





**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)  
KESEHATAN MENTAL  
PB302**



**Dosen:**

Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd.  
Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd.

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2020**

	<b>RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER</b>	No.Dok :
	<b>Mata Kuliah</b> Kesehatan Mental	Revisi :
		Tanggal : 30 Januari 2020 Halaman: 8 Halaman
Dibuat Oleh:  Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd. NIP. 195206201980021001	Diperiksa Oleh:  Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. NIP 196611151991022001	Disetujui Oleh:  Dr. Nandang Budiman, M.Si. NIP. 197102191998021001
<b>Dosen</b>	<b>TPK Prodi</b>	<b>Ketua Departemen</b>
<b>RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER</b>		
<b>1. Identitas Matakuliah</b> Nama Prodi : Bimbingan dan Konseling Nama Matakuliah : Kesehatan Mental Kode Matakuliah : PB302 Kelompok Matakuliah : Mata Kuliah Keahlian Inti Program Studi (MKKIPS) Bobot sks : 2 SKS Jenjang : S1 Semester : 2 (Genap) Prasyarat : Bimbingan dan Konseling, Psikologi Umum Status (wajib/ pilihan) : Wajib Nama dan kode dosen : Prof.Dr.Syamsu Yusuf LN, M.Pd. (0881) Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd. (2991)		
<b>2. Deskripsi Matakuliah</b> Mata kuliah ini mengkaji dan mendalami konsep dasar kesehatan mental; penyesuaian diri dan kesehatan mental; kecenderungan kesehatan masyarakat modern; manajemen stress; pengaruh agama terhadap kesehatan mental;		

pengembangan kesehatan mental di lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan industri; konseling bagi pengembangan kesehatan mental, dan identifikasi serta analisis masalah kesehatan mental kasus.

### **3. Expected Learning Outcome**

Menerapkan prinsip-prinsip pedagogis, psikologis dan kultural dalam praktik bimbingan dan konseling

### **4. Capaian Pembelajaran Program Studi (CPPS) yang Dirujuk**

- S2. Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika;
- P1. Menguasai filosofi dan konsep teoritis bimbingan dan konseling, pendidikan, psikologi, serta prinsip-prinsip dasar sosiologi, budaya dan antropologi;
- P4. Memiliki wawasan tentang isu-isu pendidikan dan kehidupan masyarakat;
- P5. Menguasai sistem dan prosedur penyelenggaraan bimbingan dan konseling;
- KU5 Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang bimbingan dan konseling, berdasarkan hasil analisis informasi dan data.

### **5. Capaian Pembelajaran Matakuliah (CPM)**

- M1 Menguasai Psikologi perkembangan individu (P1)
- M2 Menguasai secara konseptual tentang dinamika individu (P2)
- M3 Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis dan inovatif dalam penyelesaian tugas psikologi perkembangan (KK1)
- M4 Mampu mengerjakan tugas yang berkualitas dan memiliki perasaan yang senang (KK2)
- M10 Menjunjung kode etik dalam proses akademik (KK4)

## 6. Deskripsi Rencana Pembelajaran

<b>Pertemuan</b>	<b>Sub-CPMK Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah</b>	<b>Bahan Kajian</b>	<b>Bentuk Pembelajaran</b>	<b>Waktu</b>	<b>Tugas dan Penilaian</b>	<b>Rujukan</b>
1	Mahasiswa secara umum mengetahui silabus perkuliahan, yang meliputi tujuan, ruang lingkup, prosedur perkuliahan, tugas yang harus dilakukan, ujian yang harus diikuti, komponen penilaian, sumber-sumber/referensi, dan kontrak belajar.	Orientasi Umum	Mahasiswa dan dosen menyepakati RPS perkuliahan  Perkuliahan melalui Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	GCR/SPOT
2	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan karakteristik kesehatan mental	Konsep dasar kesehatan mental	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, analisis kasus, penayangan video kondisi kesehatan mental masa kini melalui zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Yusuf Syamsu LN. (2009). Mental Hygiene
3	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep penyesuaian diri dan kesehatan mental	Penyesuaian diri dan Kesehatan mental	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian:	Syamsu, 2009.

<b>Pertemuan</b>	<b>Sub-CPMK Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah</b>	<b>Bahan Kajian</b>	<b>Bentuk Pembelajaran</b>	<b>Waktu</b>	<b>Tugas dan Penilaian</b>	<b>Rujukan</b>
			Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.		Keaktifan di kelas Quiz	Zakiyah Daradjat, 1975.
4	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep penyesuaian diri yang menyimpang	Penyesuaian diri yang menyimpang	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi Penilaian: Keaktifan di kelas	Schneiders 1964; Dadang Hawari, 1997
5	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep penyesuaian diri yang menyimpang	Penyesuaian diri yang menyimpang	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi Penilaian: Keaktifan di kelas	Schneiders 1964; Dadang Hawari, 1997
6	Mahasiswa mampu menjelaskan Pengertian, dan gejala stress	Pengertian, dan gejala stress Stress pada setiap periode kehidupan	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian:	Dadang Hawari, 1997; Syamsu Yusuf, 2009.

<b>Pertemuan</b>	<b>Sub-CPMK Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah</b>	<b>Bahan Kajian</b>	<b>Bentuk Pembelajaran</b>	<b>Waktu</b>	<b>Tugas dan Penilaian</b>	<b>Rujukan</b>
	Stress pada setiap periode kehidupan		pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.		Keaktifan di kelas	
7	Mahasiswa mampu menjelaskan Faktor-faktor yang mempengaruhi stress	Faktor-faktor yang mempengaruhi stress	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Greenberg, Jerrold S.,2002; Syamsu Yusuf, 2009.
8	<b>UJIAN TENGAH SEMESTER</b>					
9	Mahasiswa mampu menjelaskan manajemen (pengelolaan) stress	Manajemen (pengelolaan) stress	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Greenberg Jerrold S. 2002; Syamsu Yusuf, 2009.
10	Mahasiswa mampu menjelaskan kecenderungan perkembangan	Kecenderungan perkembangan kesehatan mental masyarakat modern.	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian:	Schneiders19 64; Dadang Hawari, 1997.

<b>Pertemuan</b>	<b>Sub-CPMK Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah</b>	<b>Bahan Kajian</b>	<b>Bentuk Pembelajaran</b>	<b>Waktu</b>	<b>Tugas dan Penilaian</b>	<b>Rujukan</b>
	kesehatan mental masyarakat modern.		pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.		Keaktifan di kelas	
11	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep pengaruh agama terhadap kesehatan mental	Pengaruh agama terhadap kesehatan mental	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Zakiyah Darajat, 1982; Aulia, 1980
12	Mahasiswa mampu menjelaskan pengembangan kesehatan mental di lingkungan keluarga dan sekolah	Pengembangan kesehatan mental di lingkungan keluarga dan sekolah	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi melalui GCR/WAG/Zoom.	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Covey, Stephen,R. 1997;  Syamsu Yusuf, 2009.
13	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep pengembangan kesehatan mental di lingkungan	Pengembangan kesehatan mental di lingkungan masyarakat dan perusahaan	Ekspositori, inkuiri melalui latihan, dan analisis kasus. Mahasiswa menjelaskan melalui video pembelajaran dan diskusi	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Syamsu Yusuf, 2009.

Pertemuan	Sub-CPMK Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	masyarakat dan perusahaan		melalui GCR/WAG/Zoom.			
14	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep konseling bagi pengembangan kesehatan mental	Konseling bagi pengembangan kesehatan mental	Ceramah, diskusi	2 X 50'	Tugas: Resume Materi  Penilaian: Keaktifan di kelas	Faruq Nasution, 1973; Syamsu Yusuf, 2009.
15	Mahasiswa mampu menganalisis fenomena kesehatan mental individu di lapangan	Analisis empirik kesehatan mental	Review Perkuliahan	2 X 50'	Tugas: Resume dan data di lapangan Penilaian: Rubrik	--
16	<b>UJIAN AKHIR SEMESTER</b>					

## 7. Daftar Rujukan

- Dadang hawari. (1997). *Al-quran, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Greenberg, Jerrold S. (2002). *Comprehensive Stress Management*. New York: McGraw-Hill Companies Inc.
- Surya, M. (1976). *Kesehatan Mental dan Gangguan Mental*. Bandung : Jurusan PPB FIP IKIP.
- Yusuf Syamsu LN. (2009). *Mental Hygiene (Terapi Psikospiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas)*. Bandung: Maestro.
- Schneiders A.A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York.
- Zakiyah Daradjat. (1975). *Kesehatan Mental*. Jakarta : Gunung Agung.



----- (1982). *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*. Jakarta : Bulan Bintang.

**8. Bahan Ajar (Lampiran 1)**

Dalam bentuk buku, *handout*, atau bahan presentasi (Powerpoint)

**9. Instrumen Penilaian (Lampiran 2)**

Berisikansoal UTS, UAS, Kuis, Format Penilaian Kinerja, Format Observasi dalam bentuk Rubrik Penilaian