



**TEKNIK-TEKNIK PSIKOEDUKASI, *NEED ASESSMENT* &
PENYUSUNAN RANCANGAN PROGRAM PSIKOEDUKASI**

DITA RACHMAYANI, S.Psi., M.A

dita.lecture.ub.ac.id

TEKNIK-TEKNIK PSIKOEDUKASI

DISKUSI KASUS



- Peserta mendeskripsikan suatu situasi yg disajikan (melalui cerita, tulisan, video, rekaman dll) kemudian mendiskusikannya dg panduan pertanyaan2 yg disiapkan oleh fasilitator (makna yg didapatkan dari kasus, cara mengatasi / mencegah situasi di masa datang).
- Tujuan : melatih peserta merumuskan pelajaran2 dari situasi tsb shg proses berfikir untuk menganalisis situasi nyata dibutuhkan.
- Kelemahan :
 1. Kurang kompleks, tidak mencerminkan realitas
 2. Tidak mengandung informasi yg menstimulasi diskusi
 3. Mengandung informasi yg tidak tepat
 4. Menggunakan bahan yg terlalu dekat dg kenyataan hidup peserta

DISKUSI KELOMPOK



- Peserta diberi kesempatan untuk secara bebas bertukar gagasan. Fasilitator bertanggungjawab membuat hidup diskusi yg berlangsung, menyatukan gagasan & membantu membuat kesimpulan.
- Tujuan : tiap peserta saling mengungkapkan pokok persoalan yg dibahas.
- Kelemahan :
 1. Fasilitator gagal menjelaskan tujuan & tidak terampil memimpin diskusi
 2. Diskusi melebar, membutuhkan waktu yg lama & materi tdk relevan/tdk menarik
 3. Peserta tidak bebas mengungkapkan pendapat & memandang bahwa diskusi hanya formalitas & merasa fasilitator tidak menghargai pendapatnya

SIMULASI & GAMES



- Peserta melakukan aktivitas bermain yg dikaitkan secara tdk langsung dalam situasi kehidupan nyata.
- Tujuan : menciptakan / menghadirkan kembali proses, kejadian / serangkaian situasi sehingga peserta bs menghayati & memanipulasi situasi tanpa perlu menanggung risiko dan menganalisisnya.
- Kelemahan :
 1. Tidak kompleks (harus punya tujuan yg jelas)
 2. Tdk realistik / berlebihan, tidak menarik, mudah ditebak/kurang menantang, menekankan kompetisi
 3. Tidak mengandung eksplorasi ttg makna dari simulasi & games tsb.

ROLE-PLAY



- Peserta mensimulasikan situasi interaktif nyata.
- Tujuan : memberi kesempatan untuk menghayati interaksi dg cara yg biasa dilakukan / yg baru/
- Kelemahan :
 1. Tidak dirumuskan secara jelas, Tidak mengandung konflik, Tidak mengandung solusi , Terlalu kompleks
 2. Skenario tidak jelas menyangkut proses, waktu pergantian peran / hasil akhir yg akan dituju
 3. Evaluasi yg dilakukan tdk mendiskusikan permainan peran yg dilakukan.

LATIHAN INDIVIDUAL



- Setiap peserta diminta bekerja sendiri ke dalam situasi kehidupan masing2.
- Tujuan : untuk menerapkan hasil2 belajar yg diperoleh dari psikoedukasi / program2 psikologis untuk menguji pemahamannya sejauh mana hasil pembelajaran itu bisa diterapkan dalam situasi kehidupannya.
- Kelemahan :
 1. Tugas tidak tersedia pedoman apapun, tidak disampaikan dg jelas, tidak relevan, tidak memberikan manfaat dan sukar diselesaikan
 2. Suasana kurang tenang & kondusif
 3. Sharing / evaluasi membuat peserta kurang nyaman.

TUGAS



- Peserta dibentuk secara berkelompok dan mengerjakan tugas tertentu kemudian mempresentasikan hasilnya.
- Tujuan : memberi kesempatan untuk mengerjakan materi agar masing2 peserta berkontribusi secara aktif.
- Kelemahan :
 1. Tugas tidak jelas bagi peserta, terlalu rumit / terlalu sederhana & menggunakan banyak waktu dalam mengerjakan
 2. Antar anggota bs saling kompetitif
 3. Kurangnya informasi & petunjuk yg jelas / tdk ada fasilitator yg bs membantu

PRESENTASI / LECTURER



- Komunikasi / penyampaian terstruktur yg disiapkan & bersifat satu arah dari pihak penyaji / penceramah kpd peserta.
- Tujuan : memberikan informasi seperti pengetahuan, pandangan atau pendekatan yg penting sesuai dengan kebutuhan peserta.
- Kelemahan :
 1. Materi terlalu panjang dan luas
 2. Penyaji menyampaikan informasi yg tidak relevan dan bermanfaat bagi peserta
 3. Menggunakan alat bantu visual yg berlebihan

MODELLING PERILAKU



- Peserta diberi contoh cara bertingkah laku dalam menghadapi situasi tertentu, sesuai dengan tahapan dan diakhir akan diberikan umpan balik jika peserta perlu meningkatkan diri / sudah berhasil.
- Tujuan : mengajarkan cara spesifik tertentu dalam menghadapi sebuah situasi serta memberikan kesempatan untuk melatih bentuk2 tingkah laku baru.
- Kelemahan :
 1. Demonstrasi tidak jelas, membingungkan, kualitas produksi kurang bagus
 2. Langkah2 tidak jelas, terlalu banyak sehingga sulit dipahami
 3. Situasi yg dipilih tidak relevan bagi peserta
 4. Tidak ada umpan balik yg jelas.

NEED ASESSMENT

Merupakan usaha mencari tahu mengenai keadaan kelompok klien yg akan dilayani / diberi psikoedukasi, serta jenis psikoedukasi / pelatihan yg mereka butuhkan.

TUJUAN

- Membantu penyelenggara memahami kebutuhan klien
- Membantu menentukan prioritas sebagai pedoman dalam menyusun program psikoedukasi yg komprehensif untuk kelompok sasaran tertentu

PELAKSANAAN

1. Tentukan informasi yg perlu diketahui
2. Tentukan penggunaan metode pengumpulan informasi tsb
3. Susun metode / instrumen tsb
4. Pelaksanaan di lapangan
5. Data diolah dan diinterpretasikan
6. Data diterjemahkan menjadi tujuan2 umum dan tujuan2 khusus dari program psikoedukasi yg akan disusun

INFORMASI KLIEN

CIRI-CIRI DEMOGRAFIK

- Jenis kelamin
- Usia
- Status pernikahan
- Agama
- Suku
- Pekerjaan
- Pendidikan
- Dan informasi lain yg relevan untuk mengenal kelompok klien

CIRI-CIRI PSIKOLOGIS

Berdasarkan :

1. Tugas perkembangan
2. Teori perkembangan dari aspek kepribadian tertentu :
 - Teori perkembangan kognisi
 - Teori perkembangan psikososial
 - Teori perkembangan moral
3. Hasil asesmen thd kebutuhan yg menonjol pd tahapan perkembangan ttt.

PENYUSUNAN RANCANGAN PROGRAM PSIKOEDUKASI

Program psikoedukasi berjangka waktu panjang mencakup keseluruhan satuan waktu yg membentuk satu tahap kehidupan seseorang dalam bidang tertentu.

RANCANGAN PROGRAM TERDIRI DARI :

Satuan Kelompok klien	<ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan peralihan tahapan perkembangan / pendidikan / target kelompok
Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis ketrampilan yg hendak ditumbuhkan dalam diri klien
Topik	<ul style="list-style-type: none"> • Pokok bahasan
Metode	<ul style="list-style-type: none"> • Uraian metode yg akan diterapkan & penjabaran topik ke dalam unsur2 isi yg memberi gambaran ttg kegiatan
Waktu	<ul style="list-style-type: none"> • Kerangka waktu pelaksanaan pembelajaran

Contoh Rancangan Program Psikoedukasi Pada Anak

Bidang pribadi - Sosial				
SATUAN	TUJUAN	TOPIK	METODE	WAKTU
1, 2, 3	Menanamkan sikap menghargai milik orang lain	Menghormati milik orang lain	Studi kasus : Pagar rumah Pak Brata baru saja dicat. Anak2 tetangga sekitar mencoret-coreti & menggambarnya dg sisa-sisa cat pilox yg diperoleh dari tempat sampah sebuah bengkel.	
V, VI	Menanamkan disiplin diri	Time management	Tugas individu : membuat jadwal pribadi harian, mingguan, dan bulanan selama semester berjalan	

Contoh Rancangan Program Psikoedukasi Pada Remaja

Bidang pribadi - Sosial				
SATUAN	TUJUAN	TOPIK	METODE	WAKTU
	Pemahaman mengenai dampak negatif dari penggunaan internet	Dampak negatif internet	Media : Video Akibat adiksi internet Presentasi Materi	
	Komitmen penggunaan internet secara sehat	Time management	Diskusi Bersama	

Contoh Rancangan Program Psikoedukasi pada Dewasa

Bidang pribadi - Sosial				
	TUJUAN	TOPIK	METODE	WAKTU
	Menerima & berdamai dg peristiwa masa lalu	Perjalanan & prestasi hidupku	1. Sharing Bersama : peristiwa paling membanggakan & paling kusesali 2. Presentasi & pendampingan individual : mensyukuri hal2 yg membanggakan & menerima secara ikhlas hal2 yg mengecewakan / menyedihkan	(tgl berapa, Durasi)
	Mengembangkan relasi sosial dg sesama penghuni panti	Hubungan ku dengan teman	1. Presentasi : hidup nyaman bersama dg org lain 2. Permainan bersama 3. Jalan2 bersama	