



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (SEMESTER LESSON PLAN)

Nomor Dok	FRM/KUL/01/02
Nomor Revisi	03
Tgl. Berlaku	21 September 2021
Klausa ISO	7.5.1 & 7.5.5

Disusun oleh (<i>Prepared by</i>)	Diperiksa oleh (<i>Checked by</i>)	Disetujui oleh (<i>Approved by</i>)	Tanggal Validasi (<i>Valid date</i>)
Desy Arisandy, M.Si.,Psikolog	Dr. Itryah, MA	Nuzsep Almigo, M.Si.,Ph.D	

penjabaran bahan kajian

- | | | | |
|--|---|--|--|
| 1. Fakultas (<i>Faculty</i>) | : Sosial Humaniora | | |
| 2. Program Studi (<i>Study Program</i>) | : Psikologi | Jenjang (<i>Grade</i>): S1 | |
| 3. Mata Kuliah (<i>Course</i>) | : Kesehatan Mental & Psikologi Perilaku Kerja | SKS (<i>Credit</i>) : 3 | Semester (<i>Semester</i>): Ganjil |
| 4. Kode Mata Kuliah (<i>Code</i>) | : 2218113205 | sertifikasi (<i>Certification</i>) | Ya /yes <input type="checkbox"/> Tidak (No) <input type="checkbox"/> |
| 5. Mata Kuliah Prasyarat (<i>Prerequisite</i>) | : Psikologi Umum | | |
| 6. Dosen Koordinator (<i>Coordinator</i>) | : | | |
| 7. Dosen Pengampuh (<i>Lecturer</i>) | : Desy Arisandy, M.Si.,Psi | <input type="checkbox"/> Tim (<i>Team</i>) | <input type="checkbox"/> Mandiri (<i>Personal</i>) |
| 8. Capaian Pembelajaran (<i>Learning Outcomes</i>) | : | | |

Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL) (<i>Programme Learning Outcomes</i>)	Pengetahuan	CPL02 Mampu mengklasifikasikan konsep dan perspektif psikologi secara logis, kritis, sistematis, dan inovatif
	Ketrampilan Umum	CPL06 Mampu menciptakan komunikasi secara persuasif dan terapeutik dalam mempromosikan kesejahteraan psikologis individu, keluarga, kelompok, organisasi, masyarakat yang sehat mental, harmonis, dan unggul
		CPL07 Mampu mendesain gagasan dan solusi alternatif penyelesaian masalah psikologis untuk menjaga kondisi kesehatan mental

	Ketrampilan Khusus	berdasarkan perspektif psikologi
Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK) <i>(Course Learning Outcomes)</i>	CPMK0201	Mampu mengklasifikasikan konsep teoritis utama keilmuan psikologi
	CPMK0601	Mampu mengidentifikasi isu-isu kesejahteraan psikologis di tatanan masyarakat
	CPMK0701	Mampu merancang variabel permasalahan proses mental berdasarkan perspektif psikologi

9. Deskripsi Mata Kuliah (*Course Description*)

Mata kuliah ini akan memberikan pemahaman mengenai konsep, dan penerapan perilaku organisasi dan kesehatan mental dalam setting industry dan organisasi. Mata kuliah ini akan membahas tentang perilaku kerja yang positif (*positive organizational behavioural*) dan negative (*counter productive*), *employee well being* serta *work life balance* dan praktek kesehatan mental dalam organisasi di Indonesia.

10. Bahan Kajian (*Main Study Material*)

1. Gerakan Kesehatan Mental
2. Penyesuaian dan Pertumbuhan Diri (*Personal Growth*)
3. Konsep Diri
4. Emosi
5. Kepribadian Sehat
6. Hubungan Interpersonal
7. Stress, Copying dan Penyesuaian Terhadap Stress
8. Masalah Emosional dan Prilaku dalam Konteks Sosial
9. Pemberdayaan Keluarga dalam Intervensi Kesehatan Mental

11. Implementasi Pembelajaran Mingguan (*Implementation Process of weekly learning time*)

Minggu (Week)	Sub CPMK (Kemampuan akhir yang direncanakan) (Lesson Learning Outcomes)	Bahan Kajian/Materi Pembelajaran (Study Material)	Bentuk dan Metode Pembelajaran [Estimasi Waktu] (Learning Method)	Sumber Belajar (Learning Resource)	Penilaian (Evaluation)		
					Indikator (Indicator)	Kriteria & bentuk (Criteria)	Bobot (%)
1	Mahasiswa dapat mengetahui dan memahami konsep dasar kesehatan mental & teori kepribadian sehat	Konsep dasar kesehatan mental : 1. Teori behavioristik, humanistik, psikoanalisa 2. Pemahaman kesehatan mental 3. Pengertian kesehatan dan sakit 4. Pengaruh budaya terhadap konsep kesehatan 5. Implikasi perbedaan konsep sakit dan sehat terhadap perilaku 6. Model-model kesehatan	Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50”)] Tugas :	Atwater, E.1983. <i>Psychology of Adjustment, Personal Growth in a Changing Worlds</i> , 2nd Ed. Prentice Hall : New Jersey Dewi, K. S. 2012. Buku Ajar Kesehatan Mental. Semarang: UPT Undip Press. Jahoda, M.1959. <i>Current Concept of Positive Mental Health</i> . Solomon: Sidney Schultz, D.1983. <i>Psikologi Pertumbuhan, Model-Model kepribadian yang Sehat</i> .	Ketepatan dalam menjelaskan konsep kesehatan mental	Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk :Tugas	10%

				<p>Kanisius : Yogyakarta Semion Yustinus, OFM, Drs. 2006. Kesehatan Mental 1. Kanisius : Yogyakarta</p>			
2	<p>Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan mengenai Penyesuaian diri & pertumbuhan diri</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penyesuaian diri : <ol style="list-style-type: none"> a. pengertian dan konsep penyesuaian diri b. Kaitan kesehatan mental dengan penyesuaian diri c. Ketidakmampuan penyesuaian diri dan abnormalitas d. Ciri-ciri penyesuaian diri yang efektif e. Tanda-tanda keadaan sejahtera 2. Pertumbuhan personal : <ol style="list-style-type: none"> a. Konsep pertumbuhan personal tentang 	<p>Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50”)] Tugas :</p>	<p>Atwater, E.1983. <i>Psychology of Adjustment, Personal Growth in a Changing Worlds</i>, 2nd Ed. Prentice Hall : New Jersey Dewi, K. S. 2012. Buku Ajar Kesehatan Mental. Semarang: UPT Undip Press. Jahoda, M. 1959. <i>Current Concept of Positive Mental Health</i>. Solomon: Sidney Schultz,</p>	<p>Ketepatan dalam menjelaskan penyesuaian diri & pertumbuhan diri</p>	<p>Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk :Tugas</p>	10%

		<p>penekanan pertumbuhan, penyesuaian diri, dan pertumbuhan</p> <p>b. Konsep pertumbuhan personal tentang variasi dalam pertumbuhan</p> <p>c. Konsep pertumbuhan personal tentang kondisi-kondisi untuk bertumbuh</p> <p>Konsep pertumbuhan personal tentang fenomenologi pertumbuhan</p>		<p>D.1983. <i>Psikologi Pertumbuhan, Model-Model kepribadian yang Sehat.</i> Kanisius : Yogyakarta Semion Yustinus, OFM, Drs. 2006. Kesehatan Mental 1. Kanisius : Yogyakarta</p>			
3	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan tentang konsep Diri	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diri 2. Konsep Diri 3. Kontrol Diri 	<p>Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50")] Tugas : [PT+BM: (1+1)x(3x60")]</p>	idem	Ketepatan dalam menjelaskan konsep tentang konsep diri	<p>Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 2</p>	10%
4	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan tentang pengelolaan emosi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Standar pelaksanaan tes psikologi 2. Hal-hal yg harus diperhatikan dalam tes psikologi 	<p>Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50")] Tugas :</p>	idem	Ketepatan dalam menjelaskan pengelolaan emosi	<p>Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 3 Kuis</p>	10%

5	Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan Teori Kepribadian Sehat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aliran Humanistik 2. Pendapat Alport 3. Pendapat Rogers 4. Pendapat Maslow 5. Pendapat From 	<p>Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50'')] Tugas :</p>	idem	Ketepatan dalam menjelaskan teori kepribadian sehat	<p>Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 4 Kuis</p>	10%
6	Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan Hubungan Interpersonal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian Hubungan Interpersonal 2. Pengaruh sosial dan mempengaruhi orang lain 3. Komunikasi dalam hubungan interpersonal 4. Faktor – faktor yang berpengaruh dalam hubungan interpersonal 5. Komunikasi asertif 6. Konflik interpersonal 	<p>Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50'')] Tugas :</p>	idem	Ketepatan dalam menjelaskan hubungan interpersonal		10%
7	Stress, Copying dan Penyesuaian Terhadap Stress	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stres 2. Coping Stres 3. Penyesuaian terhadap stress 4. Pendekatan problem solving terhadap stres 	<p>Kuliah dan Diskusi (Luring) Tatap Muka [TM:1x(3x50'')] Tugas : [PT+BM: (1+1)x(3x60'')]</p>	idem	Ketepatan dalam menjelaskan stress, copying, penyesuaian terhadap stress	<p>Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 5 Kuis</p>	10%

8			UTS				
9	Mahasiswa dapat memahami dan mengidentifikasi Cinta dan Pernikahan	<ol style="list-style-type: none"> Memilih pasangan Hubungan dalam pernikahan Penyesuaian diri dan pertumbuhan dalam pernikahan Perceraian dan pernikahan kembali Alternatif selain pernikahan Peran kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari : cinta dan pernikahan 	Kuliah dan Diskusi (Luring)	idem	Ketepatan dalam menjelaskan cinta & pernikahan	Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 6	10%
10	Mahasiswa memahami dan mengidentifikasi Pekerjaan & rekreasi	<ol style="list-style-type: none"> Mengubah sikap terhadap pekerjaan Proses dalam memilih pekerjaan Memilih pekerjaan yang cocok Penyesuaian diri dalam pekerjaan Rekreasi dan waktu luang 	Kuliah dan Diskusi (Luring)	idem	Ketepatan dalam menjelaskan pekerjaan & rekreasi	Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 6	10%

11	Mahasiswa mengetahui, memahami, dan mengidentifikasi Pemberdayaan Keluarga dalam Intervensi Kesehatan Mental	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengembangan kesehatan mental di lingkungan keluarga 3. Keberfungsian Keluarga 4. Pola hubungan orang tua – anak (sikap atau perlakuan Orang tua Terhadap Anak 	Kuliah dan Diskusi (Luring)	idem	Ketepatan dalam memahami identifikasi pemberdayaan keluarga dalam intervensi kesehatan mental	<p>Kriteria : Ketepatan dan penguasaan</p> <p>Bentuk : Tugas 7</p>	10%

12	Peroject Kelompok	Mahasiswa mampu mengimplementasikan konsep diri	Kuliah dan Diskusi (Luring)	idem	Ketepatan dalam memahami konsep diri	Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : Tugas 8 Kuis	10%
13	Project Kelompok	Mahasiswa mampu mengimplementasikan tentang pemberdayaan keluarga untuk intervensi kesehatan mental	Kuliah dan Diskusi (Luring)	idem	Ketepatan dalam memahmi pemebrdayaan keluarga & intervensi kesehatan mental	Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk :	10%

						Presentasi	
14	Project Tugas kelompok	Mahasiswa mampu mengimplementasikan konsep dasar tes psikologi	Diskusi & persentasi tugas	idem	Ketepatan dalam mengimplementas i konsep dasar tes psikologi	Kriteria : Ketepatan dan penguasaan Bentuk : presentasi	10%
15	Project Tugas Individual	Mahasiswa mampu mengimplementasikan mengelola emosi	Diskusi &persentasi tugas	idem	Ketepatan dalam mengimplementas ikan tugas		
16			UAS				

12. Pengalaman Belajar Mahasiswa (*Student Learning Experiences*)

13. Kriteria dan Bobot Penilaian (*Criteria and Evaluation*)

14. Buku Sumber (*References*)

Atwater, E.1983. *Psychology of Adjustment, Personal Growth in a Changing Worlts*, 2nd Ed. Prentice Hall : New Jersey

Dewi, K. S. 2012. *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: UPT Undip Press.

Jahoda,M.1959. *Current Concept of Positive Mental Health*. Solomon: Sidney

Schultz, D.1983. *Psikologi Pertumbuhan, Model-Model kepribadian yang Sehat*. Kanisius : Yogyakarta

Semiun Yustinus, OFM, Drs. 2006. *Kesehatan Mental 1*. Kanisius : Yogyakarta

