

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)
PRAKTIKUM**

Mata Kuliah	: Komunikasi dan Konseling
Materi	: Teknik Konseling
Nama	: Raisa Dwi Nur Vika /2110101095
Kelompok	: B3

NO	KOMPONEN	PEMBAHASAN
1	Mengucapkan salam, menyambut pasien, memperkenalkan diri dan berjabat tangan dengan ramah	Mengucapkan salam kepada klien / pasien kemudian menyambut klien dengan kalimat selamat siang, dan memperkenalkan diri Contoh: “Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh ibu, perkenalkan nama saya bidan Laila Oktaviyana, silahkan duduk ibu, ada yang bias saya bantu?”
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. Contoh : “Baik bu saya akan melakukan konseling kehamilan terlebih dahulu bu. Sebelumnya apakah ibu bersedia diperiksa organ genetalia nya?” “saya membutuhkan waktu sekitar 30 menit untuk melakukan pemeriksaan, apa ibu bersedia ?”□
3	Mengucapkan <i>basmallah</i> sebelum konseling	Mengucapkan basmallah setiap memulai sesuatu agar terdapat keridhaan Allah SWT dalam kegiatan tersebut. Contoh : “Bismillahirrahmanirrahim,saya akan memulai konseling ya ibu”
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

		<p>maupun duduk agar klien merasa bahwa bidan sangat memperhatikan apa yang ia katakan.</p> <p>Contoh : “ apa keluhan yang ibu rasakan saat ini?”</p>
5	Kontak mata dengan cara yang dapat diterima budaya setempat	<p>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.</p> <p>Contoh : “Baik ibu saya mengerti, apa yang ibu rasakan seperti pusing, mual, muntah, itu wajar pada kehamilan trimester pertama.”</p>
6	Santai dan bersikap bersahabat	<p>Menunjukkan sikap tidak terlalu serius ketika memberikan konseling kepada klien agar klien dapat mengerti dan menerima konseling dari bidan.</p> <p>Contoh : “Apakah dalam waktu 3 hari ini ibu sering merasa Lelah?”</p>
7	Volume suara memadai	<p>Menjelaskan kepada klien dengan volume dan suara yang lemah lembut agar klien dapat merasa nyaman</p> <p>Contoh : “Selain itu apakah ada keluhan lain yang ibu rasakan?”</p>
8	Mendengarkan secara pasif (tidak memotong pembicaraan klien)	<p>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</p>

		<p>benar-benar mendengarkan apapun yang dikatakan oleh klien. Contoh : (Mendengarkan keluhan kesah pasien).</p>
9	Penerimaan (tidak membenarkan/menyalahkan kata-kata klien)	<p>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.</p> <p>Contoh sikap bidan yang menyatakan penerimaan yaitu mendengarkan tanpa memutuskan pembicaraan, memberikan umpan balik verbal, memastikan bahwa isyarat verbal cocok dengan komunikasi verbal, serta menghindari untuk berdebat</p>
10	Klarifikasi bila perlu dari perkataan klien	<p>Mengajukan pertanyaan klarifikasi tujuannya adalah untuk mengklarifikasikan hal-hal yang belum dimengerti untuk menghindari kesalahpahaman.</p> <p>Contoh: Bidan: "Apa yang Ibu maksudkan tadi?, Saya kurang jelas." Klien : "Yang saya maksudkan adalah... "</p>
11	Fokus dengan permasalahan klien	<p>Menfokuskan tujuannya adalah untuk membatasi pembicaraan sehingga pembicaraan menjadi lebih spesifik.</p> <p>Contoh: "Hal ini nampaknya penting, maka kita perlu membicarakan lebih lanjut di lain waktu."</p>
12	Asertif (percaya diri, tegas dan tidak menyalahkan)	<p>Asertif adalah kemampuan untuk meyakinkan dan nyaman untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan tetap menghargai orang lain.</p> <p>Contoh : "Saya tidak menyalahkan ibu karena mengkonsumsi obat tersebut, tetapi saran saya untuk saat ini sebaiknya tidak lagi mengkonsumsi obat tersebut, karena bias berdampak buruk terhadap janin ibu."</p>
13	Observasi respon dan keadaan klien	<p>Menyampaikan hasil observasi bertujuan untuk memberikan umpan balik dari hasil pengamatan yang dilakukan.</p> <p>Contoh : Bidan : "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: “Coba ceritakan apa yang biasa ibu lakukan kalau ibu mengalami demam yang tinggi?”</p>
----	-------------------------------	--

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. 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. Contoh : "Baik ibu, saran saya untuk meningkatkan perkembangan janin ibu harus mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti daging, ikan, sayuran, susu, telur, kacang-kacangan, dan berolahraga secara teratur."
17	Menggunakan alat bantu untuk memperjelas informasi	Menggunakan alat bantu seperti gambar ataupun pantom ataupun yang lainnya agar informasi yang disampaikan kepada pasien Lebih dimengerti oleh pasien tersebut. Contoh : (menunjukkan brosur makanan wajib ibu hamil)
18	Membantu merumuskan permasalahan klien	Membantu merumuskan permasalahan klien 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. Contoh : Baik ibu untuk mengatasi mual muntah ibu dapat mengkonsumsi makanan yang rendah lemak mudah dicerna dan mengurangi makanan pedas dan memperbanyak makan buah seperti pisang."
19	Membantu merumuskan alternatif pemecahan masalah	Merumuskan alternative pemecahan masalah bertujuan untuk membantu klien dalam merumuskan pemecahan masalah yang sedang dihadapinya. Contoh : "Selain itu ibu dapat menggunakan aroma terapi wewangian tertentu untuk mengatasi mual saat hamil."

20	Membantu merumuskan langkah-langkah pemecahan masalah	<p>Konselor berusaha agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan reassessment dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama.</p> <p>Contoh :</p> <ol style="list-style-type: none">1. sebaiknya ibu mengurangi mengkonsumsi obat- obatan diwarung2. ibu di anjurkan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan vitamin B12.3. disarankan ibu untuk melakukan olahraga secara teratur.
----	---	---

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. Contoh : "Berdasarkan keterangan dari klien,klien mengalami mual muntah pusing dan mudah Lelah."
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 katekolamin sehingga seseorang akan merasa sehat, meningkatkan toleransi nyeri, mengurangi kecemasan, serta memfasilitasi relaksasi dan meningkatkan metabolisme. Contoh : "Seharusnya ibu senang karena tidak semua wanita merasakan kehamilan seperti yang ibu rasakan."
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. Contoh : "Jika ibu merasakan keluhan lain ibu bisa melakukan kunjungan lagi ya bu"

25	Mengakhiri pertemuan dan ucapan terimakasih	Konselor/Bidan mengakhiri pertemuan dengan ucapan yang ramah dan sopan untuk memberikan kesan yang baik kepada klien 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 tadi ya bu, terima kasih telah mendatangi saya”
----	---	---

26	Melakukan pendokumentasian	Bidan melakukan dokumentasi Terhadap keadaan pasien. Contoh : (mencatat biodata dan riwayat keluhan klien)
27	Mengakhiri konseling dengan membaca hamdalah	Setelah selesai konseling, hendaknya mengucapkan hamdalah karena sudah melakukan sesuatu dan diberikan kelancaran dan kemudahan. Contoh : “Alhamdulillahirabbilamin, pemeriksaan sudah selesai”
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. Contoh : (menyimpan data klien dengan baik)