

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)  
PRAKTIKUM**

<b>Mata Kuliah</b>	<b>: Komunikasi dan Konseling</b>
<b>Materi</b>	<b>: Tehnik Konseling</b>
<b>Nama</b>	<b>: Rizfi Pramesi Lalita Fasya</b>
<b>Kelompok</b>	<b>: A5</b>

NO	KOMPONEN	PEMBAHASAN
1	Mengucapkan salam, menyambut pasien, memperkenalkan diri dan berjabat tangan dengan ramah	Menyambut dengan baik sehingga akan membuat suasana lebih nyaman agar nantinya dapat menumbuhkan kepercayaan pasien dalam proses konseling. Contohnya : “(menjawab salam pasien yang masuk ruangan) Waalaikumsalam ibu. Selamat siang. Silahkan duduk disini atau disana boleh saja, pilih tempat duduk yang ibu anggap paling nyaman saja (lalu mempersilahkan klien untuk duduk sambil berjabat tangan). Sebelumnya perkenalkan nama saya bidan ... yang akan menjadi konselor ibu hari ini”
2	Menjelaskan tujuan konseling, prosedur yang akan dilaksanakan, meminta persetujuan dan kontrak waktu	Menjelaskan tujuan dan prosedur dalam proses konseling serta memberitahu pasien tentang kontrak waktu. Contohnya : “Sebelumnya saya bidan sebagai konselor disini akan menjelaskan tentang apa itu konseling ya bu. Jadi, pada intinya konseling adalah bantuan seperti yang saya lakuakn kepada ibu agar ibu mampu memecahkan masalah yang sedang dihadapi. Untuk kerahasiaan dapat terjamin, hanya saya dan ibu yang mengetahuinya. Selanjutnya untuk pertemuan kita ini akan dibatasi oleh waktu ya, bu. Kita akan melakukan pertemuan dengan waktu kurang lebih 20-30 menit. Dengan adanya waktu yang singkat ini, sebaiknya kita benar benar memanfaatkan waktu yang ada. Begitu ya bu”
3	Mengucapkan <i>basmallah</i> sebelum konseling	Sebelum memulai sesi konseling, ada baiknya bidan mengucap basmallah agar dilancarkan dalam proses konseling. Contohnya : “(berbicara dalam hati) Bismillahirrahmanirrahim semoga dilancarkan untuk konseling kali ini. Aamiin”

4	Duduk menghadap klien dengan tubuh agak condong ke klien	Duduk menghadap pasien ini dilakukan agar pasien merasa lebih nyaman dan merasa kalau diperhatikan (dalam artian tidak dicuekin)
5	Kontak mata dengan cara yang dapat diterima budaya setempat	Kontak mata termasuk komunikasi nonverbal. Kontak mata dengan pasien dilakukan agar pasien merasa kalau bidan benar benar memperhatikan pasien dan tertarik dengan obrolan yang ada.
6	Santai dan bersikap bersahabat	Hal ini dilakukan agar pasien tidak merasa tegang saat konseling dan merasa enjoy untuk lebih terbuka kepada bidan. Sehingga seharusnya bidan dalam sesi konseling ini tidak terlalu serius kepada pasien.
7	Volume suara memadai	Volume harus disesuaikan dengan kondisi dan tempat yang ada. serta dengan suara yang jelas dan dan mudah didengar agar kita dan pasien bisa lebih nyaman dalam menjalani sesi konseling.
8	Mendengarkan secara pasif (tidak memotong pembicaraan klien)	Mendengarkan dengan diam agar tidak mengganggu pembicaraan pasien. Dan mendengarkan secara pasif ini memungkinkan ruang bernafas bagi pasien untuk melampiaskan emosinya. Mendengar pasif misalnya menganggukan kepala atau kontak mata.
9	Penerimaan (tidak membenarkan/menyalahkan kata-kata klien)	Mendengarkan orang lain tanpa keraguan tetapi bukan berarti bidan menyetujui semua hal. Bidan tidak harus menerima perilaku klien tetapi harus menghindari ekspresi wajah yang menunjukkan tidak setuju, misalnya menggelengkan kepala atau mengerutkan dahi/wajah. Contoh sikap bidan yang menyatakan penerimaan adalah sebagai berikut : a. Mendengarkan tanpa memutus pembicaraan b. Memberikan umpan balik verbal c. Memastikan bahwa isyarat verbal cocok dengan komunikasi verbal d. Menghindari untuk berdebat
10	Klarifikasi bila perlu dari perkataan klien	Klarifikasi dilakukan bila konselor ingin mendalami apa yang diucapkan/diceritakan pasien. Klarifikasi juga

		<p>digunakan untuk bertanya kepada pasien tentang hal yang belum dimengerti agar tidak mengundang kesalahpahaman.</p> <p>Contoh: Bidan: “Apa yang Ibu maksudkan tadi? Saya kurang jelas.”</p>
11	Fokus dengan permasalahan klien	<p>Fokus tujuannya untuk membatasi pembicaraan sehingga pembicaraan menjadi lebih spesifik.</p> <p>Contoh: “Hal ini nampaknya sangat penting, maka perlu kita bicarakan lebih lanjut di lain waktu.”</p>
12	Asertif (percaya diri, tegas dan tidak menyalahkan)	<p>Kemampuan untuk meyakinkan pasien untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan tetap menghargai orang lain.</p>
13	Observasi respon dan keadaan klien	<p>Memberikan umpan balik (<i>feedback</i>) dari hasil pengamatan yang dilakukan.</p> <p>Contoh : “Kelihatannya Ibu cemas? Apakah Ibu merasa cemas apabila ....”</p>
14	Memberikan pertanyaan terbuka	<p>Pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang memerlukan jawaban yang luas, sehingga pasien bisa mengemukakan masalah dan perasaannya dengan kata-kata sendiri.</p> <p>Contoh : “Bagaimana kalau misalnya sekarang ibu memikirkan hal yang bisa membuat semangat?”</p>
15	Mengajukan pertanyaan satu persatu	<p>Tujuan bidan mengajukan suatu pertanyaan yang berkaitan adalah untuk mendapatkan informasi yang spesifik mengenai apa yang disampaikan oleh pasien atau keluarganya. Serta memberikan kebebasan atau kesempatan kepada klien dalam menjawab yang memungkinkan partisipasi aktif dalam percakapan</p> <p>Contoh: “Tadi Ibu katakan kalau ibu mengalami kesulitan. Sejak kapan ibu merasakan hal tersebut?”</p>
16	Memberikan informasi sesuai kebutuhan klien	<p>Memberikan tambahan informasi yang lengkap dan benar serta objektif dan netral. Memberikan informasi juga merupakan bagian dari Pendidikan Kesehatan.</p> <p>Contoh : “Seperti yang ibu katakan mengenai... Mungkin saya bisa menjelaskan sedikit. Jadi....”</p>

17	Menggunakan alat bantu untuk memperjelas informasi	Alat bantu untuk menjelaskan informasi bisa digunakan oleh bidan agar memudahkan pasien dalam memahami informasi yang diberikan.
18	Membantu merumuskan permasalahan klien	Membantu merumuskan permasalahan bisa dimuali dengan mengulang aspek penting yang dibicarakan pasien sehingga dapat dilanjutkan pembicaraan dengan topik yang berkaitan. Contoh: “Selama 20 menit Ibu dan saya telah membicarakan tentang...”
19	Membantu merumuskan alternatif pemecahan masalah	Hal ini bertujuan untuk membantu pasien saat merumuskan pemecahan masalah yang sedang dihadapi.
20	Membantu merumuskan langkah-langkah pemecahan masalah	Bidan berusaha untuk membantu pasien agar mendapatkan alternatif baru terhadap masalahnya. Bidan bisa membantu dengan menilai bersama sama masalah itu dan membicarakannya.
21	Memberikan kesempatan kepada klien untuk bertanya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Saat bidan memberikan informasi, mungkin saja pasien belum memahami maksudnya. Disaat itulah seharusnya bidan memberi kesempatan kepada pasien untuk bertanya. Contoh : “Untuk apa yang saya sampaikan tadi apakah ibu ada yang kurang paham?”</li> <li>2. Saat pasien sedang menceritakan masalahnya, bidan memberikan pasien untuk bertanya mengenai solusi.</li> </ol>
22	Merangkum permasalahan klien sesuai fokus masalah	Pada saat pasien selesai menceritakan masalahnya, bidan bisa merangkum fokus permasalahan pasien agar mudah dalam proses menganalisa dan perumusan pemecahan masalah.
23	Humor, sopan dan empati	Untuk mengurangi ketegangan dan stress pasien sehingga bisa mendukung keberhasilan dalam memberikan asuhan kebidanan. Selain itu hormon akan merangsang katekolamin sehingga seseorang akan merasa sehat, meningkatkan toleransi nyeri, mengurangi kecemasan, serta memfasilitasi relaksasi dan meningkatkan metabolisme.

24	Menjelaskan kapan kunjungan ulang	Bidan memberitahukan dan menjelaskan kepada pasien untuk kapan waktu kunjungan selanjutnya.
25	Mengakhiri pertemuan dan ucapan terimakasih	Bidan bisa mengakhiri pertemuan dengan kalimat yang ramah dan sopan sehingga pasien bisa memberikan kesan yang baik. Contoh : “Baiklah. semoga dengan pertemuan konseling kita hari ini bisa membuat ibu lebih lega ya. Nah, kalau begitu sesi konseling ini dapat kita akhiri. Terima kasih ibu sudah memercayai saya dan jika ibu memiliki kesulitan, jangan sungkan untuk menemui saya.”
26	Melakukan pendokumentasian	Bidan melakukan dokumentasi terhadap keadaan pasien. Dokumentasi ini diperlukan untuk memudahkan alur dan koordinasi.
27	Mengakhiri konseling dengan membaca hamdalah	Setelah selesainya sesi konseling, ada baiknya bidan membaca hamdalah guna berterimakasih kepada Allah SWT telah dilancarkan. Contoh : “Alhamdulillah Ya Allah telah dilancarkan dalam sesi konseling kali ini.”
28	Menjaga privacy pasien	Karena pasien telah mempercayakan masalahnya kepada bidan, maka bidan harus bida menjaga privacy pasien tersebut agar tidak sampai bocor kepada orang lain. Hal ini sangat jelas harus dilakukan untuk menghormati privasi pasien.