|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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*.  -Mampumenjelaskan  carapasienmengatasi*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 |