

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)
MATA KULIAH: KESEHATAN MENTAL



DOSEN PENGAMPU:
(Dr. Nelly Marhayati, M.Si)



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU
2021**

	INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU FAKULTAS : USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH JURUSAN/PRODI : DAKWAH/BIMBINGAN KONSELING ISLAM				
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER					
MATA KULIAH	Kode	Rumpun MK	Bobot (skls)	Semester	Tgl Penyusunan
KESEHATAN MENTAL	MKK	Mata Kuliah Pilihan	2	2	1 Maret 2019
		Dosen Pengembang RPS	Koordinator RMK	Ka. PRODI	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI	I2 I3 P6 P7 Menguasai cara mengidentifikasi, merumuskan dan menyelesaikan masalah-masalah klien. Menguasai pendekatan dan teknik dalam pengembangan bimbingan dan konseling Islam. Memiliki kemampuan mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah-masalah psikologi dalam keluarga dan masyarakat, melalui penyelenggaraan bimbingan dan konseling Islam, pemberian motivasi dan pelatihan, serta tindakan mediasi dan advokasi. Memiliki kemampuan mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah-masalah psikologis peserta didik, mampu merencanakan dan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling Islam sekaligus mengevaluasinya dalam bidang pribadi, sosial, belajar, karis dan agama. Sehingga dapat menunjukkan kinerja akademik dan atau profesional dalam bidang bimbingan konseling di sekolah, perguruan tinggi dan masyarakat luas.			
	CPL-MK				
	Sikap	a. Mampu memahami konsep kesehatan mental untuk dijelaskan pada kehidupan yang nyata. b. Mampu menangani dengan bijak masalah yang terjadi pada klien.			

	Pengetahuan	Memahami konsep-konsep dasar dan teori kesehatan mental dan topik bahasan yang berkembang dalam kesehatan mental dengan menggunakan perspektif BIOPSIKOSOSIALSPIRITAL.
	Keterampilan	Mampu Mengimplementasikan pemahaman tentang kondisi psikis individu serta faktor-faktor yang mempengaruhinya, dengan melakukan sesi wawancara terhadap individu dengan berbagai macam permasalahan yang dihadapinya dalam konteks layanan konseling.
Deskripsi Singkat MK		Mata kuliah yang berisi pengenalan konsep-konsep dan perkembangan kesehatan mental pada individu serta penerapannya dalam lingkungan masyarakat. Agar setiap mahasiswa memiliki kemampuan untuk berpikir analitis dalam mengidentifikasi masalah-masalah kesehatan mental dalam lingkungan masyarakat, menggali potensi kearifan lokal dalam masyarakat dan pada akhirnya mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari dalam rangka peningkatan kesehatan mental masyarakat.
Materi Pembelajaran/Pokok Bahasan		<ol style="list-style-type: none"> 1. Prinsip-prinsip kesehatan mental 2. Konsep diri 3. Konsep emosi 4. Kecerdasan Emosi 5. Psikologi Positif 6. <i>Subjective well Being</i> 7. <i>Coping stress</i> 8. Konsep Kepribadian Sehat
Pustaka		<ol style="list-style-type: none"> 1. Purwa Atmaja Prawira. <i>Kesehatan mental dengan Perspektif Baru</i> 2. Diah Kamiyati & Cahyaning Suryaningrum. <i>Pengantar Psikologi Proyektif</i> 3. Muhammad Utsman Najati. <i>Psikologi dalam Al-Quran</i>. 4. Alwisol. <i>Kesehatan mental (edisi revisi)</i>. 5. A. Supratiknya. <i>Pengukuran Psikologi</i> 6. Abdul Mujib. <i>Kepribadian dalam Psikologi Islam</i>. 7. Mischel, Shoda & Smith. <i>Introduction to personality toward an integration</i>. 8. Anne Anastasi & Susana Urbina. <i>Tes Psikologi (psychology testing 7e)</i>
Media Pembelajaran		LCD, Laptop, Power Point slide

Team Teaching	<ul style="list-style-type: none"> • Dr. Nelly Marhayati, M.Si • Sugeng Sejati, S.Psi, MM • Andi Fitri Bahrun, M.Psi, Psikolog • Deta Nurfianti, Mspi, Psikolog • Indah Syoraya, S.Psi, MA • Lailatul Badriyah, S.Psi, M.A.
Matakuliah Syarat	Pengantar Psikologi Psikologi Umum

Mg ke	Sub-CP-MK (sbg kemampuan akhir yang diharapkan	Indikator	Kriteria dan Bentuk Penilaian	Metode Pembelajaran (Estimasi Waktu)	Materi Pembelajaran (Pustaka)	Bobot Penilaian (%)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1	Menciptakan kondisi sosial-emosional (SO-M) antara dosen dengan mahasiswa untuk kelancaran proses perkuliahan.	Pengantar perkuliahan, kontrak perkuliahan. penjelasan Silabus/	Pembahasan silabus, meliputi, penjelasan tentang identitas mata kuliah, kompetensi dasar yang harus dikuasai setelah mempelajari mata kuliah, sinopsis mata kuliah, sistem penilaian, sumber atau referensi materi perkuliahan setiap minggunya.	<ul style="list-style-type: none"> • Orientasi • Curah pendapat. <i>Review</i> dan penyimpulan bersama 	1. Terciptanya hubungan yang baik antara dosen dan mahasiswa untuk menunjang kelancaran proses perkuliahan 2. Menerapkan Nilai dan sikap yang telah disepakati dalam kontrak perkuliahan	5
2	Memahami diri sendiri	Menganalisis tentang diri sendiri	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Membuat essay who am i 	Mahasiswa mampu	5

				<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi • Evaluasi 	manganalisa diri sesuai dengan identifikasi potensi, keterbatasan dan harapannya	
3	Memahami dan menguasai konsep fenomena sehat dan tidak sehat	Menguraikan fenomena sehat dan tidak sehat	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Sehat, kesehatan dan sehat mental • Ruang lingkup kesehatan mental • Konsep yang salah tentang kesehatan mental • Perkembangan gerakan kesehatan mental 	5
4	Memahami prinsip-prinsip kesehatan mental	Menguraikan prinsip-pronsip dalam memahami kesehatan mental	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Prinsip yang didasari atas sifat manusia • Prinsip yang didasari atas hubungan manusia dengan lingkungan • Prinsip yang didasari atas hubungan individu dengan 	10

					Tuhan	
5	Memahami pendekatan dalam kesehatan mental	Menguraikan pendekatan dalam kesehatan mental	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Diskusi kasus dalam kelompok kecil • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pendekatan psikologis • Pendekatan sosio-kultural • Pendekatan lingkungan 	10
6	Memahami dan menguasai konsep penyesuaian dan pertumbuhan diri	Menguraikan konsep penyesuaian dan pertumbuhan diri	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Diskusi kasus dalam kelompok kecil • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Definisi penyesuaian diri • Perubahan pemahaman mengenai penyesuaian diri • Hubungan antara penyesuaian diri dan pertumbuhan diri • Definisi pertumbuhan diri • Kondisi dan tahapan memulai pertumbuhan diri • Perubahan sebagai langkah aktualisasi diri • Karakteristik 	10

					individu dengan aktualisasi diri	
7	Memahami dan menguasai konsep konsep diri	Menguraikan konsep diri	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Schema dan self • Bagian self • Konsep diri dan harga diri • Aspek yang mempengaruhi • Perubahan konsep diri 	10
UJIAN TENGAH SEMESTER (UTS)						
9	Memahami dan menguasai konsep emosi	Menguraikan konsep emosi	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Diskusi kasus • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengertian dan fungsi emosi • Komponen emosi • Proses dalam mengalami emosi • Jenis emosi dan ekspresinya 	5
10	Memahami dan menguasai konsep kecerdasan emosi	Menguraikan konsep kecerdasan emosi	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Diskusi kasus • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Ciri-ciri kecerdasan emosi • Pengelolaan emosi • Emosi-emosi intimewa • Manajemen mood 	5

11	Memahami dan menguasai konsep positive psychology	Menguraikan konsep dari positive psychology	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Sejarah singkat psikologi positif • Definisi psikologi positif • Tujuan psikologi positif • Ruang lingkup psikologi positif • Kebahagiaan 	5
12	Memahami dan menguasai konsep Psychological well-being	Menguraikan konsep dari psychological well-being	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Definisi kesejahteraan psikologis • Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis 	5
13	Memahami dan menguasai konsep hubungan interpersonal	Menguraikan konsep hubungan interpersonal	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Diskusi kasus • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengaruh sosial dan mempengaruhi orang lain • Komunikasi dan hubungan interpersonal • Ketertarikan interpersonal • Keintiman • Pernikahan dan kesejahteraan psikologis 	5
14	Memahami stress dan	Menguraikan	Metode diskusi, dan	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan 	<ul style="list-style-type: none"> • Stres dan jenis 	10

	coping	kONSEP STRES, COPING DAN PENYESUAIAN TERHADAP STRES	TANYA-JAWAB.	<ul style="list-style-type: none"> • Tanya-Jawab • Dikusi kasus • Evaluasi 	<p>STRESS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktor yang mempengaruhi stress • Tipe-tipe stress • Penyesuaian terhadap stress • Mekanisme pertahanan diri • Pendekatan problem-solving terhadap stress • Pengelolaan stres 	
15	Memahami dan menguasai konsep kepribadian sehat	Menguraikan konsep kepribadian sehat	Metode diskusi, dan tanya-jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan • Tanya-Jawab • Diskusi kasus • Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Definisi kepribadian sehat • Karakteristik kepribadian sehat • Konsep-konsep dalam kepribadian sehat • Pengembangan diri 	10

UJIAN AKHIR SEMESTER (UAS)