|  |  |
| --- | --- |
| logo UEU kecil |  |
|  | **RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER GANJIL 2017/2018** |
|  | **PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**  |
|  | **UNIVERSITAS ESA UNGGUL** |
|  |
| **Mata kuliah** | **:** | Psikologi Gizi dan Kesehatan | **Kode MK** | **:** | GIZ 251 |
| **Mata kuliah prasyarat** | **:** | Ilmu Gizi Dasar | **Bobot MK** | **:** | 2 sks |
| **Dosen Pengampu** | **:** | Anugrah Novianti, S.Gz, M.Gizi | **Kode Dosen** | **:** | 7316 |
| **Alokasi Waktu** | **:** | 100 Menit |
| **Capaian Pembelajaran** | **:** | 1. Mahasiswa mampu memahami konsep dasar psikologi dalam upaya memanfaatkan dan mengembangkan kemampuan psikologi untuk meningkatkan keadaan gizi manusia
2. Mahasiswa mampu menguraikan peranan psikologi dalam promosi kesehatan dan pencegahan penyakit
3. Mahasiswa mampu menjelaskan tentang teori stress dan cara pencegahan serta penanggulangannya.
 |
|  |  |  |
| **SESI** | **KEMAMPUAN****AKHIR** | **MATERI** **PEMBELAJARAN** | **BENTUK PEMBELAJARAN**  | **SUMBER** **PEMBELAJARAN** | **INDIKATOR****PENILAIAN** |
| **1** | Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dasar psikologi, teori-teori psikologi dan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan, serta tujuan psikologi kesehatan | Pengantar :Kontrak pembelajaran, pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatan | 1. Metoda *contextual instruction* dan *cooperative learning*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Fieldman, R.S. 2012. Pengantar Psikologi. Penterjemah : Petty Gina Gayatri dan Putri Nurdina Sofyan. Penerbit Salemba Humanika : Jakarta | Menjelaskan pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatandengan benar |
| **2** | Mahasiswa mampu menjelaskan tentang teori stress, sumber stress dan aspek stressor | Teori stress menurut berbagai pendapat ahli, sumber stress, aspek stressor, stress ditinjau dari stimulus, respon dan proses | 1. Metoda *contextual instruction* dan *cooperative learning*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Arumwardhani, A. 2011. Psikologi Kesehatan. Galangpress : Yogyakarta | Menjelaskan teori stress menurut berbagai pendapat ahli, sumber stress, aspek stressor, stress ditinjau dari stimulus, respon dan prosesdengan benar. |
| **3** | Mahasiswa mampu memahami pengertian coping stress, jenis-jenis coping stress dan manajemen stress | * Pengertian coping stress dari berbagai pendapat ahli
* Jenis-jenis coping stress
* Pengertian manajemen stress
* Teknik manajemen stress
 | 1. Metoda *contextual-practice instruction* dan *cooperative learning*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web, alat antropometri (tinggi lutut dan pita ukur)*
 | Arumwardhani, A. 2011. Psikologi Kesehatan. Galangpress : Yogyakarta | Menjelaskan pengertian coping stress, jenis-jenis coping stress dan manajemen stress dengan benar |
| **4** | Mahasiswa mampu memahami pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, pengertian nyeri akut dan kronis serta coping nyeri | Pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, nyeri akut vs kronis dan coping nyeri | 1. Metoda *contextual-practice instruction* dan *cooperative learning*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, pengertian nyeri akut dan kronis serta coping nyeri dengan benar |
| **5** | Mahasiswa mampu memahami gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang lainnya. | Pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang lainnya | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang lainnya dengan benar |
| **SESI** | **KEMAMPUAN****AKHIR** | **MATERI** **PEMBELAJARAN** | **BENTUK PEMBELAJARAN**  | **SUMBER** **PEMBELAJARAN** | **INDIKATOR****PENILAIAN** |
| **6** | Mahasiswa mampu memahami tentang perilaku sehat, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan | * Pengertian perilaku sehat
* Pencegahan penyakit
* Promosi Kesehatan
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan tentang perilaku sehat, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan dengan benar |
| **7** | Mahasiswa mampu mengetahui perkembangan manusia dengan berbagai teori | * Teori nativisme
* Teori empirisme
* Teori ronvergenst
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan tentang teori-teori pada perkembangan kesehatan manusia |
| **8** | Mahasiswa mampu memahami perilaku normal dan abnormal dalam lingkungan | * Perilaku mormal
* Perilaku abnormal
* Mengklasifikasikan perilaku abnormal
* Ketegori gangguan mental
* Sehat mental
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan tentang perilaku normal dan abnormal dalam lingkungan |
| **9** | Mahasiswa mampu memamami motivasi dan emosi  | * Pengertian, istilah dan definasi motivasi dan emosi
* Perkembangan konsep motivasi
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 |  | Menjelaskan tentang pengertian motivasi dan emosi, dan menjelaskan perkembangan konsep dan motivasi |
| **10** | Mahasiswa mampu memahami gangguan kecemasan | * Gangguan kecemasan dan panik
* Memahami gangguan kesemasan
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan dan memahami tentang gangguan kecemasan dan panik |
| **11** | Mhasiswa mampu memahami kesehatan, kesakitan dan perilaku kesehatan | * Terminologi kesehatan
* Penyakit-kesakitan
* Perilaku kesehatan
* Status kesehatan
* Faktor resiko dan faktor protektif
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD,*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan tentang terminologi kesehatan, kesakitan, perilaku kesehatan, status kesehatan dan faktor resiko dan protektis |
| **12** | Mahasiswa mampu menerapkan Psikologi pada trapi gizi | * Trapi gizi
* Group Workshop
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 |  | Menjelaskan cara memberikan trapi gizi yang baik dan membuat group workshop untuk trapi gizi |
| **13** | Mahasiswa mampu memahami tentang memecahkan masalah | * Strategi pemecahan masalah kesehatan
* Tahapan pemecahan kesehatan
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan cara memecahkan masalah dalam kesehatan yang terjadi dimasyarakat |
| **14** | Mahasiwa mampu memberikan kepuasaan dengan konsultasi gizi dan kesehatan | * Ketidakpuasan dengan komunikasi
* Alasan ketidakpuasan dengan komunikasi
 | 1. Metoda *contextual instruction*
2. Media : kelas, komputer, *LCD, whiteboard, web*
 | Zuyina Lukluk A., Siti Bandiyah. 2011. Psikologi Kesehatan. Nuha Medika: Jakarta | Menjelaskan cara memberikan konsultasi kesehatan dan gizi dengan baik |

**Jakarta, 17 September 2017**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi, Dosen Pengampu,**

**Mury Kuswari, S.Pd, M.Si Nama dan tanda tangan**

**EVALUASI PEMBELAJARAN**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SESI** | **PROSE-DUR** | **BEN-TUK** | **SEKOR > 77** **( A / A-)** | **SEKOR > 65****(B- / B / B+ )** | **SEKOR > 60****(C / C+ )** | **SEKOR > 45****( D )** | **SEKOR < 45****( E )** | **BOBOT** |
| 1 | *Pretest test* | Tes tulisan (UTS) | Menguraikan pengertian pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatan | Menguraikan pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatan dengan cukup benar | Menguraikan pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dengan cukup benar tetapi tidak menjelaskan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatan | Menguraikan pengertian pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dengan kurang benar tetapi tidak menjelaskan psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatan | Tidak menguraikan pengertian psikologi gizi dan kesehatan, teori-teori psikologi, dan spesifikasi psikologi gizi dan kesehatan serta tujuan psikologi kesehatan | 5% |
| 2 | *Pre test* dan *post test* | Tes tulisan (UTS) | Menjelaskan Teori stress menurut berbagai pendapat ahli, sumber stress, aspek stressor, stress ditinjau dari stimulus, respon dan proses | Menjelaskan Teori stress menurut berbagai pendapat ahli, sumber stress, aspek stressor, stress ditinjau dari stimulus, respon dan prosesdengan cukup benar | Menjelaskan Teori stress menurut berbagai pendapat ahli, sumber stress, aspek stressor, stress ditinjau dari stimulus, respon dan proses | Hanya menyebutkan teori stress tanpa menjelaskan  | Tidak Menjelaskan Teori stress menurut berbagai pendapat ahli, sumber stress, aspek stressor, stress ditinjau dari stimulus, respon dan prosesdengan cukup benar |  5% |
| 3 | *Pre test, progress test* dan *post test* | Tes tulisan (UTS) | Menjelaskan * Pengertian coping stress dari berbagai pendapat ahli
* Jenis-jenis coping stress
* Pengertian manajemen stress
* Teknik manajemen stress
 | Menjelaskan pengertian coping stress dari berbagai pendapat ahli, jenis-jenis coping stress dengan cukup benar namun tidak menjelaskan pengertian manajemen stree dan teknik manajemen stress |  Menjelaskan pengertian coping stress dari berbagai pendapat ahli, jenis-jenis coping stress menjelaskan pengertian manajemen stree dengan cukup benar namun tidak mejelaskan manajemen stree | Hanya menyebutkan jenis -jenis coping stress dan Teknik manajemen stress | Tidak menjelaskan Pengertian coping stress dari berbagai pendapat ahli, Jenis-jenis coping stress, Pengertian manajemen stress Teknik manajemen stress | 5 % |
| 4 | *Post test* | Tes tulisan (UTS) | Menguraikan Pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, nyeri akut vs kronis dan coping nyeri | Menguraikan Pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, nyeri akut vs kronis dan coping nyeri dengan cukup benar | Menguraikan Pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, nyeri akut vs kronis dan coping nyeri dengan kurang benar | Menguraikan Pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, nyeri akut vs kronis namun tidak mengurai coping nyeri  | Tidak Pengertian nyeri, intensitas nyeri, tahapan nyeri, nyeri akut vs kronis dan coping nyeri | 5 % |
| **SESI** | **PROSE-DUR** | **BEN-TUK** | **SEKOR > 77** **( A / A-)** | **SEKOR > 65****(B- / B / B+ )** | **SEKOR > 60****(C / C+ )** | **SEKOR > 45****( D )** | **SEKOR < 45****( E )** | **BOBOT** |
| 5 | *Post test* | Tes tulisan (UTS) | Menguraikan Pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang dan memberi contoh gaya hidup sehat dan tidak sehat | Menguraikan Pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang tanpa memberikan contoh lainnya | Menguraikan Pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial saja  | Menguraikan Pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang | Tidak Pengertian gaya hidup yang berkaitan dengan pemilihan jenis makanan berdasarkan budaya, psikososial dan latar belakang tanpa memberikan contoh lainnya | 5 % |
| 6 | *Post test* | Tes tulisan (UTS) | Menguraika* Pengertian perilaku sehat
* Pencegahan penyakit
* Promosi Kesehatan

Dan memberikan contoh-contohnya | Menguraikan pengertian perilaku sehat, pencegahan penyakit dan promosi kesehatandengan cukup benar namun hanya memberikan contoh dua diantara 3 | Menguraikan pengertian perilaku sehat, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan dengan kurang benar dan hanya memberikan contoh 1 diantara 3 | Menguraikan perilaku sehat, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan tanpa memberikan contoh | Tidak menguraikan pengertian perilaku sehat, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan dan tidak memberikan contoh dengan benar | 0 % |
| 7 | *Post test* | Tes lisan (UTS)  | Menjelaskan Teori nativisme, Teori empirisme, Teori ronvergenst dan dapat memberikan contohnya dengan benar | Menjelaskan Teori nativisme, Teori empirisme, Teori ronvergenst dengan benar tanpa memberikan contohnya | Menjelask*a*n Teori nativisme, Teori empirisme, Teori ronvergenst dengan benar hanya memberikan contoh satu teori  | Menjelask*a*n Teori nativisme, Teori empirisme, Teori ronvergenst dengan benar hanya memberikan contoh 2 teori | Tidak Menjelaskan Teori nativisme, Teori empirisme, Teori ronvergenst dan dapat memberikan contohnya dengan benar | 5 % |
| **SESI** | **PROSE-DUR** | **BEN-TUK** | **SEKOR > 77** **( A / A-)** | **SEKOR > 65****(B- / B / B+ )** | **SEKOR > 60****(C / C+ )** | **SEKOR > 45****( D )** | **SEKOR < 45****( E )** | **BO BOT** |
| 8 | *Post test* | Tes lisan | Menjelaskan Perilaku Normal, Perilaku abnormal, Mengklasifikasikan perilaku abnormal, Ketegori gangguan mental, Sehat mental dan contohnya | Mejelaskan perilaku Normal, Perilaku abnormal, Mengklasifikasikan perilaku abnormal, Ketegori gangguan mental, Sehat mental dengan cukup benar dan memberikan contohnya hanya perilaku normal | Mejelaskan perilaku Normal, Perilaku abnormal, Mengklasifikasikan perilaku abnormal, tidak menjelaskan kategori gangguan mental dan sehat mental | Menjelaskan perilaku normal, perilaku abnormal  | Tidak Menjelaskan Perilaku Normal, Perilaku abnormal, Mengklasifikasikan perilaku abnormal, Ketegori gangguan mental, Sehat mental dan contohnya | 0 |
| 9 | *Progress test* dan *post test* | Tes lisan  | Menjelaskan Pengertian, istilah dan definasi motivasi dan emosiPerkembangan konsep motivasi dengan benar beserta contohnya | Menjelaskan Pengertian, istilah dan definasi motivasi dan emosiPerkembangan konsep motivasi tanpa memberikan contoh | Menjelaskan Pengertian, istilah dan definasi motivasi dengan memberikan contoh  | Menjelaskan Pengertian, istilah dan definasi motivasi dan emosiPerkembangan konsep motivasi  | Tidak Menjelaskan Pengertian, istilah dan definasi motivasi dan emosiPerkembangan konsep motivasi dengan benar beserta contohnya | 0 |
| 10 | *Post test* | Tes lisan | Menguraikan Gangguan kecemasan dan panikMemahami gangguan kesemasan dan contohnya | Menguraikan kecemasan dan panikMemahami gangguan kesemasan cukup benar tanpa memberikan contoh | Menguraikan kecemasan dan panikMemahami gangguan kesemasan kurang benar | Menguraikan Gangguan kecemasan dan panikMemahami gangguan kesemasan dan contohnya dengan tidak benar | Tidak mengurai Gangguan kecemasan dan panikMemahami gangguan kesemasan dan contohnya | 0 |
| **SESI** | **PROSE-DUR** | **BEN-TUK** | **SEKOR > 77** **( A / A-)** | **SEKOR > 65****(B- / B / B+ )** | **SEKOR > 60****(C / C+ )** | **SEKOR > 45****( D )** | **SEKOR < 45****( E )** | **BOBOT** |
| 11 | *Post test* | Tes lisan  | Menjelaskan Terminologi kesehatan, Penyakit-kesakitan, Perilaku kesehatan, Status kesehatan, Faktor resiko dan faktor protektif | Menjelaskan Terminologi kesehatan, Penyakit-kesakitan, Perilaku kesehatan, Status kesehatan, Faktor resiko tanpa menyebutkan faktor protektif | Menjelaskan Terminologi kesehatan, Penyakit-kesakitan, Perilaku kesehatan, Status kesehatan tanpa menjelaskan faktor resiko dan faktor protektif | Menjelaskan hanya Menjelaskan Terminologi kesehatan, Penyakit-kesakitan | Tidak Terminologi kesehatan, Penyakit-kesakitan, Perilaku kesehatan, Status kesehatan, Faktor resiko dan faktor protektif | 5% |
| 12 | *Post test* | Tes lisan | Menjelaskan tentang trapi gizi pada psikologis kesehatan unutk kesehatan dan contohnya  | Menjelaskan tentang trapi gizi pada psikologis kesehatan untuk kesehatan dan contohnya cukup benar | Menjelaskan tentang trapi gizi pada psikologis kesehatan untuk kesehatan benar tanpa memberikan contoh | Menjelaskan Menjelaskan tentang trapi gizi pada psikologis kesehatan untuk kesehatan dengan tidak menar | Tidak Menjelaskan tentang trapi gizi pada psikologis kesehatan unutk kesehatan dan contohnya | 5 % |
| 13 | *Post test* | Tes tulisan (Tugas) | Menguraikan Strategi pemecahan masalah kesehatan, Tahapan pemecahan kesehatan | Menguraikan Strategi pemecahan masalah kesehatan, Tahapan pemecahan kesehatan dan contohnya | Menguraikan Strategi pemecahan masalah kesehatanTahapan pemecahan kesehatan dengan kurang benar | Menguraikan Strategi pemecahan masalah kesehatanTahapan pemecahan kesehatan dan tanpa contohnya | Tidak menguraikan Strategi pemecahan masalah kesehatanTahapan pemecahan kesehatan | 5 % |
| **SESI** | **PROSE-DUR** | **BEN-TUK** | **SEKOR > 77** **( A / A-)** | **SEKOR > 65****(B- / B / B+ )** | **SEKOR > 60****(C / C+ )** | **SEKOR > 45****( D )** | **SEKOR < 45****( E )** | **BOBOT** |
| 14 | *Post test* | Tes tulisan (Tugas) | Menjelaskan Ketidakpuasan dengan komunikasi, Alasan ketidakpuasan dengan komunikasi dengan benar | Menjelaskan Ketidakpuasan dengan komunikasiAlasan ketidakpuasan dengan komunikasi cukup benar | Menjelaskan Menjelaskan cara memberikan konsultasi kesehatan dan gizi dengan baik kurang benar | Menjelaskan Menjelaskan cara memberikan konsultasi kesehatan dan gizi dengan baik tidak sesuai dengan permasalahan | Tidak Menjelaskan cara memberikan konsultasi kesehatan dan gizi dengan baik | 5 % |

1. Kehadiran = 20 %
2. Tugas = 20 %
3. UTS = 30 %
4. UAS = 30 %

**Jakarta,**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi, Dosen Pengampu,**