

PENYULUHAN & KONSELING

Gatot Sadono 2024 FK. UMM

Gatot Sadono

Lahir 75 Tahun yang lalu di Probolinggo

46 Tahun menjadi Dokter Gigi

SD-SMP di Probolinggo 1966

SMA di Palembang 1969

FKG di Medan 1978

Magister Kesehatan Masyarakat di Unair 1996

→ Diajak MEMBIDANI LAHIRNYA FK-UMM

Purna Tugas PNS 2006

USAID (USA) → Program HIV/AIDS 2006 s/d 2009

KNCV (Belanda) → Program TB MDR 2009 s/d 2011

Pengurus PMI Kota Malang 2007 sd 2022 membidangi UTD

Tempat Tugas

- Nias 78 -81 drg RSU NIAS
- RSSA 1981- 1982 UD/URT
- Dinkes Kota Pasuruan 1982-1988
Seksi UKS, Ka Puskesmas, drg Puskesmas, Kasi PKM
- Dinkes Kota Malang 1988-2006
 - Drg Puskesmas, - Kasi PKM – Kasi PKL
 - Ka Puskesmas – Ka Bid PKM - Kabid Yankes

PENYULUHAN KESEHATAN

- Kalau kita membicarakan tentang Penyuluhan kesehatan selalu dikaitkan dengan istilah Promosi Kesehatan.
- Kedua hal ini sangat berbeda
- Penyuluhan kesehatan dipahami sebagai aktivitas yang berkaitan dengan pendidikan kesehatan, dimana informasi tentang kesehatan diberikan kepada individu atau kelompok.
- Persamaannya : Keduanya bertujuan untuk perubahan perilaku menjadi lebih baik.

- Perbedaan utama antara kedua istilah tersebut adalah pendidikan kesehatan berfokus pada mengubah perilaku, sedangkan promosi kesehatan juga menekankan perubahan lingkungan sebagai upaya untuk memfasilitasi perubahan perilaku yang lebih baik.

- 
- Istilah "promosi kesehatan" menyoroti upaya untuk mendorong perubahan perilaku kesehatan dengan melibatkan berbagai strategi yang lebih luas, termasuk didalamnya pendidikan kesehatan, advokasi, pembentukan lingkungan yang mendukung kesehatan, serta pemberdayaan individu dan komunitas untuk mengambil peran aktif dalam menjaga kesehatan mereka.

- Dengan demikian istilah Promosi kesehatan mencerminkan pendekatan yang lebih inklusif dan luas serta berkelanjutan dalam mempengaruhi perubahan perilaku yang positif dibidang kesehatan

- Tugas saya kali ini adalah bercerita tentang Penyuluhan → pendidikan kesehatan
- Mengenai Promosi Kesehatan nanti akan bertemu dengan Dr. Djaka

PENYULUHAN KESEHATAN

- Adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan PESAN dan menanamkan KEYAKINAN sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Machfoez, 2009). → lebih menekankan kepada memberitahu / menginformasikan tentang hal2 yang berhubungan dengan kesehatan

- Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga peserta tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan.

- Tujuan dari penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial.

- Penyuluhan lebih menekankan pada penyebaran informasi kesehatan dengan harapan dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat terhadap kesehatannya.
- Penyuluhan kesehatan diberikan kepada individu ataupun kelompok.

Tugas kesehatan semakin berat

Karena saat ini kesehatan dihadapkan dengan permasalahan ganda penyakit

- Penyakit menular belum hilang
- Penyakit baru mulai muncul
- Penyakit menular muncul kembali
- Penyakit tidak menular yang kronis semakin banyak → Penyakit degenerative (??)

Kita tidak akan kehabisan bahan untuk memberikan penyuluhan...!!!

- Salah satu upaya yang dapat kita lakukan adalah menyebarkan informasi tentang itu semua melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dalam setiap kesempatan untuk meningkatkan awarnes masyarakat
 - Dalam melakukan pemberian edukasi ini dilakukan dengan akurat dan relevan kepada masyarakat untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan dan berperilaku sehat.
- Dilakukan secara terus menerus → Jangan bosan.!!

PENYULUHAN KESEHATAN

- Penyuluhan kesehatan ini sangat penting dilakukan dalam rangka berupaya untuk menunjang program2 kesehatan lainnya.
- Dengan melakukan kegiatan Pendidikan kesehatan ini kita berharap bahwa pencapaian program2 kesehatan akan semakin meningkat karena meningkatnya pengetahuan masyarakat dalam bidang kesehatan.

APA TUJUANNYA ?

- 1. Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatannya.
- 2. Terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat → baik fisik , mental maupun sosial .
(+ spiritual ???)→ SEHAT..???

- Dengan kata lain :

Tujuan dari penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial.

- Dengan kata lain Tujuan kegiatan penyuluhan kesehatan yaitu untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik secara individu ataupun kelompok yang dilakukan dengan melalui penyampaian pesan pesan kesehatan.

- → Intinya adalah mengubah perilaku seseorang (masyarakat) dalam bidang kesehatan
- Satu hal yang harus selalu kita ingat adalah : merubah perilaku tidak semudah membalik telapak tangan...!
- **PERILAKU....?. SIKAP.....?**

APA BEDANYA PERILAKU & SIKAP.....?

Untuk memudahkan pemikiran kita adalah sbb:

PERILAKU : Sesuatu yang telah dilakukan oleh seseorang.

SIKAP : Sesuatu yang masih berada dalam angan2'/ pikiran seseorang

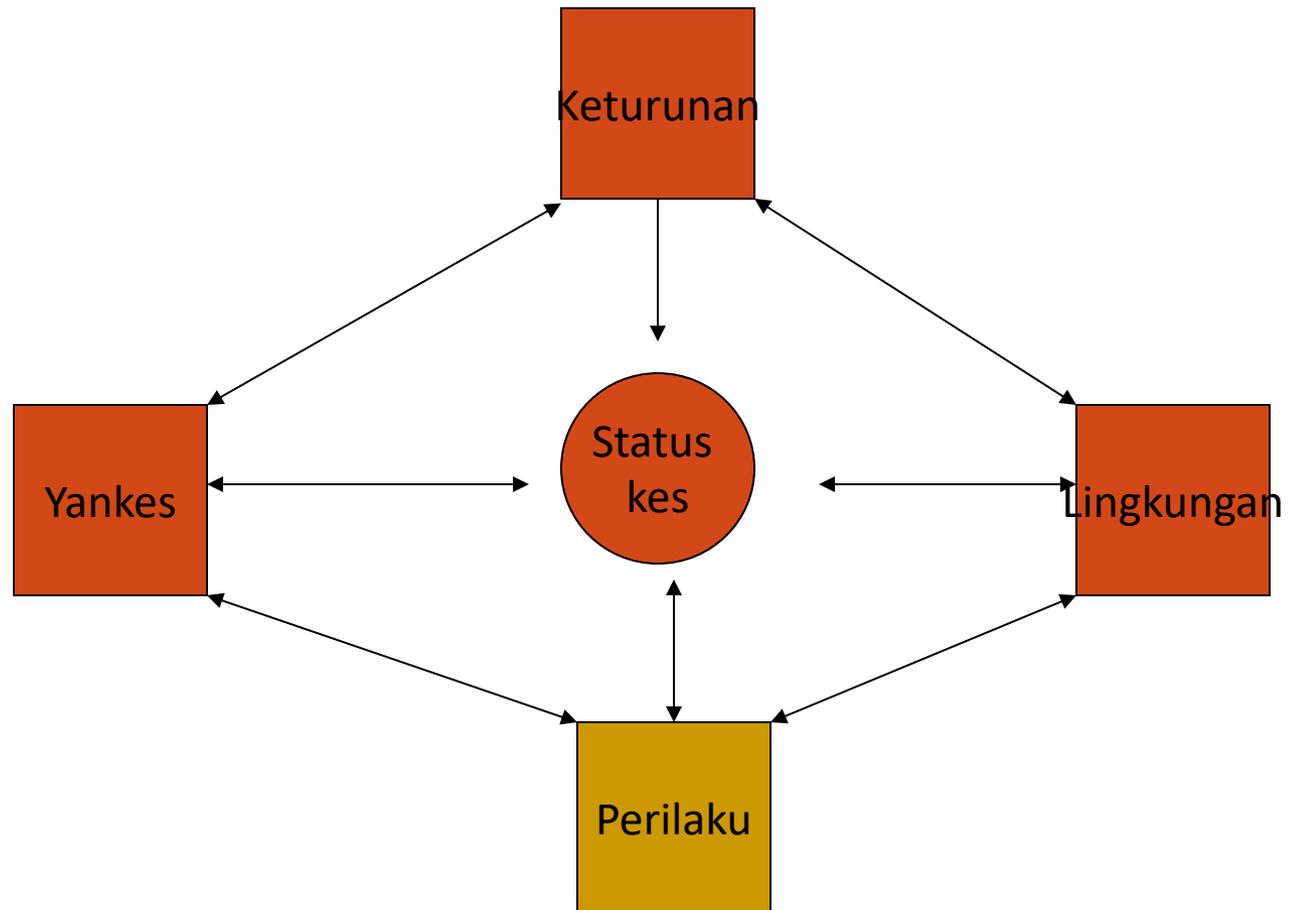
CONTOHNYA..?

TEORI PERILAKU

Yang cukup populer adalah :

- Teori H.L Blum → Status Kesehatan seseorang/Masyarakat sangat dipengaruhi oleh LINGKUNGAN – PERILAKU – YANKES – KETURUNAN. Ke 4 faktor ini tidak berdiri sendiri2 tetapi saling berhubungan.
- Teori Lawrence Green : → Perilaku dilatar belakangi oleh berbagai faktor yaitu
Predisposing factor → Predisposisi
Enabling factor → Pendukung
Reinforcing factor → Pendorong
→ Coba pelajari lebih dalam lagi...!

Hendrik L. Bloom (1974)



Ruang lingkup penyuluhan berdasarkan status Sasarannya

Sasaran penyuluhan dikelompokkan dalam 3 status sasaran , yaitu :

- Sasaran primer
- Sasaran sekunder
- Sasaran tersier

Sasaran primer

- Yaitu orang @ seseorang @ masyarakat yang sedang mengalami masalah kesehatan yang sedang kita informasikan.
 - orang yang sedang mengalami masalah ini kita harapkan untuk mau dan bisa merubah perilakunya
- Misalnya penderita TBC yang kita beri penyuluhan tentang penyakitnya.

Sasaran skunder

- Yang dimaksudkan dengan sasaran skunder adalah mereka yang berada disekitar sasaran primer. Mereka2 ini diharapkan dapat mempengaruhi primer untuk memutuskan perubahan perilakunya. Dalam kasus ada penderita TBC ini sasaran skundernya adalah keluarga pasien atau tetangga yang berada disekitar pasien atau Pak RT yang dapat dijadikan panutannya.

- Sasaran Sekunder (Secondary Target) juga biasa Para tokoh masyarakat, tokoh agama, tokoh adat, dan sebagainya. Yaitu mereka yang dipercaya atau yang dijadikan panutan oleh sasaran primer

Sasaran Tersier

- Sasaran tersier adalah mereka2 yang mempunyai peran dalam menentukan kebijakan @ memberikan keputusan disekitar penderita yang mengalami masalah.

Dalam kaitannya dengan kasus penderita TBC diatas maka yang kemungkinan menjadi sasaran tersiernya adalah : Ketua RT / Ketua RW atau Lurah, Camat ds.

- yaitu para pengambil keputusan yang diharapkan dengan keputusannya akan dapat mendukung berubahnya perilaku

- Sasaran Tersier ini diharapkan dapat membuat keputusan atau menentukan kebijakan agar dilakukan oleh penderita @ masyarakatnya baik di tingkat pusat, maupun daerah / wilayah sekitar penderita
- Dengan dibuatnya kebijakan atau dibuatnya keputusan maka masyarakat akan dan harus mematuhi keputusan tersebut.

RUANG LINGKUP PENYULUHAN berdasarkan besarnya sasaran

- PENDIDIKAN KESEHATAN INDIVIDUAL → Sasarannya adalah individu
- PENDIDIKAN KESEHATAN KELOMPOK → Sasarannya adalah kelompok
- PENDIDIKAN KESEHATAN MASYARAKAT → Sasarannya adalah masyarakat luas

Bagaimana melakukan Penyuluhan

- Untuk melakukan penyuluhan yang diharapkan bisa berhasil dengan baik maka perlu dilakukan perencanaan yang matang dan terorganisir dengan sesempurna mungkin.

KOMPONEN PENYULUHAN

- PENYULUH / PENCERAMAH.

Adalah yang memberikan informasi . Bisa sendirian ataupun beberapa orang.

Dalam memberikan penyuluhan Penceramah harus bisa menguasai sasaran (psikologis !).

Caranya : Sikap dan penampilan meyakinkan → tidak ragu/gelisah

Suaranya cukup keras dan jelas

Pandangan diarahkan kepada seluruh peserta

Berdiri didepan/ditengah dan jangan duduk

Menggunakan alat bantu semaksimal mungkin

Menggunakan bahasa yang sederhana

→ bukan bahasa kedokteran !

KOMPONEN PENYULUHAN

- **SASARAN**.....harus ditentukan terlebih dahulu siapa yang akan diberi penyuluhan
- **METHODE YANG AKAN DIPAKAI** apakah hanya ceramah saja. Atau ceramah dengan Demonstrasi dilanjutkan dengan tanya jawab
- **MEDIA YANG AKAN DIPERGUNAKAN.** Bisa tergantung kepada fasilitas yang tersedia. Misalnya : Poster, leaflet atau pemutaran film atau OHP dst.dst

Methode Penyuluhan

- Terdapat berbagai pembagian methode penyuluhan kesehatan . Antara lain :
metode didaktik dan sokratik.
- Metode didaktik adalah merupakan metode dimana penyuluhan dilakukan satu arah oleh pemateri kepada peserta yang mendengarkan tetapi tidak diberikan kesempatan untuk mengemukakan pendapatnya

- Metode sokratik adalah merupakan metode yang memberikan kesempatan pada peserta untuk aktif dalam mengemukakan pendapatnya
- Metode lain yang kita kenal antara lain adalah : Diskusi kelompok, Curah pendapat, Permainan simulasi ataupun permainan peran (role play)

Metode Penyuluhan lainnya

- Penyuluhan langsung
- Penyuluhan Tidak langsung

Metode penyuluhan yang sering kita kenal :

- Penyuluhan Individual
- Penyuluhan kelompok
- Penyuluhan massa

Penyuluhan/Pendidikan Individual

- Ini biasanya dilakukan untuk membina perilaku baru dari seseorang yang mempunyai masalah kesehatan atau seseorang yang sudah tertarik terhadap perilaku baru tersebut.
- Misalnya penyuluhan yang dilakukan oleh Dokter kpd pasiennya

Penyuluhan / Pendidikan Kelompok

- Yang dimaksud dengan kelompok adalah bilamana anggota kelompok ini masih bisa dijangkau dengan menghitung jumlahnya.
- Kelompok BESAR maupun Kelompok KECIL.
- Kelompok kecil biasanya sekitar 10 @ 15 orang sedangkan kelompok besar biasanya > 15 orang

Kelompok Besar

- Metode yang baik untuk sasaran kelompok Besar adalah berupa CERAMAH atau bisa juga dilakukan dengan metode SEMINAR
- Dalam metode ceramah ini kadang2 juga disertai dengan peragaan dan praktek dengan harapan agar sasaran dapat melakukan sesuatu yang diceramahkan.
- Misalnya : Membalut luka, gosok gigi dsb.

Kelompok Kecil

- Dikatakan sebagai kelompok kecil kalau jumlah peserta/sasarannya kurang dari 15 orang.
- Metode yang sering dipergunakan untuk penyuluhan kelompok kecil ini bisa dilakukan dengan :
 - Diskusi kelompok, Curah pendapat,
 - Permainan simulasi ataupun permainan peran (role play)

Penyuluhan/Pendidikan Massa

- Yang dimaksud dengan massa adalah kalau sasarannya tidak mungkin kita bisa menghitungnya.
- Biasanya penyuluhan ini hanya mengharapkan “awareness” atau hanya untuk menggugah kesadaran massa terhadap sesuatu / inovasi → belum begitu diharapkan adanya perubahan perilaku

- Untuk melakukan pendidikan massa ini yang sering dilakukan adalah dalam bentuk :
Ceramah Umum, Pidato2 melalui TV/Radio,
Tulisan2 dalam media koran/majalah,
Sinetron ataupun dalam bentuk spanduk
maupun BILLBOARD

Alat bantu & Media Penyuluhan

- Adalah alat2 yang digunakan oleh penyuluh/pendidik dalam menyampaikan pesannya.
- Elgar Dale menyimpulkan bahwa BENDA ASLI mempunyai intensitas yang terbaik untuk mempersepsikan apa yang diajarkan.
- Penyampaian pesan kalau hanya dengan kata2 sangat kurang efektif → intensitas nya paling jelek

Manfaat alat bantu

- Menimbulkan minat
- Membantu mengatasi hambatan bahasa
- Mempermudah penyampaian pesan
- Mendorong seseorang untuk ingin mengetahui lebih banyak
- Mempermudah menerima informasi yang disampaikan
- dst

Macam2 alat bantu

- Alat bantu LIHAT :
Alat ini membantu indera penglihatan
- Alat bantu DENGAR:
Alat ini membantu indera pendengaran →
pengeras suara, radio dst
- Alat bantu LIHAT & DENGAR: bisa dilihat
dan didengarkan → AVA

Media Penyuluhan

Bisa dalam berbagai macam :

- Media Cetak : Booklet → dalam bentuk buku
Leaflet → dalam bentuk lipatan
Flyer → dicetak
- Media elektronik : Slide, Flyer, Radio, Video, TV
- Media papan (Bill board) : dipasang di TTU atau bisa juga dalam bentuk lembaran2 yang ditempel di kendaraan dsb.

Pelaksanaan Kegiatan

Direncanakan pembagian waktu efektifnya

- 1. Pembukaan (3 menit): salam, memperkenalkan diri, menjelaskan tujuannya
- 2. Proses (20 Menit): Isi materi penyuluhan tentang.....
- 3. Evaluasi 10 menit) : memberi pertanyaan atau menerima pertanyaan
- 4. Penutup (3 menit) : ucapan terima kasih, mohon maaf dan Salam penutup

INTINYA

- UNTUK MELAKUKAN KEGIATAN PENYULUHAN KELOMPOK HARUS DILAKUKAN PERENCANAAN DENGAN BAIK.

Konseling

- Adalah proses pemberian bantuan melalui diskusi tatap muka untuk seseorang (konseli) yang mengalami masalah tertentu
- Dilakukan secara bertatap muka dengan seorang ahli (konselor)
- Konselor akan memberikan arahan, saran, dan solusi untuk memecahkan masalah yang terjadi.

KONSELING

- BANYAK AHLI MENGEMUKAKAN PENDAPATNYA TENTANG PENGERTIAN KONSELING INI
- PADA INTINYA MENYATAKAN BAHWA KONSELING ADALAH UPAYA UNTUK MEMBANTU INDIVIDU MELALUI PROSES INTERAKSI YANG BERSIFAT PRIBADI ANTARA KONSELOR DAN KONSELI.

- merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan seorang ahli atau biasanya disebut sebagai pembimbing atau konselor kepada individu yang mengalami suatu masalah atau yang disebut sebagai konseli yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.

- Konseling adalah pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli (klien) sedemikian rupa sehingga pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri meningkat dalam memecahkan berbagai masalah.
- Biasanya konseling ini dilakukan dengan pertemuan tatap muka secara empat mata.

Tehnik pendekatan konseling

Konseling Gestalt

- Permainan Dialog
- Latihan Saya Bertanggung Jawab
- Bermain Proyeksi
- Teknik Pembalikan
- Tetap dengan Perasaan

Konseling Behavioral

- Latihan Asertif
- Desensitisasi Sistematis
- Dst.dst
- Pelajari sendiri kalau berminat ya...1

Ap tujuannya ?

- Adalah membantu seseorang dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan perasaan, emosi, social dan perilakunya

Apa manfaatnya Konseling ?

Konselor akan membimbing konseli atau akan memberikan saran terhadap masalah yang terjadi.

MEMBANTU PASIEN UNTUK MEMAHAMI atau mengubah sudut pandang terhadap persoalannya.

Konseling dapat juga mengatasi rasa kesedihannya , kecemasan atau ketakutannya atau kebiasaan buruknya

- Membantu mengidentifikasi gangguan mental juga dibantu oleh seorang konselor. (depresi, cemas. Bahkan skizoprenia)
- Bisa membantu menangani permasalahan yang mencakup keluarga , teman atau pasangan
- Ibu yang mengalami kesulitan untuk menyusui bisa juga dibantu dengan melakukan konseling

KAPAN DILAKUKAN ?

- Apabila pasien memiliki masalah yang pelik sehingga mengganggu aktifitas hariannya..
- Apabila ada rasa Putus asa, ketakutan, cemas dan sulit tidur, kehilangan nafsu makan
- Apabila ada pasien yang Gagal menyelesaikan masalahnya,
- Apabila ada Pasien yang melampiaskan masalahnya ke hal2 yang negatif.
- Apabila ada Pasien yang mengalami kejadian yang traumatis yang memicu rasa sedih yang berkepanjangan

Siapa yang perlu diberi konseling ?

- Pasien dengan pengobatan jangka panjang, misalnya berpenyakit kronis (?)
- Pasien yang menggunakan obat dengan instruksi khusus
- Pasien dengan kondisi khusus (Pediatri, Geriatri, gangguan fungsi hati, ginjal, Bumil, Buteki dsb)

GAMBARAN KARAKTERISTIK KONSELING

- Merupakan salah satu bentuk hubungan yang bersifat membantu
- Hubungan ini bersifat interpersonal
- Efektifitas konseling banyak ditentukan oleh kualitas hubungan antara konselor dengan konselinya
- Keputusan akhir diserahkan kepada konseli

Karakteristik Konseling

- Konseling merupakan bantuan yang bersifat terapeutik yang diarahkan untuk merubah sikap dan perilakunya.
- Konseling dilakukan melalui wawancara secara individual
- Konseling ditujukan kepada individu yang normal bukan yang mengalami gangguan kejiwaan.
- Konseling membantu individu untuk mengerti dirinya sendiri dalam menyelesaikan tugas2 kehidupannya.

Tujuan Konseling

- Mengadakan perubahan perilaku pada diri konseli sehingga memungkinkan hidupnya menjadi lebih produktif dan memuaskan.
- Mencapai kesehatan mental yang positif
- Dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh konseli
- Tercapainya efektifitas pribadi konseli → sanggup berpikir secara berbeda dari sebelumnya

CATATAN PENTING

- Kemampuan berkomunikasi harus dimiliki dengan baik.
- Materi tentang permasalahannya harus dikuasai benar
- Harus bisa menjadi pendengar yang baik
- Usahakan untuk “ mampu menguasai lapangan”
- Konselor BUKAN PENGAMBIL KEPUTUSAN

REFERENSI

- Tanjung, Rafriadi
Pengertian dan Ruang Lingkup Konseling Kesehatan
Universitas Negeri Padang 2018
- Kementerian Kesehatan RI. Promosi Kesehatan [internet]. 2016 [cited 2023 August 20]. Available from: <https://ayosehat.kemkes.go.id/promosi-kesehatan>.
- Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
- <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>

TUGAS PENYULUHAN :

- Siapkan media untuk rencana Penyuluhan masing2 kelompok.
- Bagi habis tugas → Siapa mengerjakan apa
- Buat FLYER DAN VIDEO sebaik dan seindah mungkin serta mudah dicerna dan komunikatif
- Materinya harus berbeda antara kelompok satu dengan yang lain
- Satu Kelompok terdiri dari 5 orang
Masing2 kelompok membuat satu flyer dan satu video dengan materi yang sama



● SELAMAT
BELAJAR