

## WORKSHEETS (LEMBAR KERJA) PRAKTIKUM

Mata Kuliah	: Komunikasi dan Konseling
Materi	: Teknik Konseling
Nama	: Amira Exfena Navisa
Kelompok	: A-1 / 2110101013

NO	KOMPONEN	PEMBAHASAN
1	Mengucapkan salam, menyambut pasien, memperkenalkan diri dan berjabat tangan dengan ramah.	Assalamu'alaikum, ibu. Sebelumnya, saya izin memperkenalkan diri terlebih dahulu, nama saya dengan bidan amira. Apakah benar ini dengan bu...?
2	Menjelaskan tujuan konseling, prosedur yang akan dilaksanakan, meminta persetujuan dan kontrak waktu.	Oh iya ibu, sebelum memasuki waktu konseling, saya akan menjelaskan terkait tujuan, prosedur, persetujuan & kontrak waktu terlebih dahulu. (Guna tetap menjunjung tinggi kode etik profesi mengenai batasan <sup>xx</sup> yg boleh & tidak boleh dilakukan selama sesi berlangsung)
3	Mengucapkan <i>basmallah</i> sebelum konseling.	Bismillahirrahmanirrahim.
4	Duduk menghadap klien dengan tubuh agak condong ke klien. permudah ekspresi klien scr bebas.	- dapat meningkatkan harga diri klien, memudahkan klien untuk terlibat pembicaraan scr terbuka & mem-
5	Kontak mata dengan cara yang dapat diterima budaya setempat.	Kontak mata: Cara terpenting, karena melalui ini konselor & konseli mampu membangun kontak dan saling melibatkan dengan mempelajari budaya setempat.
6	Santai dan bersikap bersahabat.	- dapat menciptakan suasana aman, nyaman, karena klien merasa ada orang yg bisa dipercayai, teman untuk berbicara, dan merasa terlindungi secara emosional.
7	Volume suara memadai.	- Volume terkait dgn rendah tingginya suara dlm menyampaikan pesan ke konsulti. Beberapa klien membiarkan suaranya menipis di akhir kalimat.
8	Mendengarkan secara pasif (tidak memotong pembicaraan klien).	- menyimak apa yg klien katakan scr aktif. Konselor dapat membantu mengurangi kebingungan mengenai dilema <sup>xx</sup> nya, menelusuri kemungkinan pilihan/jalan keluar baginya.
9	Penerimaan (tidak membenarkan/menyalahkan kata-kata klien).	- Konselor dapat merespon dgn tutur kata & bahasa yg baik, mampu memahami secara tepat perasaan, pikiran & pengalaman pribadi konseli. Tidak bersikap menghakimi.
10	Klarifikasi bila perlu dari perkataan klien.	- Tidak bersikap menghakimi, menyalahkan ataupun membenarkan klien. Konselor bersikap hormat & manusiawi terhadap orang lain dan membantu memperjelas masalah klien, dan membantu mendefinisikan masalah - sistem yg dihadapinya bersama <sup>xx</sup> . Fokus pada penjelajahan masalah klien dan bantuan apa yg diberikan.
11	Fokus dengan permasalahan klien.	- membantu klien yg tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan "tidak" / kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan/mengungkapkan dan menegaskan diri adalah tindakan yg layak & benar. (tanpa menyalahkan/menyudutkan siapapun).
12	Asertif (percaya diri, tegas dan tidak menyalahkan).	



Lanjutan:  
 20) Keluar yg kita pandang paling baik/tepat/mudah, kita pusatkan pada solusi itu dan kita sstihkan kemungkinan yg lain.

13	Observasi respon dan keadaan klien.	- Mengobservasi tingkah lakunya. Konselor disini harus memerhatikan respon (feedback), postur, dan ekspresi wajah konsuli. Mendengarkan hati-hati apa yg dikatakan oleh klien.
14	Memberikan pertanyaan terbuka. ex: Tampaknya ada sesuatu yg mengganggu ibu. Apakah ada yg ingin Ibu bicarakan? ...	- Keterampilan memberikan pertanyaan terbuka sangat penting dlm membangun hubungan awal dgn konsuli. pertanyaan yg memungkinkan jawaban scr terbuka & lebih luas.
15	Mengajukan pertanyaan satu persatu.	- Mengajukan pertanyaan satu demi satu dgn menggunakan bahasa yg sopan & kata <sup>xx</sup> yg dapat dipahami konsuli. Menunggu jawaban dgn penuh perhatian & tidak memotong.
16	Memberikan informasi sesuai kebutuhan klien.	- memberi informasi pada konsuli sesuai dgn apa yg dibutuhkan klien/konsuli. Tidak melebihi <sup>xx</sup> kemana <sup>xx</sup> .
17	Menggunakan alat bantu untuk memperjelas informasi.	- menggunakan media alat bantu guna memperjelas informasi (bila diperlukan) agar meminimalisir adanya "miss komunikasi" pada klien.
18	Membantu merumuskan permasalahan klien.	- konselor membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah dan mendefinisikan isu/masalah tsb bersama <sup>xx</sup> dgn klien.
19	Membantu merumuskan alternatif pemecahan masalah	- merancang berbagai bantuan/solusi yg mungkin dilakukan, konselor ada baiknya membantu proses menentukan berbagai alternatif yg sesuai untuk mengantisipasi masalah klien.
20	Membantu merumuskan langkah-langkah pemecahan masalah dalam kerangka berpikir konselor dalam problem solving	- menganalisa lalu mencari kemungkinan jalan keluar. Proses pemecahan masalah dimulai dengan mencari beberapa kemungkinan hingga akhirnya kita dapat memilih 1 jalan.
21	Memberikan kesempatan kepada klien untuk bertanya.	- melibatkan konsuli dengan mengizinkannya / memberi kesempatan dirinya utk bertanya.
22	Merangkum permasalahan klien sesuai fokus masalah.	- konselor diupayakan mampu mengulas, merangkum / menafsirkan pemikiran, perasaan dan pengalaman klien/konsuli secara objektif. fokus pada inti permasalahan klien.
23	Humor, sopan dan empati.	- kemampuan konselor utk dapat merasakan apa yg dirasakan klien. Memahami perasaan, pikiran, keinginan dan pengalaman klien. Diiringi dengan sikap sopan & sedikit humor agar klien tidak merasa takut dan terbuka saat sesi konseling.
24	Menjelaskan kapan kunjungan ulang. kunjungan selanjutnya.	- menjelaskan rencana program kontrak dari kunjungan ulang pada klien (apabila diperlukan / opsional).
25	Mengakhiri pertemuan dan ucapan terimakasih.	- konselor menyampaikan terima kasih kepada klien karena memberi kesempatan utk membantu menyelesaikan masalah klien, menyampaikan maaf apabila ada kesalahan/keketiruan selama proses konseling berlangsung.
26	Melakukan pendokumentasian - menyimpulkan hasil pembicaraan secara keseluruhan.	- Evaluasi, tindak lanjut terhadap interaksi & membuat kontrak utk pertemuan selanjutnya.
27	Mengakhiri konseling dengan membaca hamdalah.	Alhamdulillahirabbil'alamin.
28	Menjaga privacy pasien.	- keterbukaan konsuli/klien bersifat

- perlindungan / jaminan privasi ini akan meningkatkan kemauan klien utk membuka diri.

konfidensial (rahasia). konselor harus menjaga kerahasiaan seluruh informasi tentang klien dan tidak dibenarkan mengemukakan secara transparan kepada siapapun tanpa izin klien/konsuli.

memberi dukungan & sugesti pada klien, agar tetap mempertahankan kemajuan yg diperolehnya selama menjalani sesi konseling.