

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)  
PRAKTIKUM**

<b>Mata Kuliah</b>	<b>: Komunikasi dan Konseling</b>
<b>Materi</b>	<b>: Tehnik Konseling</b>
<b>Nama</b>	<b>: Helisa Layyinatussyfa / 2110101123</b>
<b>Kelompok</b>	<b>: B5</b>

NO	KOMPONEN	PEMBAHASAN
1	Mengucapkan salam, menyambut pasien, memperkenalkan diri dan berjabat tangan dengan ramah	Pada saat pasien datang, konselor menyambut pasien dengan ramah, kemudian mengucapkan salam, dan juga memperkenalkan diri sebagai konselor agar klien mengetahui siapa yang menjadi konselornya. Contohnya : Assalamu'alaikum wr,wb Ibu selamat datang. Perkenalkan saya dengan bidan Helisa, apakah ada yang bisa dibantu bu?...
2	Menjelaskan tujuan konseling, prosedur yang akan dilaksanakan, meminta persetujuan dan kontrak waktu	Memberikan penjelasan kepada pasien mengenai tujuan konseling yang akan diberikan kepada pasien pada saat itu serta prosedur yang akan diberikan kepada pasien kemudian menanyakan kesediaan pasien untuk mengikuti konseling yang akan diberikan oleh bidan. Menegosiasikan kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu berisi kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan, kontrak tugas, artinya mendeskripsikan tugas yang dilakukan konselor dan klien; dan kontrak kerjasama. Contohnya : “Sebelumnya saya bidan Helisa 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 kerahasaan 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, apakah ibu setuju/bersedia?"
3	Mengucapkan <i>basmallah</i> sebelum konseling	Mengucapkan basmallah setiap memulai sesuatu agar terdapat keridhaan Allah SWT dalam kegiatan tersebut. Contohnya : “(berbicara dalam hati) Bismillahirrahmanirrahim semoga dilancarkan untuk konseling kali ini. Aamiin”
4	Duduk menghadap klien dengan tubuh agak condong ke klien	Keterampilan leaning berkaitan dengan suatu upaya yang dilakukan konselor dalam mengatur kemiringan badan sebagai ungkapan kesungguhan dan perhatian. Termasuk ke dalam hal ini adalah cara menyodongkan bahu baik pada saat berdiri maupun duduk agar klien merasa bahwa bidan sangat memperhatikan apa yang ia katakan.
5	Kontak mata dengan cara yang dapat diterima budaya setempat	Kontak mata (eye contact) adalah kejadian ketika dua orang melihat mata satu sama lain pada saat yang sama. Kontak mata merupakan salah satu bentuk komunikasi nonverbal yang disebut okulesik dan memiliki pengaruh yang besar dalam perilaku sosial. Kontak Mata adalah memandang klien secara sosial, kultural, dan keagamaan. Kontak mata sangat berpengaruh terhadap kenyamanan pasien sehingga hal ini perlu diperhatikan dalam memberikan konseling.
6	Santai dan bersikap bersahabat	Santai dan bersikap bersahabat merupakan hal yang perlu diperhatikan konselor dalam memberikan konseling agar klien merasa nyaman. Sikap perhatian yang aktif dan positif dari konselor, yang diperhatikan kepada konseli baik secara verbal maupun non verbal, tetapi untuk mendorong kemandirian bukan ketergantungan terhadap konselor. Yang artinya, Bidan

		hendaknya tidak terlalu serius ketika memberikan konseling kepada pasien agar pasien mudah mengerti informasi yang diberikan dan dapat menerima konseling dari bidan secara maksimal.
7	Volume suara memadai	Volume suara yang memadai yakni menjelaskan atau menyampaikan informasi dengan intonasi yang jelas dan volume suara yang tidak terlalu keras sehingga tidak terkesan membentak. Serta dengan volume yang dapat didengar tidak terlalu kecil volume suaranya agar klien dapat mendengar dengan jelas penjelasan dari bidan.
8	Mendengarkan secara pasif (tidak memotong pembicaraan klien)	Mendengarkan secara pasif yaitu mendengarkan dengan seksama, tidak memotong pembicaraan pasien ketika sedang memberikan penjelasan kepada bidan dan kita sebagai bidan cukup untuk menganggukan kepala serta memasang kontak mata agar terkesan bahwa kita benar-benar mendengarkan apapun yang dikatakan oleh klien.
9	Penerimaan (tidak membenarkan/menyalahkan kata-kata klien)	Menunjukkan penerimaan berarti bersedia 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 yaitu mendengarkan tanpa memutus pembicaraan, memberikan umpan balik verbal, memastikan bahwa isyarat verbal cocok dengan komunikasi verbal, serta menghindari untuk berdebat
10	Klarifikasi bila perlu dari perkataan klien	Mengajukan pertanyaan klarifikasi tujuannya adalah untuk mengklarifikasikan hal-hal yang belum dimengerti untuk menghindari kesalahpahaman. Contoh: Bidan: “Apa yang Ibu maksudkan

		tadi? Saya kurang jelas.” Klien : “Yang saya maksudkan adalah.....”
11	Fokus dengan permasalahan klien	Menfokuskan tujuannya adalah untuk membatasi pembicaraan sehingga pembicaraan menjadi lebih spesifik. Contoh: “Hal ini nampaknya penting, maka perlu kita bicarakan lebih lanjut di lain waktu.”
12	Asertif (percaya diri, tegas dan tidak menyalahkan)	Asertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain. Asertif adalah kemampuan untuk meyakinkan dan nyaman untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan tetap menghargai orang lain.
13	Observasi respon dan keadaan klien	Menyampaikan hasil observasi bertujuan untuk memberikan umpan balik dari hasil pengamatan yang dilakukan. Contoh : Bidan : “Kelihatannya Ibu cemas? Apakah Ibu merasa cemas apabila ....”
14	Memberikan pertanyaan terbuka	Pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang memerlukan jawaban yang luas, sehingga pasien bisa mengemukakan masalah dan perasaannya dengan kata-kata sendiri. Contoh: “Coba ceritakan apa yang biasa ibu lakukan kalau ibu mengalami demam yang tinggi?”
15	Mengajukan pertanyaan satu persatu	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 Contoh: “Tadi Ibu katakan kalau anak Ibu ada tiga. Anak yang mana yang paling

		dekat dengan Ibu?”
16	Memberikan informasi sesuai kebutuhan klien	<p>Dalam hal informasi yang diminta klien, sama halnya dengan pemberian nasihat. Selanjutnya jika konselor tidak memiliki informasi tersebut, sebaiknya dengan jujur katakan bahwa tidak mengetahuinya. Akan tetapi, jika konselor mengetahui tentang informasi tersebut, sebaiknya disampaikan, agar klien mengetahui informasi tersebut.</p> <p>Memberikan informasi sesuai kebutuhan klien klien adalah batasan minimal informasi yang selayaknya diberikan kepada klien, yaitu: diagnosis dan tata cara tindakan medis, tujuan tindakan medis yang dilakukan alternatif tindakan lain dan resikonya.</p> <p>Petugas memberikan informasi/hasil observasi serta asuhan kebidanan sesuai dengan permasalahan pasien yang bertujuan untuk memudahkan pasien mengerti kondisi apa yang sedang dialami pasien serta memberikan umpan balik dari pengamatan yang dilakukan</p> <p>Contoh : “Seperti yang ibu katakan mengenai... Mungkin saya bisa menjelaskan sedikit. Jadi....”</p>
17	Menggunakan alat bantu untuk memperjelas informasi	<p>Dalam memberikan konseling, bidan/konselor dapat menggunakan alat bantu untuk memperjelas informasi yang akan diberikan kepada klien untuk memudahkan klien mengerti atas informasi yang diberikan. Alat bantu yang dapat digunakan seperti gambar, pantom, perumpamaan menggunakan barang-barang disekitar ataupun yang lainnya.</p>
18	Membantu merumuskan permasalahan klien	<p>Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik, dimana klien telah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dan klien akan dapat mengangkat isu kepedulian, atau masalah yang ada pada klien. Sering klien kesulitan menjelaskan masalahnya, meskipun dia</p>

		<p>mengetahui gejala yang dialaminya, karena itulah peran konselor digunakan untuk memperjelas dan mendefinisikan masalah klien.</p> <p>Membantu merumuskan permasalahan yaitu ketika bidan membantu meringkas pernyataan pasien terkait permasalahannya yang mungkin disampaikan pasien dengan bercerita sehingga bidan membantu untuk merumuskan Keluhannya sebagai suatu masalah untuk dicari alternatif pemecahan masalah tersebut.</p> <p>Contoh: “Selama 20 menit Ibu dan saya telah membicarakan tentang...”</p>
19	Membantu merumuskan alternatif pemecahan masalah	Merumuskan alternative pemecahan masalah bertujuan untuk membantu klien dalam merumuskan pemecahan masalah yang sedang dihadapinya.
20	Membantu merumuskan langkah-langkah pemecahan masalah	Konselor berusaha agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan reassessment dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Bidan memberikan konseling untuk merumuskan langkah langkah pemecahan masalah seperti langkah langkah yang harus Pasien lakukan agar masalahnya cepat teratasi.
21	Memberikan kesempatan kepada klien untuk bertanya	<p>Ditengah-tengah penjelasan konseling dan diskusi antara bidan dan klien, bidan memberikan kesempatan kepada klien untuk bertanya mengenai penjelasan bidan ataupun hal-hal yang belum dimengerti.</p> <p>Contoh : Baik ibu, dari penjelasan yang sudah saya sampaikan tadi apakah ada yang ingin ibu tanyakan atau ada yang masih kurang jelas..?”</p> <p>Saat pasien sedang menceritakan masalahnya, bidan memberikan pasien untuk bertanya mengenai solusi.</p>

22	Merangkum permasalahan klien sesuai fokus masalah	<p>Setelah usai melakukan perbincangan mengenai permasalahan klien, maka konselor dapat merangkum fokus permasalahan klien agar lebih mudah dalam proses menganalisa dan perumusan pemecahan masalah.</p> <p>Petugas meringkas apa saja yang sudah disampaikan pasien untuk memudahkan petugas dalam mengulang aspek penting yang dibicarakan sehingga dapat dilanjutkan pembicaraan sesuai topik yang berkaitan</p>
23	Humor, sopan dan empati	<p>Humor adalah hal yang penting dalam komunikasi verbal karena humor akan mengurangi ketegangan dan stress 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.</p> <p>Sopan adalah sikap hormat dan beradab dalam perilaku, santun dalam tutur kata, budi bahasa dan kelakuan yang baik sesuai dengan adat istiadat dan budaya setempat yang harus kita lakukan.</p> <p>Empati adalah kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berpikir bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien.</p>
24	Menjelaskan kapan kunjungan ulang	<p>Bidan perlu menjelaskan kepada klien mengenai kapan waktu untuk berkunjung kembali untuk melakukan konseling lanjutan, dan dapat menyesuaikan jadwalnya dengan klien.</p>
25	Mengakhiri pertemuan dan ucapan terimakasih	<p>Konselor/Bidan mengakhiri pertemuan dengan ucapan yang ramah dan sopan untuk memberikan kesan yang baik kepada klien dilanjutkan dengan mengucapkan terimakasih karena telah berkunjung.</p> <p>Contoh : “ Baik ibu karena ibu sudah</p>

		mengerti dengan informasi yang saya berikan, mungkin bisa kita cukupkan untuk hari ini, semoga ibu cepat sembuh dan jangan lupa untuk datang kembali sesuai jadwal yang telah kita sepakati tadi ya bu, terima kasih telah datang kepada saya..”
26	Melakukan pendokumentasian	Bidan melakukan dokumentasi Terhadap keadaan pasien dengan mencatat hasil pengkajian, identifikasi masalah, perencanaan, tindakan dan evaluasi terhadap pasien dibuku khusus.
27	Mengakhiri konseling dengan membaca hamdalah	Setelah selesai konseling, hendaknya mengucapkan hamdalah karena sudah melakukan sesuatu dan diberikan kelancaran dan kemudahan. Contoh : “Alhamdulillah Ya Allah telah dilancarkan dalam sesi konseling kali ini.”
28	Menjaga privacy pasien	Konselor/bidan hendaknya menjaga privasi klien dengan tidak mengumbar masalahnya agar klien nyaman dan merasa dihargai. Hal ini juga termasuk ke dalam kewajiban yang harus dilakukan bidan kepada pasien berdasarkan kode etik yang berlaku. Petugas harus menjaga privasi pasien, tidak membocorkan permasalahan pasien baik keteman dekat ataupun keluarga pasien tanpa persetujuan pasien