



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Program Studi: Ilmu Gizi

Fakultas: Kedokteran

Mata Kuliah:	Psikologi	Kode:	PDIG6302	SKS:	2	Sem:	III
Dosen Pengampu:	Amalia Rahmandani, S.Psi., M.Psi., Psikolog						
Capaian Pembelajaran Mata Kuliah:	Pada akhir mata kuliah ini mahasiswa mampu mengimplementasikan (P2) prinsip-prinsip dalam psikologi untuk pengenalan dan pengembangan diri, serta meningkatkan kepekaan dan pengembangan dalam komunikasi dengan orang lain (pasien).						
Deskripsi singkat Mata Kuliah:	Pada mata kuliah ini mahasiswa mempelajari berbagai prinsip dalam psikologi, dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari baik untuk pengenalan dan pengembangan diri, maupun untuk meningkatkan kepekaan dan pengembangan dalam komunikasi dengan orang lain (pasien).						
1	2	3	4	5	6	7	
Minggu ke	Kemampuan Akhir tiap tahapan pembelajaran	Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	Metode Pembelajaran	Waktu	Pengalaman Belajar Mahasiswa	Penilaian	
						Kriteria & Indikator	Bobot (%)
1	Mampu menjelaskan (C2) prinsip-prinsip psikologi ditinjau dari pendekatan-pendekatan dalam	Psikologi sebagai Ilmu: <ul style="list-style-type: none"> Tujuan/arti psikologi Ruang lingkup psikologi Pendekatan-pendekatan dalam psikologi (neurosains/ ilmu syaraf, psikodinamika, 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> Ceramah 	TM: 1 x (2 x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa memberikan pendapat dan terlibat dalam diskusi	- Ketepatan dalam menjelaskan tujuan/ arti psikologi,	5

	psikologi, dengan mempertimbang-kan masalah-masalah yang menjadi kontroversi.	behavioral, kognitif, humanistik, transpersonal) <ul style="list-style-type: none"> Masalah-masalah utama dan kontroversi dalam psikologi (<i>nature vs. nurture, conscious vs. unconscious, observable behavior vs. internal mental process, free will vs. determinism, individual differences vs. universal principles</i>) 	- <i>Discovery Learning</i>		<ul style="list-style-type: none"> Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen Mahasiswa mencari perbedaan pendekatan-pendekatan psikologi ditinjau dari masalah-masalah yang menjadi kontroversi 	ruang lingkup, berbagai pendekatan, dan masalah-masalah yang menjadi kontroversi - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
2	Mampu menjelaskan (C2) berbagai pendekatan dalam pengambilan data dan metode penelitian psikologi, dengan mempertimbang-kan karakteristik dari objek penelitian.	Metode Penelitian dalam Psikologi: <ul style="list-style-type: none"> Urgensi metode ilmiah psikologi Objek penelitian dalam psikologi: <i>overt behavior, covert behavior</i> Metode asesmen : Introspeksi, ekstrospeksi, penelitian arsip, observasi, survei, biografi, analisis karya, metode klinis, testing, eksperimen 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Brainstorming dan Large Group Discussion</i> - Ceramah - <i>Problem Based Learning</i> 	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	<ul style="list-style-type: none"> Mahasiswa memberikan pendapat dan terlibat dalam diskusi Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen Mahasiswa mencari jurnal ilmiah penelitian 	<ul style="list-style-type: none"> - Ketepatan dalam menjelaskan urgensi metode ilmiah dalam psikologi, objek penelitian, metode asesmen dan 	5

		<ul style="list-style-type: none"> Metode penelitian: <i>longitudinal vs, cross-sectional/ transversal</i>, kuantitatif (korelasi, komparasi, eksperimen), kualitatif (studi kasus, fenomenologi, <i>grounded theory</i>, psikologi naratif, anasis percakapan, analisis wacana). 			psikologi dan membuat reuiu	penelitian dalam psikologi - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
3	Mampu menjelaskan (C2) terjadinya proses mental kognitif yang ada pada perilaku sehari-hari.	Fungsi Kognitif Manusia: <ul style="list-style-type: none"> Persepsi Fantasi Ingatan Berfikir Inteligensi 	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen	- Ketepatan dalam menjelaskan dan membedakan proses terjadinya berbagai fungsi kognitif manusia - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	7

4	Mampu menjelaskan (C2) terjadinya proses mental afektif dan perilaku yang ada pada perilaku sehari-hari.	Fungsi Afektif dan Psikomotor Manusia: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Emosi ▪ Perasaan ▪ Motif ▪ Motivasi ▪ Sikap 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah 	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	<ul style="list-style-type: none"> - Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen 	<ul style="list-style-type: none"> - Ketepatan dalam menjelaskan dan membedakan proses terjadinya berbagai fungsi afektif dan psikomotor manusia - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi 	7
5	Mampu menjelaskan (C2) prinsip-prinsip perkembangan manusia dan karakteristik perkembangan pada masing-masing periodisasi perkembangan.	Perkembangan Manusia: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pengertian (perkembangan, pertumbuhan, kemasakan, kematangan) ▪ Prinsip-prinsip perkembangan ▪ Periodisasi dan tugas-tugas perkembangan 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah - <i>Discovery Learning</i> 	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	<ul style="list-style-type: none"> - Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengamatan terhadap perkembangan 	<ul style="list-style-type: none"> - Ketepatan dalam menjelaskan pengertian, prinsip-prinsip perkembangan manusia dan karakteristik 	7

		<ul style="list-style-type: none"> Tinjauan aspek-aspek perkembangan Tahap perkembangan psikososial 			diri sendiri dan orang lain - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen - Mahasiswa mencari teori tentang perkembangan psikososial dan menemukan perbedaan pada tiap tahapan perkembangan	perkembangan pada tiap periodisasi perkembangan, serta membedakannya - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
6	Mampu menjelaskan (C2) dinamika orang dengan konsep diri positif dan negatif.	Konsep Diri: <ul style="list-style-type: none"> Pengertian Komponen (<i>self-image, self-esteem, ideal-self</i>) Perkembangan konsep diri Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri Peranan konsep diri Ciri konsep diri yang positif dan negatif 	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah - Simulasi	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa memberikan pendapat dan terlibat dalam diskusi - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen - Mahasiswa menilai diri sendiri	- Ketepatan dalam menjelaskan pengertian, komponen, faktor, perbedaan konsep diri positif dan negatif, serta peranannya	7

		▪ Aktualisasi Diri			dan orang lain sebagai bahan diskusi mengenai konsep diri	bagi kehidupan - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
7	Mampu menjelaskan (C2) dinamika psikologis kepribadian individu secara sederhana.	Kepribadian Manusia: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pengertian kepribadian ▪ Faktor-faktor yang membentuk kepribadian ▪ Pendekatan tipologi dalam kepribadian, ciri-ciri kepribadian 	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah - Simulasi	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa memberikan pendapat dan terlibat dalam diskusi - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen - Mahasiswa mengerjakan alat ukur kepribadian dan mengetahui dinamika kepribadiannya secara sederhana	- Ketepatan dalam menjelaskan pengertian, faktor, pengelompokan dan ciri-ciri kepribadian - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	7
8	Evaluasi tengah semester						
9	Mampu menjelaskan (C2) hubungan	Stres, Adaptasi, Kesehatan, dan <i>Coping</i> :	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large</i>	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") +	- Mahasiswa terlibat dalam	- Ketepatan dalam	8

	antara stres dan kesehatan, dengan mempertimbangkan faktor-faktor internal dan eksternal.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pengertian sehat dan sakit ▪ Pengertian stres, dan aspek-aspek ▪ Teori terkait stres : <i>fight-flight response</i>, <i>general adaptation syndrome</i>) ▪ Jenis-jenis stres (eustres vs. distres, tekanan, frustrasi, konflik, cemas) ▪ Faktor-faktor yang berhubungan (dukungan sosial, kontrol, kepribadian, kebiasaan dan gaya hidup) ▪ Coping (<i>Appraisal-focused</i>, <i>emotion-focused</i>, <i>problem-focused</i>) 	<i>Group Discussion</i> - Ceramah	(2 x 60"]]	diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen	menjelaskan hubungan antara stres dan kesehatan, dengan mempertimbangkan faktor-faktor internal dan eksternal - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
10	Mampu menjelaskan (C2) dinamika psikologis pada penderita penyakit kronis dan terminal, dan pengaruhnya terhadap pengobatan.	Psikologis Pasien dengan Penyakit Kronis dan Terminal: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pengertian penyakit kronis ▪ Konsekuensi penyakit kronis (masalah fisik, masalah sosial, masalah psikologis) 	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat - Mahasiswa mendengarkan	- Ketepatan dalam menjelaskan pengertian, reaksi, dampak, dan	8

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bentuk penyangkalan terhadap penyakit ▪ Kematian dan kehilangan (<i>The stage of death and dying, task-work approach, phase-specific task</i>) ▪ Kepatuhan (<i>adherence</i>) dan kekambuhan (<i>relapse</i>) ▪ Faktor-faktor yang mempengaruhi pengelolaan pada penderita penyakit kronis 			penjelasan dari dosen	pengelolaan penyakit kronis bagi penderitanya - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
11	Mampu menjelaskan (C2) berbagai jenis gangguan mental dan psikologis sebagai dampak penyesuaian yang tidak adaptif.	Masalah-Masalah Psikologis dan Psikopatologi: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Masalah psikologis pada petugas kesehatan: <i>Burnout</i>, dan dampak terhadap interaksi dengan pasien ▪ Pada pasien: Model penyesuaian terhadap penyakit kronis (<i>positif tmsk post traumatic growth</i>, negatif/ maladaptif) ▪ Definisi abnormalitas 	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen	- Ketepatan dalam menjelaskan masalah psikologi pada petugas kesehatan, pasien, dan berbagai abnormalitas kejiwaan sebagai dampak	7

		<ul style="list-style-type: none"> Gangguan psikologis (gangguan penyesuaian, makan, tidur, kecemasan, somatoform, disosiatif, <i>mood</i>, psikotik, gangguan terkait penyalahgunaan zat dan adiksi) 				penyesuaian yang tidak adaptif - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
12	Mampu menjelaskan (C2) proses terbentuknya pemahaman diri dan menjadi landasan bagi terciptanya hubungan yang empatik.	Kecerdasan Emosi: <ul style="list-style-type: none"> Pengertian Kecerdasan Emosi Tiga gaya dalam penanganan dan pengatasan emosi Ciri-ciri kecerdasan emosi: <ol style="list-style-type: none"> Mengenali emosi diri (<i>self-awareness</i>) Mengelola Emosi Memotivasi Diri Sendiri Mengenali Emosi Orang Lain Membina Hubungan 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> Ceramah <i>Self-Directed Learning</i> 	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	<ul style="list-style-type: none"> Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen Mahasiswa memantau dan mencatat pengalaman emosi, pikiran, dan tindakan 	<ul style="list-style-type: none"> Ketepatan dalam menjelaskan pengertian kecerdasan emosi, gaya dalam pengatasan emosi, dan ciri-ciri kecerdasan emosi Keaktifan mahasiswa dalam diskusi 	8

					untuk meningkatkan kesadaran diri		
13	Mampu menjelaskan (C2) dan mengimplemen-tasikan (P2) cara-cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan dirinya sehingga lebih adaptif dalam menghadapi permasalahan.	Pengembangan Diri: <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Constructive coping</i> sebagai strategi pengembangan diri (<i>appraisal-focused, problem-focused, emotion focused</i>) ▪ Mengokohkan <i>the-self</i> (<i>self-understanding, self-improvement, self-regulation, self-presentation, membangun self-esteem</i>) ▪ Psikologi positif sebagai strategi pengembangan diri (<i>hope, resilience, gratitude, spirituality, forgiveness</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah - <i>Self-Directed Learning</i> 	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	<ul style="list-style-type: none"> - Mahasiswa terlibat dalam diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen - Mahasiswa memantau, mencatat, dan mengevaluasi pengalaman dalam mengatasi permasalahan 	<ul style="list-style-type: none"> - Ketepatan dalam menjelaskan berbagai strategi pengembangan diri - Ketepatan dalam mengimple-mentasikan - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi 	8
14	Mampu menjelaskan (C2) dan	Keterampilan Komunikasi Interpersonal:	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Brainstorming</i> dan <i>Large</i> 	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") +	<ul style="list-style-type: none"> - Mahasiswa terlibat dalam 	<ul style="list-style-type: none"> - Ketepatan dalam 	8

	mengimplemen-tasikan (P2) perilaku verbal dan non-verbal bagi diri sendiri maupun dalam pengamatan terhadap orang lain (meningkatkan kepekaan)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pengertian Komunikasi interpersonal ▪ Komponen proses komunikasi ▪ Pengertian pesan verbal ▪ Prinsip-prinsip pesan verbal ▪ Pengertian pesan non-verbal ▪ Prinsip-prinsip pesan non-verbal ▪ Saluran Komunikasi Non-verbal (tubuh, wajah, mata, jarak, artifaktual, sentuhan, <i>paralanguage</i>, diam, waktu, aroma/bau) 	<i>Group Discussion</i> - Ceramah - <i>Project-Based Learning</i>	(2 x 60")]	diskusi dan memberikan pendapat berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen - Mahasiswa memantau, mencatat, mengevaluasi perilaku verbal dan non-verbal diri sendiri, dan orang lain	menjelaskan pengertian dan komponen komunikasi interpersonal ; pengertian, prinsip, dan saluran dalam komunikasi - Ketepatan dalam mengimple-mentasikan - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
15	Mampu menjelaskan (C2) dan mengimplemen-tasikan (P2) strategi-strategi individual yang bisa dilakukan	Strategi Individual dalam Membantu Meningkatkan Perilaku Kesehatan: <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>The stage of change model/ transtheoretical model</i> ▪ Pendekatan individual: 	- <i>Brainstorming</i> dan <i>Large Group Discussion</i> - Ceramah	TM: 1 x (2x 50") BT + BM = 1 x [(2 x 60") + (2 x 60")]	- Mahasiswa terlibat dalam diskusi - Mahasiswa mendengarkan penjelasan dari dosen	- Ketepatan dalam menjelaskan dan memberikan contoh konkrit	8

	untuk membantu meningkatkan perilaku kesehatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Fear arousal (protection motivation)</i> 2. <i>Motivational interviewing</i> 3. <i>Problem focused-counseling (goal-setting, implementing plans & intentions)</i> 4. <i>Modelling</i> 5. <i>Behavioral practice</i> 6. <i>Cognitive intervention</i> 	- <i>Problem-Based Learning</i>		- Mahasiswa membuat contoh konkrit penerapan strategi individual dalam meningkatkan perilaku kesehatan	penetapan strategi individual dalam meningkatkan perilaku kesehatan - Ketepatan dalam mengimplementasikan - Keaktifan mahasiswa dalam diskusi	
16	Evaluasi akhir semester						
8. Daftar Referensi:		<ol style="list-style-type: none"> 1. American Psychiatric Association. (2000). <i>Diagnostic and statistical manual of mental disorder. Fourth edition, Text revision: DSM-IV-TR</i>. Washington DC : American Psychiatric Association. 2. Arkowitz, H, Westra, H. A., Miller, W. R. & Rollnick, S. (2008). <i>Motivational interviewing in the treatment of psychological problems</i>. New York: The Guilford Press. 3. Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smih, E. E., & Bem, D. J. (). <i>Pengantar Psikologi. Edisi Ke Sebelas</i>. Alih Bahasa: Widjaja Kusuma. Batam: Interaksara. 4. Bartholomew, L. K., Parcel, G. S. , Kok, G., & Gottlieb, N, H, (2006). <i>Planning health promotion programs. An intervention Mapping Approach</i>. San Francisco: Jossey-Bass A Wiley Imprint. 5. DeVito, J. A. (2013). <i>The interpersonal communication book. 13th edition</i>. New Jersey: Pearson Education, Inc. 6. DeVito, J. A. (2015). <i>Human communication: The basic course. 13th edition</i>. New Jersey: Pearson Education, Inc. 					

7. Dewi, K.S (2012) *Kesehatan mental: Penyesuaian dalam kehidupan sehari-hari. Buku Ajar*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
8. Feldman, R. S. (2013). *Essentials of understanding psychology. Tenth edition*. New York: McGraw-Hill.
9. Goleman, D. (2016). *Emotional intelligence. Kecerdasan emosional. Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: Kompas Gramedia.
10. Gross, R. (2010). *Psychology: The science of mind and behaviour. 6th edition*. London: Hodder Education.
11. Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan. Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Edisi kelima*. Jakarta: Erlangga.
12. Hurlock, E. B. (...). *Perkembangan anak. Jilid 1. Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga.
13. Irwanto. (1991). *Psikologi umum. Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: Gramedia.
14. Morrison, V., & Bennett, P. (2009). *An Introduction to Health Psychology, 2nd Edition*. London: Pearson Education Limited.
15. Nevid, J.S., Rathus, S.A., Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal. Edisi Kelima. Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
16. Nevid, J.S., Rathus, S.A., Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal. Edisi Kelima. Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
17. Ogden, J. (2007). *Health psychology. A textbook. Fourth edition*. England: Open University Press, McGraw-Hill.
18. Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). *Human development. Perkembangan manusia. Edisi 10. Buku 1*. Jakarta: Salemba Humanika.
19. Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). *Human development. Perkembangan manusia. Edisi 10. Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
20. Rakhmat, J. (2003). *Psikologi komunikasi. Edisi revisi*. Bandung: Rosdakarya.
21. Sanderson, C. A. (2013). *Health Psychology, 2nd Edition*. John Wiley & Sons, Inc.

	<p>22. Santrock, J. W. (2012). <i>Life-span development. Perkembangan Masa-Hidup. Edisi ketigabelas. Jilid 1.</i> Jakarta: Erlangga.</p> <p>23. Santrock, J. W. (2012). <i>Life-span development. Perkembangan Masa-Hidup. Edisi ketigabelas. Jilid 2.</i> Jakarta: Erlangga.</p> <p>24. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). <i>Health psychology: Biopsychosocial interactions. Seventh edition.</i> NJ: John Wiley & Sons, Inc.</p> <p>25. Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (2007). <i>Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths.</i> California: Sage Publications, Inc.</p> <p>26. Sunaryo. (2015). <i>Psikologi untuk keperawatan. Edisi 2.</i> Jakarta: EGC.</p> <p>27. Taylor, S. E. (2015). <i>Health Psychology, 9th Edition.</i> New York: McGraw-Hill Education.</p> <p>28. Weiten, W., Dunn, D. S., & Hammer, E. Y. (2012). <i>Psychology applied to modern life. Adjustment in the 21st century. 10th edition.</i> CA: Wadsworth, Cengage Learning.</p> <p>29. Walgito, B. (2002). <i>Pengantar psikologi umum. Edisi ke-3.</i> Yogyakarta: Penerbit ANDI.</p> <p>30. Walgito, B. (2002). <i>Psikologi sosial (Suatu pengantar). Edisi ke-3.</i> Yogyakarta: Penerbit ANDI.</p>