



DOKUMEN PERKULIAHAN
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
SEMESTER GENAP TA 2022-2023

MATA KULIAH
KESEHATAN MENTAL

OLEH
Choli Astutik, M.Psi
NIDN. 0704118405

PROGRAM STUDI
BIMBINGAN DAN KONSELING
STKIP PGRI SUMENEP



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

STKIP PGRI SUMENEP

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

Matakuliah : **Kesehatan Mental**

Kode Matakuliah : **MKK8622**

HALAMAN PENGESAHAN

Dosen Pengembang RPS	Validasi UPM	Ketua Program Studi
Choli Astutik, M.Psi	Moh Juhi, M.Pd	Dr. Rusmyati, M.Pd

SKS : 2

Kelas : A

Pengampu : **Choli Astutik, M.Psi**

Capaian Pembelajaran : S1- Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius

Lulusan (CPL) S2- Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika

Sikap S3- Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara dan kemajuan peradaban Pancasila

S6- Bekerja sama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan

Keterampilan Umum : KU1- Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahlian

KU2 – Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur

Pengetahuan : P5- Menguasai konsep teoritis tentang kesehatan mental

Keterampilan khusus KK8- Mampu menyampaikan gagasan secara tertulis, menampilkan presentasi secara efektif, dan menggunakan Teknologi informasi secara bertanggung jawab.

Capaian Pembelajaran : Mahasiswa mampu memahami konsep dan teori kesehatan mental.

MK (CP-MK)

PERTE	KEMAMPUAN AKHIR YANG	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK	PENILAIAN	REFERENSI
-------	----------------------	-----------	--------------	--------	-----------	-----------

M UAN KE	DIHARAPKAN (Sub CP-MK)			&METODE PEMBELAJARA N, PENUGASAN MAHASISWA	JENIS	KRETE RIA	BOBO T	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Mahasiswa mampu memahami kontrak kuliah	Terdapat kontrak kuliah tertulis	Orientasi program perkuliahan: - Aturan - Tugas - Penilaian - Hak dan Kewajiban	-	Non Tes	C2	5.50	RPS dan Kontrak Kuliah
2	Memahami dasar filosofi (konseptual) kondisi mental yang sehat dan terganggu	Mengemukakan pengertian kesehatan mental dari berbagai perspektif dan tokoh	Mengkaji latar belakang munculnya paradigma kesehatan mental	- kuliah - ceramah - contextual learning	Test dan non test	C2	5.50	1,2,3
3	Memiliki wawasan tentang teori, konsep, dan prinsip kesehatan mental	1. Mengkaji paradigma kesehatan mental secara ilmiah Mendiskusikan konsep kesehatan mental dari berbagai perseptif	- 1. Menyimak penjelasan dosen, 2. Tanya jawab Diskusi	- Kuliah - ceramah - contextual learning	Tes dan non test	C2	5.50	1,2,5

PERTEMUAN	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRETERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Menguraikan kondisi-kondisi di luar diri yang mempengaruhi kesehatan mental individu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental 2. Mengidentifikasi sebab munculnya gangguan mental yang bersumber dari luar diri 	-	<ul style="list-style-type: none"> - Kuliah - ceramah - contextual learning 	Performance	C2	5.50	1,2,3
5	Mendesripsikan perbedaan karakteristik mental sehat dan mental terganggu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menunjukkan kriteria mental yang sehat 2. Mengimplementasikan teori, konsep, dan prinsip kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari 3. Memaparkan berbagai model kesehatan mental dalam masyarakat 4. Menunjukkan kriteria atau gejala mental 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengkaji kriteria sehat mental secara ilmiah 2. Mendiskusikan dan mengidentifikasi berbagai gejala sehat mental maupun gangguan mental 3. Menerapkan berbagai prinsip kajian ilmiah tentang kriteria kesehatan mental maupun gangguan mental dalam kehidupan 	<ul style="list-style-type: none"> - Kuliah - presentasi 	Performance	C2	5.50	1.2.3

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRITERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
		yang terganggu Mengimplementasikan teori, konsep, dan prinsip munculnya gangguan mental dalam kehidupan sehari-hari Memaparkan berbagai model gangguan mental dalam masyarakat	sehari-hari					
6	Mendeskripsikan perbedaan karakteristik mental sehat dan mental terganggu	5. Menunjukkan kriteria mental yang sehat 6. Mengimplementasikan teori, konsep, dan prinsip kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari 7. Memaparkan berbagai model kesehatan mental dalam masyarakat 8. Menunjukkan kriteria atau gejala mental	- - Menyimak penjelasan dosen, - Tanya jawab Diskusi	- Kuliah - presentasi	Performance	C2	5.50	1,2,3

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRETERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
		<p>yang terganggu Mengimplementasikan teori, konsep, dan prinsip munculnya gangguan mental dalam kehidupan sehari-hari Memaparkan berbagai model gangguan mental dalam masyarakat</p>						
7	Ujian Tengah Semester							
8	Mengeksplorasi konsep dan prinsip kesehatan mental personal	<ol style="list-style-type: none"> Memaknai kesehatan mental personal dari berbagai perspektif dan tokoh Menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental personal 	<ol style="list-style-type: none"> Mengkaji prinsip-prinsip kesehatan mental personal Mengidentifikasi faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental personal 	-Kuliah - presentasi	performance	C2		1,2,3

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRETERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.	Mengeksplorasi konsep dan prinsip kesehatan mental komunitas	<ol style="list-style-type: none"> 1. kesehatan mental komunitas dari berbagai perspektif dan tokoh 2. Menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental komunitas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengkaji prinsip-prinsip kesehatan mental komunitas 2. Mengidentifikasi faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan mental komunitas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimak penjelasan dosen, 2. Tanya jawab <p>- Diskusi</p>	performance	C2	5	1,2,3
10	Menyeleksi berbagai mekanisme pertahanan diri dari perspektif psikodinamika	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menguraikan mekanisme pertahanan psikis untuk mencapai kesehatan mental dalam perspektif psikoanalitik 2. Mengupayakan pengatasan gangguan mental yang bersumber dari dalam diri individu <p>Menguraikan mekanisme pertahanan psikis untuk mencapai</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. - Mengidentifikasi bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri yang dimiliki masing-masing individu 2. Menerapkan mekanisme pertahanan diri yang positif dan sehat bagi diri sendiri maupun orang lain 	<p>-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimak penjelasan dosen, 3. Tanya jawab 4. Diskusi <p>Observasi</p>	Tes dan test	C2	0,5	1,2,3,4

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRETERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
		1. kesehatan mental (derivasi perspektif psikodinamika)						
11	Menyeleksi berbagai mekanisme pertahanan diri dari perspektif psikodinamika	<p>3. Menguraikan mekanisme pertahanan psikis untuk mencapai kesehatan mental dalam perspektif psikoanalitik</p> <p>4. Mengupayakan pengatasan gangguan mental yang bersumber dari dalam diri individu</p> <p>Menguraikan mekanisme pertahanan psikis untuk mencapai kesehatan mental (derivasi perspektif psikodinamika)</p>	<p>3. Mengidentifikasi bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri yang dimiliki masing-masing individu</p> <p>4. Menerapkan mekanisme pertahanan diri yang positif dan sehat bagi diri sendiri maupun orang lain</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Menyimak - penjelasan dosen, - Tanya jawab - Diskusi - Observasi 				1,2,3

PERTEMUAN	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRETERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
12	Menyeleksi berbagai mekanisme pertahanan diri dari perspektif psikodinamika	<p>5. Menguraikan mekanisme pertahanan psikis untuk mencapai kesehatan mental dalam perspektif psikoanalitik</p> <p>6. Mengupayakan pengatasan gangguan mental yang bersumber dari dalam diri individu</p> <p>Menguraikan mekanisme pertahanan psikis untuk mencapai kesehatan mental (derivasi perspektif psikodinamika)</p>		-				
13	Menyeleksi berbagai strategi coping dalam menyelesaikan masalah	<p>1. Memaparkan strategi coping yang populer untuk mencapai kesehatan mental</p> <p>Memaparkan strategi coping yang positif untuk mencapai kesehatan mental</p>	<p>1. Mengidentifikasi strategi coping (populer) yang dimiliki masing-masing individu</p> <p>Menerapkan strategi coping yang positif dan sehat bagi diri sendiri maupun</p>	<p>- Menyimak</p> <p>- penjelasan dosen,</p> <p>-Tanya jawab</p> <p>-Diskusi</p> <p>Observasi</p>				

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	INDIKATOR	MATERI POKOK	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA	PENILAIAN			REFERENSI
					JENIS	KRETERIA	BOBOT	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
			bagi orang lain					
	Menyeleksi berbagai strategi coping dalam menyelesaikan masalah	-Memaparkan strategi coping yang populer untuk mencapai kesehatan mental Memaparkan strategi coping yang positif untuk mencapai kesehatan mental	-Mengidentifikasi strategi coping (populer) yang dimiliki masing-masing individu Menerapkan strategi coping yang positif dan sehat bagi diri sendiri maupun bagi orang lain	- Menyimak - penjelasan dosen, -Tanya jawab Diskusi Observasi				
	Menyeleksi berbagai strategi coping dalam menyelesaikan masalah	-Memaparkan strategi coping yang populer untuk mencapai kesehatan mental -Memaparkan strategi coping yang positif untuk mencapai kesehatan	-Mengidentifikasi strategi coping (populer) yang dimiliki masing-masing individu Menerapkan strategi coping yang positif dan sehat bagi diri sendiri maupun bagi orang lain	- Menyimak - penjelasan dosen, -Tanya jawab -Diskusi Observasi				
16	Ujian Akhir Semester							

Daftar Rujukan :

1. Santrock, J.W. (2011).Life Span Development-13.ed. New York, NY:Mc Graw-Hill
2. Papalia, D.E., Feidman, R.D.,& Martorell, G (2014).Experience Human Development (12nd ed). Jakarta: penerbit Salemba Humanika
3. Desmita, (2017). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
4. Jurnal Nasional

Mengetahui,
Kaprodi Bimbingan dan Konseling




Dr. Rusmiyati, M.Pd
NIK. 07731107

Sumenep, 27 Februari 2023
Dosen Pengampu

Choli Astutik, M.Psi
NIDN. 0704118405