

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)  
PRAKTIKUM**

<b>Mata Kuliah</b>	<b>: Komunikasi dan Konseling</b>
<b>Materi</b>	<b>: Pembuatan SAP</b>
<b>Nama</b>	<b>: Imelda Oktafiani/2110101096</b>
<b>Kelompok</b>	<b>: B3</b>

1)

No	Komponen	Pembahasan
1.	Identifikasi masalah	<p>: Sebagian besar wanita merasa takut dan cemas saat menghadapi menopause, sehingga banyak masalah yang sederhana menjadi hal yang begitu besar dan bahkan bisa membuat seorang wanita menjadi putus asa menghadapi menopause. Apa yang dirasakan wanita menopause berbeda-beda, hal ini dikarenakan kondisi, pengetahuan dan penerimaan wanita itu sendiri (Indriani, 2010).</p> <p>Penyuluhan merupakan sebuah bantuan yang diberikan kepada kelompok untuk memecahkan masalah kehidupannya dengan cara yang sesuai untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Dengan tujuan antara lain membantu klien untuk membantu masalah, membantu pemenuhan kebutuhan klien meliputi menghilangkan perasaan yang menekan atau mengganggu dan mencapai kesehatan mental yang positif, serta dapat mengubah sikap dan tingkah laku yang negatif menjadi positif dan yang merugikan menjadi menguntungkan klien (Walgito, 2010).</p>
2.	Pengantar	<p>: Topik : Menopause Subtopik : Menopause Sasaran : Wanita Usia 40-50 Tahun Hari/Tanggal : Minggu, 10 Maret 2021 Jam : 10:00 WITA Waktu : 30 Menit Tempat : Balai Desa Pombulaa Jaya</p>
3.	Tujuan Instruksional Umum	<p>: Setelah mendapatkan penjelasan tentang menopause peserta dapat : memahami pengertian dan pemahaman mengenai menopause termasuk gejala yang menyertai, dan cara menghadapimenopause</p>

No	Komponen	Pembahasan
4.	Tujuan Instruksional Khusus	: Setelah mendapatkan penjelasan tentang menopause peserta dapat : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan pengertian menopause</li> <li>2. Memahami gejala yang menyertai menopause</li> <li>3. Memahami cara menghadapi menopause</li> </ol>
5.	Materi	: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengertian menopause</li> <li>2. Tahap menopause ( pre-peri- menopause)</li> <li>3. Gejala menopause</li> <li>4. Cara menghadapi menopause</li> <li>5. Perubahan yang terjadi saat menopause</li> </ol>
6.	Metode	: Ceramah dan diskusi
7.	Media	: Zoom meeting, power point dan worksheet

No	Komponen	Pembahasan			
8.	Kegiatan penyuluhan :		<p>Waktu</p> <p>5 menit</p>	<p>Kegiatan</p> <p>Pembukaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salam pembuka</li> <li>2. Memperkenalkan diri</li> <li>3. Menjelaskan pokok bahasan dan tujuan penyuluhan</li> <li>4. Melakukan kontrak waktu</li> <li>5. Menyebutkan materi penyuluhan yang akan diberikan</li> </ol>	<p>Kegiatan ibu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjawab salam</li> <li>• Mendengarkan</li> <li>• Mendengarkan</li> <li>• Mendengarkan</li> <li>• Mendengarkan</li> </ul>
			<p>15 Menit</p>	<p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan tentang pengertian menopause</li> <li>2. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya</li> <li>3. Menjelaskan tentang tahap menopause (pre-peri-menopause)</li> <li>4. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya</li> <li>5. Menjelaskan tentang gejala menopause</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melihat</li> <li>• Mendengarkan</li> <li>• Memperhatikan</li> </ul>

No	Komponen	Pembahasan	
			<p>6. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya</p> <p>7. Menjelaskan tentang cara menghadapi menopause</p> <p>8. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya</p> <p>9. Menjelaskan tentang perubahan yang terjadi saat menopause</p> <p>10. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya</p>
		5 Menit	<p>Evaluasi: Menanyakan pada peserta tentang materi yang diberikan dan reinforcement kepada peserta bila dapat menjawab dan menjelaskan kembali pertanyaan/materi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjawab dan menjelaskan pertanyaan</li> </ul>

No	Komponen	Pembahasan				
			<table border="1"> <tr> <td data-bbox="646 262 876 525">5 Menit</td> <td data-bbox="876 262 1101 525">           Teriminasi:            1. Mengucapkan terimakasih kepada peserta            2. Mengucapkan salam         </td> <td data-bbox="1101 262 1352 525"> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjawab</li> <li>•Menjawab salam</li> </ul> </td> </tr> </table>	5 Menit	Teriminasi: 1. Mengucapkan terimakasih kepada peserta 2. Mengucapkan salam	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjawab</li> <li>•Menjawab salam</li> </ul>
5 Menit	Teriminasi: 1. Mengucapkan terimakasih kepada peserta 2. Mengucapkan salam	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjawab</li> <li>•Menjawab salam</li> </ul>				

No	Komponen	Pembahasan
9.	Evaluasi	: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta dapat menyebutkan pengertian menopause</li> <li>2. Peserta dapat menyebutkan tahap menopause ( pre-peri-menopause)</li> <li>3. Peserta dapat menyebutkan gejala menopause</li> <li>4. Peserta dapat menjelaskan cara menghadapi menopause</li> <li>5. Peserta dapat menyebutkan perubahan yang terjadi saat menopause</li> </ol>