

**PROPOSAL**  
**HIBAH PENGEMBANGAN INOVASI MODUL DIGITAL**  
**MOOC UNIVERSITAS AIRLANGGA**  
**SKEMA TEMA POPULER**

*“Mental Health First Aid”*



**PENGUSUL**

**Ketua** : Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.

**Anggota** : Dian Kartika Amelia Arbi, M.Psi., Psikolog

**UNIVERSITAS AIRLANGGA**

**2021**

## HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL

1. a. Nama Perguruan Tinggi : Universitas Airlangga  
b. Alamat Perguruan Tinggi : Kampus C Mulyorejo, Surabaya 60115  
c. Nama Fakultas : Fakultas Psikologi  
d. Nama Program Studi : Program Studi S1 Psikologi  
e. Judul MOOC : *Mental Health First Aid*  
f. SKS : 3 sks  
g. Skema Hibah : Tema Populer
2. Koordinator/Ketua
  - a. Nama Lengkap & Gelar : Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.
  - b. NIP/NIDN : 198303042006042004/ 0004038302
  - c. Golongan Kepangkatan : III/B
  - d. Jabatan Akademik : Lektor
  - e. Alamat e-Mail : atika.ariana@psikologi.unair.ac.id
  - f. No Telpn : 087855811711
3. Biaya yang Diajukan : Rp. 20.000.000
4. Jangka Waktu Pelaksanaan : 6 bulan
5. Dana Pendamping (jika ada) : -

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Airlangga



Prof. Dr. Suryanto, M.Si.  
NIP. 196501221992031002

Surabaya, 21 Juni 2021

Penanggungjawab Program,

A handwritten signature in blue ink, belonging to Atika Dian Ariana.

Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.  
NIP. 198303042006042004

**Pernyataan Kesanggupan Melaksanakan Program Hibah  
Pengembangan Inovasi Modul Digital MOOC Unair 2021**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.

NIP/ NIDN : 198303042006042004/ 0004038302

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia menyelesaikan seluruh rangkaian kegiatan dan menyampaikan laporan hasil bantuan dana sesuai ketentuan di dalam panduan. Jika kami tidak memenuhi komitmen yang sudah disepakati maka kami siap menerima sanksi dari Direktorat Inovasi dan Pengembangan Pendidikan (DIPP) Universitas Airlangga.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini dan atau terdapat tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab untuk diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku, dan membebaskan Direktorat Inovasi dan Pengembangan Pendidikan (DIPP) Universitas Airlangga dari tuntutan apapun, serta bersedia mengembalikan seluruh biaya program bantuan dana yang saya peroleh ke Kas Negara.

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Airlangga



Prof. Dr. Suryanto, M.Si.  
NIP. 196501221992031002

Surabaya, 21 Juni 2021

Bertanggungjawab Program,



Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.  
NIP. 198303042006042004

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	1
Halaman Pengesahan .....	2
Halaman Kesanggupan Menyelesaikan Program Hibah .....	3
Daftar Isi .....	4
Bab 1. Pendahuluan	
1.1. Latar Belakang .....	5
1.2. Tujuan .....	6
1.3. Sasaran .....	6
1.4. Ruang Lingkup .....	7
Bab 2. Proses Pengembangan .....	8
Bab 3. Rencana Penggunaan Anggaran .....	10
Bab 4. Jadwal Kegiatan .....	11

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan kasus gangguan mental di Indonesia. Peningkatan ini terlihat dari kenaikan prevalensi rumah tangga yang memiliki orang dengan gangguan jiwa di Indonesia, yaitu menjadi 7 permil rumah tangga. Artinya, per 1.000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga dengan orang dengan gangguan jiwa, sehingga jumlahnya diperkirakan sekitar 450 ribu orang dengan gangguan jiwa berat. Jumlah ini cukup besar dibandingkan dengan ketersediaan layanan kesehatan mental sebagaimana dilaporkan oleh World Health Organization (200).

Rasio angka insiden dan prevalensi gangguan kesehatan mental dengan jumlah tenaga dan layanan kesehatan mental yang tersedia di negara berkembang tidak proporsional (World Health Organization, 2008). Kondisi ini menciptakan adanya kesenjangan kesehatan mental dimana kasus kesehatan mental seringkali tidak mendapatkan layanan yang dibutuhkan. Konsekuensinya, masalah kesehatan mental seringkali mendapatkan pelayanan ketika telah terjadi gangguan mental yang serius atau ketika perilaku individu membahayakan diri sendiri dan/atau orang lain di sekitarnya.

Kesenjangan pelayanan kesehatan mental oleh tenaga profesional mendorong adanya upaya untuk memberdayakan komunitas. Masyarakat awam yang mempunyai pemahaman pertolongan pertama kesehatan mental yang baik dapat memberikan pertolongan awal dengan tepat. Namun, literasi kesehatan mental pada dewasa awal yang rendah sering ditemukan di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia (Asyanti & Karyani, 2018). Literasi kesehatan mental yang rendah ini tampak pada kurang dikenalnya gejala-gejala gangguan mental dibandingkan gangguan fisik, adanya kesenjangan antara keyakinan publik dan profesional terhadap penanganan gangguan mental, stigma, dan rendahnya keterampilan dalam merespon orang lain dengan gejala gangguan atau krisis mental.

Kurangnya literasi kesehatan mental membuat individu kurang tanggap ketika menghadapi situasi krisis, baik yang dialami oleh diri sendiri maupun oleh orang lain. Kurangnya literasi kesehatan mental juga mempengaruhi sikap individu terhadap orang dengan gangguan mental yang seringkali bersifat stigmatik. Stigma dan diskriminasi terhadap gangguan mental pada akhirnya membuat individu dengan gangguan mental menunda mencari bantuan profesional atau mencari bantuan yang kurang tepat untuk menangani gangguan mental (Jorm dkk., 2006).

Situasi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk meningkatkan keterampilan masyarakat dalam memberikan pertolongan pertama bagi masalah mental (*mental health first aid*). Dengan mempunyai pemahaman yang baik dan keterampilan yang memadai, masyarakat awam dapat berpartisipasi dalam memberikan bantuan awal sekaligus mengurangi stigma terhadap gangguan mental.

## **1.2. Tujuan**

Setelah mengikuti pembelajaran *Mental Health First Aid*, peserta diharapkan akan dapat memberikan pertolongan pertama bagi masalah kesehatan mental umum. Secara lebih spesifik, capaian pembelajaran dari modul ini adalah:

1. Peserta dapat menjelaskan prinsip dasar dari *mental health first aid*;
2. Peserta dapat menjelaskan gejala dari depresi, gangguan kecemasan, psikosis, dan perilaku *nonsuicidal self-injury*;
3. Peserta dapat menjelaskan penyebab dari depresi, gangguan kecemasan, psikosis, dan perilaku *nonsuicidal self-injury*;
4. Peserta dapat menjelaskan strategi pertolongan pertama bagi depresi, gangguan kecemasan, psikosis, dan perilaku *nonsuicidal self-injury*;

## **1.3. Sasaran**

Sasaran pembelajaran modul *Mental Health First Aid* adalah individu berusia dewasa awal atau individu yang berada pada rentang usia 20-40. Tidak diperlukan latar belakang pendidikan yang terkait dengan kesehatan atau kesehatan mental untuk mengikuti pembelajaran ini. Peserta wajib mengikuti *pretest* sebelum dapat mengakses materi pembelajaran.

#### 1.4. Ruang Lingkup

Ruang lingkup pembelajaran dalam modul ini mencakup 4 masalah kesehatan mental yang sering dialami individu dewasa muda. Secara lebih rinci, ruang lingkup pembelajaran dapat dicermati pada Tabel 1.

Tabel 1. Ruang lingkup pembelajaran

Topik	Capaian pembelajaran
1. <i>Mental health first aid</i>	Peserta dapat menjelaskan tujuan dan prinsip umum <i>mental health first aid</i> .
2. Profil kesehatan mental Indonesia	Peserta dapat menjelaskan gambaran profil kesehatan mental Indonesia.
3. Depresi (2)	Peserta dapat menjelaskan pengertian, gejala, dan penyebab depresi.
4. Depresi (2)	Peserta dapat menjelaskan strategi pertolongan pertama bagi depresi dan upaya bunuh diri.
5. Gangguan kecemasan (1)	Peserta dapat menjelaskan pengertian, gejala, dan penyebab gangguan kecemasan.
6. Gangguan kecemasan (2)	Peserta dapat menjelaskan strategi pertolongan pertama bagi gangguan kecemasan dan serangan panik.
7. Psikotik (1)	Peserta dapat menjelaskan pengertian, gejala, dan penyebab psikotik.
8. Psikotik (2)	Peserta dapat menjelaskan strategi pertolongan pertama bagi psikotik.
9. <i>Nonsuicidal self-injury</i> (1)	Peserta dapat menjelaskan pengertian, gejala, dan penyebab <i>nonsuicidal self-injury</i> .
10. <i>Nonsuicidal self-injury</i> (2)	Peserta dapat menjelaskan strategi pertolongan pertama bagi <i>nonsuicidal self-injury</i> .

## **BAB 2**

### **PROSES PENGEMBANGAN**

Inovasi modul digital dengan tema populer “Mental Health First Aid” ini akan dikembangkan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap analisis, desain, dan pengembangan konten MOOC. Masing-masing tahap dapat diuraikan sebagai berikut:

#### **1. Tahap Analisis**

Pengembangan inovasi modul digital diawali dengan tahap analisis kebutuhan sasaran berdasarkan studi literatur dan wawancara atau diskusi dengan tenaga ahli. Studi literatur difokuskan untuk memahami masalah kesehatan mental yang umum terjadi dan strategi pertolongan pertama bagi kesehatan mental yang efektif untuk dilakukan pada masing-masing masalah yang teridentifikasi. Adapun tenaga ahli yang dilibatkan disini adalah para psikolog yang berpengalaman dalam memberikan pertolongan pertama bagi gangguan mental umum. Target diskusi dengan tenaga ahli adalah menentukan topik-topik atau materi yang akan disampaikan dalam modul digital. Pada tahapan ini, referensi yang mendukung proses pembelajaran juga diharapkan dapat diidentifikasi.

#### **2. Tahap Desain**

Tahap desain mencakup aktivitas penyusunan modul pembelajaran yang mencakup rencana pembelajaran berdasarkan topik atau materi ajar yang telah teridentifikasi pada tahapan sebelumnya. Adapun yang termasuk di dalam rencana pembelajaran ini adalah capaian pembelajaran yang diharapkan dari masing-masing topik, metode pembelajaran dan metode evaluasi yang akan diterapkan pada masing-masing sesi. Output dari tahap desain ini adalah tersusunnya modul pembelajaran yang dapat digunakan sebagai acuan pemateri dan peserta dalam mengikuti pembelajaran dan memenuhi capaian pembelajaran yang diharapkan.

### 3. Tahap Pengembangan Konten

Tahap pengembangan konten merupakan tahap utama dari pengembangan inovasi modul digital. Pada tahapan ini akan dikembangkan beberapa bahan ajar dan evaluasi. Bahan ajar yang dikembangkan pertama kali adalah teks dan/atau slide presentasi yang akan ditayangkan selama proses pengajaran. Slide presentasi dikembangkan dengan mengacu pada modul pembelajaran dan menggunakan infografis yang menarik agar dapat ditangkap dan dipahami dengan lebih mudah oleh peserta.

Setelah slide presentasi tersusun, tahapan selanjutnya adalah memproduksi video pembelajaran untuk masing-masing topik bahasan. Video direncanakan berdurasi tidak lebih dari 20 menit agar mempermudah peserta dalam mengakses dan dapat menjadi stimulan untuk diskusi pada forum. Proses produksi video pembelajaran dilakukan di studio mini di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, untuk selanjutnya dilakukan proses editing.

Pada tahapan ini juga akan dikembangkan beberapa metode evaluasi, diantaranya *pretest* dan *posttest* di awal dan di akhir modul. *Pretest* dan *posttest* disusun untuk mengukur penguasaan peserta akan materi pembelajaran. Disamping itu, terdapat juga kuis dan/atau penugasan di masing-masing sesi yang bertujuan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta serta menjaga motivasi peserta untuk mempelajari materi selanjutnya.

### BAB 3

#### RENCANA PENGGUNAAN ANGGARAN

Rencana penggunaan anggaran untuk pengembangan inovasi modul digital MOOC dengan tema populer “*Mental Health First Aid*” dapat dicermati pada Tabel 1 dibawah ini.

Tabel 2. Rencana penggunaan anggaran

Uraian Kegiatan	Jumlah		Satuan (Rp)	Total (Rp.)
1. Honorarium narasumber	2	Orang	2.500.000	5.000.000
2. Honorarium tim ahli	2	Orang	1.000.000	2.000.000
3. Penggandaan referensi	10	Buah	100.000	1.000.000
4. Konsumsi rapat	20	Paket	50.000	1.000.000
5. Uang transport	10	Orang	100.000	1.000.000
6. Penggandaan modul	10	Paket	100.00	1.000.000
7. Biaya produksi video	10	Paket	750.000	7.500.000
8. Uang komunikasi	10	Paket	100.000	1.000.000
9. Penggandaan laporan	5	Paket	100.000	500.000

**BAB 4**  
**JADWAL KEGIATAN**

Pengembangan inovasi modul digital MOOC ini direncanakan akan dapat diselesaikan dalam jangka waktu 6 bulan. Adapun rincian kegiatan selama 6 bulan dapat dicermati pada Tabel 2 dibawah ini.

Tabel 3. Jadwal kegiatan

Kegiatan	1	2	3	4	5	6
1. Analisis kebutuhan (studi literatur)						
2. Identifikasi topik/ materi						
3. Identifikasi capaian pembelajaran						
4. Identifikasi referensi yang diperlukan						
5. Penyusunan rencana pembelajaran						
6. Pengembangan bahan ajar (presentasi)						
7. Pembuatan bahan ajar (video)						
8. Penyusunan evaluasi pembelajaran						
9. Monitoring						
10. Penulisan laporan						