|  |
| --- |
| Description: Description: C:\Users\Sulis psikolog\Desktop\unduhan.jpg **RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER 8****PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI****UNIVERSITAS ESA UNGGUL** |
| **Mata Kuliah :PsikologiKesehatan** | **Kode MK : PSI.** |
| **Mata KuliahPrasayarat: Psi Umum 1 & 2** | **Bobot MK :2 (dua) sks** |
| **DosenPengampu : Dra. Amanah Anwar, Psi.,MSi.** | **KodeDosen : 6303** |
| **AlokasiWaktu : 100 menit** |
| **CapaianPembelajaran :** 1. Mahasiswa mampu memahami psinsip-prinsip hidupsehat 2. Mahasiswa mampu memahami danmenjelaskan proses stres, dan*coping*menghadapikehidupan 3. Mahasiswamampumemahamigayahidup, risikopenyakit,dankematian 4. Mahasiswamampumemahamidanmenerapkanupayaprevensikesehatan |
|  | **KEMAMPUAN AKHIR** | **MATERI PEMBELAJARAN** | **BENTUK PEMBELAJARAN** | **SUMBER PEMBELAJARAN** | **INDIKATOR PENILAIAN** |
| 1 | Mampumemahamidan menjelaskan pengertian psikologikesehatan | Pengertian PsikologiKesehatan | -Tutorial-Discovery Learning | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan pengertian psikologikesehatan-Mampu menerapkanprinsipsehatdalamkehidupan-Mampu merencanakan, mencegah, danmengintervensidenganpendekatanpsikologikesehatan |
| 2 | Mampu memahami & menjelaskan proses terjadinyastres | Pengertian, Sebab, Sumber, danEfekStres | -Tutorial-Discovery Learning | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskanpengertianstres-Mampumenjelaskan prosesterjadinyastres-Mampu menjelaskan penyebabstres-Mampumenjelaskansumberstres-Mampumenjelaskanefekstres |
| 3 | Mampu memahami, menjelaskan, danmenerapkanproses *coping*. | Pengertian, Fungsi, Strategi, danPengelolaan*Coping*. | -Tutorial- Discovery Learning- Role Playing | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan pengertian*coping*.-Mampu menjelaskanfungsi*coping*.-Mampumenjelaskanstrategi*coping*.-Mampumenerapkanstrategi*coping.*-Mampumengelola*coping*. |
| 4 | Mampu memahami dan menjelaskan jenis-jenis, serta proses terjadinya pain. | Jenis, Proses, EfekTerjadinya, danPengelolaan Pain. | -Tutorial- Discovery Learning- Role Playing | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan jenis-jenis pain.-Mampu menjelaskantahapan pain-Mampu menjelaskan proses terjadinya pain.-Mampumenjelaskanefek pain.-Mampumelakukanintervensiterhadap pain |
| 5 | Mampu memahami dan menjelaskan gayahidupsehat, sertaperilakunya. | Gaya HidupdanPerilakuSehat | -Tutorial-Discovery Learning-Cooperatice learning | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan perilakusehat.-Mampumenerapkankonsepsehatdalamkehidupan.-Mampu menjelaskan perilakumencarikesehatan.-Mampumenjelaskanfaktorpenentuperilakusehat. |
| 6 | Mampu memahami, menjelaskan, danmenerapkangayahiduppenyalahgunaannapza, rokok, danalkohol | Gaya Hidup, PenyalahgunaanNapza, RokokdanAlkoholsertaPengelolaannya. | -Tutorial-Discovery Learning-Cooperatice learning | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan istilahdansejarahnapza.-Mampumenjelaskanjenis-jenis, proses kerja, danefeknapza.-Mampumenjelaskan proses terjadinyapenyalahgunaannapza.-Mampumenjelaskanperubahan-perubahanpadagangguannapza.-Mampumenjelaskanpenyebabgangguannapzapadaremaja.-Mampumenerapkanupayaprevensipenyalahgunaannapza. |
| 7 | Mampu memahami, menjelaskan, danmenerapkangayahidupsehatdalamnutrisidan diet | Gaya HidupNutrisidan*Diet* | -Tutorial-Cooperatice learning | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan komponenmakanandalamnutrisisehat.-Mampumenjelaskan proses metabolikdalamnutrisisehat.-Mampumenerapkanpendekatanbiologisdalamnutrisisehat.-Mampumenerapkanpendekatanpsikologisdalamnutrisisehat.-Mampumenerapkanpendekatansosialdalamnutrisisehat.-Mampumenerapkanupayaprevensinutrisisehat. |
| 8 | Mampu memahami, menjelaskan, danmenerapkankebiasaan, risiko, perilakusehat, danpencegahanpenyakit. | PencegahanPenyakit | -Tutorial- Discovery Learning- Cooperatice learning- Refleksi Diri | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskankebiasaandanperilakusehat.-Mampumenjelaskanrisikogayahidupdalamkesehatan.-Mampumenerapkanperilakusehat.-Mampumenerapkanupayapencegahanpenyakit. |
| 9 | Mampu memahami, menjelaskan proses, jenis, efek*exercise*bagikesehatan, sertapenerapannya.  | *Exercise*atauLatihan | - Tutorial- Cooperatice learning - Role Playing | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskan proses mekanismetubuhselama*exercise*.-Mampumenjelaskanjenis*exercise*bagikesehatan. -Mampumenjelaskanefek*exercise*bagikesehatan.-Mampumejelaskankeuntungan*exercise* secarapsikososial.-Mampumenerapkan*exercise*untuk program kesehatan. |
| 10 | Mampu memahamidanmenjelaskanprosedur, lingkunganperawatanmedis, danpengaruhnyasecaraemosionalsertaupayamembantupasien di rumahsakit. | PerawatanMedis | - Tutorial- Cooperatice learning- Role Playing- Refleksi Diri | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskanprosedurperawatanmedispasien.-Mampumenjelaskanlingkunganperawatanmedispasien.-Mampumenjelaskanefekperawatanmedisbagipasien.-Mampumenjelaskan proses penyesuaianemosionalpasien di rumahsakit.-Mampumembantupasien di rumahsakit. |
| 11 | Mampu memahamidanmenjelaskanreaksipertama, caramengatasi, upayapenyesuaiandiripasienmenghadapi diagnosis dokter, sertaintervensinya. | PenyakitKronis 1 | - Tutorial- Cooperatice learning- Role Playing- Refleksi Diri | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskanreaksipertamapasiendidiagnosadokter.-Mampumenjelaskan proses terjadinya*shock*.-Mampumenjelaskancarapasienmengatasi*shock.*-Mampumenjelaskanupayapenyesuaianpasienmenghadapi diagnosis dokter.-Mampumelakukanintervensisecarapsikososial. |
| 12 | Mampu memahami, danmenjelaskanpikiranpasien, proses *coping* terhadappenyakitkronis, adaptasiprospek, danadaptasikambuh. | PenyakitKronis 2 (Jantung, Stroke, Kanker, dan HIV/AIDS) | - Tutorial- Cooperatice learning- Role Playing | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskanpikiran yang munculpadapasienpenyakitkronis.-Mampumenjelaskan proses *coping*terhadappenyakitkronisnya.-Mampumenjelaskanadaptasiprospek.-Mampumenjelaskanadaptasikambuh.-Mampumenjelaskan symptom, risiko, tritmen, dampakdanintervensiterhadappenyakitjantung.-Mampumenjelaskan symptom, risiko, tritmen, dampakdanintervensiterhadap stroke- Mampumenjelaskan symptom, risiko, tritmen, dampakdanintervensiterhadapkanker.- Mampumenjelaskan symptom, risiko, tritmen, dampakdanintervensiterhadap HIV/AIDS. |
| 13 | Mampu memahamidanmenjelaskantahapanpenyesuaian, dankualitaspasienmenghadapiakhirkehidupan. | Death and Dying | - Tutorial- Cooperatice learning- Role Playing- Refleksi Diri | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskantahapanpenyesuaiansaat dying.-Mampumenjelaskankualitaskehidupanpadakematianpasien-Mampumenjelaskankualitasakhirkehidupan. |
| 14 | Mampu memahami, danmenjelaskanupayapeningkatanpencegahanpenyakit, karier, pelatihan, isu-isu, danfaktor yang mempengaruhimasadepanpsikologikesehatan. | GambaranMasaDepanPsikologiKesehatan. | - Tutorial- Cooperatice learning- Role Playing | 1. Sarafino, Edward P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4thed.). New York: John Wiley.
2. Brannon, L &Feist, Jess (2000). *Health psychology: An Introduction to behavior and health* (4th ed.). United State: Wadsworth Thomson Learning.
 | -Mampu menjelaskanupayapeningkatanpencegahanpenyakit.-Mampumenjelaskankarierdanpelatihanpsikologikesehatan.-Mampumenjelaskanisu-isukontroversimasadepan psi. kesehatan.-Mampumenjelaskanfaktor-faktor yang mempengaruhimasadepan psi. kesehatan. |
| Mengetahui,Ketua Program Studi,**Dra. Sulis Mariyanti, M.Si, Psi** | DosenPengampu,**Dra. Amanah Anwar, Psi.,MSi.** |

**EVALUASI PEMBELAJARAN**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SESI** | **PROSEDUR** | **BENTUK** | **SEKOR ≥ 77 (A / A-)** | **SEKOR ≥ 65 (B- / B / B+)** | **SEKOR ≥ 60 (C / C+)** | **SEKOR ≥ 45 (D)** | **SEKOR < 45 (E)** | **BOBOT** |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |

 Jakarta,

|  |  |
| --- | --- |
| Mengetahui,Ketua Program Studi,Namadantandatangan | DosenPengampu,Namadantandatangan |