

ISSN 2086-1656



RSJS
RSJOGAMA MENJADI BINTANG
rsjssoerojo.co.id

Edisi 51 Tahun 2019

LENTERA JIWA

Media Komunikasi RSJS

ANAK & REMAJA

MELAWAN
BULLYING

KOMISI AKREDITASI RUMAH SAKIT

INOVASI PROGRAM ODC
REHABILITASI PSIKOSOSIAL
RSJS MAGELANG

KOMUNITAS KESEHATAN JIWA
SEBAGAI DUKUNGAN
BAGI ODGJ DAN CARE GIVER

AKREDITASI SNARS EDISI 1
KOMITMEN RSJS
TERUS TINGKATKAN MUTU



DIRJEN YANKES RESMIKAN KAMAR OPERASI RSJS MAGELANG



BAZAR ZONA INTEGRITAS

MEMPERSIAPKAN DIRI MERAHAI WBK & WBBM



lensa
RSJS

Dalam mendorong pemahaman civitas hospitalia RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang terhadap pembangunan zona integritas, sebuah sosialisasi dengan konsep bazar sudah disiapkan.

Dalam bazar zona integritas ini terdapat 7 stand yang dapat dikunjungi. Mulai dari stan pembangunan Zona Integritas, Pengendalian Gratifikasi, Pengendalian Intern, Benturan Kepentingan, Whistle Blower System, Pengaduan Masyarakat, dan Pojok Inovasi.




ISSN 2086-1656

PELINDUNG :
Direktur Utama

PENASEHAT :
Direktur SDM dan Pendidikan
Direktur Medik dan Keperawatan

PENANGGUNGJAWAB:
Direktur Keuangan dan Administrasi Umum

PEMIMPIN REDAKSI
Kepala Sub Bagian Hukor dan Humas

REDAKTUR :
dr. Ratna Dewi Pangestuti, Sp.KJ.
Barkah Sutyono, SST
Triyana, S.Kep., Ns

PENYUNTING/ EDITOR:
Herman Sayogo, SH
Imron Fauzi, SH

DESAIN GRAFIS & FOTOGRAFER:
Yanuar Sapto Nugroho, AMK
Wahyu Setyawan, Amd
Hario Hendro Baskoro

SEKRETARIAT:
Galuh Novi Wulandari, S.Sos
Reni Indraswari, SH

PEMBUAT ARTIKEL:
dr. Kornelis Ibrawansyah, M.Sc., Sp.KJ.
Ni Made Ratna Paramita, M.Psi
Purwono, S.Kep.,Ns.
Agus Heri, AMK
Siska Yunita Lisnawati, AMK

ALAMAT REDAKSI :
Sub Bag Hukor & Humas RSJS
Jl. A. Yani No. 169 Magelang
Telp. (0293) 363602, Fax. (0293) 365183
Email : admin@rsjsoerojo.co.id

DICETAK OLEH:
Citra Mandiri Utama
Jl. S. Parman (Ngaglik Lama No.72)
Semarang 50231, Telp. (024) 8316727
email : citramandiri2015@yahoo.co.id

Menjaga Kontinuitas

RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang kembali mempersiapkan diri untuk meraih predikat Wilayah Bebas dari Korupsi dan Wilayah Birokrasi Bersih dan Melayani (WBK/ WBBM) di tahun 2019. Pada peringatan Hari Kartini tahun ini, RSJS Magelang sekaligus mencanangkan pembangunan Zona Integritas menuju WBK/ WBBM.

Zona Integritas (ZI) adalah predikat yang diberikan kepada instansi pemerintah yang pimpinan dan jajarannya mempunyai komitmen untuk mewujudkan WBK/ WBBM melalui reformasi birokrasi, khususnya dalam hal pencegahan korupsi dan peningkatan kualitas pelayanan publik.

Tentu tak mudah memperoleh predikat WBK maupun WBBM, namun tidak berarti tidak mungkin diraih. Ada beberapa tahapan yang harus dilalui. Salah satu langkah awalnya adalah melakukan reformasi birokrasi, melakukan penataan terhadap sistem penyelenggaraan pelayanan publik yang baik, efektif dan efisien, sehingga dapat melayani masyarakat secara cepat, tepat, dan profesional.

Dalam prosesnya, setelah memenuhi indikator-indikator yang dipersyaratkan dan ditetapkan sebagai WBK/WBBM, pekerjaan belum usai, karena predikat tersebut dievaluasi setiap tahun, dan apabila hasil evaluasi tersebut terdapat penilaian indikator yang mengakibatkan tidak terpenuhinya kriteria, maka predikat WBK/WBBM tersebut dicabut. Maka menjadi tugas kita bersama untuk terus menjaga kontinuitas kinerja dan capaian – capaian positif lainnya.

Salah satunya, di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang, upaya peningkatan kualitas pelayanan publik terus dilakukan dari waktu ke waktu. Yang teranyar, kami sajikan di edisi ini, diantaranya peresmian Gedung Ariloka, pelayanan vaksin meningitis untuk calon jamaah haji, juga inovasi layanan ODC antar jemput yang sangat mempermudah akses pasien dan keluarganya agar dapat konsisten melakukan perawatan bagi anggota keluarga dengan gangguan jiwa menuju kesembuhan secara lebih optimal.

Yang perlu digarisbawahi adalah bahwa penancangan pembangunan ZI dilaksanakan secara terbuka dan dipublikasikan secara luas dengan maksud agar semua pihak termasuk masyarakat dapat memantau, mengawal, mengawasi dan berperan serta dalam program kegiatan reformasi birokrasi menuju jajaran birokrasi yang bersih dan transparan, khususnya di bidang pencegahan korupsi dan peningkatan kualitas pelayanan publik. ***

daftar isi

KEJIWAAN

- 5 Komunitas Kesehatan Jiwa sebagai Dukungan OGDJ dan Care Giver

ANAK & REMAJA

- 8 Melawan Bullying

NON JIWA

- 12 Kenali Gangguan THT

KEPERAWATAN

- 14 Konseling Keperawatan

KELUARGA

- 24 Sudah Tepatkah Pola Asuh Kita ?

MOMENT

- 26 Peringatan Hari Kartini RSJS Magelang
Merangkai Komitmen Wujudkan Harapan

WARTA

- 29 Dirjen Yankes Resmikan Kamar Operasi RSJS Magelang
32 Mulai Mei 2019, RSJS Magelang Layani Vaksin Meningitis

PENTHOL KRAMAT

- 33 Kurangi Sampah Plastik Demi Lingkungan Lebih Sehat

INFO SEHAT

- 34 Catch Up Growth Mengejar Pertumbuhan Pada Anak Stunting

SPIRIT

- 36 Mengapa Kita Perlu Mendengarkan?



EDISI 51 TAHUN 2019

18

AKREDITASI SNARS EDISI 1, KOMITMEN RSJS TERUS TINGKATKAN MUTU

Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang telah menjalani Survey Akreditasi SNARS Edisi 1, mulai tanggal 25 Februari 2019 hingga 1 Maret 2019. Penilaian akreditasi ini dilakukan oleh 6 orang assesor dari Komisi Akreditasi Rumah Sakit, yaitu drg. Lalu Suparna, dr. Gerald Mario Semen Sp.KJ(K),SH, dr. Saiful Wathoni, MARS, Lince Gultom, S.Kp.,M.Kes, I Dewa Putu Alit Panca Gunawa, S.Kep. Ns, dan dr. Tumpal Simatupang, Sp.OG(K)

22

INOVASI PROGRAM ODC REHABILITASI PSIKOSOSIAL RS JIWA PROF. DR. SOEROJO MAGELANG

Agar proses rehabilitasi pasien dapat dilakukan secara kontinu dan berkesinambungan, RSJS memberikan layanan transportasi antar jemput pasien ODC Rehabilitasi Psikososial, yang diluncurkan di awal tahun 2019.



KOMUNITAS KESEHATAN JIWA

SEBAGAI DUKUNGAN BAGI ODGJ & CARE GIVER

Tumbuhnya komunitas-komunitas di masyarakat sebagai kelompok dukungan untuk penyandang gangguan jiwa dan keluarganya patut diapresiasi.

Seringkali ketika pasien yang dirawat di RSJ dipersiapkan untuk pulang, mereka mengeluhkan beratnya stigma yang akan mereka hadapi lagi dari masyarakat sekitar rumahnya. Stigma yang mereka hadapi diantaranya didiamkan tidak diajak bicara, diremehkan dianggap tak mampu bekerja, tidak dilibatkan kegiatan, dan yang lebih menyakitkan adalah ketika mereka mendengar masyarakat menyebut di depan mereka sebagai orang gila – “wong edan”.

Kejadian tersebut berlangsung berulang kali. Beberapa diantara pasien-pasien tersebut ada yang menyikapi dengan diam – (ditelan saja mentah-mentah ejekan tersebut), ada yang memilih berdiam di rumah saja tak usah keluar-keluar, ada yang bisa membantah, tapi ada juga yang tersinggung kemudian marah bahkan mengamuk. Hal ini menjadikan stigma pada mereka semakin melekat. Keluarga ternyata juga banyak yang tidak bisa memberikan dukungan karena tidak paham bagaimana bersikap, baik terhadap masyarakat atau terhadap pasien sendiri dalam menghadapi ejekan tersebut.

Stigma telah menyebabkan orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) merasa malu, mengisolasi diri, menyalahkan diri sendiri, putus asa, sehingga mereka enggan mencari atau menerima bantuan akhirnya mereka tidak berobat, bahkan yang sudah berobat menjadi tidak mau lagi kontrol.

Stigma terhadap ODGJ muncul salah satunya karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gangguan jiwa. Masih banyak mitos yang salah tentang ODGJ berkembang di masyarakat di antaranya : bahwa ODGJ tak bisa sembuh, ODGJ membahayakan, dan lain sebagainya. Dalam *Journal of Health and Social Behaviour*, disebutkan 38 persen orang tidak ingin tinggal di sebelah ODGJ, 33% tidak ingin berteman dengan seseorang yang hidup dengan masalah kejiwaan, 58% tidak mau bekerja sama dengan mereka, dan 68% tidak ingin penderita gangguan jiwa menikah dengan keluarga mereka.

Untuk membantu ODGJ dan keluarganya menghadapi tekanan seperti di atas, patut diapresiasi tumbuhnya komunitas-komunitas

di masyarakat sebagai kelompok dukungan untuk penyandang gangguan jiwa dan keluarganya. Dukungan emosional adalah hal penting yang sangat diperlukan ODGJ dan keluarganya.

Berikut ini adalah beberapa komunitas yang bergerak memberikan dukungan bagi ODGJ dan keluarganya :

KPSI – KOMUNITAS PEDULI SKIZOFRENIA INDONESIA

Komunitas ini memberikan dukungan untuk ODGJ dan keluarga penyandang skizofrenia (ODS – orang dengan skizofrenia). Komunitas ini tersebar di seluruh Indonesia. Berpusat di Jakarta. Didirikan oleh Bagus Utomo – seorang *care giver* ODS. Komunitas ini kemudian membentuk Yayasan Peduli Skizofrenia Indonesia.

Lokasi-lokasi simpul Komunitas Peduli Skizofrenia Indonesia ini sudah banyak. Ada di daerah Jakarta, Bandung, Semarang, Medan, Palembang, Yogyakarta, bahkan di Magelang, dan beberapa kota lain.

Komunitas ini mengajak masyarakat luas untuk peduli terhadap skizofrenia dan kesehatan jiwa. Di komunitas ini Anda bisa mendapatkan informasi yang lebih mendalam tentang skizofrenia. Skizofrenia sendiri merupakan gangguan mental yang kronis hingga membuat penderitanya mengalami delusi, halusinasi, pikiran kacau, hingga perubahan perilaku.

Untuk yang tertarik curhat dengan mereka, bisa mengunjungi laman <http://www.skizofrenia.org/> dan mengisi form di sana. Atau juga bisa melihat facebook dan twitter mereka di @KPSI_pusat.

BIPOLAR CARE INDONESIA

Bipolar Care Indonesia merupakan komunitas kesehatan mental yang berupaya menjadi wadah untuk penderita, *caregiver*, dan siapa saja yang peduli dengan gangguan bipolar berlandaskan kasih sayang, kebersamaan, keterbukaan, kepercayaan, dan transparansi.

Bipolar Care Indonesia memberikan edukasi kepada masyarakat tentang gangguan bipolar dan dukungan kepada penderita serta *caregiver* agar dapat melakukan kegiatan positif dan bermanfaat sebagai salah satu bagian dari terapi agar bisa hidup optimal. Bipolar Care Indonesia bekerja melalui program psikoterapi, psikoedukasi dan *art therapy*. Anda bisa mencari tahu lebih lanjut soal Bipolar Care Indonesia di situsnya www.bipolarcareindonesia.org dan akun instagramnya @bipolarcare.indonesia

DWI – DEPRESSION WARRIOR INDONESIA

Komunitas kesehatan jiwa ini berfokus pada isu depresi. Komunitas ini dibentuk oleh Maya Asmara, seorang anak muda yang pernah merasakan bagaimana rasanya berjuang sendiri menghadapi depresi.

Berawal dari pengalamannya

mengidap gangguan cemas dan depresi serta menghadapi secara langsung stigma kesehatan mental di Indonesia yang masih kurang baik, Maya Asmara bersama beberapa temannya mendirikan komunitas kesehatan mental bernama **Depression Warriors Indonesia** yang berfokus dalam mengeliminasi stigma buruk mengenai depresi. Dengan kampanyenya #IAmWarrior, Depression Warriors Indonesia percaya bahwa setiap penderita depresi adalah pejuang yang tangguh. Ia ingin semua orang yang mengalami depresi menjadi seorang *warrior* yang tidak membiarkan depresi mengambil alih hidup para penderitanya.

Komunitas kesehatan jiwa yang satu ini memfasilitasi *support group* dimana para pengidap depresi berkumpul di satu tempat, saling berbagi cerita, dan memberikan dukungan emosional terhadap satu sama lain. Dengan adanya sesi *support group* ini, para pengidap depresi tidak merasa sendirian dan terbantu dengan mendengar pengalaman-pengalaman orang lain. Bahkan, ada yang merasa bersyukur karena menyadari bahwa ternyata masalahnya tidak lebih besar dari masalah orang lain.

Depression Warriors Indonesia terus berupaya untuk mengedukasi dan menyebarkan kesadaran terhadap masyarakat Indonesia bahwa depresi bukan merupakan hal yang tabu dan mencari pertolongan ke psikolog atau ke psikiater merupakan hal yang pantas dilakukan. Anda bisa cari tau lebih lanjut soal komunitas kesehatan mental ini di akun instagramnya @depressionwarriors_id.

I SMILE FOR YOU

Komunitas kesehatan jiwa ini bergerak untuk menyebarkan “senyum” sebagai bentuk pencegahan bunuh diri dan peduli akan kesehatan mental. Komunitas ini banyak bergerak memberikan dukungan dan edukasi pada masalah remaja. Penderitanya, Fika Dian, percaya bahwa

hal sederhana seperti senyum dapat menolong orang lain agar tidak merasa sendirian dan terkucilkan.

Smile 4 You juga populer dengan kampanye anti *bullying*. Kunjungi situsnya di ismile4you.org dan akun instagramnya @ismile4you_org.

INTO THE LIGHT

Into The Light Indonesia adalah sebuah komunitas yang dibentuk pada Mei 2013, oleh Benny Prawira. Into The Light Indonesia berfokus pada upaya pencegahan bunuh diri dan kesehatan jiwa kepada remaja beserta populasi khusus lainnya. Aktivitas kampanye yang dilakukan oleh komunitas Into The Light Indonesia antara lain seperti melakukan pemutaran dan diskusi film tentang bunuh diri, *sharing story*, lingkaran studi suicidologi.

Komunitas ini mempunyai motto “Hapus Stigma, Peduli Sesama, Sayangi Jiwa”. Into The Light Indonesia terus berusaha mengurangi stigma akan bunuh diri dan kesehatan mental dengan melakukan edukasi kepada masyarakat Indonesia dengan menjunjung tinggi pendekatan program berbasis bukti dan hak. Anda bisa cek kegiatan Into The Light Indonesia selanjutnya di akun instagramnya @intothelightid. Atau bisa juga menghubungi mereka lewat email intothelight.email@gmail.com atau langsung membuka laman ‘Pendampingan’ dalam situs mereka <https://intothelightid.wordpress.com/>.

SEHAT MENTAL.ID

Komunitas ini merupakan komunitas sosial yang juga merupakan *start up* di bidang kesehatan mental. Komunitas ini didirikan oleh seorang yang peduli kesehatan mental dan aktivis sosial juga pekerja kreatif Ade Binarko. Kegiatan



komunitas ini adalah mengadakan aktivitas-aktivitas seperti *support group*, *workshop*, cek kesehatan mental gratis, dll. Sehat Mental Indonesia juga menyediakan artikel-artikel seputar kesehatan mental di situsnya www.sehatmental.id dan di akun instagram [@sehatmental.id](https://www.instagram.com/sehatmental.id).

GET HAPPY

Get Happy adalah komunitas yang bergerak dengan menyediakan sarana sosialisasi dan edukasi mengenai depresi, kesehatan mental, dan kebahagiaan di Indonesia. Get Happy merupakan komunitas yang memberikan informasi dan *support*. Komunitas ini didirikan oleh Caecilia Dee dan Andreas Adiinto. Komunitas ini menyediakan wadah untuk para penderita gangguan kesehatan mental dan caregiver untuk bisa menyuarakan suaranya dan berbagi cerita sehingga para anggota komunitas merasa tidak sendirian.

Selain edukasi, Get Happy sering mengadakan aktivitas-aktivitas yang meningkatkan kebahagiaan para anggota komunitas maupun umum, seperti terapi seni, musik, dan peran, serta memberikan kiat-kiat untuk menjaga kesehatan dan juga terapi psikologis, holistik, serta gaya hidup sehat.

Anda bisa menghubungi mereka lewat situsnya di <http://www.get-happy.org/> atau bisa juga lewat email get.happy.yuk@gmail.com, juga di twitter

atau instagram [@GetHappyYuk](https://www.instagram.com/GetHappyYuk).

MOTHER HOPE INDONESIA

Komunitas ini bergerak memberikan dukungan dan pengetahuan seputar kesehatan mental saat kehamilan, persalinan, dll. Didirikan oleh Nur Yanayirah, yang pernah mengalami kondisi depresi berat pasca melahirkan pada tahun 2011, perempuan yang akrab disapa Yana ini memutuskan untuk membuat Komunitas Mother Hope Indonesia. Tujuan komunitas ini adalah menguatkan sesama ibu melahirkan. Lewat komunitas yang dibentuk diharapkan bisa membantu lebih banyak perempuan untuk menghadapi perubahan fisik maupun mental saat hamil, pasca melahirkan dan menyusui agar merasa didengar dan tidak dihakimi. Kegiatan yang dilakukan Mother Hope Indonesia, seputar edukasi melalui media sosial seperti facebook, instagram, email dan juga mengadakan seminar untuk para ibu.

PUTRA KEMBARA

Situs ini dipersembahkan bagi anak penyandang spektrum autisme dan keluarga mereka dalam usahanya untuk mencari kehidupan yang lebih bermakna dan masa depan yang lebih cerah.

Penyediaan informasi melalui situs ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan penerimaan masyarakat akan keberadaan

anak penyandang spektrum autisme.

Tujuan komunitas ini orangtua anak penyandang autisme dapat lebih mengetahui apa yang perlu dilakukan untuk mengarahkan dan memaksimalkan kemampuan anak dalam mempersiapkan mereka untuk dapat mandiri dan berguna bagi masyarakat. Misi situs ini adalah untuk menyediakan informasi bagi keluarga, orang tua anak penyandang autisme dan semua lapisan masyarakat yang peduli dengan masalah autisme. Penyediaan informasi melalui situs ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan penerimaan masyarakat akan keberadaan anak penyandang spektrum autisme. <http://komunitas-puterakembara.net>

MASYARAKAT PEDULI AUTIS INDONESIA

Masyarakat Peduli Autis Indonesia (MPATI) didirikan di Jakarta, 24 Juni 2004 oleh Gayatri Pamoedji, seorang ibu dari remaja penyandang autis dan sekelompok pemerhati masalah autisme di Indonesia. MPATI merupakan yayasan nirlaba yang memfokuskan kegiatannya pada pemberdayaan orang tua, guru dan terapis agar mampu memberikan pendidikan dan bimbingan yang tepat bagi anak penyandang autis. MPATI juga berupaya untuk dapat menjadi pusat informasi mengenai autisme di Indonesia. Bisa dikunjungi di Jl. Raya Tanjung Barat No.7 Pasar Minggu, Jakarta, 021-7815225.

ANXIETAS FORUM INDONESIA

Komunitas *Anxietas & Panic Disorder* adalah sebuah forum/ grup/ kelompok dukungan untuk penderita kecemasan berlebih dan serangan panik. Tujuan forum/ grup/ kelompok ini untuk mensupport serta berbagi pengalaman dalam membantu mengurangi kecemasan dan serangan panik. Anda bisa berkunjung di <https://www.facebook.com/groups/anxietasforumID/> *** (dr. Ratna – dari berbagai sumber)



MELAWAN BULLYING

Sebagian dari kita mungkin pernah mengalami, merasakan atau melihat adanya perlakuan tidak menyenangkan yang membuat orang menjadi sakit hati, merasa tidak dihargai atau direndahkan. Ironisnya, tindakan *bullying* seperti itu angka kejadiannya makin hari makin meningkat dan paling banyak terjadi di usia sekolah. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima laporan 26.000 kasus kekerasan dan pembulan anak pada kurun waktu 2011 hingga September 2017.

Pembulian bukan hal sepele, bukan juga sekadar dinamika pergaulan anak-anak. Sebab, dari tahun ke tahun jumlah korbannya terus meningkat. Apalagi pembulian seringkali diawali dari hal-hal yang dianggap sepele oleh orang tua. Misalnya di sebuah sekolah di Bekasi, seorang anak perempuan bunuh diri akibat terus-menerus diejek karena ayahnya tukang bubur. Di sebuah sekolah Jakarta, seorang remaja perempuan diancam dan diintimidasi oleh kakak kelasnya hanya karena tidak mengenakan kaus dalam.

Mengapa pembulian bisa terjadi? Berikut ini 8 penyebab pembulian sering terjadi di lingkungan sekolah.

1. Merasa paling berkuasa

Anak yang berada dalam masa pubertas, terutama anak laki-laki, butuh pengakuan kalau ia adalah anak yang kuat, hebat, berkuasa, dan semacamnya. Nah, cara agar dia bisa diakui kehebatannya di depan teman-temannya adalah dengan membuli anak yang menurutnya paling “lemah”. Dengan begitu, si pembuli merasa diakui kehebatannya di mata teman-temannya.

2. Ikut-ikutan

Sebenarnya dia hanya menonton saja kejadian pembulian itu, akan tetapi pada akhirnya dia ikut-ikutan juga membuli, dan dianggap ‘hiburan’. Padahal, tindakan

Apa itu *Bullying*?

Bullying adalah tindakan mengintimidasi dan memaksa seorang individu atau kelompok yang lebih lemah untuk melakukan sesuatu di luar kehendak mereka, dengan maksud untuk membahayakan fisik, mental atau emosional melalui pelecehan dan penyerangan.



tersebut bisa berdampak buruk untuk korban pembulian.

3. Ingin diperhatikan

Hampir sama dengan poin pertama, karena merasa ingin dianggap di depan teman-temannya, dia melakukan tindakan pembulian. Apalagi, jika pembulian yang dilakukannya sukses membuat orang lain tertawa, maka dia akan terus mengulangi pembulian tersebut.

4. Pernah jadi korban kekerasan

Pelaku pembulian juga bisa jadi pernah menjadi korban kekerasan. Karena dia tidak bisa membalas dendam, dia melampiaskannya pada orang yang dianggapnya lemah. Oleh sebab itu, selama dendamnya tidak terbalaskan, maka dia akan terus mencari orang yang dianggapnya lemah.

5. Pola asuh di dalam keluarga

Pola asuh di dalam keluarga juga mempengaruhi pendidikan karakter anak. Pembulian, kadang berawal dari pengembangan dari sifat anak yang hiperaktif. Jika anak hiperaktif tidak dididik secara benar, dia akan terjerumus ke dalam pergaulan yang salah. Selain karena faktor hiperaktif, pembulian juga bisa terjadi karena dampak *broken home*. Keluarga yang tidak harmonis, orang tua yang lebih sering bertengkar, dapat memengaruhi psikologi anak. Oleh sebab orang tua selayaknya tidak hanya mempelajari cara mendidik

anak yang baik, tetapi juga harus mempelajari cara menjadi orang tua yang baik bagi anak.

6. Pengaruh Media

Bagaikan dua mata pisau, kemajuan teknologi bisa bermanfaat namun juga bisa menjerumuskan ke hal-hal yang negatif. Bahkan, hal-hal yang berhubungan dengan kekerasan, baik fisik maupun verbal, bisa diakses dengan sangat mudah di internet. Hal tersebut membuat anak-anak menirukan kekerasan dan menanamkan benih-benih pembulian.

7. Sering melakukan perkelahian

Ciri anak yang agresif salah satunya adalah sering berkelahi. Hal ini juga tidak terlepas dari lingkungannya. Semakin sering anak melihat perkelahian di lingkungannya, maka dia akan semakin sering terdorong berkelahi. Selain itu, anak yang sering berkelahi juga mempunyai

alasan yang sama dengan poin pertama, dianggap paling kuat, paling berkuasa, dan semacamnya.

8. Faktor pubertas dan pencarian jati diri

Pubertas merupakan hal yang alamiah dialami setiap remaja. Di usia ini, mereka masih mencari jati diri. Oleh sebab itu, dia akan melakukan banyak kegiatan, positif maupun negatif, agar memenuhi rasa penasarannya.

Penyebab yang lain, hilangnya nilai-nilai luhur dalam masyarakat yang mengutamakan rasa saling percaya (*trust*) dan saling menghormati (*respect*). Karena hilangnya nilai luhur ini, yang dominan kemudian adalah ego pada diri anak. Ini terjadi karena masih banyak orang tua dan guru yang melakukan *corporal punishment* dengan alasan untuk mendisiplinkan. Padahal yang dilakukan sebenarnya adalah bentuk lain dari kekerasan.



ANAK & REMAJA



Misalnya, memukul tangan dengan penggaris, menjambak rambut karena terlalu panjang, dan menyuruh *push up* karena terlambat. Padahal, dengan cara ini, anak malah imun terhadap kekerasan dan menganggap cara itu adalah yang benar. Memukul anak adalah cara paling rendah untuk memberitahukan kesalahan mereka.

Dampak perilaku bully

Korban *bullying* akan merasakan dampak negatif paling banyak. Di sisi lain, para pelaku juga akan mendapatkan hukuman sosial dari lingkungan sekitar. Pelaku biasanya akan dijaui oleh masyarakat akibat perbuatan tercela yang mereka lakukan. Selain itu, dampak paling berat bagi pelaku *bullying* adalah hukuman yang berasal dari badan hukum. Perbuatan *bullying* yang keterlaluan dapat membuat pelaku harus terkurung di dalam sel jeruji. Pembuli juga berisiko akan banyak hal negatif, menjadi pelanggar hukum, pelaku kekerasan, dan mengidap masalah psikologis.

Dampak yang dialami oleh

pelaku dan korban *bullying* tentu memiliki perbedaan yang signifikan. Para korban biasanya akan mengalami rasa takut yang berlebih akibat tindakan *bullying* yang dilakukan secara terus menerus dan terjadi dalam waktu yang lama. Jika ketakutan yang dialami oleh para korban tidak diatasi sesegera mungkin, para korban dapat mengalami tekanan batin yang cukup serius.

Tekanan batin tersebut dapat membuat korban merasa stress dan depresi sehingga melahirkan dampak lainnya yang berkaitan dengan ketenangan batin mereka. Stress dan rasa cemas yang berlebihan dapat membuat seseorang merasa kesulitan untuk tidur, napsu makan yang berkurang dan tidak fokus dalam melakukan tindakan.

Jika hal tersebut terus dialami, korban dapat melakukan tindakan di luar nalar, hingga mencoba mengakhiri hidupnya. Jika hal-hal negatif tersebut telah dialami oleh korban, mereka harus segera mendapatkan pengobatan dan perhatian dari para ahli yang kompeten di bidangnya.

Bagaimana melindungi anak Anda dari bullying?

- 1. Mencari bantuan sekolah**
Dengan meningkatnya jumlah kekerasan di sekolah baru-baru ini, sangatlah penting bagi kita untuk menanggapi kekhawatiran anak dengan serius. Selidikilah apakah *bullying* yang diterima masih dalam batas wajar, atau Anda harus membahasnya dengan guru.
- 2. Bicara pada pelaku bullying**
Di balik tindakan berani mereka, para penindas pada dasarnya pengecut. Mereka bertindak jahat dan menjatuhkan orang lain untuk menutupi ketidakamanan mereka sendiri dan kurangnya rasa percaya diri. *Bullying* mudah dijinakkan ketika kekuasaan dan kontrol diambil.
- 3. Berdayakan anak Anda.**
Berdiskusi dengan anak Anda untuk mengatasi *bullying* yang tidak terlalu parah. Misalnya, abaikan ejekan atau gangguan non fisik. Contoh

lainnya adalah bersahabat dengan semua orang lain sehingga ketika si penindas mulai beraksi, anak Anda memiliki teman-teman yang membantu atau membelanya. Tingkatkan rasa percaya diri, jujur dan kemampuan membela diri dengan baik dan benar.

4. Bicara tentang pengalaman Anda sendiri

Ceritakan pengalaman Anda sendiri di sekolah kepada anak. Ini akan membantu anak tahu bahwa dia tidak sendirian dalam situasi seperti itu.

5. Bentuk persahabatan di luar sekolah.

Upayakan anak-anak terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler seperti kursus, kegiatan keagamaan, pramuka, dan lainnya di mana mereka bisa menciptakan kelompok sosial lain dan belajar keterampilan baru. Ini akan membiasakan anak untuk bersosialisasi dan lebih dapat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan.

6. Terus memberi perhatian dan memantau keadaan anak Anda dan si penindas.

Jika keadaan tidak membaik, hubungi pihak berwenang yang relevan dan dapatkan penyelesaian terhadap masalahnya.

(Agus heri: disarikan dari berbagai sumber)

BAGAIMANA JIKA ANAK KITA DI-BULLY?

1. Dengarkan cerita anak dan percaya padanya.
2. Berterimakasih kepada anak karena mau memberitahu apa yang dialaminya.
3. Meyakinkan apada anak bahwa hal tersebut bukan kesalahannya.
4. Bicara pada pihak sekoalah dan cari tahu apa yang bisa dilakukan untuk sekolah.
5. Menyetujui rencana yang dibuat untuk anak, seperti menghindari pembully dan membuat pertemanan baru.
6. Mendukung aktivitas dan pertemanan anak.
7. Teratur memeriksa keadaan anak, apa yang sedang dan telah dilakukannya. ***



KENALI GANGGUAN THT

Telinga hidung tenggorokan (THT) memiliki fungsi sangat penting. Gangguan yang terjadi pada salah satu organ THT dapat mempengaruhi organ THT yang lain, karena ketiga organ ini saling berhubungan.

Di bawah ini, beberapa gangguan kesehatan organ THT yang biasa ditemui.

Gangguan Telinga

- **Gangguan keseimbangan**
Salah satu penyebab gangguan sistem keseimbangan adalah *labyrinthitis*, akibat infeksi atau peradangan pada telinga bagian dalam. Kondisi ini menyebabkan penderitanya mengalami pusing berputar. Penyebab lainnya, *Benign Paroxysmal Positional Vertigo* (BPPV), atau penyakit Ménière yang disertai gangguan pendengaran, telinga berdenging, dan telinga terasa penuh. Untuk menentukan penyebab pastinya, dokter THT akan melakukan pemeriksaan fisik, tes pendengaran, dan pemeriksaan penunjang, misalnya tes darah, agar pengobatannya efektif.
- **Infeksi telinga**
Infeksi telinga disebabkan oleh kuman. Gejalanya dapat berupa nyeri telinga, gangguan pendengaran, demam, atau

keluar cairan dari telinga. Dokter THT akan melakukan pemeriksaan fisik pada telinga, hidung, dan tenggorokan. Umumnya infeksi telinga ringan dapat sembuh dengan sendirinya. Jika tak kunjung membaik, dokter akan meresepkan antibiotik atau melakukan irigasi telinga dan pengeluaran cairan dalam telinga yang meradang.

- **Gangguan pendengaran atau tuli**

Gangguan pendengaran dapat terjadi karena kelainan konduktif (melibatkan telinga bagian luar atau tengah), sensorineural (melibatkan telinga bagian dalam), atau kombinasi keduanya. Penyebabnya bisa karena faktor usia, paparan terhadap suara keras dalam jangka panjang, tumor yang menghalangi fungsi pendengaran, atau kotoran telinga yang menumpuk. Pengobatan yang diberikan tergantung pada penyebab gangguan pendengaran. Dokter THT mungkin akan membersihkan kotoran telinga,

menyarankan pemasangan alat bantu dengar, atau melakukan operasi, misalnya pemasangan implan koklea.

Gangguan Hidung

- **Sinusitis**
Sinusitis terjadi saat jaringan rongga sinus mengalami peradangan atau bengkak. Kondisi ini bisa disebabkan oleh flu, rinitis alergi, polip hidung, dan kelainan bentuk sekat hidung (*deviasi septum*). Sinusitis ringan dapat diatasi dengan pemberian obat dekongestan, cairan khusus untuk mencuci hidung, dan antibiotik. Selain itu, udara lembap dan hangat juga bisa mendukung penyembuhan sinusitis. Untuk menjaga udara tetap lembap, bisa menggunakan alat penguap (*vaporizer*) atau pelembap ruangan.
- **Alergi**
Alergi terjadi ketika sistem kekebalan tubuh merespons secara berlebihan terhadap sesuatu yang dianggap asing, seperti debu, tungau, jamur,

bulu binatang, makanan tertentu, sengatan serangga, atau obat-obatan. Bersin-bersin, hidung tersumbat, gatal dan berair, adalah beberapa diantara gejalanya. Diatasi dengan pemberian obat-obatan antialergi (seperti antihistamin), imunoterapi, dan menghindari zat yang menyebabkan reaksi alergi sebagai pencegahan.

- **Gangguan penciuman**

Gangguan penciuman mengakibatkan seseorang kehilangan kemampuan dalam mencium aroma. Penyebabnya antara lain adalah cedera kepala, polip hidung, kerusakan saraf penciuman, flu, dan efek samping pengobatan. Penanganan gangguan penciuman tergantung pada penyebabnya.

Gangguan Tenggorokan:

Laringitis; adalah pembengkakan pada dinding organ laring (kotak suara) di tenggorokan. Secara umum, gejalanya suara serak dan rasa sakit atau tidak nyaman pada bagian depan leher. Dokter biasanya merekomendasikan terapi suara guna mengurangi cedera laring atau antibiotik bila diperlukan.

Kanker nasofaring; merupakan kanker yang terbentuk dari jaringan di dinding belakang hidung atau tenggorokan. Beberapa faktor risiko untuk terkena kanker nasofaring adalah riwayat keluarga dengan kanker

nasofaring, infeksi virus Epstein-Barr, merokok, dan konsumsi alkohol berlebih. Gejalanya bisa mirip dengan gejala penyakit pada hidung dan tenggorokan lain, seperti sakit tenggorokan, benjolan di leher atau tenggorokan, sulit menelan, berbicara, atau bernapas, dan sering mimisan. Dokter akan melakukan pemeriksaan fisik dan penunjang seperti biopsi, CT-scan atau MRI hidung dan tenggorokan, serta tes darah. Pengobatan bisa dilakukan dengan kemoterapi, radioterapi, dan operasi.

- **Difteri;** disebabkan oleh infeksi bakteri. Gejalanya berupa sakit tenggorokan, bengkak leher, demam, dan lemas. Dalam mendiagnosis, dokter THT akan mengamati tanda dan gejala, serta melakukan pemeriksaan penunjang seperti tes darah. Untuk mengobati kondisi dokter akan meresepkan antibiotik.

Radang amandel; terjadi ketika amandel (benjolan

jaringan di kedua bagian sisi belakang tenggorokan) mengalami pembengkakan akibat infeksi virus atau bakteri. Gejalanya berupa nyeri tenggorokan, amandel membesar dan memerah, kesulitan atau nyeri menelan, terdapat lapisan berwarna putih atau kekuningan pada amandel, bengkak di leher, demam, dan bau mulut.

Pengobatan radang amandel yang disebabkan oleh virus, bisa dengan perawatan secara mandiri di rumah. Namun jika penyebabnya adalah bakteri, dokter akan memberikan antibiotik. Namun jika amandel sering kambuh, antibiotik tidak berhasil, atau radang amandel menyebabkan sulit menelan dan bernapas, mungkin diperlukan operasi.

Jika terdapat keluhan atau gejala-gejala penyakit yang menyerang bagian telinga, hidung, dan tenggorokan, segera periksakan ke dokter THT agar mendapat penanganan yang tepat. ***

KONSELING KEPERAWATAN

Konseling berasal dari bahasa latin yaitu “**counselium**” artinya bersama atau berbicara bersama-sama. Bisa juga diartikan pembicaraan antara konselor (*counselor*) dengan seorang atau beberapa klien (*counselee*).

Pietrofesa (1978), menyampaikan bahwa konseling adalah proses yang melibatkan seseorang profesional berusaha membantu orang lain dalam mencapai pemahaman dirinya (*self understanding*), membuat keputusan, dan pemecahan masalah. Steffle dan Grant (dalam Latipun, 2001), mengemukakan bahwa konseling meliputi 4 (empat) hal, yaitu : konseling sebagai sebuah **proses**, sebagai **sebuah hubungan yang spesifik** (antara konselor dan klien), sebagai **konsep membantu (helping)** bukan **konsep memberi (giving)**, dan sebagai **konsep mencapai tujuan**.

Konseling merupakan hubungan membantu yang bersifat profesional, di mana hubungan yang dilakukan oleh

tenaga profesional (*competence*) yang membantu pihak lain dan perilaku membantu tersebut dalam konteks profesi yang ditekuninya.

Batasan Konseling

Blacher (dalam Latipun, 2001), mengemukakan batasan dalam proses konseling adalah sebagai berikut :

1. Dalam konseling, klien tidak dianggap sebagai orang yang sakit mental, tetapi dipandang memiliki kemampuan untuk memilih tujuan, membuat keputusan dan secara sadar menerima tanggungjawab dari tingkah laku dan perkembangan di kemudian hari.
2. Konseling berfokus pada saat ini dan masa depan, tidak

- berfokus pada masa lalunya.
3. Klien adalah klien bukan pasien, konselor bukan figur yang memiliki otoritas tetapi secara esensial sebagai guru dan partner klien.
4. Konselor secara moral tidak netral, tetapi memiliki nilai, perasaan dan standar untuk dirinya.
5. Konselor memfokuskan pada perubahan tingkah laku bukan hanya membuat klien menjadi sadar.

Karakteristik Hubungan Konseling

Diungkapkan oleh George dan Cristiani (1990) karakteristik dari hubungan konseling meliputi beberapa aspek, yaitu :

1. Afeksi; Hubungan konselor dengan klien pada dasarnya lebih sebagai hubungan

- afektif daripada hubungan kognitif.
2. **Intensitas;** Hubungan konseling dilakukan dengan penuh intensitas, dalam pengertian bahwa antara konselor dan klien saling berkomunikasi dalam rangka mencapai tujuan konseling.
 3. **Pertumbuhan dan perubahan;** Hubungan konseling bersifat dinamis.
 4. **Privasi;** Pada prinsipnya dalam hubungan konseling perlu adanya keterbukaan klien, yang bersifat konfidensial dan konselor harus menjaga kerahasiaan seluruh informasi tentang klien.
 5. **Dorongan;** Konselor dalam hubungan konseling memberikan dorongan (*supportive*) kepada klien untuk meningkatkan kemampuannya dan berkembang sesuai kemampuannya.
 6. **Kejujuran;** Hubungan konseling didasarkan atas saling kejujuran dan keterbukaan serta adanya komunikasi terarah antara konselor dengan kliennya.

Kondisi Hubungan Konseling

Kondisi hubungan dalam konseling seperti diungkapkan Paterson (dalam Latipun, 2001), meliputi kondisi-kondisi seperti berikut :

1. **Congruence** (kongruensi) Menunjukkan diri sendiri, harus ada keterbukaan (*transparansi, honesty, openness, realness*) antara konselor dan klien.
2. **Penghargaan positif** tanpa syarat Merupakan pengalaman

- konselor yang hangat, positif menerima klien, menyukai klien sebagai pribadi, respek kepada klien sebagai individu (*respect, positive affect*).
3. **Empati**
Ada 3 (tiga) aspek empati yang harus dimiliki seorang konselor, yaitu :
 - a. Konselor harus mendengarkan klien dan mengkomunikasikan persepsinya kepada klien
 - b. Ada pemahaman konselor tentang dunia klien
 - c. Mengkomunikasikan pemahamannya kepada klien

Tujuan Konseling

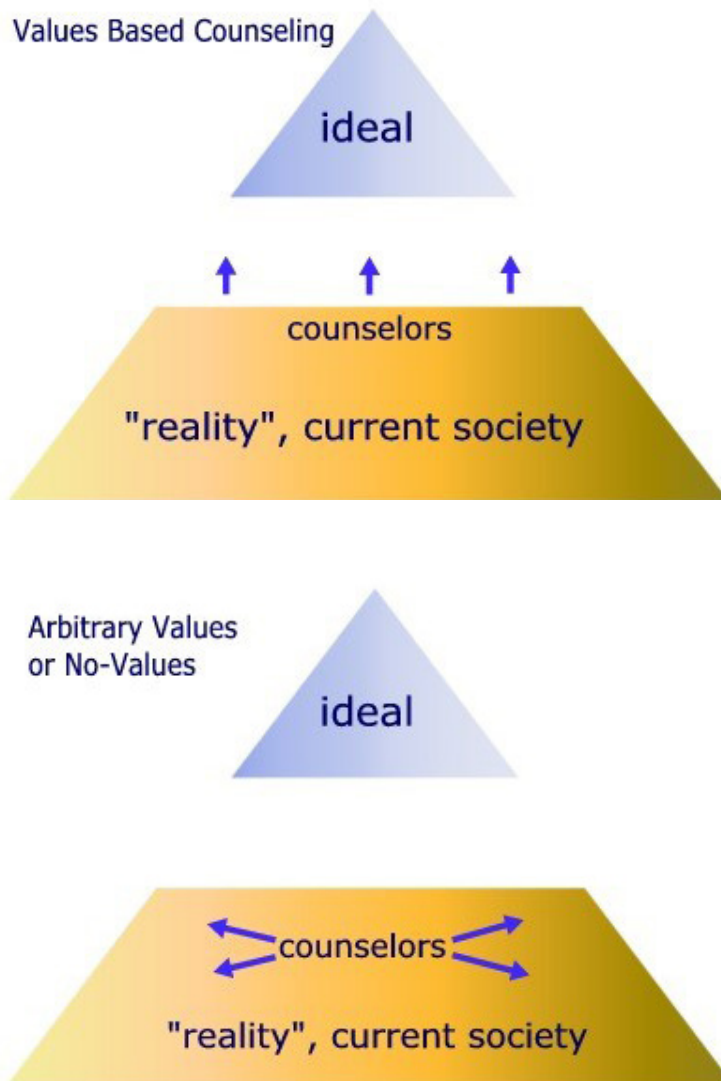
Krumboltz (1946), seorang tokoh konselor terkemuka dunia, menyampaikan bahwa tujuan konseling bersifat operasional, jangka pendek dan menengah meliputi 3 (tiga) hal yaitu :

1. Mengubah perilaku penyesuaian yang salah.

Perilaku penyesuaian yang salah adalah perilaku yang tidak tepat, yang secara psikologis dapat mengarah ke perilaku yang patologis. Konseling membantu individu untuk mengubah perilaku yang salah menjadi perilaku yang tepat.

2. **Belajar membuat keputusan.** Membuat keputusan bukan hal yang mudah dilakukan oleh klien. Membuat keputusan bagi klien melalui proses belajar, yaitu mulai belajar mengidentifikasi alternatif, memiliki alternatif, menetapkan alternatif, serta memprediksi berbagai konsekuensi dari keputusannya.
3. **Mencegah munculnya masalah.** Mencegah jangan sampai mengalami masalah di kemudian hari, mencegah agar masalah tidak bertambah berat, dan mencegah masalah agar tidak berakibat gangguan yang menetap.





Sementara sikap adalah suatu kesiapan individu untuk bertindak sesuai dengan perasaan dan pikirannya berdasarkan nilai-nilai yang diyakini. Sikap adalah sesuatu yang dipelajari, tidak dibawa sejak lahir, tidak menetap, dengan demikian bisa berubah.

Saat konseling penting untuk mengetahui nilai pribadi yang mendasari akan nilai itu. Konselor tidak boleh mempengaruhi klien dengan keyakinan yang dimilikinya, dan sebaliknya harus menghormati hak klien, menghargai riwayat dan pengalaman klien serta membantu klien agar dapat memutuskan suatu hal.

Konselor tidak hanya ahli profesional dan terlatih, tetapi harus didorong oleh keinginan yang tulus untuk membantu klien.

Berdasarkan nilai-nilai konseling, konselor menunjuk ke cara yang lebih baik, membimbing ke arah yang benar.

Kesalahan Pengertian tentang Konseling

Sering ditemukan beberapa kesalahan pengertian tentang konseling pada masyarakat awam, di antaranya :

1. Konseling sebagai usaha pemberian nasehat. Konseling tidak dimaksudkan untuk memberikan nasehat pada klien, tetapi konseling bertumpu pada tanggung jawab klien terhadap dirinya sendiri.
2. Konseling sebagai pemberi informasi. Konseling bukan sekedar memberi informasi, hubungan terapeutik merupakan bagian

Tahapan Konseling

Konseling secara umum dapat dibagi dalam beberapa tahap, yaitu :

1. Penciptaan hubungan
2. Penentuan tujuan konseling
3. Perumusan konseling
4. Pemahaman kebutuhan klien
5. Penjajagan berbagai alternatif
6. Perencanaan suatu tindakan
7. Penghentian masa konseling

Nilai-nilai dalam Konseling

Nilai adalah suatu prinsip, standar atau pedoman yang diyakini dan dianggap penting oleh individu (seseorang). Nilai terbentuk dan berkembang dari pengalaman – pengalaman pribadi, pengaruh lingkungan, budaya, pendidikan, dan agama, dimana semua faktor ini diserap individu melalui panca indera (*persepsi*).

yang sangat penting dalam konseling.

3. Konseling menciptakan ketergantungan pada konselor.
Hubungan konseling harus diciptakan agar terjadi kemandirian pada klien, mulai dari proses eksplorasi diri, mencari pemecahan masalah, mencari keputusan hingga melaksanakan keputusannya.
4. Konseling mempengaruhi klien.
Hubungan konseling tidak bermaksud mempengaruhi sikap, keyakinan, maupun tingkah laku dengan cara persuasif atau pemaksaan tetapi perubahan tersebut atas kehendak klien sendiri untuk menyelesaikan masalah.
5. Konseling harus netral nilai.
Hubungan konseling adalah hubungan terapi, klien harus membuat keputusan dan rencana-rencana yang terbaik bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sosial.
6. Konseling sama dengan interviu.
Konseling diselenggarakan dengan interviu, tetapi bukan sekedar interviu. Intervi dalam konseling harus diikuti oleh sikap-sikap konselor dan memberi kesempatan kepada klien untuk mengeksplorasi diri dan mencapai pemahaman terhadap dirinya.

Konseling, Psikoterapi, dan Intervensi Psikososial

1. Kesamaan konseling dan psikoterapi;
Menurut Patterson tidak ada perbedaan antara konseling dan psikoterapi, baik dilihat dari hubungan, tujuan,

- metode maupun tipe klien.
2. Konseling vs Psikoterapi;
Perbedaan konseling dan psikoterapi terletak pada pendekatan yang digunakan, subjek yang dibantu, pelaksanaannya, dan intensitas masalah yang dihadapi.
3. Konseling dan Intervensi Psikososial;
Intervensi psikososial merupakan proses penyadaran terhadap individu

atau kelompok, melalui berbagai sumber yang dapat mempengaruhi interpersonal seperti belajar, persuasi, diskusi sehingga membuat klien berubah dalam afeksi, kognisi, dan tindakannya.

Intervensinya dilakukan dalam berbagai bentuk secara individual, kelompok, keluarga, terapi yang berorientasi pemahaman dan perilaku.

Perbedaan Konseling dan Psikoterapi

Konseling	Psikoterapi
• Suportif, edukatif • Vokasional • Pemberian dorongan • Masalah yang situasional • Dalam situasi sadar • Orang yang normal • Saat ini dan yang akan datang • Jangka pendek • Akibat tekanan lingkungan • Menyusun rencana rasional • Mencegah masalah penyesuaian yang lebih berat • Mengatasi problem kehidupan sehari-hari	• Rekonstruktif • Emosional, perilaku • Pemberian dorongan (kondisi krisis) • Masalah emosional berat, neurosis • Alam yang tidak sadar • Orang yang patologis • Masa lalu • Jangka Panjang • Konflik emosional • Reedukatif yang khusus • Menyelesaikan masalah-masalah yang berat • Mengerti berperilaku dalam kehidupan sehari-hari

Perbedaan Konseling, Motivasi, dan Nasihat

Aspek	Konseling	Motivasi	Nasihat
Tujuan	Membantu klien agar dapat menentukan keinginannya (mengambil keputusan)	Mengharap klien mau mengikuti usul petugas	Mengharapkan klien mempertimbangkan usul petugas
Informasi yang diberikan	Harus memberikan informasi yang lengkap dan benar serta objektif dan netral	Penekanan pada hal-hal yang baik	Penekanan pada hal-hal yang baik atau buruk, sesuai dengan nasihat yang diberikan
Arah komunikasi	Harus dua arah	Lebih banyak satu arah	Lebih banyak satu arah
Komunikasi verbal dan non verbal	Penerapan komunikasi verbal dan non verbal, mutlak dilakukan	Kurang menerapkan komunikasi verbal non verbal	Menerapkan komunikasi verbal dan non verbal

AKREDITASI SNARS EDISI 1

KOMITMEN RSJS TERUS TINGKATKAN MUTU



Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang telah menjalani Survey Akreditasi SNARS Edisi 1, mulai tanggal 25 Februari 2019 hingga 1 Maret 2019.

Penilaian akreditasi ini dilakukan oleh 6 orang assesor dari Komisi Akreditasi Rumah Sakit, yaitu drg. Lalu Suparna, dr. Gerald Mario Semen Sp.KJ(K),SH, dr. Saiful Wathoni, MARS, Lince Gultom, S.Kp.,M. Kes, I Dewa Putu Alit Panca Gunawa, S.Kep.Ns, dan dr. Tumpal Simatupang, Sp.OG(K).

Selama 5 hari mereka menilai kelengkapan dokumen rumah sakit, implementasi kebijakan pelayanan serta sarana & prasarana yang dimiliki rumah sakit yang terangkum dalam 312 elemen penilaian.





Akreditasi ini bertujuan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang mengutamakan keselamatan pasien, seperti yang diamanatkan oleh Undang-undang Nomor 44 Tahun 2009 tentang Rumah Sakit pasal 40 ayat 1. Dalam upaya peningkatan mutu pelayanan rumah sakit tersebut,

wajib dilakukan akreditasi secara berkala minimal 3 (tiga) tahun sekali.

Diharapkan melalui proses akreditasi ini, rumah sakit dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat bahwa rumah sakit menitikberatkan sasarannya pada keselamatan pasien dan mutu pelayanan. Rumah sakit tentunya harus menyediakan



lingkungan kerja yang aman dan efisien sehingga staf merasa nyaman dalam bekerja.

Rumah sakit juga harus mampu mendengarkan pasien dan keluarga mereka, menghormati hak-hak mereka, dan melibatkan mereka sebagai mitra dalam proses pelayanan. Menciptakan budaya mau belajar dari laporan insiden keselamatan pasien juga harus dilakukan oleh rumah sakit. Dan

yang tak kalah penting, rumah sakit harus mampu membangun kepemimpinan yang mengutamakan kerja sama, demi terciptanya kepemimpinan yang berkelanjutan untuk meraih kualitas dan keselamatan pasien pada semua tingkatan.

RSJS Magelang selalu dan terus berkomitmen untuk melayani masyarakat dengan menjaga standar mutu pelayanan yang mengutamakan keselamatan pasien. *** **(Why)**

INOVASI PROGRAM ODC

REHABILITASI PSIKOSOSIAL RSJ PROF. DR. SOEROJO MAGELANG

Oleh ; dr. Kornelis Ibrawansyah

Agar proses rehabilitasi pasien dapat dilakukan secara kontinu dan berkesinambungan, RSJS memberikan layanan transportasi antar jemput pasien ODC Rehabilitasi Psikososial, yang diluncurkan di awal tahun 2019.

Satu tahun sudah berjalan salah satu program unggulan di RS Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang "One Day Care Rehabilitasi Psikososial". Program yang dikelola oleh Instalasi Rehabilitasi Psikososial ini telah mencapai target kunjungan di tahun 2018, bahkan melebihi dari target jumlah kunjungan yang diperkirakan.

Rehabilitasi Psikososial adalah suatu proses yang memfasilitasi kesempatan bagi orang-orang yang mengalami kelemahan, ketidakmampuan, dan keterbatasan akibat gangguan jiwa, untuk mencapai fungsi yang optimal di dalam komunitas (*World Association for Psychosocial Rehabilitation & World Health Organization, 1996*). Dalam hal upaya rehabilitatif ini Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang melalui Instalasi Rehabilitasi Psikososial telah membuat produk pelayanan baru di awal 2018 yang lalu yaitu *One Day Care* atau lebih sering kita dengar dengan singkatan ODC.

Melalui proses monitoring dan evaluasi terhadap program ODC, akhirnya diperlukan suatu

cara atau solusi untuk semakin meningkatkan jumlah kunjungan pasien *One Day Care Rehabilitasi Psikososial* di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang. Terobosan baru itu tidak lain merupakan salah satu upaya dari RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang untuk mewujudkan terjadinya percepatan program pemerintah terutama di bidang rehabilitatif selain di bidang promotif, preventif dan kuratif yang telah tertuang di dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa yang juga menyebutkan bahwa kesehatan jiwa adalah suatu kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya.

Kepala Instalasi Rehabilitasi Sosial Rohyati, S.Kep menyebutkan, dibuatnya suatu kebijakan internal di tahun 2019 ini terhadap program ODC juga merupakan tindak lanjut dan

ONE DAY CARE



DAY CARE



bentuk inovasi dari RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang terhadap banyaknya pasien ODC yang “Drop Out”.

Lanjut Ibu Roh (panggilan sehari-hari dari Kepala Instalasi Rehabilitasi Sosial) setelah melalui telaah, ternyata angka *drop out* pasien ODC yang tidak bisa melanjutkan minimal 8 kali pertemuan di setiap program latihan kerja disebabkan masalah biaya. Pasien maupun keluarga keberatan atau tidak mampu mengantar pasien dari rumah menuju ke poliklinik *One Day Care* RSJS Magelang karena tidak adanya/terbatasnya biaya transportasi. Misalnya ada salah satu keluarga pasien yang mengeluarkan ongkos dari rumah ke RSJS Magelang berkisar antara 20 ribu - 25 ribu sekali jalan, berarti bila pulang pergi total per 1 kali pertemuan akan menghabiskan biaya kurang lebih 50 ribu rupiah. Jika pasien diantar oleh keluarganya, tentu biaya tersebut akan meningkat dua kali atau lebih. Itu pun di luar waktu yang hilang dari keluarga yang mengantar dan menjemput pasien. Padahal dalam seminggu pasien terdapat pertemuan sebanyak dua kali.

Akhirnya kebijakan yang dibuat oleh RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang demi terjaminnya proses rehabilitasi pasien secara kontinu dan berkesinambungan, memutuskan untuk berbagi yang diapresiasi dalam bentuk layanan transportasi antar jemput pasien ODC Rehabilitasi Psikososial.

Layanan transportasi yang diluncurkan di awal tahun 2019 ini menggunakan 2 armada kendaraan yaitu satu kendaraan mini bus yang berkapasitas 25-30

penumpang dan satu kendaraan MPV yang berkapasitas 7-8 penumpang. Hal ini sejalan dengan banyaknya kunjungan pasien ke poli ODC Rehabilitasi Psikososial saat ini yaitu berkisar 25-30 pasien per hari.

Penjemputan pasien dilakukan dengan teknik berkumpul di titik kumpul yang sudah ditentukan, tidak satu per satu menuju rumah pasien. Sopir akan datang menjemput beberapa pasien yang sudah ditentukan dimana titik kumpulnya, dari jam berapa hingga jam berapa, untuk nantinya bersama menuju RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang.

Dengan teknik yang sama, saat mengembalikan pasien juga akan dikembalikan ke titik kumpul atau titik terdekat pasien menuju rumahnya masing-masing. Hal ini sekaligus juga melatih kemandirian pasien dalam hal bertransportasi maupun bepergian jauh dari rumah, namun tetap dalam pengawasan petugas maupun keluarga yang menunggu di rumah atau di titik kumpul.

Program berikutnya di tahun 2019 ini yang merupakan tindak lanjut dari adanya poli ODC yaitu pembukaan café dan pencucian kendaraan yang tenaga kerjanya sebagian besar akan diprioritaskan dari pasien ODC yang sudah mandiri. Hal ini secara tidak langsung merupakan jawaban dari banyaknya permintaan masyarakat yang menanyakan akan masalah lapangan kerja maupun dalam hal penyaluran tenaga kerja dari pasien yang telah siap kerja maupun penyaluran hasil kerja pasien ODC. ***



SUDAH TEPATKAH POLA ASUH KITA?

Setiap orang tua memiliki pola asuh yang berbeda untuk membesarkan anak-anaknya. Mari cari tahu, agar pola asuh kita tidak berpengaruh buruk untuk tumbuh kembangnya.

Perlakuan orang tua terhadap anak memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap kompetensi sosial, emosi, dan kemampuan kecerdasan atau intelektual anak. Kita mengenal ada 4 macam pola asuh yang diterapkan orang tua, yaitu *uninvolved* (kurang terlibat), *indulgent* (permissif), *authoritative* (demokratis), dan *authoritarian* (otoriter).

Pada pola asuh *uninvolved*, orang tua tetap memperhatikan dan menyediakan kebutuhan dasar anak seperti makanan, pendidikan, rumah, dan lain-lain, namun hubungan antara orang tua dan anak kurang hangat, orang tua tidak banyak terlibat, cenderung pasif terhadap kehidupan anak, dan menjaga jarak.

Pola asuh *indulgent*, orang tua sangat terlibat dalam kehidupan anak, namun cenderung tidak mengarahkan dengan jelas. Pada pola asuh *authoritative*, orang tua membuat aturan, bersikap tegas, namun tetap fleksibel dan memberikan dukungan, serta

melatih anak untuk mengatur dirinya sendiri. Sementara pada pola asuh *authoritarian*, orang tua sangat mengontrol perilaku anak, namun tak menjaga kehangatan hubungan dengan anak.

Keempat pola asuh ini sebenarnya dapat diterapkan secara bergantian sesuai dengan situasi dan kondisi yang dihadapi, maka orang tua sebaiknya mampu mengenali situasi yang tepat untuk menerapkannya.

Cek Kesalahan Pola Asuh

Coba cek apakah Anda pernah melakukan kesalahan dalam mengasuh dan mendidik si kecil.

- **Tidak peduli kebutuhan dasar anak;** Ada tipe orang tua yang lebih mengutamakan memberikan fasilitas lengkap dan mahal untuk anaknya, meskipun karena kesibukan orang tua, mereka hanya sempat bertemu dengan anak beberapa kali dalam sebulan, itupun tak lama.
- **Memperlakukan anak seperti orang dewasa ;** Kadang orangtua memaksakan anak untuk berlaku dewasa; cepat mengambil keputusan saat diberi pilihan, tidak boleh salah, dan lain-lain. Dengan kata lain, orang tua menjadikan dirinya sebagai standar untuk si kecil. Dampaknya, si kecil

Tanpa sadar, rutinitas itu akan berdampak pada anak. Mereka akan merasa dirinya tidak cukup berharga bagi orangtuanya. Anak akan berpikir bahwa orangtuanya punya hal yang lebih penting dibandingkan dengan menghabiskan waktu bersamanya. Saat anak merindukan orang tua, sementara orang tua sangat sulit mereka temui, bisa jadi anak akan mencari perhatian dengan melakukan hal-hal buruk. Jadi, mulailah berikan waktu yang cukup untuknya. Berikanlah diri Anda sebagai suatu kebutuhan dasar bagi si kecil.

akan kelelahan karena otak kecilnya terus dipaksa bekerja layaknya otak orang dewasa. Perlakuan seperti ini sama saja membangun sifat rendah diri pada anak karena sering menempatkannya pada posisi yang ia tidak mampu melakukannya, dan tidak baik untuk perkembangan psikologisnya. Pahami logikanya sesuai usia.

- **Dilayani terus menerus;** dengan alasan kasihan karena usianya yang masih kecil, orangtua terus melayani dan membantu melakukan hal yang seharusnya sejak dini mulai diajarkan ke anak. Misalnya membereskan mainannya sendiri, mengambil minum, mengembalikan sepatu di rak usai sekolah, dll. Akibatnya, anak akan sulit mengembangkan dirinya, cenderung manja, tidak disiplin dan tak lekas mandiri. Yang dikhawatirkan, kaitannya dengan perkembangan sosial, anak akan kesusahan menjalin kerja sama dengan orang lain sebab sikapnya yang *bossy*. Saatnya berikan kesempatan pada si kecil untuk melakukan sesuatu yang sudah bisa ia lakukan. Hal ini justru bisa meningkatkan rasa percaya

diri dan harga diri anak.

- **Selalu berkata “ya”;** Ketika kata-kata “ya” selalu muncul untuk semua permintaannya, sebenarnya Anda tidak benar-benar sayang pada si kecil. Anda hanya peduli dengan diri sendiri. Selalu berkata “ya” berarti Anda tidak perlu repot-repot berdebat dengan anak. Dampaknya, anak akan menjadi tipe anak penuntut. Ia akan tumbuh menjadi seseorang yang tidak peduli. Misalnya, ia memaksakan sesuatu dan tidak peduli dengan kondisi ekonomi keluarga. Jadi, sebaiknya pikirkan dulu sebelum mengucapkan “ya” atau “tidak”. Anak harus tahu alasan mengapa ia harus mendapatkan jawaban tersebut.. Di sisi lain, jawaban tersebut sangat penting untuk menstimulasi anak agar mau bereksplorasi.
- **Tidak Mengajarkan Disiplin;** Membiarkan mainan berantakan setelah selesai bermain, meletakkan sepatu di kursi tamu, adalah contoh perilaku anak yang tidak disiplin. Meski begitu, orangtua dengan sabar membereskan semua kekacauan anak

tanpa memberi tahu bahwa perilakunya salah. Dampaknya, anak-anak tidak pernah belajar bagaimana tanggung jawab. Ia akan menjadi anak yang ceroboh dan masa bodoh dengan lingkungannya. Idealnya, ajarkanlah tanggung jawab dan disiplin sedini mungkin. Khusus untuk si kecil, ingatkan jika ia meletakkan barang tidak pada tempatnya. Ajarkan ia menata kembali mainan yang sudah selesai dimainkan, dan hal-hal kecil lainnya.

- **Tidak menuntut untuk menghormati orangtua;** berperan menjadi teman sebaya yang menyenangkan untuk si kecil memang lebih menjalin kedekatan. Tapi jangan sampai Anda tidak memberi batasan yang jelas antara hubungan orangtua dengan anak. Dampaknya, si kecil tidak punya kesempatan untuk belajar menghormati orangtuanya. Ia tetap memperlakukan Anda seperti teman main. Ketika berada di masyarakat, anak seperti ini cenderung tidak menghormati orang yang lebih tua. Idealnya, meski tujuannya menjaga kedekatan dengan si kecil, Anda tetap harus memberlakukan konsep menghormati orang tua. Misalnya, mengucapkan salam ketika bertemu orang lain, membungkuk ketika berjalan di depan orang tua, dan mengajarkan tata krama pada si kecil.

Jadi, jangan lupa untuk selalu memilih pola asuh yang tepat ya. Agar bisa membentuk anak menjadi pribadi yang lebih baik dan bertanggung jawab di masa depan.







PERINGATAN HARI KARTINI
RSJS MAGELANG

Merangkai Komitmen Wujudkan Harapan

Pagi itu, Senin (22/4), upacara bendera dalam rangka peringatan Hari Kartini di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang tampak khidmad. Yang membuat beda dari upacara biasanya, semua peserta upacara mengenakan pakaian adat nasional, dan seluruh petugasnya adalah perempuan.



Dalam upacara tersebut juga dilakukan penyerahan SK kenaikan pangkat bagi para Pegawai Negeri Sipil dan pegawai yang memasuki purna tugas. Selain itu, juga ada penyerahan sertifikat akreditasi paripurna secara simbolis dari Direktur Utama RSJS Magelang dr. Eniarti, M.Sc.,Sp.KJ.,MMR kepada para kepala staf medis, sebagai ungkapan rasa terimakasih atas kinerja seluruh civitas hospitalia RSJS Magelang dalam mensukseskan dan meraih akreditasi SNARS Edisi 1.

Tak hanya itu, dalam upacara ini RSJS Magelang juga mencanangkan pembangunan zona integritas, dengan penandatanganan komitmen bersama pembangunan Zona Integritas menuju Wilayah Birokrasi Bersih dan Melayani yang diawali oleh jajaran direksi.



Agenda penting lainnya adalah RSJS Magelang juga tengah berkomitmen untuk mengurangi sampah plastik. Sebagai simbol, dilakukan pembagian tempat minum berbahan aluminium bagi seluruh civitas hospitalia RSJS Magelang.

Acara selanjutnya, penyerahan hadiah kepada pemenang lomba kreasi pohon harapan, yang pelaksanaan lombanya telah dilakukan beberapa hari sebelumnya.

Sebagai penutup, disuguhkan pertunjukan *modern dance* bertema pembangunan zona integritas, yang dirangkai dengan Bazar Zona Integritas diresmikan oleh Direktur Utama RSJS Magelang.

Bazar Zona Integritas yang dipersiapkan untuk seluruh civitas hospitalia RSJS Magelang ini diselenggarakan selama 2 hari yaitu Senin & Selasa (22 & 23 April 2019) dengan harapan Wilayah Birokrasi Bersih & Melayani di RSJS Magelang dapat tercapai pada tahun 2019 ini. ***





DIRJEN YANKES RESMIKAN KAMAR OPERASI RSJS MAGELANG



Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Kemenkes RI, dr. Bambang Wibowo, Sp.OG(K), MARS meresmikan kamar operasi Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang yang diberi nama Gedung Ariloka pada Jumat (8/2). Peresmian Gedung Ariloka ini ditandai dengan pemotongan pita dan penandatanganan prasasti oleh Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian RI.

Sebelum meresmikan Gedung Ariloka, Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian RI beserta rombongan menikmati “Tour de Soerojo” yang merupakan kegiatan meninjau keadaan lingkungan, kegiatan pelayanan dan optimalisasi aset yang dimiliki oleh RSJS Magelang.

Selain Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Kemenkes RI, acara ini juga dihadiri oleh Sekretaris Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kemenkes RI, Direktur Pelayanan Kesehatan Rujukan Direktorat Pelayanan Kesehatan Kemenkes RI, Direktur Utama RSUP dr. Kariadi Semarang, Direktur Utama RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Selepas meresmikan Gedung Ariloka, dr. Bambang Wibowo, Sp.OG(K), MARS berkesempatan memberikan arahan kepada civitas hospitalia RSJS Magelang tentang kesiapan RSJS Magelang dalam menyusun Rencana Strategis Bisnis tahun 2020 – 2024 di era revolusi industri 4.0 di Gedung Aula Diklat RSJS Magelang. *** (Why)



Mulai Mei 2019

RSJS Magelang Layani Vaksin Meningitis



Layanan vaksinasi meningitis Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang yang dimulai pada bulan Mei 2019 telah diresmikan pada Senin (29/4) oleh Dr. dr. Fidiansjah, Sp.KJ., MPH, Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza Kementerian Kesehatan RI, yang sekaligus menjabat Ketua Perhimpunan Kedokteran Haji Indonesia.

Vaksinasi meningitis ini diperuntukkan bagi masyarakat yang hendak melakukan ibadah haji maupun umroh untuk melindungi dari risiko tertular penyakit meningitis meningokokus, sekaligus mencegah penyakit meningokokus yang dapat menimbulkan gejala kaku kuduk, fotofobia, penurunan kesadaran, nyeri kepala dan muntah karena hal ini dapat menimbulkan kematian sekitar 5 – 10 % dan terjadi sekitar 24 – 48 jam setelah munculnya gejala.

Vaksin meningitis ini bermanfaat karena mengandung antigen / substansi yang mencetuskan sistem imun sehingga terbentuk antibodi. Efektifitas vaksin meningitis mencapai 86 – 90 %. Vaksin meningitis juga telah mendapatkan sertifikat Halal sesuai fatwa MUI nomor 4 tahun 2016.

Tindakan vaksinasi di Rumah Sakit Jiwa Magelang diberikan oleh staff medis yang sudah terlatih secara khusus dan berlisensi melakukan tindakan vaksinasi.

Untuk mendapatkan pelayanan vaksinasi meningitis, masyarakat dapat langsung datang ke Rumah Sakit Jiwa Magelang dengan membawa identitas, Fotokopi Pasport, Pas Photo ukuran 3 x 4 2 lembar, serta mengisi form permohonan vaksinasi yang telah disediakan.

Layanan yang diberikan meliputi tekanan darah dan vaksinasi. Bagi Ibu usia subur akan dilakukan pemeriksaan urin terlebih dahulu, untuk dipastikan tidak sedang dalam kondisi hamil. Setelah dilakukan vaksinasi, klien akan mendapatkan sertifikat vaksinasi / ICV sebagai bukti telah dilakukan vaksinasi meningitis.***





Widiyati, S.Kep & Endah Maryani

"Mengurangi sampah plastik bisa dimulai dari diri sendiri dengan membawa tumbler, tempat makan dan tas belanja sendiri, juga dapat memakai sedotan stainless yang dapat dibersihkan kembali. Mari mengurangi sampah plastik untuk lingkungan yang lebih sehat."



R. Hari Prasetya, S.Sos

"Mengurangi sampah plastik memang harus segera dilakukan, karena kondisi sampah plastik kita saat ini sangat memprihatinkan. Sampah plastik tidak dapat diurai selama bertahun-tahun sehingga sampah makin lama akan semakin menumpuk."

Kurangi Sampah Plastik Demi Lingkungan Lebih Sehat

Berdasarkan riset yang dilakukan Universitas Georgia pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat kedua sebagai penghasil sampah plastik terbanyak di dunia, yakni sebanyak 5,4 juta ton per tahun. Produksi sampah plastik memang sulit dihentikan, namun sangat mungkin untuk dikurangi terutama dengan mengubah kebiasaan kecil di rumah, dan lingkungan terdekat kita.

Salah satu upaya go green ini juga dilakukan di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang dengan memberikan edaran tentang pengurangan sampah plastik di lingkungan RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang.

Apa pendapat mereka?



Nasibanudin

Sayangi generasi mendatang kita, anak cucu kita dengan mewariskan lingkungan yang sehat dan bersih. Salah satu caranya dengan mengurangi sampah plastik yang berdampak negatif bagi pertumbuhan anak-anak kita kelak."



Ns. Ismiyati Isidora, S.Kep

"Indonesia memang sudah dalam keadaan darurat sampah plastik. Sudah saatnya kita untuk lebih peka dan perhatian dengan keadaan ini. Kita dapat berperan serta dengan cara yang sederhana seperti menghindari mengkonsumsi air minum dalam kemasan dan menggantinya dengan gelas atau botol minum yang kita bawa sendiri dari rumah. Juga dapat membawa tas kanvas belanja sendiri untuk menghindari pemakaian plastik."



Wahy Rizali, SST & Esti Ari Handajani, A.Md.Rad

"Kita harus mampu membiasakan mulai dari diri sendiri, untuk mengurangi sampah plastik. Mulai dari membawa tas belanja dan tempat minum sendiri. Karena sampah plastik memang saat ini menjadi masalah besar karena tidak dapat cepat terurai."



Dinda Puspasari, M.Psi

"Mari kita dukung gerakan green hospital dengan menata ruang terbuka hijau dan juga mensukseskan #lifelessplastic."

Catch Up Growth Mengejar Pertumbuhan Pada Anak Stunting



Data Riskesdas 2018 menunjukkan adanya perbaikan pada status gizi balita di Indonesia. Proporsi stunting atau balita pendek karena kurang gizi kronik turun dari 37,2% (Riskesdas 2013), menjadi 30,8% pada Riskesdas 2018. Proporsi status gizi buruk dan gizi kurang dari 19,6% menjadi 17,7%.

Untuk mengatasinya, pemerintah juga sudah menetapkan strategi nasional untuk peningkatan layanan gizi buruk bagi ibu hamil dan anak-anak di bawah usia 2 tahun. Diantaranya melalui layanan imunisasi dasar, program menyusui, fasilitas air minum bersih, sanitasi, pendidikan anak usia dini, pengukuran ketidaknyamanan pangan dll.

Tapi, bagaimana dengan anak – anak yang sudah terlanjur mengalami *stunting*? Jangan

khawatir, mereka tetap bisa ditangani, dengan mengejar perbaikan gizi pada anak tersebut secepatnya. Agar pertumbuhannya dapat dikejar. Istilahnya disebut *Catch Up Growth*. *Catch Up Growth* ini memang seharusnya dilakukan sebelum anak berusia 2 tahun. Namun, bagi anak-anak yang baru saja diketahui stunting setelah usia 2 tahun, tetap bisa diperbaiki meski hasilnya kurang maksimal.

Yang menjadi poin utama dari *Catch Up Growth* adalah pengaturan pola makan dan gizi seimbang. Gizi yang seimbang tersebut harus memenuhi 50-60% karbohidrat, 40% lemak bagi anak di bawah usia 2 tahun dan maksimal 30% bagi anak di atas usia 2 tahun. Selain karbohidrat dan lemak, protein juga harus dipenuhi sebesar 10-15%.

Mengapa terjadi stunting?

Stunting di Indonesia banyak disebabkan oleh kekurangan asupan kalori dan protein. Selain itu, karena kesalahan pemberian MPASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu).

- Pemberian MPASI tanpa melibatkan protein hewani*; Beberapa ibu mungkin hanya memberikan MPASI berupa sayuran, gandum, tepung, dan beras merah. Proteinnya hanya diperoleh dari tempe dan tahu. Padahal anak-anak perlu juga diberi protein hewani berupa daging, telur dan susu agar memenuhi gizi yang seimbang.
- Picky Eater*; Anak yang sudah diperbolehkan MPASI biasanya sering pilih-pilih. Perubahan dari pemberian ASI ke MPASI memang butuh proses. Seharusnya orang tua jauh lebih aktif memperkenalkan makanan baru bagi anak.

Bagaimana Mengetahui Anak Stunting?

Sebaiknya orang tua perlu mengetahui lebih dini apakah anak mengalami stunting, agar *Catch Up Growth* bisa dilakukan lebih dini. Salah satu tandanya adalah anak berbadan lebih pendek dan berat badan anak yang rendah untuk anak seusianya.

Berat Badan Pertumbuhan Normal Anak Indonesia

Usia (Thn)	Anak Perempuan (Kg)	Anak laki-laki (Kg)
1	7 – 11,5	7,7 – 12
2	9 – 14,8	9,7 – 15,3
3	10,8 – 18,1	11,3 – 18,3
4	12,3 – 21,5	12,7 – 21,2
5	13,7 – 24,9	14,1 – 24,2

Tinggi Badan Pertumbuhan Normal Anak Indonesia

Usia (Thn)	Anak Perempuan (cm)	Anak Laki-Laki (cm)
1	68,9 – 79,2	71 – 80,5
2	80 – 92,9	81,7 – 93,9
3	87,4 – 102,7	88,7 – 103,5
4	94,1 – 111,3	94,9 – 111,7
5	99,9 – 118,9	100,7 – 119,2

Jika anak memiliki berat badan dan tinggi badan di bawah standar, maka segeralah konsultasikan dengan dokter, agar penanganan tepat bisa segera dilakukan. Jangan lupa, selalu

rutin lakukan pemeriksaan di Posyandu. Petugas Posyandu akan memeriksa secara berkala baik kenaikan berat badan dan tinggi badan anak. Apabila ada kejanggalan dalam pertumbuhan anak, petugas akan memberikan saran terbaik.

To Do List :

- Cukupi kebutuhan gizi saat hamil dan setelah anak lahir.
- Berilah MPASI dengan gizi yang seimbang. Berikan juga protein hewani seperti telur, daging dan susu.
- Kenalkan anak pada berbagai jenis makanan baru agar tidak mengalami *Picky Eater*
- Lakukanlah pemeriksaan berkala di Posyandu atau dokter anak.
- Apabila anak terbukti mengalami stunting, segera konsultasikan dengan dokter, agar program *Catch Up Growth* segera dilakukan dengan tepat.





Mengapa Kita Perlu Mendengarkan?

Mendengarkan seharusnya adalah proses menangkap makna dari suara yang kita dengar, bukan hanya sekedar mendengar suara, yang akhirnya dikeluarkan lagi.

Kemampuan mendengarkan, merupakan salah satu dari poin penting dari *Interpersonal Skill*, yaitu kecakapan atau keterampilan yang dimiliki oleh seseorang dalam hubungannya dengan orang lain, baik dalam berkomunikasi verbal maupun non verbal dengan tujuan untuk pengembangan kerja secara optimal. Karenanya,

mendengarkan seharusnya adalah proses menangkap makna dari suara yang kita dengar, bukan hanya sekedar mendengar suara, yang akhirnya dikeluarkan lagi.

Active & Passive Listening

Mendengarkan **secara pasif**, menempatkan diri kita seperti mesin perekam (*recorder*). Semua kata masuk ke dalam

memori (baik yang penting dan yang tidak), sehingga kita tidak dapat membedakannya. Kita ingat apa yang dikatakannya, tetapi mungkin tidak mengerti maknanya.

Mendengarkan **secara aktif**, menuntut kita agar mampu menempatkan diri sebagai pihak yang menyampaikan pesan (empati). Kita harus berkonsentrasi dan mau memahami sepenuhnya isi yang dikemukakan pembicara.

Mengapa kita perlu mendengarkan?

1. Untuk memahami dan memperoleh informasi; Orang yang menguasai informasi memiliki kesempatan yang lebih besar untuk sukses, baik secara pribadi maupun dalam konteks profesional. Sebab, di era sekarang, menguasai informasi berarti menguasai



2. Analisis terhadap kualitas informasi; Mendengarkan dan mendapatkan informasi lebih banyak akan meningkatkan kualitas pesan yang diterima, kelengkapan data, dan kemampuan mengolah informasi, sehingga simpulan atau analisis terhadap suatu kondisi atau keadaan dapat diambil.
3. Membangun dan memelihara hubungan/ komunikasi interpersonal; Banyak survei membuktikan bahwa orang yang memiliki kemampuan mendengarkan dengan efektif/baik, memiliki hubungan yang lebih baik dengan sesamanya, sebaliknya mereka yang kurang mampu untuk mendengar akan memperburuk hubungan, atau setidaknya tidak dapat

sumber daya.

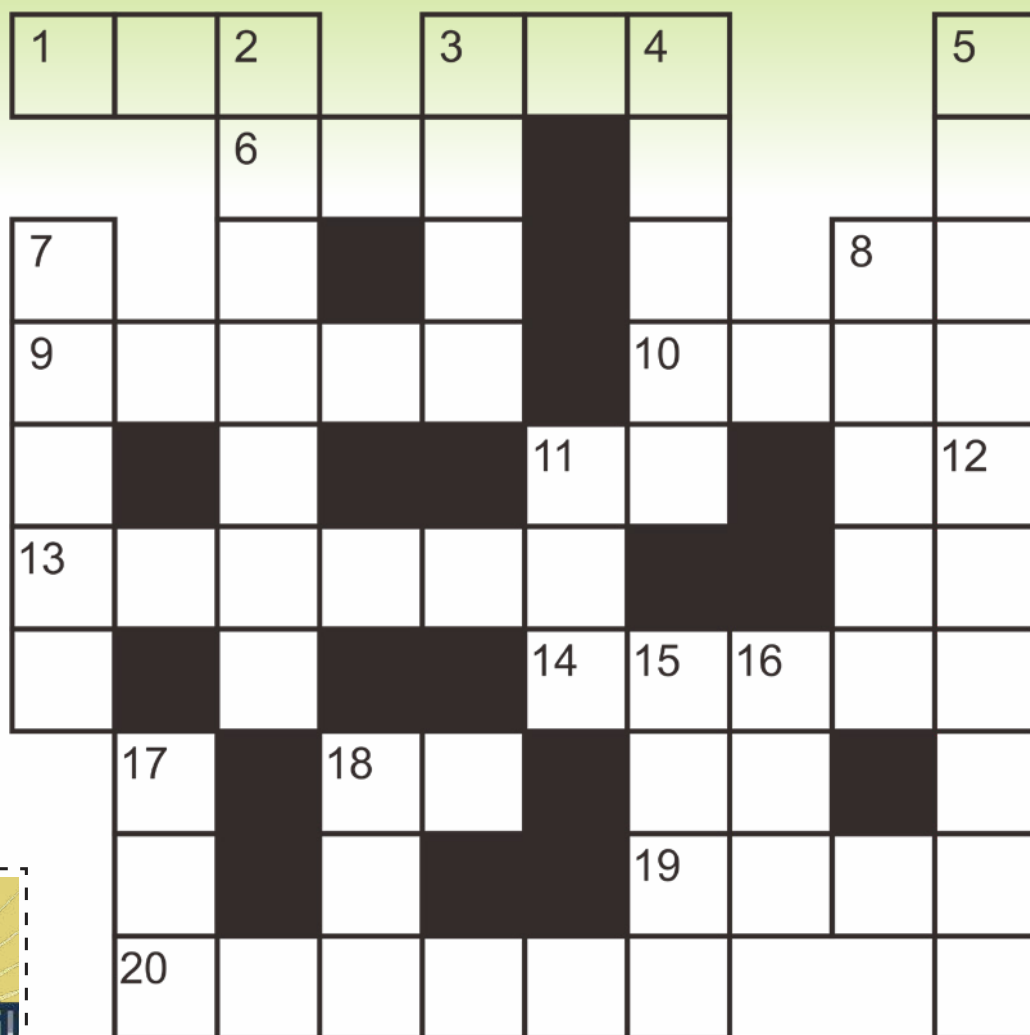
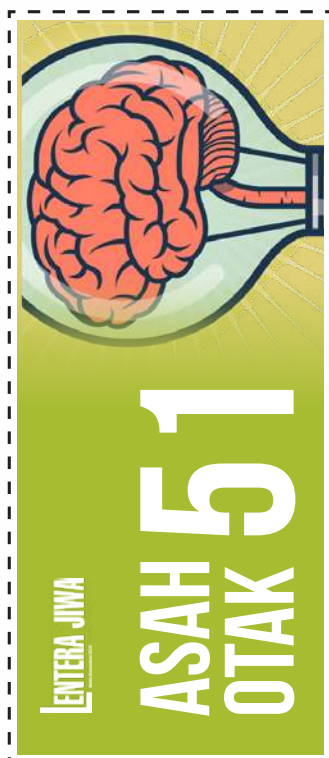
4. Menolong orang lain; Kemampuan mendengarkan wajib dimiliki agar dapat memahami orang lain dan, pada akhirnya, dapat menolong orang lain. Beberapa profesi menjadikan kemampuan mendengarkan sebagai suatu yang wajib dimiliki untuk dapat membantu para klien, misalnya profesi dokter, pengacara, psikolog, guru atau lainnya. Namun pada dasarnya, setiap orang dapat juga memberikan bantuan bagi orang lain, karena yang diperlukan hanya kemampuan untuk mendengarkan dengan baik dan efektif.
5. Agar dapat memberi umpan balik.

Bagaimana menjadi pendengar yang efektif? Lakukan kontak mata, anggukkan kepala dan ekspresikan wajah penuh perhatian, cegah gerakan atau tindakan yang berkesan negatif, ajukan pertanyaan, uraikan apa yang didengar dengan kata-kata sendiri, hindarkan interupsi atau memotong pembicaraan, dan jangan terlalu banyak bicara.

- **Kontak mata** ; saat orang yang anda ajak bicara tidak memandang anda, tapi memandang ke arah lain, anda mungkin akan menafsirkan bahwa orang tersebut mungkin tidak tertarik akan apa yang anda bicarakan. Anda mendengarkan dengan telinga anda, namun orang lain menilai apakah anda mendengarkan atau tidak, dengan melihat mata anda.

- **Ekspresikan wajah penuh perhatian**; Pendengar yang efektif menaruh minat atas apa yang sedang diucapkan orang lain dengan memberikan tanda non verbal, misalnya menganggukan kepala, mengerutkan wajah, tertawa ketika pembicara mencoba melontarkan humor, dan sebagainya.
- **Hindari gerakan yang berkesan negatif**; Ketika sedang mendengarkan pembicaraan orang lain, jangan terlampau sering melihat atau melirik ke arah jam, melihat handphone, memainkan pena, membuka-buka halaman buku, atau mengerjakan sesuatu yang tidak berkaitan dengan isi pembicaraan. Tindakan-tindakan tersebut mengesankan bahwa anda bosan, atau tidak tertarik pada apa yang sedang diutarakan pembicara.
- **Ajukan pertanyaan**; Pendengar yang kritis menganalisis apa yang didengarkannya, dan lalu mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang relevan. Perilaku ini memberikan keyakinan kepada pembicara bahwa anda memang benar-benar mendengarkan.
- **Hindarkan menginterupsi atau memotong pembicaraan**; Beri kesempatan kepada pembicara untuk menyelesaikan isi pembicaraannya. Setelah itu baru anda boleh mengajukan pertanyaan atau memberikan komentar. Biasakan untuk bersabar mendengarkan pembicaraan orang lain. ***

asah otak



MENDATAR

1. Jenis pohon
3. Banjir
6. Era kerajaan Jepang
8. Kuala Lumpur
9. Angin yang diam
10. Khas
11. Air keras
13. Satelit planet Neptunus
14. Bau
18. Imbuhan penentu benda tunggal dalam Bahasa Inggris
19. Tepat sasaran, Bersinggungan
20. Negara di Eropa

MENURUN

2. Penyusun lapisan kulit manusia
3. Lingkaran pemindah
4. Batin, Pikiran
5. Semua (Ing.)
7. Arca
8. Tidak mengapung
11. Saya, aku
12. Dasar sesuatu dilakukan
15. Karang, kira
16. Lagu
17. Ya (Prancis)
18. Alias

Kirimkan jawaban ke Redaksi Majalah LENTERA JIWA (Sub Bagian Hukor & Humas) Jl. A. Yani 169 Magelang, paling lambat 3 minggu setelah terbit. Sertakan fotokopi data diri ke dalam amplop. Tempelkan kupon ASAHA OTAK di sudut kiri atas. Pemenang diumumkan pada edisi selanjutnya dan akan mendapatkan hadiah sebesar Rp. 200.000,- untuk 2 orang pemenang.



RUMAH SAKIT JIWA Prof. Dr. SOEROJO MAGELANG

Jl. Ahmad Yani No. 169 Magelang - 56115
Telp. (0293) 363601, 363602, Fax. (0293) 365183,
email: admin@rsjssoerojo.co.id



FASILITAS

- Instalasi Kesehatan Jiwa Anak dan Remaja
- Instalasi Rawat Jalan
- Instalasi Rawat Inap 1
- Instalasi Rawat Inap 2
- Instalasi Gawat Darurat
- Instalasi Kesehatan Jiwa Masyarakat
- Instalasi Rehabilitasi Medik
- Instalasi Rehabilitasi Psikososial
- Instalasi Laboratorium
- Instalasi Radiologi
- Instalasi Farmasi
- Instalasi Penilaian Kapasitas Mental
- Instalasi Rekam Medik
- Instalasi Pendidikan dan Pelatihan
- Instalasi Sistem Informasi Rumah Sakit
- Instalasi Kesehatan Lingkungan
- Instalasi Gizi
- Instalasi Binatu dan CSSD
- Instalasi Penjaminan Kesehatan
- Instalasi Pemeliharaan Sarana dan Prasarana Rumah Sakit
- Instalasi Pemulasaraan Jenazah

PRODUK LAYANAN

- Pelayanan Kesehatan Jiwa
 - Kesehatan Jiwa Anak dan Remaja
 - Kesehatan Jiwa Dewasa / Psikiatri Umum
 - Kesehatan Jiwa Usia Lanjut / Psikogeriatri
 - Kesehatan Jiwa Forensik & NAPZA
 - Kesehatan Jiwa Masyarakat
 - Rehabilitasi Sosial
 - Consultation Liaison Psychiatry
- Pelayanan Kesehatan Saraf Terpadu
- Pelayanan Psikologi
- Pelayanan Pengobatan Penyakit Dalam Terpadu
 - Pelayanan Diabetes Terpadu
- Pelayanan Kesehatan Kebidanan dan Kandungan Terpadu (Obsgyn)
- Pelayanan Kesehatan Gigi dan Mulut Terpadu
- Pelayanan Kesehatan Anak Terpadu
- Pelayanan Bedah Terpadu
- Pelayanan Penilaian Kapasitas Mental
- Pelayanan General Check Up Fisik
- Pelayanan Kesehatan Kulit dan Kelamin
- Pelayanan Kesehatan Fisik dan Rehabilitasi
- Pelayanan VCT
- Intensive Care Unit (ICU)
- Pelayanan THT
- Pelayanan Orthopedi

MELAYANI
PASIE
UMUM, BPJS dan
JAMINAN
KESEHATAN
LAINNYA



RUMAH SAKIT JiWA

Prof. Dr. SOEROJO MAGELANG

Jl. Ahmad Yani No. 169 Magelang - 56115

Telp. (0293) 363601, 363602, Fax. (0293) 365183,

email: admin@rsjssoerojo.co.id



Pendaftaran dapat dilakukan H-4 pukul 15.00 WIB s/d H-1 pukul 15.00 WIB sebelum pemeriksaan

PENDAFTARAN PASIEN LAMA RAWAT JALAN

Ketik : DAFTAR#NO REKAM MEDIS#KODE POLI#KODE DOKTER
TANGGAL PERIKSA (HH/BB/TTTT)

Contoh : DAFTAR#01234567#4#42#17/08/2019

PENDAFTARAN PASIEN BARU RAWAT JALAN

Ketik : DAFTARBARU#NAMA LENGKAP#TANGGAL LAHIR (HH/BB/TTTT)
#KODE POLI#KODE DOKTER#TANGGAL PERIKSA (HH/BB/TTTT)

Contoh : DAFTARBARU#ARIF PRASETYO#11/04/1987#4#42#14/11/2016

PENDAFTARAN PASIEN LAMA LAYANAN PENILAIAN KAPASITAS MENTAL

Ketik : DAFTAR#NO REKAM MEDIS#KODE POLI#KODE DOKTER
TANGGAL PERIKSA (HH/BB/TTTT)#KODE PAKET

Contoh : DAFTAR#01234567#4#42#17/08/2019#P01

PENDAFTARAN PASIEN BARU LAYANAN PENILAIAN KAPASITAS MENTAL

Ketik : DAFTARBARU#NAMA LENGKAP#TANGGAL LAHIR (HH/BB/TTTT)
#KODE POLI#KODE DOKTER#TANGGAL PERIKSA (HH/BB/TTTT)#KODE PAKET

Contoh : DAFTARBARU#ARIF PRASETYO#11/04/1987#4#42#14/11/2016#P01

KIRIM KE

08113639777 (SMS/WA) 081567614401 (SMS)

Catatan: Nomor rekam medis harus 8 digit, tanggal dan bulan lahir harus 2 digit

INFO KODE POLI RAWAT JALAN

Ketik : INFO#KODE POLI

Akan muncul balasan : (3. Bedah, 4. Gigi, 5. Jiwa, 6. Obsgyn

7. Penyakit Dalam, 9. Saraf, 13. Rehab Medik, 24. Kulit dan Kelamin)

INFO KODE DOKTER RAWAT JALAN

Ketik : INFO#KDDOKTER#KODE POLI (ANGKA KODE POLI)

Contoh : INFO#KDDOKTER#4

INFO JADWAL DOKTER RAWAT JALAN

Ketik : INFO#JADWAL#KODE POLI (ANGKA KODE POLI)

Contoh : INFO#JADWAL#4

INFO KODE PAKET

LAYANAN PENILAIAN KAPASITAS MENTAL

Ketik : INFO#KDPACKET

Medical Chek Up (P01), Medical Chek Up Fisik (P02), Pelayanan Bebas Narkoba (P03), Pelayanan Vaksin Meningitis (P04), Pelayanan Test Kecerdasan (P05), Pelayanan Test Kepribadian (P06), Pelayanan Test Minat Bakat Penjurusan (P07), Pelayanan Psikotes (P08), Pelayanan Konseling (P09), Pelayanan Psikoterapi Psikolog (P10), Pelayanan Paket (P11)

Contoh : INFO#KDPACKET#P03