

PENGANTAR KONSELING GIZI DAN MENYUSUI



Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes.

Editor:

Puji Lestari, M.P.H.

Ganda Agustina Hartati Simbolon, S.ST., M.Keb.

Siti Pangarsi Dyah Kusuma Wardani, S.SiT., M.K.M.

Yosefa Sarlince Atok, S.ST., M.Kes.

PENGANTAR KONSELING GIZI DAN MENYUSUI

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 28 TAHUN 2014 TENTANG HAK CIPTA LINGKUP HAK CIPTA

Pasal 1

Hak Cipta adalah hak eksklusif pencipta yang timbul secara otomatis berdasarkan prinsip deklaratif setelah suatu ciptaan diwujudkan dalam bentuk nyata tanpa mengurangi pembatasan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

KETENTUAN PIDANA

Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/ atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

PENGANTAR KONSELING GIZI DAN MENYUSUI

Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes.



selat media

PENGANTAR KONSELING GIZI DAN MENYUSUI

Penulis:

Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes.

All rights reserved

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak Penerbitan pada Selat Media Patners

Isi di Luar Tanggung Jawab Penerbit

ISBN: 978-623-09-2622-8

Editor:

Puji Lestari, M.P.H.

Ganda Agustina Hartati Simbolon, SST, M.Keb.

Siti Pangarsi Dyah Kusuma Wardani, Ss,SiT, M.K.M.

Yosefa Sarlince Atok, S.ST., M.Kes.

Tata Letak:

Eka Tresna Setiawan

Desain Sampul:

Hendrik Efriyadi

viii + 98 halaman: 14 x 21 cm

Cetakan Pertama, Maret 2023

Penerbit:

SELAT MEDIA PATNERS

Anggota IKAPI No. 165/DIY/2022

Glondong RT.03 Wirokerten

Banguntapan Bantul Yogyakarta

redaksiselatmedia@gmail.com

085879542508

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan syukur kepada Allah Swt., karena melalui limpahan rahmat dan hidayahNya, buku dengan judul *Pengantar Konseling Gizi dan Menyusui* ini dapat terselesaikan. Masalah rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif masih menjadi masalah di tengah-tengah masyarakat dan menjadi salah satu penyebab tingginya angka kesakitan dan kematian pada bayi. Tingginya perhatian pemerintah untuk meningkatkan proporsi pemberian ASI eksklusif, membuat penulis tertarik untuk dapat berkontribusi mengatasi masalah dalam rangka untuk meningkatkan proporsi pemberian ASI eksklusif. Kondisi tersebut menjadi alasan pemilihan judul dalam buku ini.

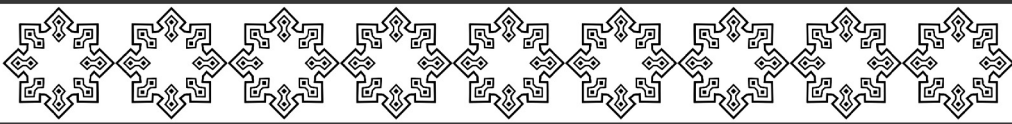
Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari pihak lain maka buku ini tidak dapat diselesaikan dengan baik. Penulis tetap berharap buku ini dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang ilmu kesehatan masyarakat dan secara praktis dapat membantu mengatasi masalah *peer* konseling gizi dan menyusui untuk meningkatkan perilaku pemberian ASI eksklusif.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan buku ini, masih terdapat kekurangan dan kelemahannya. Maka penulis senantiasa selalu terbuka untuk menerima kritik dan saran yang membangun demi memperbaiki kualitas tulisan berikutnya.

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| Kata Pengantar..... | v |
| Daftar Isi | vi |
| BAB I | |
| PENDAHULUAN | 1 |
| A. Konseling..... | 1 |
| B. Unsur-Unsur Pokok yang Menunjang Konseling..... | 5 |
| 1. Kondisi Internal..... | 5 |
| 2. Kondisi Eksternal..... | 7 |
| C. Konseling Gizi | 9 |
| D. Manfaat Konseling Gizi..... | 13 |
| E. Persiapan Konseling Gizi | 15 |
| F. Menyusui | 16 |
| BAB II | |
| PEER KONSELING GIZI DAN MENYUSUI | 25 |
| A. <i>Peer</i> Konseling Gizi dan Menyusui..... | 25 |
| B. Tujuan <i>Peer</i> Konseling Gizi dan Menyusui..... | 40 |
| C. Keterampilan Konseling..... | 44 |
| D. Karakteristik <i>Peer</i> Konselor | 46 |
| E. Dasar-Dasar Komunikasi <i>Peer</i> Konseling Gizi dan Menyusui | 46 |
| F. Langkah-Langkah <i>Peer</i> Konseling Gizi dan Menyusui | 47 |

| | |
|--|-----------|
| G. Hal yang Perlu Diperhatikan dalam <i>Peer</i> Konseling | 49 |
| 1. Keterampilan <i>Peer</i> Konseling..... | 49 |
| 2. Keterampilan Mendengar dan Mempelajari | 50 |
| 3. Keterampilan Membangun Percaya Diri dan Memberi Dukungan..... | 50 |
| H. Manfaat <i>Peer</i> Konseling Gizi dan Menyusui | 51 |
| I. Sasaran dan Waktu <i>Peer</i> Konseling. | 53 |
| J. Peran Keluarga dan Keterampilan Konseling untuk Perubahan Perilaku..... | 56 |
| 1. Laquarta dan Danish | 60 |
| 2. Pavlov..... | 60 |
| 3. Health Belief Model..... | 61 |
| 4. Model Transteoritik..... | 61 |
| K. Hal yang Tidak Boleh dalam Konseling..... | 62 |
| BAB III | |
| <i>PEER</i> KONSELING DENGAN PSIKOTERAPI | 63 |
| Daftar Pustaka..... | 91 |
| Biografi Penulis..... | 98 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Konseling

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu *consilium* yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan menerima. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari *sellan* yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”. Konseling adalah suatu perencanaan yang lebih rasional, pemecahan masalah, pembuatan keputusan intensionalitas, pencegahan terhadap munculnya masalah penyesuaian diri, dan memberi dukungan dalam menghadapi tekanan-tekanan situasional dalam kehidupan sehari-hari bagi orang-orang normal (Zulfan Saam, 2013).

Milton E. Hahn menyatakan bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan orang lain yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya dengan seorang, agar mampu memecahkan kesulitannya. Konseling meliputi pemahaman dan hubungan individu untuk mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan, motivasi, dan potensi yang unik dari individu yang bersangkutan untuk mengapresiasi ketiga hal tersebut.

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang, dalam mana konselor melalui hubungan itu dan kemampuan khusus yang dimilikinya, menyediakan situasi belajar dalam masa konseling yang dibantu untuk memahami diri sendiri, baik

dalam kondisi sekarang maupun kemungkinan keadaan masa depan yang dapat diciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya. Hal itu bertujuan demi kesejahteraan pribadi maupun masyarakat, serta lebih jauh dapat belajar untuk memecahkan masalah dan menemukan kebutuhan yang akan datang (Sofyan S., 2007).

Konseling merupakan proses interaksi antara dua orang individu (konselor dan klien), dalam suasana profesional, yang berfungsi dan bertujuan untuk memudahkan perubahan tingkah laku klien (Prayitno dan Amti, Cit Pepinsky, 2006). Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitannya (Willis S. Sofyan, 2007).

Menurut Patterson dalam Sofyan (2009), konseling memiliki ciri khas yang merupakan hakikat konseling, seperti berikut ini.

1. Usaha untuk memudahkan terjadinya perubahan tingkah laku dilakukan melalui wawancara (walaupun konseling selalu dilakukan dalam wawancara, tetapi tidak semua wawancara dapat diartikan sebagai konseling).
2. Mendengarkan merupakan suatu hal yang berada dalam konseling tetapi tidak semua konseling adalah mendengarkan.
3. Konseling dilaksanakan dalam suasana hubungan pribadi antara konselor dan klien. Hasil pembicaraan itu bersifat rahasia.
4. Konseling adalah usaha untuk menimbulkan perubahan tingkah laku secara sukarela pada diri klien