karena takut atau trauma,” ujar Yudis. “Kalau rasa percaya diri sudah tumbuh, kita bisa ajak mereka untuk aktif, produktif, dan berdaya. Itulah yang ingin terus saya lakukan.”

Rama dan Mico dari SAPDA yang turut memantau kegiatan ini memberi apresiasi besar. Mereka menilai kegiatan Yudis menunjukkan bahwa perubahan sosial bisa lahir dari dalam komunitas itu sendiri—dari teman untuk teman. “Kegiatan seperti ini bukan hanya melatih keberanian,” kata Rama, “tetapi juga membangun kepemimpinan baru di tingkat lokal.”

Kini, Yudis melangkah dengan kepercayaan diri baru. Ia tidak lagi sekadar peserta pelatihan, tetapi juga penggerak yang menularkan semangat kepada orang lain. Dengan suara tenang tapi penuh keyakinan, ia menutup ceritanya:

**“Jangan takut melangkah. Jangan takut mencoba.
Selama ada kemauan, kita pasti bisa.”**



KENAL LEBIH DEKAT



Yudistira
Yusuf



Alamat

Perumahan Banawa blok B/8 Kota Palopo, Sulawesi Selatan



DPC PPD PALOPO

Motto Hidup

Teruslah BERPROSES karena kita terlahir untuk menjadi NYATA, bukan menjadi SEMPURNA



Best Practice: Yohana Maitimu—“Mengenal Diri dan Feminis dari Perspektif Perempuan Disabilitas di Maluku”



Bagi Yohana Maitimu, menjadi perempuan disabilitas di Ambon bukan sekadar identitas, tetapi perjalanan panjang memahami diri di tengah berbagai label sosial yang sering kali menekan. Sebagai seorang pendeta dan aktivis disabilitas, Yohana sudah terbiasa berbicara di ruang publik. Namun, ia menyadari bahwa banyak perempuan penyandang disabilitas di sekitarnya masih bergulat dengan hal-hal yang sangat mendasar: seperti memahami siapa dirinya, merasa berharga, dan mengenali posisinya sebagai perempuan di tengah struktur masyarakat yang patriarkal dan penuh prasangka.

Dari refleksi itulah muncul gagasan untuk mengadakan kegiatan bertajuk “Pengenalan Konsep Diri dan Feminis bagi Perempuan Disabilitas”, yang dilaksanakan pada 3 Juli 2025 di Café The Roof, Ambon. Kegiatan ini menghadirkan 7 perempuan penyandang disabilitas dan 2 pendamping non-disabilitas, dengan ragam disabilitas berbeda: low vision, netra total, cerebral palsy, amputasi, hingga disabilitas ganda.

Yohana memilih bentuk diskusi melingkar yang hangat dan informal. Bukan seminar dengan slide dan podium, tetapi ruang pertemuan—tempat setiap perempuan disabilitas bisa berbicara tanpa takut salah, tanpa dinilai. “Ternyata suasana seperti ini jauh lebih hidup,” ujar Yohana. “Mereka tidak sungkan, karena yang berbicara juga perempuan disabilitas. Ada rasa percaya, rasa dimengerti.”

Awalnya, Yohana hanya merencanakan dua topik besar: konsep diri dan feminisme. Namun, ketika diskusi berjalan, ia menangkap satu pola berulang dalam ucapan peserta—mereka sering menyebut diri “tidak normal”, “cacat”, atau “berbeda dari yang sempurna”. Dari sana Yohana spontan menambahkan satu materi penting: ideologi kenormalan.

Pembahasan itu menjadi titik balik diskusi. Para peserta mulai mempertanyakan kembali pandangan tentang “normalitas” yang selama ini mereka terima mentah-mentah dari masyarakat. Salah satu peserta berkata dengan penuh haru, “Saya baru sadar, saya ini normal—versi saya sendiri. Kalau saya butuh alat bantu untuk melihat, itu tidak membuat saya kurang.”

Dari ruang kecil di lantai atas kafe itu, terjadi perubahan besar dalam cara peserta memandang diri mereka. Mereka mulai berdamai dengan tubuh, dengan keterbatasan, dan dengan pengalaman hidup yang dulu dianggap aib. Ada semangat baru untuk menolak label negatif dan meneguhkan nilai diri sebagai perempuan disabilitas yang berharga.

“Perempuan itu harus percaya bahwa dirinya hebat dan berharga,”

kata Yohana di akhir sesi. “Kita tidak perlu menunggu validasi orang lain. Penghargaan dimulai dari diri sendiri.”

Kegiatan ini bukan hanya mengubah peserta, tetapi juga menguatkan Yohana sendiri. Ia mengakui, proses memfasilitasi diskusi membuatnya lebih optimis dan percaya diri. “Saya belajar lagi tentang diri saya. Kalau mau jadi pandai, memang harus jadi guru,” ujarnya sambil tersenyum. Pertanyaan-pertanyaan kritis dari peserta justru memicunya untuk terus belajar dan memperdalam perspektif feminis disabilitas.

Kini, setelah kegiatan itu, Yohana terus melanjutkan semangatnya melalui kampanye edukatif di media sosial — menulis, membuat video, dan membagikan refleksi tentang kesetaraan, ideologi kenormalan, dan penguatan perempuan disabilitas. Ia bermimpi suatu hari bisa mengembangkan pelatihan lanjutan tentang pemahaman psikis dan perilaku berdasarkan ragam disabilitas, agar masyarakat non-disabilitas dapat lebih empatik dan peka dalam berinteraksi.

“Perempuan disabilitas harus punya kepercayaan diri yang kuat, harus percaya bahwa dirinya berharga, dan menunjukkan itu lewat tindakan,” ujar Yohana tegas. “Kita adalah pemimpin, bukan karena kita sempurna, tapi karena kita terus berproses dan saling menguatkan.”



KENAL LEBIH DEKAT



Yohana Maitimu



Alamat

Jl. Sirimau Kayu Putih Desa Soya, Kec. Sirimau, Kota Ambon, Maluku



Persatuan Tunanetra Indonesia (PERTUNI) Maluku

Motto Hidup

Jangan menyerah, hidup lebih berharga daripada apapun



Best Practice: Asni Ifo Imanuel— “Membangun Kesadaran Disabilitas di ULD BPBD Kabupaten Kupang”

Bagi Asni Ifo Imanuel, perempuan penyandang disabilitas dari Kabupaten Kupang, perjalanan dalam melakukan advokasi disabilitas ibarat menapaki jalan berbatu—penuh tantangan, tapi juga penuh makna. Ia memulai langkah ini dari posisi yang tak mudah: menjadi bagian dari Unit Layanan Disabilitas (ULD) di bawah BPBD Kabupaten Kupang, lembaga yang masih sangat baru dan belum sepenuhnya memahami isu disabilitas.

Sejak awal, Asni ingin mengangkat tema besar tentang disabilitas dalam kebencanaan, tetapi realitas di lapangan jauh lebih rumit dari yang dibayangkan. “Saya sempat kebingungan,” ujarnya. “BPBD waktu itu sedang sibuk dengan urusan dana Seroja, jadi jadwal saya untuk sosialisasi selalu tertunda.” Koordinasi antar instansi tak berjalan mulus, banyak jadwal bergeser, dan keterbatasan pemahaman membuat Asni harus berpikir ulang tentang bentuk RTL-nya.

Namun, dari kegelisahan itu lahirlah gagasan baru yang lebih mendasar dan relevan: sosialisasi tentang mengenal diri. Bagi Asni, sebelum bicara soal kesiapsiagaan bencana atau kebijakan inklusi, para anggota ULD sendiri perlu memahami siapa mereka, apa potensi yang mereka miliki, dan bagaimana menumbuhkan rasa percaya diri sebagai penyandang disabilitas. Maka, pada 12 Agustus 2025, di Resto Dapur Wisata Oesao, Kecamatan Kupang Timur, ia memfasilitasi kegiatan bertajuk “Menenal Diri: Menumbuhkan Kesadaran dan Percaya Diri bagi Anggota ULD BPBD Kabupaten Kupang.”

Kegiatan ini dihadiri 9 peserta, terdiri dari 2 perempuan disabilitas, 6 laki-laki disabilitas, dan 1 pemuda non-disabilitas dari Karang Taruna Desa Nunkurus. Suasananya sederhana tapi hangat. “Awalnya saya gugup,” kenang Asni. “Ini pertama kalinya saya menjadi narasumber utama. Tapi ketika kami mulai berbagi cerita, suasana berubah menjadi seperti keluarga.”

Dalam diskusi itu, peserta saling bercerita tentang pengalaman hidup sebagai penyandang disabilitas di Kupang — dari kesulitan akses transportasi hingga masih kuatnya penggunaan istilah “cacat” di ruang publik. Ada keheningan panjang ketika salah satu peserta mengatakan, “Saya baru sadar, ternyata saya tidak sendirian.” Kalimat sederhana itu membuat Asni merasa bahwa ruang yang ia ciptakan benar-benar dibutuhkan.

Kegiatan ini juga menjadi ruang penyadaran ganda: bukan hanya bagi peserta disabilitas, tapi juga bagi masyarakat umum. Kehadiran pemuda Karang Taruna, misalnya, membuka percakapan lintas kelompok.

Ia membantu dokumentasi kegiatan, namun lebih dari itu — ia belajar secara langsung tentang cara berinteraksi yang menghargai dan memahami disabilitas. “Saya sengaja mengundangnya,” kata Asni. “Saya ingin masyarakat sekitar juga mulai mengenal kami, bukan dari cerita, tapi dari pertemuan.”

Meski RTL ini terlaksana setelah melewati tenggat waktu, hasilnya melampaui harapan. Para peserta mengaku merasa lebih percaya diri, lebih memahami potensi diri, dan termotivasi untuk terus aktif di komunitas. Salah satu peserta bahkan berkata padanya, “Kasni, rasanya plong. Baru kali ini saya bisa bicara lepas tanpa takut salah.”

Namun, bagi Asni, RTL ini juga membawa refleksi mendalam. Ia menyadari bahwa perjuangan advokasi disabilitas di daerah seperti Kupang tak bisa dimulai dari puncak—ia harus dimulai dari akar: pemahaman dasar tentang disabilitas di tingkat pemerintah daerah. “Kalau pemerintahnya belum paham, advokasi kita tidak akan sinkron,” ujarnya tegas. Ia bermimpi suatu hari nanti bisa mengadakan pelatihan untuk BPBD sendiri, agar para pejabat dan stafnya memahami cara berinteraksi dengan penyandang disabilitas dan menghapus stigma dari dalam lembaga.

Asni menutup refleksinya dengan nada optimis: “Saya ingin terus belajar, terus menguatkan diri, supaya saya bisa menguatkan yang lain. Karena di Kupang, perjuangan ini baru dimulai.”



KENAL LEBIH DEKAT



Asni
Ifo
Imanuel



Alamat

RT 018, RW 07, Desa Nunkurus, Kabupaten Kupang, NTT



ULD BPBD Kabupaten Kupang

Motto Hidup

Walau hanya berjalan tetap lanjutkan, jangan jeda. Karena jika terfokus jalanmu, targetmu akan kau gapai walau itu hanya berjalan bukan karena berlari



Anindha N: Mengenal Diri, Menerima Dunia: Mengubah Keluarga Menjadi Ruang Inklusi

Bagi Anindha Gauri Naraswati, perjalanan memahami diri sebagai perempuan penyandang disabilitas bukanlah hal yang sederhana. Ia tumbuh di tengah keluarga besar yang penuh kasih, tetapi juga sarat dengan pandangan konservatif dan jarak emosional yang kerap membuatnya sulit bicara tentang identitas dan keterbatasan dirinya. Dalam ruang-ruang keluarga yang ramai, suara Anindha sering kali tenggelam di antara percakapan orang dewasa, lelucon para sepupu, atau sekadar asumsi bahwa “Anindha baik-baik saja.”

Namun, pengalaman di Sekolah Perempuan Penyandang Disabilitas SAPDA mengubah banyak hal. Dari berbagai sesi pembelajaran—mulai dari pengenalan diri, konsep kesetaraan, hingga komunikasi asertif—Aninda mulai memahami pentingnya mengenali dan menyuarakan dirinya sendiri. Ketika tiba saatnya menyusun Rencana Tindak Lanjut (RTL), ia memilih langkah yang mungkin terlihat sederhana, tetapi sesungguhnya paling bermakna: mengajak keluarganya sendiri berdialog tentang disabilitas.

Pada 29 Juni 2025, di rumah sederhana di Desa Klipang, Semarang, Anindha menggelar kegiatan bertajuk “Meningkatkan Kualitas Hidup Perempuan Disabilitas.” Tidak di aula besar atau kantor pemerintah, melainkan di ruang tamu keluarga, tempat segala hal dimulai. Kegiatan ini diikuti oleh 33 peserta, sebagian besar anggota keluarga besar yang datang membawa anak, tumpeng, dan rasa ingin tahu.

Bagi Anindha, menyiapkan acara ini penuh tantangan. Ia harus memastikan siapa yang diundang, bagaimana menghindari rasa cemburu antar kerabat, dan bagaimana berbicara di hadapan orang-orang yang sudah mengenalnya sejak kecil—yang mungkin belum sepenuhnya memahami arti disabilitas. “Saya takut salah bicara,” ujarnya, “takut dianggap aneh karena bicara tentang hal-hal yang tidak biasa dibicarakan di acara keluarga.”

Namun, keberanian itu akhirnya tumbuh dari niat yang sederhana: keluarga harus tahu dulu siapa saya, sebelum orang lain tahu. Maka dengan suara yang bergetar tapi yakin, Anindha mulai membuka percakapan: bagaimana ia menjalani keseharian, apa yang ia rasakan sebagai perempuan disabilitas, dan mengapa penerimaan keluarga begitu penting.

Yang tak terduga, suasana perlahan berubah. Keheningan berganti dengan tanya-jawab hangat. Seorang kerabatnya bahkan berbagi cerita tentang anaknya yang memiliki disabilitas mental dan selama ini “disembunyikan” karena rasa takut dan malu. “Saya bilang, tidak apa-apa. Anak itu juga berhak keluar rumah, bertemu orang lain,” tutur Anindha. Dari percakapan itu, muncul kesadaran baru—dan akhirnya, sang ibu mulai mengizinkan anaknya ikut kegiatan komunitas disabilitas setempat.

Bagi Anindha, momen itu adalah titik balik. Ia menyadari bahwa advokasi tidak harus selalu di jalan raya atau di panggung besar. Kadang, perjuangan paling penting justru dimulai dari ruang keluarga—dari keberanian untuk berbicara kepada orang-orang yang paling dekat, tapi sering kali paling sulit diyakinkan.

Perubahan tak berhenti di sana. Setelah kegiatan itu, tetangga-tetangga mulai memperhatikan. Mereka bertanya, “Acara apa sih itu?” dan mulai melihat Anindha dengan cara yang berbeda. Saat peringatan 17 Agustus, panitia RT bahkan mempercayakan Anindha membantu persiapan hadiah dan logistik acara. “Ternyata, saya bisa dipercaya,” katanya sambil tersenyum.

Kini, Anindha bukan hanya menjadi bagian dari keluarga yang lebih terbuka, tapi juga warga yang lebih didengar. Ia mulai berani berbicara dalam forum RT, mengemukakan pendapat, bahkan memberi masukan jika ada hal yang tidak adil bagi warga dengan kebutuhan khusus. “Dulu saya diam saja,” katanya, “sekarang saya berani menyampaikan. Protes kalau perlu, tapi dengan cara yang baik.”

Melalui RTL-nya, Anindha tidak hanya memperlihatkan peningkatan kepercayaan diri, tetapi juga menanamkan benih perubahan sosial yang berakar dari relasi personal. Ia membuktikan bahwa inklusi tidak selalu dimulai dari kebijakan besar, melainkan dari meja makan keluarga, dari obrolan santai yang membuka mata banyak orang.

“Buat teman-teman perempuan disabilitas,” ujarnya menutup kisahnya, “jangan takut merasa kecil. Kita memang punya keterbatasan, tapi kita juga punya kekuatan yang bisa mengubah lingkungan kita sendiri. Kalau kita berani belajar dan bicara, orang lain pun akan belajar untuk mendengarkan.”



KENAL LEBIH DEKAT



Anindha
Gauri
Naraswati



Alamat

Jalan klipang Raya 2 No. 004 Sendangmulyo ,Tembalang, Semarang



Sammi Institut

Motto Hidup

Jangan biarkan keraguan menghantuimu. Fokus pada tujuanmu dan teruslah melangkah maju



Wilda: Membangun Kesadaran Seksual yang Positif



Siang itu, di Aula Dinas Sosial dan Catatan Sipil Provinsi Jambi, suasana tampak berbeda dari biasanya. Ruang yang kerap digunakan untuk rapat formal kini dipenuhi obrolan santai dan tawa peserta dari berbagai latar belakang—disabilitas dan non-disabilitas, laki-laki dan perempuan, muda dan dewasa. Mereka datang dengan rasa ingin tahu yang sama: membicarakan hal yang sering dianggap tabu—seksualitas.

Wilda, seorang perempuan penyandang disabilitas fisik dan anggota aktif PPDI Jambi, menjadi sosok di balik kegiatan bertajuk “Membangun Kesadaran Seksual yang Positif” itu. “Awalnya saya sempat ragu,” ujarnya sambil tersenyum mengingat proses persiapan yang penuh tantangan. “Ngomongin seksualitas di forum publik itu masih dianggap aneh, apalagi kalau yang menyelenggarakan adalah penyandang disabilitas.”

Persiapan kegiatan bukan hal yang mudah. Wilda harus bolak-balik ke Dinas Sosial untuk mengurus izin, berhadapan dengan birokrasi, bahkan sempat khawatir soal pendanaan yang belum turun hingga mendekati hari-H. Namun semangatnya tidak surut. “Saya ingin teman-teman disabilitas juga paham bahwa seksualitas itu bukan sesuatu yang tabu. Ini tentang mengenali tubuh sendiri, menghormati diri, dan memahami batas,” tuturnya.

Ketika kegiatan akhirnya terlaksana pada 10 Juli 2025, Wilda menatap ruangan yang penuh dengan 30 peserta dari beragam organisasi seperti PPDI, RKPS, Serambi, dan Gerkatin. Ada 6 laki-laki dan 6 perempuan disabilitas, serta 18 peserta non-disabilitas yang datang dengan rasa ingin tahu besar. Kegiatan dibuka dengan sambutan dari perwakilan Dinas Sosial, Bapak Dalmanto, yang menyampaikan dukungan dan rasa bangga karena kegiatan ini menjadi inisiatif pertama di Jambi yang digerakkan oleh penyandang disabilitas sendiri.

Narasumber utama, Ashanida, menyampaikan materi dengan pendekatan yang inklusif dan hangat. Sesi tanya jawab berlangsung penuh semangat; para peserta Tuli pun aktif berpartisipasi melalui juru bahasa isyarat. “Saya terharu,” kata Wilda, “karena mereka berani bertanya, berbagi pengalaman, bahkan saling memberi pandangan tentang bagaimana menjaga diri dan membangun relasi yang sehat.”

Tidak semua berjalan tanpa hambatan. Di awal, beberapa peserta tampak canggung, terutama ketika topik mulai menyinggung tubuh dan hubungan personal. Namun suasana cepat mencair ketika Wilda menegaskan bahwa seksualitas bukan semata urusan biologis, tapi juga tentang penghargaan terhadap diri dan orang lain. “Begitu mereka merasa aman, diskusi jadi luar biasa,” ceritanya.

Bagi Wilda, kegiatan ini bukan sekadar workshop, tapi sebuah langkah kecil menuju perubahan cara pandang—bahwa penyandang disabilitas juga berhak bicara soal tubuh dan seksualitas mereka sendiri. “Saya ingin mematahkan pandangan bahwa disabilitas itu tidak punya hasrat atau tidak perlu tahu soal seksualitas,” katanya tegas.

Momen paling berkesan baginya adalah ketika Kepala Bidang Rehabsos Disabilitas, yang mewakili Kepala Dinas, menyampaikan ucapan terima kasih dan tantangan baru: “Ayo Wilda, bikin lagi kegiatan seperti ini!” Kalimat itu menjadi bentuk pengakuan yang berarti, bahwa penyandang disabilitas bisa memimpin gerakan pendidikan seksual yang sehat dan inklusif.

Di akhir kegiatan, Wilda tersenyum lega. “Saya belajar banyak,” ujarnya pelan. “Ternyata membicarakan seksualitas dengan cara yang positif bisa membuka banyak pintu—pintu pemahaman, empati, dan penghargaan.” Ia pun bertekad untuk melanjutkan upaya ini di masa depan, dengan melibatkan lebih banyak peserta dan memperluas jangkauan diskusi.

Karena baginya, kesadaran seksual yang positif bukan hanya tentang pengetahuan—tetapi tentang martabat, kemandirian, dan keberanian untuk mengenali diri sebagai manusia seutuhnya.



KENAL LEBIH DEKAT



**Wilda
Indra
Yani**



Alamat

Jl. dr Siwabessy No 78, Kelurahan Buluran Kenali Kec. Telanaipura Jambi



DPD PPD I PROVINSI JAMBI

Motto Hidup

jangan takut berjalan lambat, takutlah ketika diam di tempat



Ninda Aulia Sari: Pengenalan Penyandang Disabilitas di Lingkungan Dasawisma

Pagi itu, di sebuah rumah sederhana milik Ibu Rusnanie—Ketua Dasawisma di salah satu lingkungan padat di Jambi—terdengar riuh suara ibu-ibu yang baru saja menuntaskan arisan bulanan mereka. Tak lama kemudian, suasana berubah menjadi hening penuh perhatian ketika seorang perempuan disabilitas berdiri di depan mereka, tersenyum gugup namun penuh semangat. Ia adalah Ninda Aulia Sari, fasilitator dari kegiatan bertajuk “Pengenalan Penyandang Disabilitas di Lingkungan Dasawisma”.

Bagi Ninda, kegiatan yang dilaksanakan pada 4 Juli 2025 ini bukan sekadar sosialisasi, tetapi sebuah langkah kecil untuk memecah jarak sosial antara penyandang disabilitas dan masyarakat sekitar. “Saya ingin ibu-ibu Dasawisma mengenal kami, bukan karena rasa kasihan, tapi karena kami juga bagian dari lingkungan ini,” ujarnya dengan nada mantap.

Pesertanya ada 20 orang—mayoritas perempuan non-disabilitas, satu laki-laki disabilitas, serta empat narasumber disabilitas yang bersiap memperkenalkan diri. Namun proses menyiapkan kegiatan ini tidak semudah yang tampak. “Teman-teman disabilitas yang saya ajak jadi narasumber awalnya semua menolak,” kenang Ninda. “Mereka bilang, ‘Saya tidak bisa, saya malu, nanti salah ngomong.’ Mereka terlalu tidak percaya diri.”

Butuh waktu dan kesabaran. Ninda tidak hanya membujuk dengan kata-kata, tetapi juga dengan kedekatan hati. Ia datang ke rumah mereka satu per satu, meyakinkan bahwa kegiatan ini bukan seminar formal, melainkan ruang bercerita yang hangat dan santai. “Saya bilang, ini bukan ujian, ini cuma ngobrol. Ceritakan aja siapa dirimu, apa yang kamu lakukan sehari-hari. Itu sudah cukup,” katanya.

Saat hari kegiatan tiba, suasana awalnya canggung. Beberapa peserta disabilitas enggan keluar dari ruangan meski acara sudah dimulai. Namun Ninda terus memberi dorongan lembut. Dengan menggunakan bahasa daerah yang akrab di telinga ibu-ibu Dasawisma, ia membuka percakapan dengan tawa kecil dan candaan ringan. Pelan-pelan, suasana mencair.

Satu per satu narasumber mulai bercerita—tentang aktivitas membuat kue, tentang kesulitan berjalan ke warung, tentang rasa takut berinteraksi di tempat umum. Salah satu dari mereka, penyandang disabilitas bicara, menyampaikan kisahnya dengan suara pelan dan terputus-putus. Tapi para peserta mendengarkan dengan penuh empati. “Saya lihat ibu-ibu itu mengangguk, tersenyum, bahkan bilang ‘Kami ngerti, Kak,’” cerita Ninda dengan mata berbinar. “Itu momen yang paling mengharukan bagi saya. Rasa malu teman-teman langsung mencair.”

Diskusi pun berlanjut dengan tanya jawab spontan. Ibu-ibu mulai bertanya bagaimana cara membantu jika ada tetangga disabilitas, bagaimana memahami kebutuhan mereka, bahkan ada yang mengaku baru sadar bahwa di sekitar rumahnya ada orang disabilitas yang jarang keluar karena merasa diabaikan. "Itu titik baliknya," ujar Ninda. "Dari yang tadinya canggung, mereka jadi ingin tahu, ingin dekat."

Kegiatan sederhana itu ternyata membawa perubahan besar. Setelah acara selesai, Ninda meminta para narasumber membuat video testimoni singkat. Awalnya mereka menolak, tapi dua hari kemudian videonya justru berdatangan—dengan gaya ceria, penuh senyum, bahkan ada yang pura-pura bernyanyi. "Padahal dulu, mereka tidak berani bicara di depan umum," kata Ninda. "Sekarang malah minta, 'Ada acara lagi enggak, Nin? Nanti aku mau jadi narasumber lagi!'"

Namun, kebahagiaan itu juga dibalut dengan duka. Dua minggu setelah kegiatan, salah satu narasumber, Kak Rusmaningsih, berpulang secara mendadak. "Beliau punya riwayat asma, tapi meninggal karena jantung," kata Ninda pelan. "Yang membuat saya terharu, di status terakhir WhatsApp-nya beliau bernyanyi—padahal dulu beliau bahkan tidak pernah berani tampil." Air mata menetes di sudut matanya. "Saya bersyukur, sempat jadi bagian dari proses beliau berani tampil dan bahagia."

Kini, Ninda melanjutkan niatnya untuk memperluas kegiatan serupa di komunitas lain. Ia menyebutnya pekerjaan rumah yang manis. "Saya baru pakai satu dari 23 materi yang saya dapat dari Sekolah Perempuan Disabilitas SAPDA," ujarnya sambil tersenyum. "Saya mau terus melangkah, pelan-pelan, dari lingkungan terdekat dulu. Karena perubahan itu tidak harus besar, cukup dimulai dari sekitar kita." Bagi Ninda, keberhasilan RTL ini bukan diukur dari banyaknya peserta, tapi dari perubahan kecil yang terjadi dalam hati. Ia telah melihat sendiri bagaimana keberanian bisa menular, dan bagaimana ruang aman yang sederhana dapat menumbuhkan rasa percaya diri yang lama hilang.

"Inilah makna sebenarnya dari inklusi—ketika kita saling mengenal, saling mendengar, dan sama-sama tumbuh tanpa rasa takut."



KENAL LEBIH DEKAT



**Ninda
Aulia
Sari**



Alamat

Jalan Sutoyo S Komplek Arrahman, Banjarmasin, Kalimantan Selatan



PERTUNI

Motto Hidup

Jangan jadikan keterbatasanmu sebagai kelemahan, namun jadikanlah kelebihanmu sebagai kekuatan



Tubuhku Hakku: Ulya Aufiya

Membangun Kesadaran Kesehatan Bereproduksi bagi Penyandang Disabilitas

Di Majalengka, isu disabilitas masih sering terpinggirkan dalam pembicaraan publik. Ketika berbicara tentang perempuan dengan disabilitas, masyarakat lebih sering mengaitkannya dengan bantuan sosial atau kegiatan amal daripada hak dan kemandirian. Di tengah situasi itulah Ulya Aufiya Mutmainnah, seorang perempuan muda dengan disabilitas fisik, tumbuh dan belajar memaknai dirinya.

Sejak remaja, Ulya akrab dengan tatapan kasihan dan anggapan bahwa perempuan dengan disabilitas “tidak perlu memikirkan hal-hal besar”. Ia pernah mengalami sendiri bagaimana petugas layanan kesehatan mengabaikan pertanyaannya tentang menstruasi dan kontrasepsi. “Waktu itu saya dianggap tidak perlu tahu karena disabilitas,” kenangnya. “Saya merasa marah dan bingung, kenapa tubuh saya seolah bukan milik saya sendiri?”

Pengalaman-pengalaman seperti itulah yang kemudian menjadi benih kesadaran kritis dalam dirinya. Ketika bergabung di Sekolah Perempuan Disabilitas SAPDA, Ulya untuk pertama kalinya mendengar istilah “hak atas tubuh” dan “kesehatan reproduksi” dalam konteks disabilitas. Ia mulai memahami bahwa tubuhnya bukan sesuatu yang harus diterima dengan pasrah, tapi sesuatu yang punya hak, pilihan, dan suara.

“Dulu saya merasa tabu membicarakan tubuh sendiri,” ujarnya pelan. “Tapi setelah ikut sekolah, saya sadar: kalau kita diam, orang lain yang akan menentukan untuk kita.”

Dari kesadaran itulah lahir gagasan RTL-nya: Talkshow Tubuhku Hakku: Membangun Kesadaran Kesehatan Bereproduksi bagi Penyandang Disabilitas. Ulya ingin membuka percakapan yang selama ini tidak pernah ada di Majalengka — percakapan tentang tubuh, kesadaran, dan hak kesehatan reproduksi bagi perempuan disabilitas. Ia tahu langkah ini tidak mudah, tapi juga tahu bahwa diam tidak lagi menjadi pilihan.

Kegiatan dilaksanakan pada 28 Juni 2025 di Aula Dinas Sosial Kabupaten Majalengka, bekerja sama dengan SAPDA Yogyakarta, Yayasan PINUS, Dinas Sosial, dan Dinas Kesehatan Majalengka. Sebanyak 35 peserta hadir: penyandang disabilitas berbagai ragam, perwakilan komunitas, serta pihak pemerintah daerah. Ulya juga memastikan kehadiran Juru Bahasa Isyarat (JBI) agar peserta tuli dapat mengakses informasi secara penuh.

“Buat saya, akses itu bukan hanya soal ram, tapi juga bahasa,” katanya. “Bahasa itu jembatan, dan semua orang berhak menyeberang.”

Acara dimulai dengan cerita personal Ulya tentang sulitnya mengakses layanan kesehatan reproduksi. Ia berbicara tanpa naskah, dengan suara bergetar tapi tegas. Ruangan hening saat ia menceritakan pengalaman ditolak petugas klinik hanya karena dianggap “tidak memerlukan pelayanan KB”.

“Saya sadar, bukan hanya saya yang pernah diperlakukan begitu,” katanya di hadapan peserta. “Banyak teman lain yang lebih sulit. Karena itu kita perlu bicara, supaya didengar.”

Setelah sesi pembuka, diskusi berlanjut bersama tiga penanggap: Ibu Asri (Dinas Kesehatan), Bapak Fajar (DPRD Majalengka), dan Ibu Pipih (praktisi gender dan kespro). Percakapan berkembang menjadi dialog hangat lintas perspektif — pemerintah, praktisi, dan komunitas disabilitas — yang jarang sekali terjadi di Majalengka. Para peserta saling berbagi pengalaman tentang diskriminasi, keterbatasan akses informasi, dan rasa malu membicarakan kesehatan reproduksi.

Salah satu peserta tuli, melalui JBI, bercerita bahwa ia belum pernah mendapat penjelasan tentang menstruasi dalam bahasa isyarat. “Itu momen yang bikin saya menahan air mata,” kenang Ulya. “Saya sadar, betapa pentingnya punya ruang aman untuk bicara hal-hal seperti ini.”

Meskipun waktu diskusi terasa singkat, antusiasme peserta luar biasa. Mereka aktif bertanya tentang layanan yang inklusif, hak pemeriksaan reproduksi, hingga bagaimana menyampaikan isu ini ke keluarga. Dinas Kesehatan bahkan berterima kasih karena acara ini membantu mereka menjangkau kelompok yang sebelumnya sulit ditemui. “Biasanya kami hanya sosialisasi umum,” kata salah satu perwakilan Dinkes. “Ternyata perlu cara yang berbeda untuk teman disabilitas.”

Ulya tidak sendirian. Dinas Sosial membantu penuh dalam koordinasi dan penyebaran undangan, anak-anak muda lokal menjadi panitia, dan Dinas Kesehatan memberikan dukungan logistik serta buku panduan kespro untuk peserta. “Yang menarik,” cerita Ulya, “Kadis Dinsos baru tahu kalau organisasi disabilitas di Majalengka itu sebanyak itu. Biasanya yang dikenal cuma NPCI.”

Tapi di balik keberhasilan itu, Ulya juga menghadapi tantangan. Ia harus menyesuaikan kecepatan berbicara agar bisa diikuti oleh JBI, dan beradaptasi dengan kebutuhan peserta netra. “Saya belajar bahwa inklusif itu bukan cuma niat baik, tapi juga keterampilan komunikasi,” ujarinya. Ia lalu mengirimkan materi PPT ke ponsel peserta agar semua bisa mengikuti dengan nyaman.

Dampak dari kegiatan ini terasa segera. Setelah talkshow, Ulya diundang oleh Dinas Kesehatan dan Dinas Sosial untuk membahas rencana kolaborasi lanjutan. Bahkan, Dinsos mengusulkan agar SAPDA ikut dalam rapat koordinasi daerah (Rakor) agar perspektif disabilitas semakin dikenal. “Saya tidak menyangka,” katanya, “dari satu kegiatan kecil, bisa membuka pintu komunikasi sebesar itu.”

Lebih dari sekadar kegiatan, Talkshow Tubuhku Hakku menjadi proses transformasi diri bagi Ulya. Ia yang dulu ragu berbicara di depan umum kini berani memimpin percakapan penting di tingkat kabupaten. “Saya belajar bahwa pemimpin itu bukan yang paling pintar, tapi yang mau mendengarkan,” ujarinya. “Saya mendengarkan banyak kisah hari itu, dan semuanya menguatkan saya.”

Kini, ia tengah menyiapkan langkah lanjutan — membangun sosialisasi rutin bersama Dinas Kesehatan dan komunitas disabilitas Majalengka, dengan pendekatan yang lebih sederhana dan ramah akses.

“Saya ingin perempuan disabilitas di sini tahu bahwa tubuh mereka penting, dan bahwa mereka punya hak untuk merawat dan memutuskan atas tubuhnya sendiri.”

“Dulu saya merasa kecil, tidak layak bicara tentang hal besar,” kata Ulya menutup refleksinya.

“Sekarang saya tahu, setiap cerita pribadi bisa jadi langkah perubahan. Termasuk cerita saya.”



KENAL LEBIH DEKAT



Ulya
Aufiya
Mutmainnah



Alamat

Jl. Raya Desa Ligung Blok Leuwimukti RT 01 RW 05, Ligung, Kabupaten Majalengka



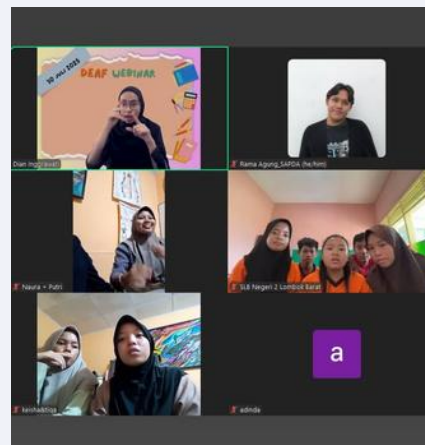
Pelita Inklusi Nusantara

Motto Hidup

'Tetaplah berbuat baik dan menebarkan kebaikan agar hidup lebih penuh makna



Dian Inggrawati: Deaf Webinar: Kesehatan Reproduksi untuk Remaja Tuli



Bagi Dian Inggrawati, dunia selalu dimulai dari bahasa isyarat. Ia tumbuh di tengah komunitas Tuli yang kuat, tetapi juga menyimpan banyak keterbatasan dalam akses informasi, terutama tentang tubuh dan kesehatan. “Saya baru tahu tentang menstruasi setelah mengalami sendiri,” ceritanya pelan. “Tidak ada guru atau orang dewasa yang menjelaskan dalam bahasa yang bisa saya pahami.”

Dian menyadari bahwa kesenjangan informasi seperti itu bukan hanya dialaminya seorang diri. Di banyak sekolah luar biasa (SLB), terutama bagi anak Tuli, pendidikan kesehatan reproduksi sering kali diabaikan atau dianggap tabu. Bahkan jika ada, penyampaianya jarang menggunakan bahasa isyarat yang benar dan sensitif budaya Tuli.

“Padahal tubuh kami sama seperti orang lain. Tapi kami sering tidak tahu bagaimana menjaganya,” ujar Dian. “Karena tidak ada yang mengajarkan dengan cara kami bisa mengerti.”

Dari kegelisahan itu, lahirlah ide RTL-nya: “Deaf Webinar: Kesehatan Reproduksi untuk Remaja Tuli.” Ia ingin menciptakan ruang aman dan menyenangkan bagi anak-anak Tuli untuk belajar tentang tubuh mereka sendiri — dengan bahasa dan cara yang mereka pahami.

Webinar dilaksanakan pada 30 Juli 2025 melalui Zoom, diikuti oleh 20 anak Tuli dari berbagai daerah dan sekolah luar biasa: SLB Negeri Sri Muginab Pekanbaru, SLBN 010, SLBN 6 Jakarta, dan SLBN 2 Lombok Barat. Pesertanya remaja berusia 12–17 tahun, dengan kemampuan komunikasi dan latar pendidikan yang beragam.

Bagi banyak peserta, ini adalah pengalaman pertama mereka mengikuti kegiatan daring yang benar-benar ditujukan untuk komunitas Tuli.

Dian mempersiapkan segalanya dengan rinci — mulai dari materi visual, video dengan teks besar, hingga kuis interaktif menggunakan Kahoot!. “Saya ingin anak-anak senang dulu, baru belajar,” katanya. Sesi pertama membahas organ reproduksi laki-laki dan perempuan, proses menstruasi, mimpi basah, serta konsep persahabatan sehat antara remaja laki-laki dan perempuan. Sesi kedua berlanjut dengan tema kesehatan tubuh, gizi seimbang, dan kesehatan mental.

Di layar Zoom, suasana sempat canggung di awal. Beberapa peserta masih sibuk dengan ponsel atau malu menatap kamera. Tapi perlahan suasana berubah ketika Dian menjelaskan dengan ekspresi hangat dan isyarat yang energik. Anak-anak mulai tersenyum, mengangkat tangan, lalu saling berlomba menjawab pertanyaan kuis. “Mereka tertawa waktu saya menyebut kata penis atau vagina, tapi itu justru momen penting,” kenangnya sambil tersenyum. “Karena akhirnya mereka bisa menyebutnya tanpa rasa takut. Itu langkah pertama: mengenal tubuh sendiri dengan wajar.”

Salah satu peserta dari SLBN Lombok Barat bahkan menulis di kolom chat:
"Saya baru tahu kalau menstruasi itu tanda tubuh sehat, bukan penyakit."

Bagi Dian, kalimat sederhana itu sudah cukup membuat semua lelahnya terbayar. Kegiatan berlangsung selama dua setengah jam, dan meski tanpa Juru Bahasa Isyarat profesional, komunikasi tetap terjalin dengan baik. Dian memanfaatkan keahliannya membaca ekspresi dan kecepatan visual peserta. "Rasanya seperti sedang menari di antara dua dunia," ujarnya. "Saya harus memastikan semua anak paham, meski tanpa suara."

Rekan dari SAPDA, Rama, yang turut hadir dalam webinar itu, menyaksikan langsung bagaimana suasana belajar berubah. "Awalnya malu, lalu semua terbuka. Mereka mulai memahami bahwa menyebut organ tubuh bukan hal tabu," ujar Rama. "Ini bukan cuma pembelajaran bagi peserta, tapi juga bagi kami orang dengar — bagaimana komunikasi bisa begitu hidup tanpa suara."

Dian mengaku momen paling berkesan baginya bukan ketika kuis berlangsung, tetapi saat sesi tanya jawab. Salah satu anak laki-laki mengangkat tangan dan bertanya, dengan bahasa isyarat sederhana, "Kalau saya mimpi basah, apakah saya salah?"

Pertanyaan itu membuat ruang hening beberapa detik. Dian lalu menjawab dengan lembut: "Tidak salah. Itu tanda tubuhmu tumbuh. Kamu hanya perlu tahu cara menjaga kebersihan. Tubuhmu sehat, dan itu hal baik."

Bagi Dian, jawaban itu bukan sekadar informasi, tapi juga bentuk pemulihan martabat tubuh Tuli — bahwa mereka berhak tahu, berhak paham, dan berhak bicara.

Selain berdampak pada peserta, kegiatan ini juga menjadi perjalanan reflektif bagi Dian sendiri. Ia belajar mengatur ritme komunikasi visual, menghadapi perbedaan latar peserta, dan beradaptasi tanpa kehadiran JBI. "Saya sadar, inklusivitas bukan cuma alat bantu atau akses fisik. Tapi bagaimana kita hadir dengan empati dan kesabaran," ujarnya.

Keberhasilan RTL ini juga membuka peluang kolaborasi yang lebih luas. Dian kini tengah menyiapkan Festival Miss Deaf International (MDDI) yang akan digelar di Yogyakarta pada tahun 2026. Kegiatan ini akan mengangkat budaya dan kebanggaan Tuli Indonesia, melibatkan organisasi Tuli internasional, dan menggandeng SAPDA sebagai mitra inklusivitas. "Saya ingin acara ini bukan hanya panggung kecantikan," katanya, "tapi juga ruang untuk berbicara tentang hak, tubuh, dan kebudayaan kami sebagai Tuli."

Bagi Dian, RTL ini bukan sekadar webinar — tapi langkah awal membangun generasi muda Tuli yang percaya diri dan sadar tubuhnya.

"Selama ini, dunia bicara terlalu keras sampai kami tidak terdengar," ujarnya menutup refleksi.

"Sekarang giliran kami yang bicara — dengan tangan, dengan wajah, dengan hati. Dan semoga dunia mau mendengar, bahkan dalam keheningan."

KENAL LEBIH DEKAT



**Dian
Inggrawati**



Alamat

Tanah Abang II, Jakarta 10150



Yayasan Cahaya Mutiara Indonesia

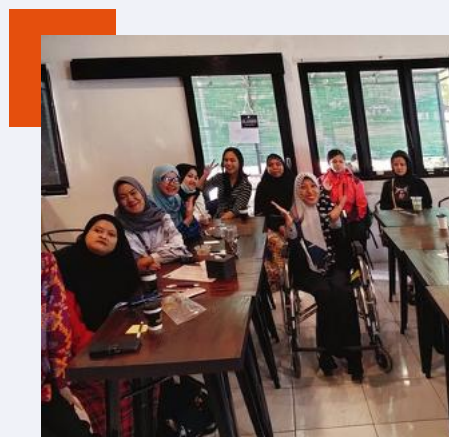
Motto Hidup

Dengan Keterbatasan yang kita miliki bukan berarti kita harus membatasi hidup.



Dinda Sabila:

Aktualisasi Peran Perempuan Disabilitas di Ranah Publik



Bagi Dinda Sabila, menjadi perempuan disabilitas di ruang publik sering kali berarti harus berhadapan dengan pandangan yang meragukan kemampuan diri. Ia sudah aktif di komunitas disabilitas sejak tahun 2018, tetapi masih sering mendengar komentar sinis seperti, “Kalau tanpa suami, mungkin kamu tidak akan bisa sejauh ini.” Ucapan-ucapan seperti itu sempat menggoyahkan rasa percaya dirinya, namun justru menjadi titik tolak bagi Dinda untuk membuktikan bahwa perempuan disabilitas mampu.

Berangkat dari refleksi itu, Dinda menggagas kegiatan bertajuk “Sharing Session: Aktualisasi Peran Perempuan Disabilitas di Ranah Publik”, yang dilaksanakan pada Sabtu, 28 Juni 2025, di Café More, Sentra Wyata Guna, Bandung. Lokasi ini dipilih dengan pertimbangan inklusif—seluruh staf kafe adalah penyandang disabilitas. “Saya ingin kegiatan ini tidak hanya membahas inklusi, tapi juga menjadi inklusi,” ujar Dinda.

Sebanyak 12 perempuan disabilitas dari berbagai latar belakang hadir: netra, fisik, tuli, intelektual, dan psikososial. Meski sempat tertunda 30 menit karena hujan deras, suasana kegiatan tetap hangat dan akrab. Dengan alat sederhana—hanya TV digital sebagai pengganti infokus—Dinda membuka sesi dengan pertanyaan yang menggugah: “Apa bedanya perempuan dan gender?” Pertanyaan itu membuat banyak peserta terdiam, menyadari bahwa bahkan konsep dasar kesetaraan belum banyak mereka pahami.

Diskusi mengalir ringan tapi penuh makna. Para peserta berbagi pengalaman dan hambatan mereka: merasa tidak percaya diri, terbatas kesempatan kerja, hingga perasaan minder di hadapan publik. Namun di tengah percakapan itu juga muncul kisah inspiratif—seorang peserta yang menjadi Ibu RW, pekerja di Rumah Sakit Cicendo, dan perajin rajut di Kampung Binong. Dari situ, muncul kesadaran baru bahwa perempuan disabilitas sebenarnya sudah berkontribusi di ranah publik, hanya saja belum mendapatkan pengakuan yang layak.

Dinda mengaku, kegiatan ini bukan sekadar forum berbagi, tetapi juga momen penyembuhan diri. “Saya dulu sering merasa harus membuktikan diri lewat kata-kata. Tapi lewat kegiatan ini, saya belajar bahwa pembuktian terbaik adalah tindakan nyata,” tuturnya. Para peserta yang sebelumnya hanya menjadi “penonton” di berbagai kegiatan disabilitas, mulai menunjukkan ketertarikan untuk ikut aktif dan belajar. Beberapa bahkan menyatakan ingin mendaftar Sekolah Perempuan SAPDA di tahap berikutnya.

Dampak kegiatan tidak berhenti di hari itu. Seminggu setelahnya, Dinda diundang oleh RRI Kota Bandung untuk berbagi kisah tentang perjalanan dan pembelajarannya di Sekolah Perempuan Disabilitas SAPDA.

Di sana, ia berbicara tentang pentingnya ruang aman bagi perempuan disabilitas untuk belajar, memimpin, dan bersuara. Respons masyarakat sangat positif, bahkan membuka peluang kolaborasi baru di tingkat kota.

Meski kegiatan berjalan sederhana, semangat yang tumbuh darinya luar biasa. Peserta pulang dengan wajah cerah dan rasa percaya diri baru. Dinda pun menyadari bahwa perubahan besar sering dimulai dari ruang kecil yang penuh empati. “Ternyata kita tidak perlu berteriak keras untuk diakui. Cukup membuka ruang bagi sesama perempuan disabilitas untuk saling mendengar—itu sudah revolusioner,” katanya menutup sesi.

Melalui RTL ini, Dinda bukan hanya menguatkan dirinya sendiri, tapi juga menyalakan kembali semangat kolektif perempuan disabilitas di Bandung untuk mengambil peran di ranah publik—bukan sebagai objek belas kasihan, melainkan sebagai subjek perubahan.



KENAL LEBIH DEKAT



**Dinda
Salsabila**



Alamat

Jl. Pangarang Bawah V No 56 17c kecamatan Lengkong kota Bandung



HWDI JAWA Barat

Motto Hidup

Pikiran yang terbuka dan tak terbataslah yang akan membuka hambatan dari keterbatasan kita



Hastu Wijaya: Menggetarkan Suara Kesetaraan di Komunitas Tuli



Bagi Hastu Wijaya, dunia tak pernah sunyi—ia justru penuh warna, bahasa, dan gerak. Sebagai perempuan Tuli yang tinggal di Yogyakarta, Hastu tumbuh di tengah berbagai batasan komunikasi yang sering kali membuat suaranya tak terdengar, bahkan di ruang-ruang yang berbicara tentang “kesetaraan”. Ia paham betul bagaimana bias gender dan disabilitas bisa berlapis, membuat perempuan Tuli sering kali tidak hanya terpinggirkan dari percakapan, tetapi juga dari pengambilan keputusan yang menyangkut hidup mereka sendiri.

Minggu, 27 Juli 2025, di Balai Pemuda dan Olahraga DIY, Hastu memimpin jalannya FGD bertajuk “Hak Kesetaraan Gender untuk Komunitas Tuli.” Di hadapan tiga peserta—dua laki-laki Tuli dan satu perempuan Tuli—ia membuka ruang yang lebih dari sekadar diskusi. Ia menciptakan tempat aman, di mana pengalaman pribadi, luka, dan semangat bisa diterjemahkan lewat bahasa isyarat yang hidup dan ekspresif.

Hastu memulai dengan refleksi tentang bagaimana stereotip dan diskriminasi ganda terhadap perempuan Tuli masih mengakar. Ia berbagi tentang pengalaman dirinya menghadapi pandangan masyarakat yang sering meragukan kemampuan perempuan Tuli untuk mandiri, memimpin, atau berpendapat. Di setiap gerakan tangannya, peserta merasakan keberanian dan empati yang mengalir—sebuah panggilan untuk memahami bahwa kesetaraan bukan hanya soal hak, tetapi juga tentang pengakuan martabat manusia.

Diskusi berkembang hangat dan penuh introspeksi. Para peserta, yang juga bagian dari komunitas Tuli, mulai membuka diri: tentang sulitnya mengakses informasi kesehatan reproduksi karena ketiadaan juru bahasa isyarat; tentang peran laki-laki Tuli yang kadang masih terjebak dalam pola pikir patriarkal; dan tentang bagaimana advokasi dari dalam komunitas menjadi kunci perubahan yang berkelanjutan.

Melalui sesi ini, Hastu tidak hanya memfasilitasi, tetapi juga belajar kembali—bagaimana keberanian untuk mendengarkan bisa sama kuatnya dengan keberanian untuk berbicara. Dari ruang kecil di Balai Pemuda itu, ia menyadari bahwa kesetaraan bukan sekadar wacana besar; ia lahir dari pertemuan-pertemuan sederhana, dari tangan-tangan yang saling memahami tanpa kata.

Meski jumlah peserta terbatas, FGD ini menjadi langkah kecil yang berdampak besar. Peserta membawa pulang kesadaran baru tentang hak, kesetaraan, dan peran mereka dalam memperjuangkannya di tengah komunitas. Hastu sendiri merefleksikan pentingnya terus menyempurnakan metode komunikasi yang lebih inklusif, agar setiap orang Tuli—baik laki-laki maupun perempuan—dapat berbicara dan didengar dengan setara. Bagi Hastu, kesunyian bukan kekosongan. Ia adalah ruang untuk menumbuhkan makna baru—tentang keberanian, kesetaraan, dan suara yang tak selalu datang dari bunyi, tetapi dari hati yang memahami.

KENAL LEBIH DEKAT



Hastu
Wijayasri



Alamat

Semaki Gede UH 1/92 Yogyakarta



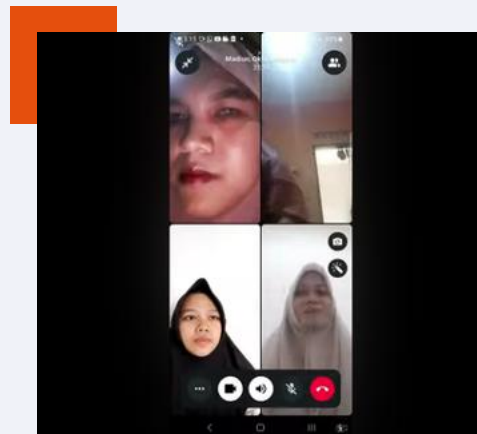
DPD GERKATIN DIY

Motto Hidup

Jatuh itu wajar, tapi berdiam di bawah adalah pilihan. Anggap ini hanya rehat sejenak. Ambil pelajaran, dan bangkit lebih kuat dari sebelumnya!



Toviyani Widi: Merajut Cerita dan Keberanian dari Balik Layar



Sabtu siang, 12 Juli 2025. Layar-layar kecil di empat kota menyala hampir bersamaan: Tegal, Klaten, Palembang, dan Yogyakarta. Di balik salah satunya, Toviyani Widi Saputri—mahasiswi S2 yang juga penyandang disabilitas netra low vision—menatap samar wajah-wajah muda yang muncul di video call WhatsApp. Satu per satu mereka tersenyum malu, menyapa pelan, sebelum akhirnya obrolan dimulai.

Toviyani membuka pertemuan itu dengan suara hangat dan lembut. Ia tahu betul, bagi sebagian perempuan muda penyandang disabilitas penglihatan, berbicara tentang pengalaman hidup bukan perkara mudah. Ada keheningan yang kerap terasa canggung di awal, tetapi juga ada keinginan kuat untuk didengar. “Kita di sini bukan untuk memberi nasihat,” katanya pelan, “tapi untuk saling berbagi, saling menguatkan.”

Sesi Sharing Session Perempuan Muda Penyandang Disabilitas itu sederhana: empat perempuan muda netra dari berbagai daerah bertemu secara daring untuk berbagi cerita tentang kehidupan, pendidikan, dan cara mereka menavigasi dunia yang masih sering abai terhadap aksesibilitas. Masing-masing datang dengan latar belakang dan pengalaman berbeda—Regina dari Tegal yang sedang mencari pekerjaan; Okta dari Klaten yang aktif di komunitas literasi; Ai dari Palembang yang baru saja menyelesaikan kuliah; dan satu peserta lain yang awalnya enggan berbicara karena malu di ruang daring.

Namun, di tangan Toviyani, percakapan itu tumbuh perlahan menjadi ruang yang hangat. Ia memancing diskusi dengan pertanyaan sederhana: “Kapan terakhir kali kamu merasa benar-benar percaya diri?” Pertanyaan itu membuka pintu—cerita tentang diskriminasi, tentang perjuangan belajar di sekolah umum, tentang rasa takut dan juga keberanian untuk tampil di depan publik.

Bagi Toviyani sendiri, sesi ini bukan sekadar kegiatan RTL. Ia memaknainya sebagai proses membangun jejaring empatik antarperempuan muda disabilitas, sesuatu yang dulu ia harap bisa ia miliki saat pertama kali memasuki dunia kampus. “Dulu aku sering merasa sendirian,” ujarnya dalam refleksi setelah kegiatan. “Tapi ternyata banyak teman di luar sana yang juga berjuang dengan caranya masing-masing. Kita cuma perlu ruang untuk saling menemukan.”

Meskipun dilakukan secara daring, keterbatasan sinyal dan interaksi tidak memadamkan semangat mereka. Justru dari ruang virtual itulah muncul rasa kebersamaan baru. Para peserta merasa mendapatkan teman baru yang memahami tanpa banyak penjelasan—karena mereka berbagi pengalaman yang serupa: dilihat berbeda, tapi tetap ingin diakui setara.

Di akhir sesi, Toviyani menutup dengan ajakan kecil namun bermakna: “Jangan tunggu ruang untuk kita terbuka. Kita bisa menciptakannya sendiri.”

Kalimat itu menggema di antara jeda sinyal dan senyum lebar di layar.

Kegiatan mungkin sederhana, namun maknanya mendalam. Dari empat layar kecil itu, lahirlah keyakinan bahwa solidaritas bisa tumbuh bahkan tanpa tatap muka; bahwa perempuan muda penyandang disabilitas penglihatan bisa saling menguatkan dan bermimpi lebih besar.

Dan bagi Toviyani, sesi itu adalah pengingat.

**“keterbatasan bukan akhir dari perjumpaan—
melainkan cara lain untuk menyalakan cahaya,
bahkan dari balik bayangan.”**

KENAL LEBIH DEKAT



Toviyani
Widi
Saputri



Alamat

Tubanrejo 01/06 Jeron, Nogosari, Boyolali, Jawa Tengah



ITMI (Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia) Kota Surakarta

Motto Hidup

Pasti Bisa



Triyani Amalia Kinanti: Cerita, Dukungan, dan Ruang Aman



Di balik layar Zoom pada Minggu sore, 20 Juli 2025, wajah-wajah peserta dari berbagai daerah muncul satu per satu. Ada yang tersenyum malu-malu, ada pula yang menatap penuh rasa ingin tahu. Di tengah kotak kecil itu, tampil sosok Triyani Amalia Kinanti, atau yang akrab disapa Lia—seorang perempuan Tuli dari Pandeglang, Banten, yang kini memimpin Gerkatin Kabupaten Pandeglang dan menjadi relawan di organisasi nirlaba Kisah Setara.

Hari itu, Lia menjadi narasumber utama dalam kegiatan daring bertajuk “Cerita, Dukungan, dan Ruang Aman.”

Namun di balik presentasi yang tampak tenang dan penuh percaya diri, Lia menyimpan perjalanan panjang menuju titik itu. Ia tumbuh di lingkungan yang jarang memahami Bahasa Isyarat. Dunia di sekitarnya sering terasa sunyi sekaligus bising—sunyi karena tak banyak yang benar-benar mengerti dirinya, bising karena begitu banyak penilaian yang dilempar tanpa empati.

Perjalanan menemukan jati diri sebagai perempuan Tuli tidak selalu mudah. Ada masa-masa ketika Lia merasa tidak pantas bicara di depan umum, takut ditertawakan karena cara bicaranya berbeda, atau cemas bahwa suaranya tidak akan pernah didengar. Namun semua itu berubah ketika ia bertemu dengan komunitas yang menerimanya apa adanya—tempat di mana Bahasa Isyarat bukan sekadar alat komunikasi, melainkan bahasa cinta dan keberanian.

Melalui kegiatan berbagi ini, Lia ingin menghadirkan ruang aman bagi semua peserta—baik disabilitas maupun non-disabilitas—untuk berbicara dan didengar. Dengan gaya khasnya yang hangat dan ekspresif, ia bercerita tentang perjalanan hidupnya: dari kebingungan masa kecil, proses menerima identitas sebagai perempuan Tuli, hingga pengalaman menjadi pendamping bagi anak-anak disabilitas lain.

Setelah sesi cerita, para peserta diajak menulis refleksi melalui kolom komentar Zoom dan padlet: apa makna ruang aman bagi mereka, bagaimana pengalaman mendukung orang lain, dan langkah kecil apa yang bisa dilakukan menuju inklusi. Dari situ, muncul respons yang begitu menyentuh—tentang empati, penerimaan, dan kesadaran bahwa ruang aman bukan sekadar tempat, tetapi perasaan: ketika seseorang merasa dihargai dan diperbolehkan menjadi dirinya sendiri.

Momen itu menjadi titik balik bagi banyak peserta. Beberapa menulis bahwa kisah Lia membuat mereka ingin belajar Bahasa Isyarat; yang lain merasa terinspirasi untuk menjadi teman yang lebih suportif. Bagi Lia sendiri, keberhasilan kegiatan ini bukan soal jumlah peserta atau kesempurnaan teknis, tetapi tentang keberanian untuk hadir sebagai diri sendiri—meski dengan suara yang berbeda. Lia menutup sesi dengan senyum lebar, matanya berbinar.

“Ruang aman tidak selalu besar. Kadang, ruang itu muncul saat kita saling mendengar tanpa menghakimi. Saat kita berani berkata: aku ada untukmu.”

Kisah Lia menjadi pengingat bahwa setiap perempuan disabilitas memiliki kekuatan untuk mengubah cara dunia memandang keberagaman—mulai dari cerita kecil yang diceritakan dengan hati yang besar.



KENAL LEBIH DEKAT



**Triyani
Amalia
Kinanti**



Alamat

Pandeglang, Banten



Anggota Kisah Setara dan GERKATIN Kabupaten Pandeglang

Motto Hidup

Berbicara dari pengalaman pribadi adalah cara ampuh membangun empati dan perubahan. Ruang aman bisa tercipta dari tindakan kecil: mendengarkan, menghargai, dan memberi kesempatan. Saya percaya setiap cerita punya kekuatan untuk membuka mata dan hati orang lain.



Hervita Liana: Menembus Batas Ruang Publik Perempuan Disabilitas

Bagi Hervita Liana, menjadi perempuan disabilitas berarti terus berhadapan dengan batas—batas sosial, fisik, dan kadang juga batin. Namun, dari Kalimantan Selatan, ia justru memilih untuk menembus batas itu dengan berbagi ilmu dan semangat kepada komunitasnya. Melalui kegiatan Webinar “Peran Perempuan Disabilitas di Ranah Publik”, Hervita mengajak perempuan disabilitas untuk berani mengambil peran, berbicara, dan menuntut ruang di tengah masyarakat yang masih kerap menempatkan mereka di pinggir.

Acara ini diselenggarakan pada Sabtu, 14 Juni 2025, secara daring melalui Zoom Meeting. Sebanyak 71 peserta hadir, terdiri atas 53 perempuan disabilitas, 13 laki-laki disabilitas, serta peserta non-disabilitas dari berbagai organisasi seperti Pertuni, Gerkatin, HWDI, dan komunitas pemuda. Webinar menghadirkan dua narasumber utama: Hadi Rahman, SIP., MPA (Kepala Perwakilan Ombudsman Kalimantan Selatan) dan Hervita Liana (Ketua Umum HWDI Kalimantan Selatan).

Dalam kegiatan itu, Hervita tidak hanya berbicara sebagai narasumber, tetapi juga sebagai seorang perempuan yang mengalami langsung bagaimana rasanya berjuang di tengah keterbatasan. Ia memulai sesi dengan menggugah peserta: “Kita ini bukan sekadar pelengkap, tapi penggerak. Ruang publik harus kita isi dengan suara kita sendiri.”

Diskusi berlangsung hangat dan interaktif. Para peserta aktif bertanya tentang stigma, aksesibilitas, hingga tantangan keterlibatan perempuan disabilitas dalam lembaga publik. Bagi banyak peserta, webinar ini menjadi pengalaman pertama mereka berbicara di ruang daring yang inklusif dan aman. Bahkan peserta laki-laki disabilitas turut merefleksikan peran mereka dalam mendukung kesetaraan gender.

Meski sempat terkendala cuaca hujan deras dan gangguan jaringan, semangat peserta tidak surut. Mereka tetap bertahan di ruang Zoom hingga akhir acara. “Saya belajar banyak,” ujar Hervita dalam refleksinya. “Bahwa komunikasi yang jelas dan saling mendukung menjadi kunci keberhasilan kegiatan seperti ini. RTL ini bukan hanya tentang laporan, tapi tentang proses belajar menjadi pribadi yang bertanggung jawab dan terbuka terhadap perubahan.”



Meski sempat terkendala cuaca hujan deras dan gangguan jaringan, semangat peserta tidak surut. Mereka tetap bertahan di ruang Zoom hingga akhir acara. “Saya belajar banyak,” ujar Hervita dalam refleksinya. “Bahwa komunikasi yang jelas dan saling mendukung menjadi kunci keberhasilan kegiatan seperti ini. RTL ini bukan hanya tentang laporan, tapi tentang proses belajar menjadi pribadi yang bertanggung jawab dan terbuka terhadap perubahan.”

Setelah kegiatan, Hervita merasakan perubahan dalam dirinya. Ia menjadi lebih percaya diri, fokus, dan berkomitmen untuk memperkuat jejaring perempuan disabilitas di Kalimantan Selatan. Ia juga mendapat banyak pesan pribadi dari peserta yang ingin bergabung dengan HWDI dan terlibat dalam advokasi perempuan disabilitas. “Bagi saya,” tutup Hervita dengan senyum, “setiap langkah kecil menuju kesetaraan adalah kemenangan. Karena setiap suara perempuan disabilitas yang berani bersuara, adalah bentuk perubahan itu sendiri.”

KENAL LEBIH DEKAT



Hervita
Liana



Alamat

Jl. Penghulu Rasyid RT. 01 No. 92 Kel Tanjung, Kab. Tabalong, Kalimantan Selatan



HWDI Kalimantan Selatan

Motto Hidup

Hidup adalah pertualangan yang penuh dengan kejutan. Nikmati setiap momen, pelajari setiap pelajaran, dan jadikan setiap hari berarti. Hidup ini penuh dengan tantangan, tetapi kamu memiliki kekuatan untuk menghadapinya.



Cerita dari Rini Rindawati— Mendampingi Proses Perempuan Disabilitas Mencari Ruang Aktualiasi Diri

Perjalanan setahun ini memberikan pengalaman yang luas dan bermakna dalam mendampingi perempuan disabilitas muda di Sekolah Perempuan Disabilitas SAPDA, bahwa “setiap perempuan dapat bergerak ketika diberi kepercayaan dan ruang untuk mengaktualisasikan dirinya”.

Ada tujuh makna yang dapat kami sampaikan dalam mendampingi peserta perempuan disabilitas dan Sekolah Perempuan Disabilitas dalam mewujudkan ruang aman, inklusif dan setara untuk seluruh ragam disabilitas.

Pertama, pada bulan Maret 13 Maret 2024, bersama pimpinan SAPDA bertemu dengan konsultan feminisme yaitu Dra. Agustina Prasetyo Murniati, MA. Seorang teolog feminis, purna bakti di UAJY, USD, Akademi kesejahteraan Sosial Tarakanita, mantan komisioner Komnas Perempuan, yang juga seorang aktivis perempuan dan konselor feminis. Di dalam konsultasi yang cukup hangat dan serius tapi santai tersebut tentang feminisme disabilitas yang sebenarnya ada tetapi luput dari perhatian pakar feminisme, arah sekolah yang akan di bentuk, dan pentingnya insight dari pemimpin perempuan disabilitas tentang gerakan perempuan disabilitas di daerah.

Kedua, kemudian 3 Juli 2024 merancang webinar dengan Tajuk Rangkaian Workshop Feminisme Disabilitas bagi Jejaring Perempuan Disabilitas Muda di Indonesia melalui Zoom Meeting. Dengan mengundang pemimpin perempuan disabilitas di daerah untuk mendengarkan pengalaman-pengalaman perempuan disabilitas dalam praktek mengelola organisasi. Bagaimana perempuan disabilitas memperjuangkan hak-haknya di masyarakat dan pemerintahan. Bagaimana gerakan perempuan disabilitas di daerah masing-masing dan nasional. Dari workshop tersebut kami mendapatkan masukan dari para pemimpin perempuan disabilitas dalam mengidentifikasi pemaknaan dan perspektif feminisme pada perempuan disabilitas di Indonesia berbasis keragaman dan/atau kewilayahan, mengidentifikasi pola gerakan feminisme pada perempuan disabilitas di Indonesia dan mendapatkan daftar kebutuhan materi peningkatan kapasitas feminisme bagi perempuan disabilitas muda yang akan diakomodasi dalam training dan kampanye.

Ketiga, setelah kurikulum telah mulai tersusun, kami mulai menjaring perempuan disabilitas muda yang berusia 18-40 tahun dengan ragam disabilitas fisik, disabilitas pendengaran yaitu yaitu disabilitas sensorik Rungu/Tuli dan disabilitas penglihatan yaitu disabilitas Netra. Penjaringan yang dimulai dari tanggal 6 sampai dengan 15 November 2024 berhasil menjaring 70 orang calon peserta dari seluruh Indonesia. Dengan menyeleksi 70 orang pendaftar calon peserta kemudian terkumpul 19 orang peserta dari tiga ragam disabilitas. Disabilitas fisik 9 orang, disabilitas sensorik pendengaran 6 orang dan disabilitas sensorik penglihatan 5 orang dan 1 orang dari staff SAPDA (disabilitas Tuli). Terpilihlah 20 orang peserta Sekolah Perempuan Disabilitas.

Keempat. 20 orang Peserta telah terhimpun. Kegiatan Sekolah Perempuan Disabilitas pun dimulai.

Sekolah Perempuan Disabilitas Sesi 1, dimulai pada 14 Desember 2024 sampai dengan 24 Januari 2014. Dalam kelas yang diselenggarakan secara online melalui ruang zoom. Setiap seminggu sekali pada hari Sabtu. Materi kurikulum tentang mengenal diri dan otonomi tubuh, kenormalan dan seksualitas, spiritualitas dan kehamilan-kelahiran, peran domestik perempuan disabilitas di ranah keluarga dan masyarakat, 5 level hambatan disabilitas (Five Level of Disabilities Barrier) dan gender disability analysis pathways, aktualisasi perempuan disabilitas di ranah publik dan feminisme sebagai bahan refleksi dengan melihat nilai, prinsip dan sikap perempuan disabilitas dan diakhiri dengan Refleksi seluruh materi.

Setelah sesi 1 telah berakhir, dari diskusi dan refleksi terlihat kebutuhan peserta Sekolah Perempuan Disabilitas akan informasi kesehatan reproduksi, SAPDA kemudian berinisiatif Sekolah Perempuan Disabilitas Sesi 2 pun dimulai. Kegiatan ini diikuti 19 orang peserta. Satu peserta mengundurkan diri karena kesibukannya di olah raga. Pokok bahasan dalam sesi ini adalah organ tubuh dan anatomi tubuh, siklus kehidupan manusia dan perkembangannya, kehamilan, kelahiran dan kontrasepsi, libido, dorongan seksual, fetis dan kesehatan reproduksi (menstruasi, kehamilan dan menopause), sunat, aborsi dan kehamilan tidak dikehendaki (KTD), HiV-AIDS dan Penanganan hukum pada kekerasan seksual, Penanganan pada Medis dan Psikologi, setelah itu refleksi.

Kelima. Setelah Refleksi pada sesi 2, didapat temuan bagaimana perempuan disabilitas ini memerlukan masukan terkait bagaimana penanganan hukum dan penanganan psikologi, secara umum, bukan hanya khusus tentang kekerasan seksual. maka pada 23 dan 26 September, SAPDA memberikan materi tersebut.

Keenam. **Suatu RTL Aktualisasi**

Setelah para peserta mengikuti sesi 1, para peserta telah menyusun proposal kegiatan. Presentasi pertama mereka mempresentasikan rencana tindak lanjut (RTL) yang akan mereka lakukan di daerah masing-masing pada 8 Februari 2025. Presentasi kedua, saat peserta melakukan perbaikan proposal RTL dan *coaching clinic* pada masing-masing peserta pada bulan Mei 2025. Setelah itu, mereka menjalankan rencana tersebut. Tugas ini, untuk memberikan ruang bagi perempuan disabilitas sekaligus peserta Sekolah Perempuan Disabilitas untuk mengaktualisasikan diri di lingkungannya. Pelaksanaan kegiatan yang semula direncanakan di bulan Juni, Juli, namun beberapa harus mundur, karena bertabrakan dengan kegiatan di organisasi, komunitas dan/atau di wilayahnya. Para peserta memiliki pengalaman yang berbeda. Ada yang baru pertama kali berbicara di forum, ada yang tidak pernah mengadakan kegiatan, ada yang baru pertama kali mengelola suatu acara, bahkan baru pertama memegang semuanya secara sendiri. Tentunya perlu keberanian untuk menjalankan RTL ini

Pada akhirnya terkumpul laporan RTL. Pertengahan September, 19 dilakukan Refleksi Pelaksanaan RTL. Ada yang bergerak di keluarga, komunitasnya, menyebar pada wilayah lainnya dengan ragam disabilitas yang sama, dan ada yang menyasar banyak disabilitas. Kemampuan mereka untuk dapat menyelenggarakan kegiatan baik secara personal maupun bersama-sama. Hal tersebut memberi ruang aktualisasi diri, memberi kesempatan untuk bergerak dan memberi makna pada peserta Sekolah Perempuan Disabilitas. Dari awal 19 orang, kemudian setelah paparan refleksi RTL diketahui bahwa peserta yang melaksanakan RTL hanya 18 orang. Disini kami kehilangan peserta, karena sakit setelah terjatuh dari tangga. Yang kami ketahui saat akan refleksi setelah RTL.

Ketujuh, Modul dari Kita untuk Kita

bersama-sama dengan pemangku Sekolah Perempuan Disabilitas lainnya berdasar pemaparan materi, hasil refleksi dan konsultasi dengan para konsultan yakni Bu Nunuk dan dr. Lutfi, tersusunlah modul Sekolah Perempuan Disabilitas Tahap I dan Tahap II. Dengan hasil ini, memberi satu bekal pada peserta dan pelaku di luar SAPDA dalam untuk mereplikasi kegiatan tersebut. Kehadiran materi tanpa guru-guru yang bersedia membagikan kisah, pengalaman, ilmu dan perjalanan hidupnya terasa kurang. Kami menghadirkan guru-guru terbaik di bidangnya agar peserta dapat mengambil hikmah, pembelajaran, dapat mempraktekannya dan mengaktualisasikan dirinya dimanapun mereka berada. Juga untuk menjadi contoh dan praktik baik dalam pemberian materi dan menggerakkan organisasi dan komunitas di daerah agar perempuan disabilitas bukan hanya penerima manfaat juga dapat menjadi pemgerak organisasi, manakala terbuka ruang untuk maju dan bergerak. Perubahan atas pemaknaan dirinya sebagai perempuan disabilitas.

Bak Pohon di tanah subur.

Kami menyampaikan terima kasih kepada Women's Fund Asia (WFA) yang telah mendorong perempuan disabilitas untuk hadir secara setara, sejajar, dan mampu mengaktualisasikan dirinya. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada tim program—Bu Nurul Saadah Andriani, Pak Ayatullah Rohuloh Komeini (Miko), dan Rama Agung Nur Pratama—yang telah menggerakkan Sekolah Perempuan Disabilitas selama beberapa bulan terakhir.

Apresiasi mendalam kami berikan kepada para guru dan mentor yang telah berbagi pengetahuan dan pengalaman, serta kepada Ibu Nunuk dan Pak Lutfi yang dengan penuh kesabaran membimbing proses analisis dan memberikan pendampingan sebagai konsultan sepanjang kegiatan berlangsung. Perjalanan kami dimulai dari titik minim pengetahuan ketika pertama kali berproses bersama Women's Fund Asia. Melalui pertemuan dengan para guru, peserta Sekolah Perempuan Disabilitas, serta rekan-rekan dalam program WFA, kami terus bertumbuh dan berkembang. Meskipun bagi banyak pihak proses ini dianggap tidak mudah, dukungan dari berbagai pihak memungkinkan semua tantangan terlewati ketika dijalani dengan tekun.

Dari satu batang pohon, kami menjelma menjadi banyak batang pohon yang akan terus tumbuh, berkembang, dan berbuah—selama mendapat tanah yang subur, cahaya yang cukup, dan kesempatan yang setara untuk menjadi tunas-tunas baru.

Cerita dari Rama Agung— Perjalanan Mendampingi, Belajar, dan Bertumbuh Bersama Perempuan Disabilitas

Ketika pertama kali diminta untuk bergabung dalam proses pendampingan Sekolah Perempuan Penyandang Disabilitas, saya justru memulai perjalanan ini dengan satu pertanyaan yang tidak pernah saya bayangkan sebelumnya:

“Saya bukan perempuan, saya juga bukan penyandang disabilitas. Lantas apakah saya benar-benar layak terlibat dan berada di ruang ini?”

Pertanyaan itu bagi saya tidaklah sederhana. Saya membawa keraguan, rasa canggung, bahkan ketakutan bahwa saya mungkin tidak akan pernah benar-benar memahami apa yang dialami oleh para perempuan disabilitas. Saya sadar bahwa saya membawa posisi sosial yang berbeda. Selama bertahun-tahun saya bekerja pada isu kesehatan reproduksi, kekerasan terhadap perempuan, dan perlindungan kelompok rentan. Namun, saat kali pertama memasuki ruang pembelajaran ini, saya merasakan ada lapisan-lapisan pengalaman yang tidak pernah saya sentuh.

Ada hal-hal tentang tubuh perempuan, tentang relasi kuasa, tentang resistensi terhadap stigma disabilitas, yang tidak bisa dipelajari hanya lewat buku maupun ruang kelas. Ruang sekolah perempuan disabilitas inilah yang akhirnya menjadi jembatan bagi saya untuk memahami itu semua secara lebih utuh dan manusiawi.

Menjadi Pendamping yang Tidak Menggurui

Ketika memulai, saya sadar bahwa saya tidak boleh hadir sebagai orang yang merasa paling tahu. Proses ini menuntut saya untuk hadir sebagai seseorang yang bersedia mendengar, belajar, dan berjalan bersama. Saya belajar menyusun silabus yang benar-benar kooperatif, dengan mendengarkan pandangan mereka terlebih dahulu. Dalam menyusun modul pun, saya selalu bertanya: “Apakah materi ini memberdayakan perempuan penyandang disabilitas? Apakah ini mengembalikan suara mereka?”

Ruang belajar itu akhirnya menjadi ruang transformasi bagi saya. Setiap kali mendampingi proses RTL, saya belajar untuk memperlambat langkah, mendengar lebih dalam, dan menerima umpan balik dari mereka dengan rendah hati. Saya melihat bagaimana keberanian mereka tumbuh yang sering kali berakar dari ketakutan yang paling sederhana. Dan saya ikut bertumbuh bersama mereka.

Saya merasa bahwa setiap RTL adalah dunia kecil yang memberi pelajaran baru. Dalam proses panjang mendampingi setiap tahapan dan RTL Sekolah Perempuan Disabilitas, saya belajar untuk memberi masukan tanpa mengambil alih, untuk mengakui bahwa pengalaman mereka jauh lebih penting daripada teori apa pun yang saya bawa, dan untuk menyadari bahwa perubahan sosial tidak harus berangkat dari sesuatu yang besar.

Salah satu momen yang paling saya ingat adalah ketika tidak ada Juru Bahasa Isyarat yang hadir dalam sesi bersama Kak Dian Inggrawati. Pada saat itu, saya benar-benar diuji, komunikasi menjadi tidak mudah, tetapi saya memilih untuk tetap tinggal, tetap mendampingi, dan tetap mencoba menangkap setiap gerak, ekspresi, serta makna yang ingin disampaikan. Demikian pula ketika saya mendampingi Eva, saya kembali diingatkan bahwa pengalaman disabilitas tidak pernah seragam. Setiap perempuan disabilitas memiliki dunia, kerentanan, serta perjalanan hidup yang unik. Ada rasa takut, rasa malu, tekanan keluarga, dan impian kecil yang sering kali tidak diungkapkan dan kesulitan untuk mengartikulasikan. Kadang kala, terpapar dengan cerita traumatis secara terus menerus juga membuat saya harus mengambil jeda dan jarak.

Dari situ saya semakin memahami bahwa advokasi adalah gerakan yang hidup. Pendampingan bukan sekadar pekerjaan teknis, melainkan saya lihat sebagai sebuah komitmen moral. Ia menuntut empati yang dilatih terus-menerus, keberpihakan yang diperkuat setiap hari, dan kesediaan menempatkan pengalaman perempuan penyandang disabilitas sebagai pusat dari setiap keputusan.

Proses RTL yang dijalankan para peserta makin menegaskan pembelajaran itu bagi saya. Meski bentuk RTL mereka sangat beragam dengan ada yang mengadakan diskusi kecil di rumah, ada yang melakukan edukasi di komunitas milik mereka, ada yang memulai komunikasi baru di dalam keluarga, ada yang menyelenggarakan kegiatan desa, dan ada yang melakukan kampanye sederhana di lingkungan sekolah atau perkumpulan lokal, semuanya memiliki satu kesamaan yang kuat: keberanian untuk memulai perubahan dari apa yang mereka punya dan dari siapa diri mereka. Keragaman itu justru menjadi ruang belajar paling besar untuk saya. Dari Sumatera sampai NTT, dari desa pesisir hingga wilayah pegunungan, dari peserta dengan ragam disabilitas yang berbeda, setiap RTL mengajarkan saya bahwa perubahan sosial bukan ditentukan oleh besar-kecilnya program, tetapi oleh sejauh apa program itu relevan dengan hidup mereka dan dilakukan dengan hati yang sungguh-sungguh.

Pembelajaran terbesar bagi saya adalah bahwa pendampingan bukan tentang “mengajari”, tetapi tentang membuka ruang agar mereka menemukan versi terbaik diri mereka sendiri.

Melihat para peserta yang awalnya ragu berbicara, lalu perlahan-lahan berani memimpin diskusi, menyampaikan pengalaman pahitnya sendiri, mengorganisir kegiatan, bahkan melakukan advokasi kecil di lingkungannya, bagi saya itu adalah momen-momen yang setara dengan lahirnya sesuatu yang besar. Saya merasa tumbuh bersama mereka. Dari mereka, saya belajar bahwa keberanian itu menular, solidaritas harus dipraktikkan bukan hanya diucapkan, dan bahwa suara perempuan penyandang disabilitas bukan pelengkap dari sebuah gerakan, tetapi pusatnya. Pendampingan ini juga mengubah cara saya melihat diri sendiri: saya belajar mengakui posisi dan privilege yang saya punya, sekaligus menggunakannya untuk membuka ruang yang lebih luas bagi perempuan penyandang disabilitas agar suaranya dapat lebih terdengar.

Saya menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada para mentor dan fasilitator yang telah membimbing perjalanan ini dengan penuh ketulusan; kepada Women’s Fund Asia (WFA) atas dukungan pendanaan dan kepercayaan yang memungkinkan gerakan ini terus hadir; serta kepada Bu Nunuk dan Pak Luthfie sebagai konsultan yang memberikan arah, ketajaman analisis, dan kehangatan pendampingan bagi kami semua. Tanpa mereka, ruang belajar dan ruang keberanian ini tidak akan terbentuk sekuat ini.

Ke depan, saya berharap Sekolah Perempuan Disabilitas angkatan kedua dapat menjadi ruang yang lebih luas, lebih aman, dan lebih memberdayakan. Saya berharap lebih banyak perempuan disabilitas dari berbagai wilayah dapat menemukan tempat untuk bersuara, bertumbuh, dan memimpin gerakannya sendiri. Dan saya berharap kita semua, sebagai tim, dapat terus menjadi pendamping yang melahirkan ruang-ruang perubahan kecil—yang efeknya menjangkau jauh melampaui apa yang bisa kita bayangkan.



Halaman Kenangan—Untuk Ovi Susilowati

Di setiap perjalanan, selalu ada sosok yang meninggalkan jejak begitu dalam, hingga langkah-langkah kita setelahnya terasa masih dipandu oleh semangatnya. Bagi keluarga besar Sekolah Perempuan Disabilitas, sosok itu adalah Ovi Susilowati.

Ovi bukan hanya peserta program; ia adalah bagian dari jiwa dan semangat di dalamnya. Dengan ketulusan dan keberaniannya, Ovi selalu hadir membawa energi positif—menyemangati teman-temannya untuk terus belajar, tertawa, dan percaya diri menjadi perempuan penyandang disabilitas yang berdaya. Ia dikenal sebagai perempuan yang visioner dan penuh kasih, terutama lewat inisiatifnya yang membuka lapangan usaha bagi anak-anak penyandang disabilitas intelektual.

Kini, Ovi telah berpulang mendahului kami. Namun semangatnya tetap hidup—dalam setiap diskusi, dalam setiap ide yang terus kami lanjutkan, dan dalam senyum teman-teman yang ia dampingi dengan penuh cinta.

Terima kasih Ovi

Langit mungkin kini memiliki bintang yang lebih terang, tapi di bumi ini, cahaya kebaikanmu akan selalu menjadi penuntun bagi kami semua.

