





Mata Kuliah	: Psikologi Kesehatan	Tanggal	: 15 Juni 2023
Kode MK	: PSI519	Rumpun MK	: MKP
Bobot (sks)	T (Teori) : 2	Semester	: 1
	P (Praktik/Praktikum) : 0		
Dosen Pengembang RPS,  (Maria Jane T. Simanjuntak, S.Psi., M.Psi., Psikolog)	Koordinator Keilmuan,  (Maria Jane T. Simanjuntak, S.Psi., M.Psi., Psikolog)	Kepala Program Studi,  (Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.)	Dekan  (Dra. Clara Evi Citraningtyas, M.A., Ph.D)

<b>NOMOR TUGAS</b>
1
<b>BENTUK TUGAS</b>
Unjuk Kerja (diskusi kelompok dan presentasi)
<b>JUDUL TUGAS</b>
<i>"Is health related to psychology?"</i>
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (SUB CPMK)</b>
23-PSI-SCPMK-02157: Mahasiswa mampu menjelaskan kaitan psikologi dengan kesehatan fisik dengan tepat.
23-PSI-SCPMK-02158: Mahasiswa mampu menjelaskan sistem fisik tubuh manusia secara tepat.
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>
Mahasiswa diminta untuk berkelompok 2 sampai 3 orang untuk membuat video presentasi tentang: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa itu psikologi Kesehatan (Part 1 Buku Ogden)</li> </ol>

<p>2. Apa dan bagaimana <i>Health Beliefs, behaviour, &amp; behaviour change</i> terjadi pada individu (Part 2 buku Ogden)</p> <p>3. Apa yang perlu dilakukan individu jika merasa “sakit”? (Part 3 buku Ogden)</p> <p>Video presentasi harus melibatkan seluruh anggota kelompok. Masing-masing kelompok tidak boleh membahas topik yang sama.</p>
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>
Diskusi kelompok, <i>cooperative learning</i>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
Video Presentasi sesuai kreativitas kelompok masing-masing. (Durasi minimal 10 menit, maksimal 15 menit)
<b>INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN</b>
<p><b>Nilai Kelompok:</b></p> <p>Ketepatan perspektif psikologi dalam membahas topik: 50%</p> <p>Kreativitas (kesesuaian warna dan padu padan yang digunakan):10%</p> <p><b>Nilai Individu:</b></p> <p><i>Attitude</i> (Kejujuran, kesiapan, kepercayaan diri): 10%</p> <p>Presentasi (Ketepatan penjelasan perspektif psikologi dalam membahas topik): 30%</p>
<b>JADWAL PELAKSANAAN</b>
Proses pengerjaan mulai minggu ke-3, tugas dikumpulkan minggu ke-7
<b>LAIN-LAIN</b>
-
<b>DAFTAR RUJUKAN</b>
<p>Ogden, J. 2023. <i>Health Psychology: 7<sup>th</sup> edition</i>. McGraw Hill: New York</p> <p>Sarafino, E.P. Smith, T.W., King, D.B., &amp; Longis, A.D., 2020. <i>Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 2<sup>nd</sup> Canadian edition</i>. John Wiley Sons &amp; Inc: United States of America</p>

<b>NOMOR TUGAS</b>
2
<b>BENTUK TUGAS</b>
Unjuk Kerja (Diskusi, presentasi) dan Observasi (Karya tulis)
<b>JUDUL TUGAS</b>
<i>"Which one is the best model?"</i>
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (SUB CPMK)</b>
23-PSI-SCPMK-03164: Mahasiswa mampu menentukan faktor-faktor yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan pada manusia. 23-PSI-SCPMK-03165: Mahasiswa mampu menentukan pendekatan psikologi kesehatan yang tepat untuk mempromosikan hidup sehat. 23-PSI-SCPMK-0526: Mahasiswa mampu menghubungkan faktor psikososial dengan kondisi perkembangan kesehatan individu secara tepat.
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa diminta untuk mencari teman dan berpasangan (2 orang)</li> <li>2. Mahasiswa diminta untuk mencari <i>trending topic</i> dalam kajian psikologi kesehatan berdasarkan bukti-bukti yang ada (berita, artikel, jurnal)</li> <li>3. Mahasiswa wajib menganalisis topik tersebut dengan konsep dasar psikologi kesehatan yang sesuai dengan cara mempresentasikannya</li> <li>4. Masing-masing pasangan mahasiswa harus mencari topik yang berbeda sesuai dengan kajian dari psikologi kesehatan yang sudah dibahas di kelas. Mahasiswa wajib mengonsultasikan topik yang sudah ditemukan dan disepakati dengan pasangannya kepada dosen pengampu supaya tidak sama dengan pasangan lain. Apabila ada 2 pasang mahasiswa yang memiliki topik yang sama, maka perlu mencari topik yang baru berdasarkan hasil konsultasi dari dosen pengampu.</li> <li>5. Setelah topik disetujui maka pasangan mahasiswa diwajibkan menulis paper (minimal 10-15 halaman) tentang topik tersebut (sesuai format) yang berisi:</li> <li>6. Secara individu, mahasiswa diminta untuk membuat poster yang menarik terkait hasil diskusi yang tercantum pada bab 3.</li> </ol>
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>
<i>self-directed learning, cooperative learning.</i>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
Luaran bentuk dan format luaran dari tugas ini adalah:

1. Paper dikerjakan secara berpasangan dengan ketentuan Ukuran Kertas A4, Font Judul Paper Arial 14, Bold, Font Isi Paper Arial 10, spasi 1,5, jumlah halaman minimal 10-15 halaman (tanpa sumber referensi dan lampiran), page number dituliskan juga dengan rapi di pojok kanan bawah Berikut adalah format paper:
  - a. Judul Paper: boleh disesuaikan dengan topik utama
  - b. Bab 1: Fenomena terkait topik yang dipilih (perlu dituliskan dari artikel jurnal terkait topik dalam 5 tahun terakhir)
  - c. Bab 2: Kajian Konsep psikologi kesehatan terkait fenomena (tuliskan teori psikologi yang dipilih)
  - d. Bab 3: Diskusi terkait fenomena dan konsep psikologi kesehatan (tuliskan masing-masing hasil diskusi dari setiap mahasiswa)
  - e. Bab 4: Kesimpulan dan saran tindak lanjut untuk fenomena yang sudah dibahas (tuliskan masing-masing Kesimpulan dan saran dari setiap mahasiswa)
  - f. Sumber Referensi: **wajib** menggunakan minimal **2 buku teks psikologi kesehatan** dan minimal **2 jurnal penelitian terkait topik** dalam 5 tahun terakhir. (tuliskan sesuai dengan format APA 7<sup>th</sup> edition dengan menggunakan Mendeley)
  - g. Lampiran: Artikel jurnal penelitian yang digunakan, Hasil Uji Turnitin < 10%, Poster masing-masing individu.
2. Poster dikerjakan secara individu dengan ketentuan ukuran kertas A4/A3/A2, maksimal 1 halaman:
  - a. Desain dan warna dibebaskan sesuai dengan kreativitas masing-masing mahasiswa
  - b. Isi poster harus disarikan dari hasil diskusi kaitan fenomena dan konsep psikologi Kesehatan yang dijelaskan pada bab 3 paper yang dikerjakan secara kelompok.
  - c. Sertakan juga sumber referensi pada poster terkait

Kedua luaran ini dikumpulkan secara ***hard copy dan soft copy***. Tempat dan waktu pengumpulan akan diinformasikan saat kelas berlangsung.

#### INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN

##### **Nilai Kelompok:**

Relevansi pemilihan topik dan konsep psikologi Kesehatan yang digunakan: 20%

Presentasi (argumentasi pemilihan topik dengan tepat): 10%

Kelengkapan dan ketepatan waktu pengumpulan tugas (format, isi, lampiran, dsb): 15%



**RENCANA TUGAS MAHASISWA (RTM)  
PROGRAM STUDI (PSIKOLOGI)  
FAKULTAS (HUMANIORA DAN BISNIS)**

**SPT-I/03/BP/POB-  
01/F-03**

Issue/Revisi : A0

**Nilai Individu:**

Hasil diskusi (relevansi topik dan kajian teori psikologi kesehatan yang dipilih): 35%

*Attitude* (kejujuran, kesiapan, kepercayaan diri): 10%

Kreativitas (kesesuaian warna dan padu padan desain infografis): 15%

**JADWAL PELAKSANAAN**

Proses pengerjaan mulai minggu ke-9, tugas dikumpulkan minggu ke-11

**LAIN-LAIN**

-

**DAFTAR RUJUKAN**

Ogden, J. 2023. *Health Psychology: 7<sup>th</sup> edition*. McGraw Hill: New York

Sarafino, E.P. Smith, T.W., King, D.B., & Longis, A.D., 2020. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 2<sup>nd</sup> Canadian edition*. John Wiley Sons & Inc: United States of America



**RENCANA TUGAS MAHASISWA (RTM)  
PROGRAM STUDI (PSIKOLOGI)  
FAKULTAS (HUMANIORA DAN BISNIS)**

**SPT-I/03/BP/POB-  
01/F-03**

Issue/Revisi : A0

<b>NOMOR TUGAS</b>
3
<b>BENTUK TUGAS</b>
Project Based Learning (PbL)
<b>JUDUL TUGAS</b>
"I Want to Be Healthy Again"
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (SUB CPMK)</b>
23-PSI-SCPMK-0527: Mahasiswa mampu menganalisis isu/fenomena berkaitan dengan psikologi kesehatan, faktor risiko dan penanganannya secara tepat.
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>
Mahasiswa secara berkelompok yang terdiri dari minimal 2 hingga 3 orang kemudian: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Mencari minimal 2 partisipan sukarelawan yang memiliki kondisi diri tidak sehat (fisik dan mental) dan bersedia untuk merubah dirinya menjadi lebih sehat melalui pendekatan psikologi kesehatan tertentu.</li><li>2. Masing-masing anggota kelompok wajib memberikan dan menandatangani <i>informed consent</i> sebelum program dijalankan sesuai dengan desain program.</li><li>3. Masing-masing kelompok tidak boleh memiliki kondisi diri tidak sehat dan pendekatan psikologi kesehatan yang sama, sehingga perlu konsultasi secara berkala dengan dosen pengampu sebelum menandatangani <i>informed consent</i> dan mendesain program.</li></ol>
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>
<i>Project based learning</i>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Paper dikerjakan dengan ketentuan Ukuran Kertas A4, Font Judul Paper Arial 14, Bold, Font Isi Paper Arial 10, spasi 1,5, jumlah halaman minimal 10-15 halaman (tanpa sumber referensi dan lampiran), page number dituliskan juga dengan rapi di pojok kanan bawah Berikut adalah format paper:<ol style="list-style-type: none"><li>a. Judul Paper: boleh disesuaikan dengan topik utama</li><li>b. Bab 1: Pendahuluan (yang berisikan identitas partisipan dan masalah partisipan dengan detil → berdasarkan hasil verbatim wawancara dengan partisipan)</li></ol></li></ol>

- c. Bab 2: Kajian Konsep psikologi kesehatan terkait masalah partisipan serta desain program psikologi kesehatan (konsultasi dengan dosen pengampu)
  - d. Bab 3: Proses dan Hasil Program Psikologi kesehatan (tuliskan masing-masing kontribusi dari setiap mahasiswa)
  - e. Bab 4: Penutup (Diskusi: menjelaskan analisis proses dan hasil program, mengapa efektif/ tidak efektif, Kesimpulan: menjelaskan kesimpulan akhir dari program yang dilakukan, dan saran tindak lanjut untuk ke depannya yang sudah dibahas (tuliskan masing-masing Kesimpulan dan saran dari setiap mahasiswa)
  - f. Bab 5: Refleksi diri (tuliskan masing-masing refleksi diri dari tiap mahasiswa minimal 750 kata)
  - g. Sumber Referensi: **wajib** menggunakan minimal **2 buku teks psikologi kesehatan** dan minimal 2 **jurnal penelitian terkait topik** dalam 5 tahun terakhir. (tuliskan sesuai dengan format APA 7<sup>th</sup> edition dengan menggunakan Mendeley)
  - h. Lampiran: Artikel jurnal penelitian yang digunakan, Hasil Uji Turnitin < 10%, Hasil Verbatim, Informed consent, dan hal lain terkait (dikoordinasikan lebih lanjut di kelas).
2. Video pelaksanaan program psikologi kesehatan:
- a. Durasi video minimal 15 menit maksimal 20 menit
  - b. Desain dan warna dibebaskan sesuai dengan kreativitas masing-masing mahasiswa
  - c. Isi video merupakan proses secara berkala program psikologi kesehatan yang dilakukan.

**INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN**

**Nilai Kelompok:**

Relevansi pemilihan topik dan konsep psikologi yang digunakan: 20%

Presentasi (argumentasi pemilihan topik dengan tepat): 10%

Kelengkapan dan ketepatan waktu pengumpulan tugas (format, isi, lampiran, dsb): 15%

**Nilai Individu:**

Hasil diskusi (relevansi topik dan kajian teori psikologi yang dipilih): 35%

*Attitude* (kejujuran, kesiapan, kepercayaan diri): 10%



**RENCANA TUGAS MAHASISWA (RTM)  
PROGRAM STUDI (PSIKOLOGI)  
FAKULTAS (HUMANIORA DAN BISNIS)**

**SPT-I/03/BP/POB-  
01/F-03**

Issue/Revisi : A0

Kreativitas (kesesuaian warna dan padu padan desain video): 15%

**JADWAL PELAKSANAAN**

Proses pengerjaan mulai minggu ke-11, tugas dikumpulkan minggu ke-15

**LAIN-LAIN**

-

**DAFTAR RUJUKAN**

Ogden, J. 2023. *Health Psychology: 7<sup>th</sup> edition*. McGraw Hill: New York

Sarafino, E.P. Smith, T.W., King, D.B., & Longis, A.D., 2020. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 2<sup>nd</sup> Canadian edition*. John Wiley Sons & Inc: United States of America