

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)  
PRAKTIKUM**

<b>Mata Kuliah</b>	: Komunikasi dan Konseling
<b>Materi</b>	: Tehnik Konseling
<b>Nama</b>	: Cut Nabila Putri / 2110101102
<b>Kelompok</b>	: B3

NO	KOMPONEN	PEMBAHASAN
1	Mengucapkan salam, menyambut pasien, memperkenalkan diri dan berjabat tangan dengan ramah	Mengucapkan salam kepada klien seperti “Assalamualaikum”, kemudian menyambut klien dengan kalimat “selamat pagi/selamat siang/selamat sore/selamat malam”, dan memperkenalkan diri kepada klien seperti “perkenalkan saya Bidan Nabila”.
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 juga menjelaskan prosedur yang akan diberikan kepada pasien, kemudian menanyakan kepada pasien atas kesediaan pasien untuk mengikuti konseling yang akan diberikan oleh bidan. Menegosiasikan kontrak, yang artinya memberikan perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu seperti kontrak waktu yang berisi berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan, kontrak tugas, yang artinya mendeskripsikan tugas yang dilakukan oleh konselor dan klien dan kontrak kerjasama.
3	Mengucapkan <i>basmallah</i> sebelum konseling	Mengucapkan <i>basmallah</i> seperti “ <i>Bismillahirrahmanirrahim</i> ” setiap hendak memulai sesuatu agar nantinya mendapat keridhaan dari Allah SWT saat melakukan kegiatan tersebut.
4	Duduk menghadap klien dengan tubuh agak condong ke klien	Keterampilan ini dinamakan keterampilan <i>leaning</i> . Dimana keterampilan ini berkaitan dengan suatu upaya yang dilakukan oleh konselor dalam mengatur

		kemiringan badan sebagai ungkapan kesungguhan dan perhatian, seperti menyodongkan bahu baik pada saat berdiri maupun duduk.
5	Kontak mata dengan cara yang dapat diterima budaya setempat	Kontak mata ( <i>eye contact</i> ) adalah kejadian ketika dua orang melihat mata mereka satu sama lain pada saat yang sama. Kontak mata merupakan salah satu bentuk komunikasi nonverbal ( <i>okulesik</i> ) dan memiliki pengaruh yang besar dalam perilaku sosial. Kontak mata sangat berpengaruh terhadap kenyamanan pasien sehingga hal ini perlu diperhatikan dalam memberikan konseling.
6	Santai dan bersikap bersahabat	Menunjukkan sikap tidak terlalu serius ketika memberikan konseling kepada klien agar klien dapat mengerti dan menerima konseling dari bidan dengan baik.
7	Volume suara memadai	Menjelaskan kepada klien dengan volume dan suara yang lemah lembut agar klien dapat merasa nyaman.
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.
10	Klarifikasi bila perlu dari perkataan klien	Mengajukan pertanyaan klarifikasi yang tujuannya adalah untuk mengklarifikasikan hal-hal yang belum dimengerti untuk

		menghindari adanya kesalah pahaman. 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 kita perlu membicarakan lebih lanjut di lain waktu.”
12	Asertif (percaya diri, tegas dann tidak menyalahkan)	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 yang 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 biasaibu 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. Contoh: “Tadi Ibu katakan kalau anak Ibu ada tiga. Anak yang mana yang paling dekat dengan Ibu?”
16	Memberikan informasi sesuai kebutuhan klien	Dalam hal informasi yang diminta klien, sama halnya dengan pemberian nasihat.
17	Menggunakan alat bantu untuk memperjelas informasi	Menggunakan alat bantu seperti gambar, pantom, ataupun yang lainnya agar informasi yang disampaikan kepada pasien dapat lebih dimengerti oleh pasien.

18	Membantu merumuskan permasalahan klien	Membantu merumuskan permasalahan klien, yaitu ketika bidan membantu meringkas pernyataan pasien terkait permasalahannya yang mungkin disampaikan oleh pasien dengan bercerita sehingga bidan dapat membantu untuk merumuskan keluhannya sebagai suatu masalah untuk dicari alternatif pemecahan masalah tersebut.
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 <i>reassessment</i> dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama.
21	Memberikan kesempatan kepada klien untuk bertanya	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. Contoh : Baik ibu, dari penjelasan yang sudah saya sampaikan tadi apakah ada yang ingin ibu tanyakan atau ada yang masih kurang jelas?"
22	Merangkum permasalahan klien sesuai fokus masalah	Setelah usai melakukan perbincangan mengenai permasalahan klien, maka konselor dapat merangkum fokus permasalahan klien agar lebih mudah dalam proses menganalisa dan perumusan pemecahan masalah.
23	Humor, sopan dan empati	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 <i>katekolamin</i> sehingga seseorang akan merasa sehat, meningkatkan toleransi

		nyeri, mengurangi kecemasan, serta memfasilitasi relaksasi dan meningkatkan metabolisme.
24	Menjelaskan kapan kunjungan ulang	Bidan perlu menjelaskan kepada klien mengenai kapan waktu untuk berkunjung kembali untuk melakukan konseling lanjutan dan dapat menyesuaikan jadwalnya dengan klien.
25	Mengakhiri pertemuan dan ucapan terimakasih	Konselor/Bidan mengakhiri pertemuan dengan ucapan yang ramah dan sopan untuk memberikan kesan yang baik kepada klien yang dilanjutkan dengan mengucapkan terimakasih karena telah berkunjung. Contoh : “Baik ibu karena ibu sudah 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 tadiya bu, terima kasih telah mendatangi saya”.
26	Melakukan pendokumentasian	Bidan melakukan dokumentasi keadaan pasien.
27	Mengakhiri konseling dengan membaca hamdalah	Setelah selesai konseling hendaknya mengucapkan hamdalah karena sudah melakukan sesuatu dan telah diberikan kelancaran dan kemudahan.
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 oleh bidan kepada pasien berdasarkan kode etik yang berlaku.