BUKU PANDUAN FASILITATOR

Pemberdayaan Pasien Diabetes Mellitus

dr. Mahendro Prasetyo Kusumo, MMR., FISPH., FISCM., AIFO-K
dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D
Dr. drg. Yulita Hendrartini, M.Kes
Dr. dr. Zaenal Muttaqien Sofro, AIFM

Kata Pengantar

Dengan memanjatkan puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga pada akhirnya “Buku Pedoman Fasilitator Pemberdayaan Pasien DM” ini dapat diterbitkan. Suasana yang tegang dan kendala Bahasa menjadi faktor utama penyebab pasien tidak tertarik untuk mengikuti edukasi. Perlu adanya strategi dalam menyampaikan informasi kepada pasien, salah satunya melalui diskusi kelompok. Melalui diskusi kelompok, antar pasien dapat lebih mudah dalam menangkap informasi kesehatan. Diskusi ini dipandu oleh satu atau lebih fasilitator. Fasilitator diharapkan dapat menciptakan suasana nyaman, melakukan komunikasi yang baik, dan berempati sehingga proses diskusi dapat berjalan menyenangkan dan pasien atau peserta lebih dapat memahami tujuan diskusi. Buku panduan ini diharapkan dapat menjadi acuan berbagai pihak yang akan menyelenggarakan edukasi berbasis teman sebaya melalui pemberdayaan pasien DM. Edukasi tersebut membutuhkan fasilitator sehingga edukasi dapat berjalan dengan baik. Dengan buku ini, diharapkan dapat menghasilkan fasilitator yang handal dan mampu memfasilitasi pemberdayaan pasien DM dalam mengelola pengendalian glukosa darah. Kami menyadari bahwa kurikulum dan modul ini masih jauh dari sempurna, karenanya saran dan kritik membangun sangat kami harapkan. Kepada semua pihak yang memberikan kontribusi dalam penyusunan buku panduan fasilitator ini, kami menyampaikan terima kasih dan penghargaan atas kesungguhannya. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang terlibat dalam penyelenggaraan edukasi kelompok berbasis pemberdayaan pasien
DM.

dr. Mahendro Prasetyo Kusumo, MMR., FISPH., FISCM., AIFO-K

Pendahuluan

Prevalensi diabetes mellitus (DM) di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya. Diabetes tersebut ditandai dengan meningkatnya glukosa darah sehingga fungsi beta pancreas menurun. Peningkatan glukosa darah yang berkepanjangan menyebabkan komplikasi sehingga beban pembiyaan negara terhadap pengobatan DM semakin tinggi. Salah satu strategi yang dapat dilakukan adalah merancang program pengendalian DM. Edukasi kesehatan merupakan salah satu teknik yang mampu meningkatkan perilaku hidup sehat secara efektif dan efisien sehingga mampu mengurangi permasalahan DM. Beberapa penelitian menjelaskan bahwa melalui diskusi kelompok yang dipandu oleh fasilitator efektif mengendalikan glukosa darah pada pasein DM tipe 2. Fasilitator mendorong pasien berperan aktif dalam menyelesaikan masalah DM. Selain itu fasilitator juga harus mampu menciptakan suasana yang nyaman bagi pasien sehingga tidak merasa bosan dan tegang. Buku ini diharapkan mampu menjadi panduan bagi fasilitator dalam mendorong pasien untuk berperan aktif.

Tujuan

Tujuan Umum

Fasilitator dapat mendorong pasien berperan aktif dan menyelesaikan masalah secara mandiri.

Tujuan Khusus

Fasilitator harus mampu

1. Menjalin komunikasi efektif dengan pasien
2. Mendorong komunikasi efektif antar pasien
3. Menciptakan suasana santai dan menyenangkan sehingga pasien tidak tegang dan bosan
4. Pasien dapat menyelesaikan masalahah sesuai tujuan secara mandiri
5. Memberikan penjelasan tentang program yang akan dicapa6
6. Mengarahkan peserta pada saat diskusi kelompok
7. Memberikan contoh kepada peserta (misalnya: memberikan contoh cara olahraga yang benar)
8. Menjawab pertanyaan peserta
9. Mengatur waktu sesuai dengan jadwal yang telah disepakati
10. Menciptakan suasana diskusi yang nyaman
11. Mendorong peserta untuk berinteraksi, berdiskusi, dan mempraktikkan ketrampilan secara bersama-sama

Hasil yang diharapkan

1. Fasilitator mendorong pasien berperan aktif secara mandiri sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, perubahan sikap, dan perilaku dalam mengendalikan glukosa darah puasa (GDP)

2. Meningkatkan kemampuan fasilitator dalam berkomunikasi efektif untuk menciptakan suasana yang santai dan menyenangkan dalam menyelesaikan masalah pengendalian GDP.

Sasaran

Fasilitator berasal dari tenaga professional, baik dari tenaga kesehatan seperti dokter, perawat, ahli gizi, ahli farmasi maupun tenaga non medis yang sudah terlatih sebagai fasilitator

PELAKSANAAN

1. Fungsi dan peran

Dinas kesehatan

- Setiap dinas kesehatan di Kabupaten maupun Kota dapat mengimplementasikan buku panduan ini di seluruh puskesmas dan klinik pratama

Puskesmas

- Menyiapkan tenaga fasilitator untuk mendampingi pasien menyelesaikan masalah pengendalian DM melalui diskusi kelompok
- Mengkoordinir pelaksanaan pendampingan di setiap desa

Fasilitator

- Mendampingi pasien untuk mencapai tujuan yang sudah disepakati melalui diskusi kelompok pasien DM

2. Sarana dan Prasarana

- Ruangan
- LCD dan proyektor (jika diperlukan)
- Komputer atau laptop (jika diperlukan)
- Papan tulis (jika dibutuhkan)
- Kebutuhan Audio seperti mic dan speaker (jika diperlukan)
- Meja dan kursi (disesuaikan dengan posisi dan jumlah peserta)
- Name tag untuk peserta dan fasilitator
- Alat tulis seperti buku dan pulpen

Apa itu Fasilitator ?

Fasilitator adalah orang yang bertugas membantu sekelompok orang untuk melakukan proses pembelajaran sesuai tujuan yang ditentukan.

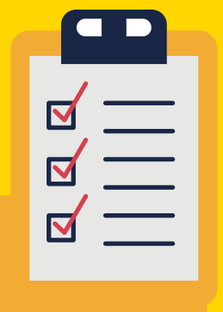
Sumber: (World Health Organization Europe, 2018)

Fasilitator harus mampu...

- Memberikan penjelasan tentang program yang akan dicapai
- Mengarahkan peserta pada saat diskusi kelompok
- Memberikan contoh kepada peserta (misalnya: memberikan contoh cara olahraga yang)
- Menjawab pertanyaan peserta
- Mengatur waktu sesuai dengan jadwal yang telah disepakati
- Menciptakan suasana diskusi yang nyaman
- Mendorong peserta untuk berinteraksi, berdiskusi, dan mempraktikkan ketrampilan secara bersama-sama

Sumber: (World Health Organization Europe, 2018)

Persiapan



Menentukan tujuan atau target

- Fasilitator mendorong peserta untuk menentukan tujuan yang akan dicapai untuk setiap sesi
- Fasilitator mendorong peserta untuk membuat jadwal

Mempersiapkan materi atau topik

- Materi yang dibuat sesuai dengan tujuan dan waktu yang akan dicapai
- Materi disusun dengan cara diskusi kelompok bersama peserta secara runtut
- Materi dapat disajikan dalam bentuk power point, video atau handout
- Fasilitator harus memahami dan menguasai materi yang akan dibahas
- Mempersiapkan alat tulis (buku dan pulpen)

Mengatur ruangan dan alat

- Fasilitator dapat menggunakan alat bantu seperti proyektor, komputer, dan audio
- Pastikan LCD dan proyektor sudah tersambung dengan komputer
- Menata meja dan kursi sesuai kebutuhan
- mengecek suhu ruangan

Sumber: (NCSALL, 2005; WHO, 2018; WHO Europe, 2018)

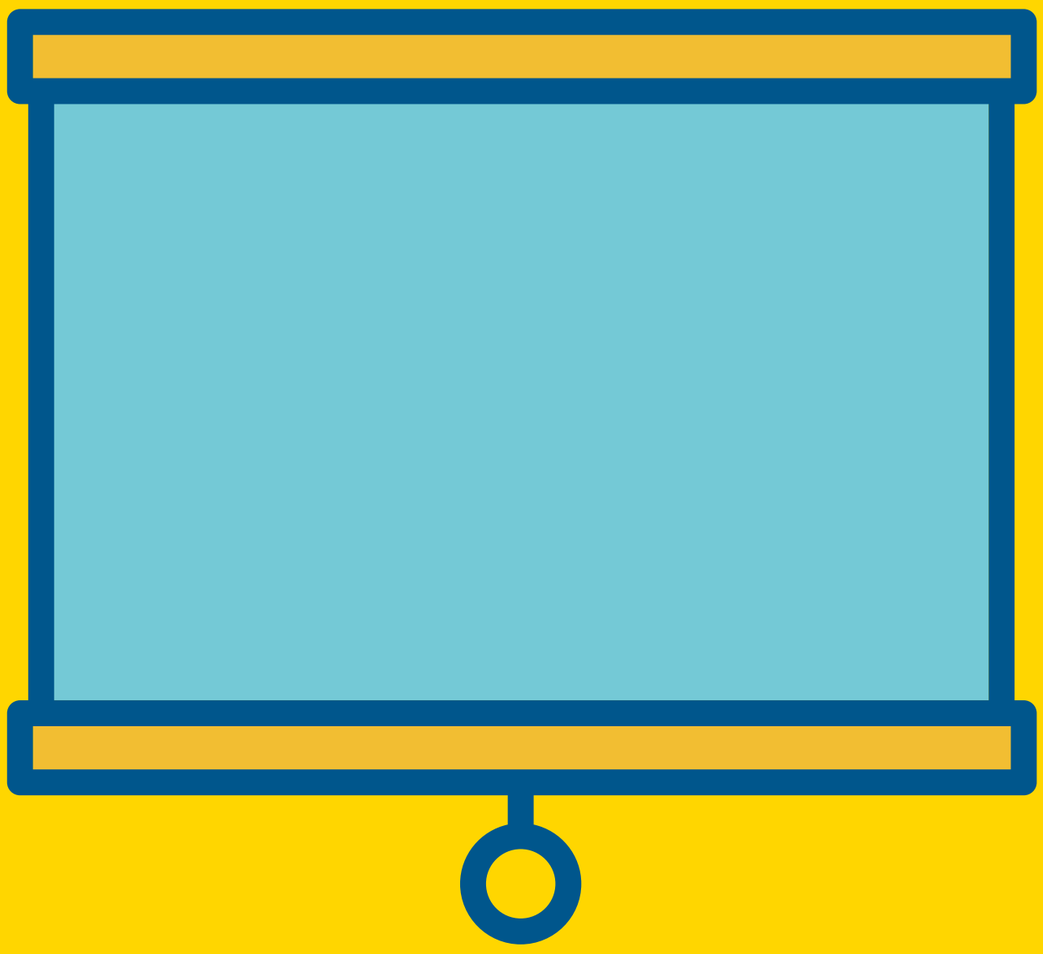
Pelaksanaan

Penutupan

Pembukaan

Pemaparan Topik dan Diskusi

Sumber: (NCSALL, 2005; WHO, 2009, WHO Europe, 2018)



Pembukaan

Pembukaan

Fasilitator mengucapkan selamat datang kepada para peserta.
Fasilitator memperkenalkan diri, dan menjelaskan perannya sebagai fasilitator

Peserta diberikan kesempatan untuk memperkenalkan diri dengan menyebut nama, asal, dan pekerjaan yang sedang dilakukan (untuk mempererat hubungan antar peserta dapat menyebutkan hal menarik tentang dirinya seperti hobi)

Fasiliitator memutarkan lembar kosong kepada peserta untuk diisi nama, alamat, dan nomor telfon agar para peserta dapat tetap berhubungan setelah kegiatan selesai

Sumber: (NCSALL, 2005; CDC, 2011; WHO, 2009, WHO Europe, 2018)

Pemaparan Topik dan Diskusi

Pemaparan topik dan diskusi

Menentukan topik dan tujuan

Fasilitator mendorong peserta untuk menentukan tujuan dan topik yang akan digunakan dengan cara diskusi kelompok.

Fasilitator mendampingi peserta dalam menentukan materi yang akan digunakan untuk mencapai tujuan

Fasilitator dapat memulai diskusi dengan memaparkan film, gambar, cerita yang menarik agar pasien mendapatkan gambaran tentang cara penyelesaian masalah

Sumber: (NCSALL, 2005; CDC, 2011; WHO, 2009, WHO Europe, 2018)

Diskusi kelompok

Mendorong keaktifan peserta

Fasilitator memulai dengan mengajukkan beberapa pertanyaan terbuka (diawali dengan apa, kenapa dan bagaimana) bukan pertanyaan tertutup (ya atau tidak).

Fasilitator menyampaikan bahwa peserta memiliki kesempatan yang sama untuk menyampaikan pendapatnya dan dapat saling bertanya serta menanggapi peserta lain Fasilitator harus mampu menciptakan suasana yang aman bagi peserta. untuk mengutarakan pendapatnya dan dapat saling bertanya serta menanggapi peserta lain. Fasilitator perlu memantau diskusi, apabila keluar dari tema atau topik maka fasilitator perlu mengarahkan atau mengklarifikasi

Fasilitator harus mampu menciptakan suasana yang aman bagi peserta. Dalam diskusi kelompok, peserta dapat membuat aturan tentang tata cara berpendapat yang baik (tidak membentak atau memaki)

Sumber: (NCSALL, 2005; CDC, 2011; WHO, 2009, WHO Europe, 2018)

Diskusi kelompok

Menciptakan suasana yang ramah dan nyaman

- Fasilitator harus mengenal nama setiap peserta, sehingga fasilitator menggunakan nama dalam memanggil
- Fasilitator harus mampu mengidentifikasi peserta yang memiliki kesulitan atau masalah dalam menyampaikan atau memahami materi diskusi
- Fasilitator memberitahu peserta untuk tidak perlu takut melakukan kesalahan (tidak menghakimi) dan memuji peserta yang telah menyampaikan pendapat
- Fasilitator memperhatikan semangat, suasana hati, dan reaksi para peserta. Jika peserta kurang bersemangat, fasilitator dapat mengajak peserta untuk ice breaking atau dapat mempertimbangkan untuk beristirahat selama 5 menit

Sumber: (NCSALL, 2005; CDC, 2011; WHO, 2009, WHO Europe, 2018)

Diskusi kelompok

Fasilitator perlu melakukan komunikasi dengan baik

Fasilitator menggunakan bahasa yang sederhana dan bahasa sehari-hari secara jelas, tidak berbelit-belit, mengatur nada dan suara (tidak tergesa-gesa) sehingga semua peserta mndengar dan memahami materi yang disampaikan

Fasilitator perlu mempertahankan kontak fisik kepada peserta dengan berbicara menghadap ke peserta, tidak menghadap papan dan layar, dan melakukan kontak mata dengan peserta.

Fasilitator dapat berpindah-pindah didalam ruangan mendekati peserta yang berbicara untuk lebih mendapatkan perhatian peserta

Diskusi akan lebih mudah dipahami antar peserta apabila didasarkan pada apa yang telah diketahui, dialami, atau pengalaman peserta

Fasilitator berusaha mendengarkan dan memahami apa yang peserta katakan

Sumber: (NCSALL, 2005; CDC, 2011; WHO, 2009, WHO Europe, 2018)

Penutupan

Fasilitator dan peserta menyimpulkan diskusi yang telah dibahas

↓

Fasilitator menanyakan pertanyaan terakhir kepada para peserta

↓

Peserta diminta memberikan kritik dan saran terhadap sesi diskusi yang dilakukan

↓

Menutup sesi diskusi dengan berterimakasih dan mengucapkan salam

Sumber: (WHO, 2009, WHO Europe, 2018)

Contoh Jadwal

No	Materi	Waktu	Alat
1	Fasilitator membuka salam dan memperkenalkan diri	5 menit	-
2	Fasilitator mempersilahkan peserta untuk mengenalkan diri	5 menit	-
3	Fasilitator memulai diskusi dengan memutarkan film/gambar	15 menit	Lcd, proyektor, komputer, audio
4	Fasilitator dan peserta melakukan diskusi sesi pertama	45 menit	Alat tulis, audio(mic dan speaker), papan tulis
5	Istirahat	15 menit	-
6	Fasilitator dan peserta melakukan diskusi sesi kedua	45 menit	Alat tulis, audio(mic dan speaker), papan tulis
7	Ice breaking	15 menit	Lcd, proyektor, komputer, audio
8	Fasilitator dan peserta melakukan diskusi sesi ketiga	45 menit	Alat tulis, audio(mic dan speaker, papan tulis
9	Fasilitator dan peserta menyimpulkan hasil diskusi	15 menit	Alat tulis, audio(mic dan speaker), papan tulis
10	Fasilitator menanyakan pertanyaan terakhir sebagai penutup diskusi serta meminta kritik dan saran	15 menit	Alat tulis, audio(mic dan speaker), papan tulis
11	Fasilitator menutup kegiatan dan mengucapkan salam	5 menit	-