



MODUL KESEHATAN MENTAL DALAM KEBIDANAN

**Untuk Mahasiswa Semester 6
Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan
Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi**



unisa

Disusun Oleh :

Nurul Mahmudah, S.ST., M.Keb
Andri Nur Sholihah, S.ST., M.Kes.

Kampus Terpadu:

**Jl. Siliwangi No. 63 Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta. 55292,
Telepon: (0274) 4469199, Fax.: (0274) 4469204 email: info@unisayogya.ac.id**

2022

HALAMAN PENGESAHAN

Identitas Modul

Judul Modul : Kesehatan Mental Dalam Kebidanan
Nama Mata Kuliah : Kesehatan Mental Dalam Kebidanan
Nomer Kode MK/sks : MID6031/2 SKS
Bidang Ilmu : Kebidanan
Status Mata Kuliah : Wajib

Dosen Penyusun Modul

Nama : Nurul Mahmudah, S.ST., M.Keb
NIP : 8805021111143
Pangkat/ Golongan : III B
Jabatan Fungsional Akademik : Asisten Ahli
Fakultas/ Program Studi : Ilmu Kesehatan/ Kebidanan Program Sarjana dan Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi
Universitas : Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Yogyakarta, 01 Maret 2022

Mengetahui
Ketua Prodi Sarjana dan Profesi Bidan


The image shows a handwritten signature in black ink over a circular official stamp. The stamp contains the text 'UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA' and 'PROGRAM STUDI KEPERAWATAN'.

(Nidatul Khofiyah, S.Keb., Bd., MPH)

Penanggung-jawab Mata Kuliah


The image shows a handwritten signature in black ink on a white background.

(Nurul Mahmudah, S.ST., M.Keb)

DAFTAR ISI

Halaman Judul	1
Halaman Pengesahan	2
Daftar Isi.....	3
Kata Pengantar.....	4
I. Visi Keilmuan	5
II. Tinjauan Mata Kuliah	5
A. Deskripsi Mata Kuliah	5
B. Kegunaan Mata Kuliah	5
C. Capaian Pembelajaran Mata Kuliah	5
D. Bahan Kajian	5
E. Sasaran Belajar	6
F. Petunjuk Belajar Bagi Mahasiswa Dalam Mempelajari Modul	6
III. Pendahuluan	6
A. Sasaran Pembelajaran yang ingin dicapai	6
B. Ruang Lingkup Bahan Modul	7
C. Manfaat Mempelajari Modul	7
D. Urutan Pembahasan	7
IV. Materi Pembelajaran	8
A. Judul Materi	8
B. Sub Capaian Pembelajaran MK	8
C. Materi	8
V. Latihan	26
VI. Rangkuman	27
VII. Tes Formatif	27
VIII. Umpan Balik atau Tindak Lanjut	29
IX. Kunci Tes Formatif	29
X. D a f t a r P u s t a k a	29

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan Modul Kesehatan Mental Dalam Kebidanan untuk mendukung pembelajaran.

Modul ini bertujuan untuk menggambarkan mengenai mata kuliah pengantar mental health dalam kesehatan, psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan, manajemen stress dan komunikasi.

Penyusunan modul ini bisa selesai atas dukungan dari berbagi pihak, oleh karena itu selaku penyusun kami mengucapkan terimakasih kepada :

1. Warsiti, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
2. Moh. Ali Imron M.Fis, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
3. Nidatul Khofiyah, S.Keb., Bd., MPH selaku Ketua Prodi Sarjana dan Profesi Bidan
4. Tim Mata Kuliah Kesehatan Mental Dalam Kebidanan
5. Seluruh pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu

Kami menyadari bahwa modul ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu di harapkan masukkan atau saran yang membangun. Semoga modul ini dapat berguna untuk memperkuat dasar keilmuan dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin

Wassalamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh

Yogyakarta, 01 Maret 2022

Penyusun

I. VISI DAN MISI

Menghasilkan bidan profesi pilihan yang unggul dalam upaya promotif-preventif berdasarkan *Evidence Based in Midwifery (EBM)* dan nilai-nilai Islam Berkemajuan tahun 2035”

II. TINJAUAN MATA KULIAH

A. Deskripsi mata kuliah

Pada mata kuliah ini mahasiswa belajar tentang pengantar mental health dalam kesehatan, psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan, manajemen stress dan komunikasi. Maka ada beberapa proses pembelajaran yang akan ditempuh antara lain kuliah teori, seminar, penugasan, kuis dan CBL. Bobot MK ini 2 SKS dan penempatan pada mahasiswa semester 6.

B. Kegunaan Mata Kuliah

Mata kuliah ini di maksudkan untuk memberikan gambaran umum mengenai pengantar mental health dalam kesehatan, psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan, manajemen stress dan komunikasi.

C. Capaian Pembelajaran Mata Kuliah

Setelah mempelajari dan menyelesaikan mata kuliah ini, mahasiswa mampu :

1. Mampu menguasai konsep teoritis psikologi terkait asuhan kebidanan (S5, PP5)
2. Mampu menguasai konsep teoritis komunikasi dalam pelayanan kebidanan (S5, PP12)

D. Bahan Kajian

1. Pengantar Mental Health dalam Kesehatan
 - a. Konsep sehat dan sakit, faktor-faktor psikologi dan sosiologi yang mempengaruhi kesehatan, batasan psikologi dan sosial kesehatan, latar belakang munculnya psikologi dan perkembangannya
 - b. Teori dan konsep psikologi, teori dan konsep perilaku
2. Psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan
 - a. Proses adaptasi pada bayi sesuai tahap perkembangannya: Keadaan psikologis bayi dan anak, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan psikologi, Masalah-masalah psikologi pada anak yang sering terjadi, kebutuhan bimbingan psikologi
 - b. Perkembangan psikologi pada anak: Masa pra sekolah, Masa sekolah, Masa pubertas
 - c. Wanita sebagai ibu: Fungsi keibuan, Sifat keibuan, relasi ibu dan anak, Ibu tiri dan ibu angkat
 - d. Periode klimakterium menopause, Perilaku aneh pada klimakterium, Kondisi psikis wanita setengah baya
 - e. Paternal Mental Health pada masa kehamilan, persalinan, nifas dan proses perkembangan anak

3. Manajemen stress dan komunikasi
 - a. Teori Komunikasi, Pendekatan Komunikasi terapeutik/konseling
 - b. Koping & Manajemen stress, pendekatan support mental
 - c. Maternal fetal attachment
 - d. Masalah kesehatan mental selama masa perinatal (termasuk di masa Covid-19)

E. Sasaran Belajar

Mata kuliah ini diperuntukkan bagi mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan profesi Bidan Program Profesi Semester 6.

F. Petunjuk Belajar bagi Mahasiswa dalam mempelajari modul

1. Kuliah Teori

Kuliah teori untuk memahami mengenai pengantar mental health dalam kesehatan, psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan, manajemen stress dan komunikasi.

2. Kuliah E-Learning

Aktivitas perkuliahan dalam bentuk e-learning ini pembelajaran yang dilakukan secara virtual. Dosen dan mahasiswa tidak harus bertatap muka secara langsung dikelas. Pembelajaran pada kuliah e-learning ini juga bertujuan untuk memahami mengenai Kesehatan mental dalam kebidanan.

3. Kuliah Seminar

Perkuliahan seminar dilakukan secara virtual

III. Pendahuluan

A. Sasaran pembelajaran yang ingin dicapai

Mahasiswa mampu menjelaskan tentang pengantar mental health dalam kesehatan, psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan, manajemen stress dan komunikasi.

B. Ruang lingkup bahan modul

1. Pengantar Mental Health dalam Kesehatan

- a. Konsep sehat dan sakit, faktor-faktor psikologi dan sosiologi yang mempengaruhi kesehatan, batasan psikologi dan sosial kesehatan, latar belakang munculnya psikologi dan perkembangannya
- b. Teori dan konsep psikologi, teori dan konsep perilaku

2. Psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan

- a. Proses adaptasi pada bayi sesuai tahap perkembangannya: Keadaan psikologis bayi dan anak, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan psikologi, Masalah-masalah psikologi pada anak yang sering terjadi, kebutuhan bimbingan psikologi

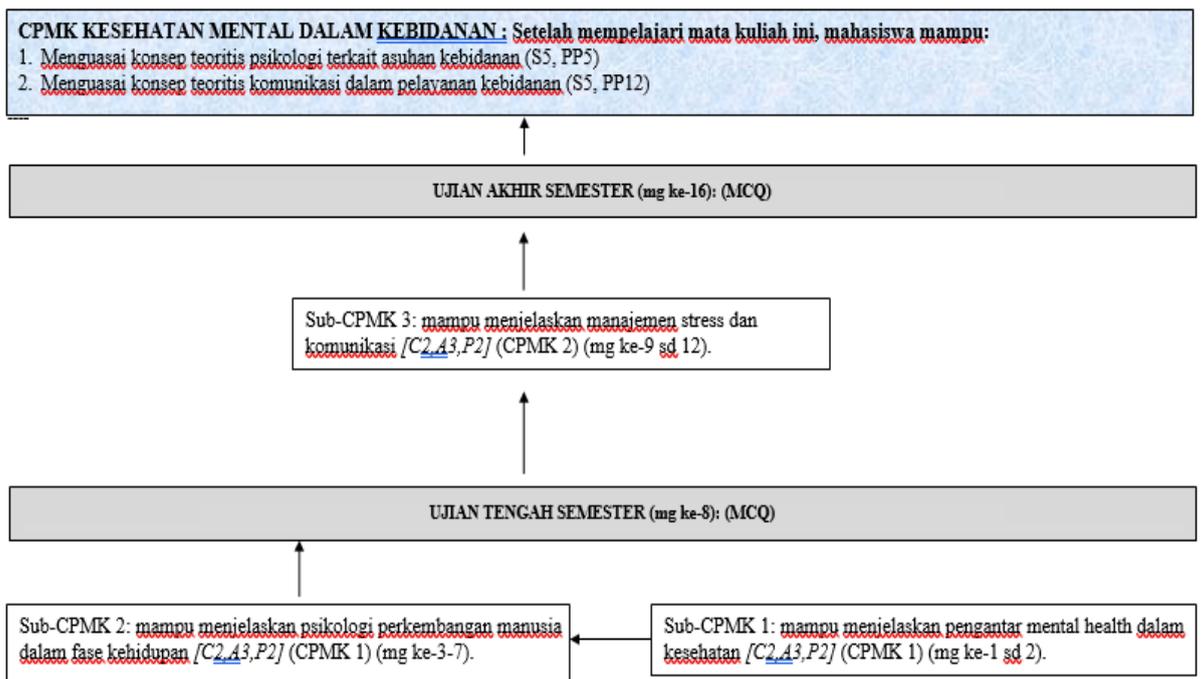
- b. Perkembangan psikologi pada anak: Masa pra sekolah, Masa sekolah, Masa pubertas
 - c. Wanita sebagai ibu: Fungsi keibuan, Sifat keibuan, relasi ibu dan anak, Ibu tiri dan ibu angkat
 - d. Periode klimakterium menopause, Perilaku aneh pada klimakterium, Kondisi psikis wanita setengah baya
 - e. Paternal Mental Health pada masa kehamilan, persalinan, nifas dan proses perkembangan anak
3. Manajemen stress dan komunikasi
- a. Teori Komunikasi, Pendekatan Komunikasi terapeutik/konseling
 - b. Koping & Manajemen stress, pendekatan support mental
 - c. Maternal fetal attachment
 - d. Masalah kesehatan mental selama masa perinatal (termasuk di masa Covid-19)

C. Manfaat mempelajari modul

- 1. Pedoman bagi mahasiswa dalam pembelajaran
- 2. Mempermudah dosen dan mahasiswa dalam melaksanakan perkuliahan

D. Urutan pembahasan

Analisis Pembelajaran/Peta Capaian Pembelajaran Mata Kuliah



E. Petunjuk khusus

Selama mengikuti pembelajaran, mahasiswa harus :

1. Datang tepat waktu sesuai jadwal perkuliahan
2. Setiap mahasiswa wajib hadir dalam setiap perkuliahan
3. Mahasiswa berpartisipasi aktif selama perkuliahan berlangsung
4. Mahasiswa mengerjakan kuis yang diberikan oleh dosen pengampu
5. Jika mahasiswa ijin karena sakit harus disertai surat keterangan sakit dari dokter
6. Tugas dikumpulkan tepat waktu

IV. Materi Pembelajaran

A. Materi 1

1. Judul materi

Masalah kesehatan mental selama masa perinatal (termasuk di masa Covid-19)

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan manajemen stress dan komunikasi [C2,A3,P2]

3. Materi

Kesehatan Mental Perinatal “Istilah yang merujuk bukan hanya pada masalah kesehatan mental/ gangguan psikologis maupun konsep kesejahteraan psikologis, namun juga mencakup upaya pelayanan kesehatan mental baik promotive, preventif dan kuratif” (Darwin et al., 2017)

Cakupan :

- a. Puerperal psychosis
- b. Depresi
- c. Ansietas/ kecemasan (Generalised Anxiety Disorder, Panic disorder, Obsessive Compulsive Disorder, Phobias, including tokophobia (extreme fear of childbirth))
- d. Stressor/trauma-related disorder – Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)
- e. Gangguan makan (eating disorders)
- f. Penyalahgunaan alkohol dan NAPZA
- g. BUKAN ‘baby blues’

Dampak :

- a. Bunuh diri merupakan penyebab utama kematian ibu di negara MAJU
- b. Peningkatan risiko persalinan prematur, BBLR dan IUGR

- c. Berimplikasi pada attachment dan bonding
- d. Peningkatan risiko gangguan sosial, emosional dan perilaku pada anak
- e. PENTING- BERDAMPAK PADA KELUARGA

B. Materi 2

1. Judul materi

Perkembangan psikologi pada anak: Masa pra sekolah, Masa sekolah, Masa pubertas

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan

[C2,A3,P2]

3. Materi



Faktor Perkembangan AUD

Faktor Keturunan

Faktor Neuroendokrin (hormon pertumbuhan, hormon tiroid dan androgen)

Nutrisi

Hubungan Interpersonal

Tingkat sosioekonomi

Penyakit

Bahaya lingkungan

Stres pada anak

Pengaruh media massa

- a. Hormon pertumbuhan atau growth hormone (GH) adalah hormon yang memicu pertumbuhan pada masa kanak-kanak dan remaja.
- b. Hormon tiroid : mengontrol kecepatan tubuh saat mengolah makanan dalam sistem pencernaan. Mengatur irama dan detak jantung serta tekanan darah. Meningkatkan atau menurunkan suhu tubuh. Mengontrol kecepatan tubuh dalam melakukan reproduksi sel.
- c. Hormon androgen dalam mengatur pertumbuhan jaringan otot, pembentukan pigmen pada kulit, produksi minyak atau sebum di kulit, hingga produksi sel darah merah

C. Materi 3

1. Judul materi

Periode klimakterium menopause, Perilaku aneh pada klimakterium, Kondisi psikis wanita setengah baya

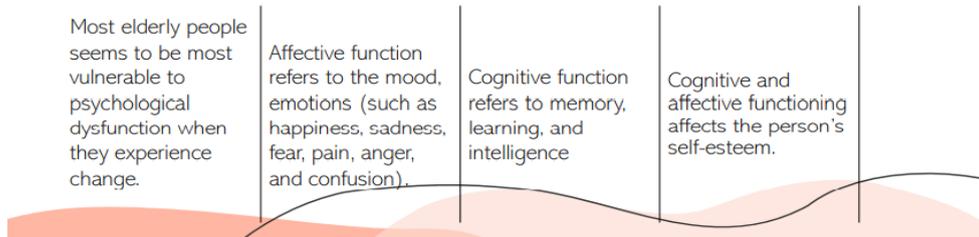
2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan
[C2,A3,P2]

3. Materi

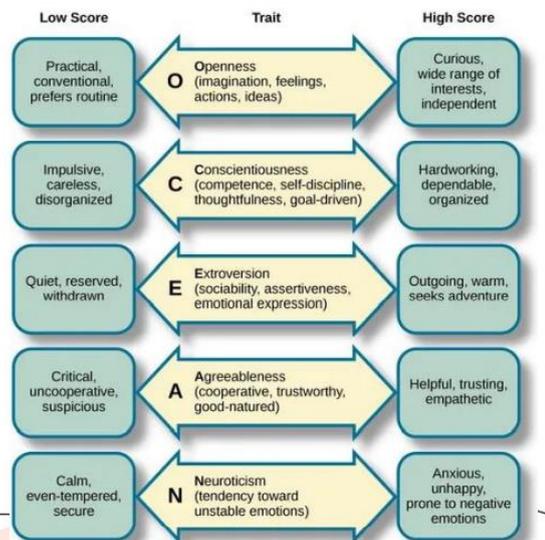
Menopause vs Climacteric

- The **climacteric** is a transitional period between the reproductive age and old age that spans several years before the last menstrual period and several years after that
- Globally, the term menopause is much more frequently used than climacteric but, before we use either one, we should consider that 'menopause' is referring to a specific event, the cessation of menses, and 'climacteric' to gradual changes of ovarian function that start before the menopause and continue thereafter for a while (Blumel et.al., 2013)

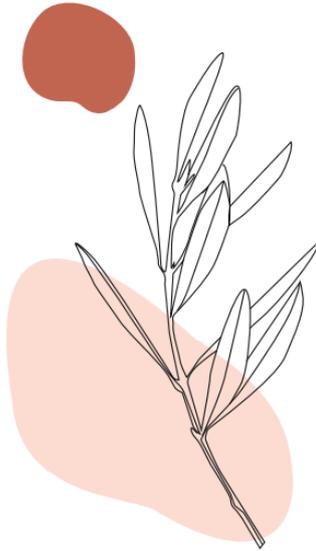


Personality

- The basic personality does not change as a result of aging process.
- The personality will be consistent with that of earlier years.
- Each trait represents a continuum. Individuals can fall anywhere on the continuum for each trait.
- The Big Five remain relatively stable throughout most of one's lifetime.
- They are influenced significantly by both genes and the environment, with an estimated heritability of 50%.
- They are also known to predict certain important life outcomes such as education and health.



The Big Five Personality Traits. Reprinted from PennState, by R. Gray, 2017, <https://sites.psu.edu/leadership/2017/09/02/the-importance-of-personality-trait-screening-for-todays-organizations-application-of-the-five-factor-model-ffm/>



وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۗ
إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ
لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

"Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau keduanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia." (QS. Al-Isra': 23)

(Sumber <https://rumaysho.com/26511-jangan-berkata-uff-ahh-kepada-orang-tua.html>)

D. Materi 4

1. Judul materi

Proses adaptasi pada bayi sesuai tahap perkembangannya: Keadaan psikologis bayi dan anak, faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan psikologi, Masalah-masalah psikologi pada anak yang sering terjadi, kebutuhan bimbingan psikologi

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan
[C2,A3,P2]

3. Materi

Adaptasi adalah salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa atau mental individu. Adaptasi adalah pertahanan yang dibawa sejak lahir atau diperoleh dari hasil belajar dan pengalaman.

Masa dengan penyesuaian yang sangat ekstrim :

- Menyesuaikan terhadap perubahan suhu.
- Menyesuaikan diri terhadap cara bernafas.
- Menyesuaikan diri terhadap pola makan
- Menyesuaikan diri terhadap sistem ekresi.

Periode *babyhood* terjadi pada usia 2 minggu hingga 2 tahun awal kelahiran. Periode *babyhood* merupakan dasar pembentukan sikap, perilaku dan pola ekspresi. Adanya ketidakmampuan penyesuaian diri pada masa dewasa merupakan efek pengalaman periode *babyhood* dan masa kanak-kanak yang kurang baik. Pada akhir periode *babyhood* bayi seringkali takut didekati orang yang tidak dikenalnya namun bayi akan merasa senang dengan anak lain kemudian biasanya akan selalu menolak untuk ditidurkan, karena mereka lebih suka menghabiskan waktunya dengan bermain.

Proses adaptasi psikologis pada masa balita :

- a. Masa dimana anak mempelajari dasar-dasar perilaku sosial untuk persiapan penyesuaian diri pada masa selanjutnya. Masa ini disebut juga sebagai usia menjelajah, dimana anak belajar menguasai dan mengendalikan lingkungan.
- b. Anak-anak pada usia ini juga sering meniru tindakan dan pembicaraan orang lain.
- c. Ketidakepekaan orang tua akan menimbulkan banyak masalah yang dihadapi oleh ibu maupun balita.

E. Materi 5

1. Judul materi

Wanita sebagai ibu: Fungsi keibuan, Sifat keibuan, relasi ibu dan anak, Ibu tiri dan ibu angkat

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan
[C2,A3,P2]

3. Materi

Fungsi Keibuan :

- a. Memenuhi kebutuhan fisiologi dan psikis
- b. Peran dalam merawat dan mengurus keluarga
- c. Peran ibu sebagai pendidik
- d. Peran ibu sebagai contoh dan teladan
- e. Peran ibu sebagai manager
- f. Ibu memberi rangsangan dan pelajaran
- g. Peran ibu sebagai istri

Sifat Keibuan :

Bersikap lemah lembut, penuh kasih sayang dan ketulusan. Sifat-sifat keibuan secara garis besar digolongkan dalam 2 ide:

1. Kualitas tertentu dari karakter dan kepribadian wanita yang bersangkutan
2. Gejala emosional pada wanita

Kesiapan Menjadi Calon Orang Tua :

Hal-hal yang mempengaruhi adalah :

1. Kesiapan hamil dan menjadi seorang ibu dan ayah (fisik, psikologis dan mental)
2. Kesiapan menerima perubahan bentuk tubuh, pola kebiasaan, dan tugas/peran baru
3. Dukungan Orang Terdekat (suami, keluarga, dan anak)
4. Tingkat pendidikan, sosial ekonomi, pengetahuan dan karakter pasangan (Management Stress)
5. Ketersediaan informasi kesehatan ibu dan anak dan kemudahan akses mendapatkannya (Peran Tenaga Kesehatan)

F. Materi 6**1. Judul materi**

Maternal fetal attachment

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan manajemen stress dan komunikasi [C2,A3,P2]

3. Materi

Pengertian *Maternal-Fetal Attachment* berdasarkan pengertian dari beberapa ahli :

1. “the extent to which women engage in behaviors that represent an affiliation and interaction with their unborn child” (Cranley, 1981).
2. “the unique, affectionate relationship that develops between a woman and her fetal during pregnancy” (muller, 1993).
3. “the emotional tie or bond which normally develops between the pregnant women and her unborn fetal” (Condon & Corkindale, 1997)

Kesimpulan: MFA adalah suatu hubungan atau interaksi yang unik antara ibu dan janin berupa ikatan batin, atau ikatan emosional, yang berkembang selama progress kehamilan.

Attribut mfa (a concept analysis)

Ibu memiliki emosi positif terhadap janin (Condon, 1993; Cranley, 1981; Gottlieb, 1978; Hart & McMahon, 2006)

Ibu selalu memperhatikan perkembangan kehamilan dan janinnya (Condon, 1993; Cranley, 1981; Hart & McMahon, 2006; Sandbrook, 2009; Teixeira et al, 2014)

Ibu sering berinteraksi dengan janin (Bielawska-Batorowicza and Siddiqui, 2008; Rincy & Nalini, 2014; Siddiqui et al, 1999)

Attribut mfa (a concept analysis)

Ibu akan selalu membayangkan rupa dan bentuk janin (Bayrami 2011; Granier-Deferre 2011; Gau & Lee, 2003)

Ibu selalu berkeinginan untuk melindungi janin dari segala bentuk ancaman (Lindgren, 2001, 2003; Brandon et al, 2009)

Ibu akan meningkatkan "health practices" selama hamil (Slade, Laxton-Kane & Spiby, 2006; Pollock & Percy, 1999; Sedgemen et al, 2006; Shieh & Kravitz, 2006)

G. Materi 7

1. Judul materi

Teori Komunikasi, Pendekatan Komunikasi terapeutik/konseling

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan manajemen stress dan komunikasi [C2,A3,P2]

3. Materi

Komunikasi suatu proses pertukaran informasi secara dua arah antara dua orang atau lebih yang dapat dilakukan melalui verbal maupun non verbal (simbol, tanda, atau perilaku lainnya). Komunikasi Terapeutik adalah suatu bentuk komunikasi yang direncanakan secara sadar untuk membantu penyembuhan atau pemulihan pasien. Merupakan komunikasi interpersonal dengan titik tolak saling memberikan pengertian antar bidan dengan pasien.

Prinsip Komunikasi Terapeutik :

1. Hubungan Bidan dan pasien adalah hubungan terapeutik yang saling menguntungkan. Hubungan tidak hanya sekedar hubungan seorang penolong dengan pasiennya, tetapi hubungan antara manusia yang bermartabat.
2. Bidan harus menghargai keunikan pasien, menghargai perbedaan karakter, memahami perasaan dan perilaku pasien dengan melihat perbedaan latar belakang keluarga, budaya, dan keunikan setiap individu
3. Semua komunikasi yang dilakukan harus dapat menjaga harga diri pemberi maupun penerima pesan, dalam hal ini bidan harus mampu menjaga harga dirinya dan harga diri pasien
4. Hubungan yang saling percaya (trust) harus dicapai terlebih dahulu sebelum menggali permasalahan dan memberikan alternatif pemecahan masalah. Hubungan saling percaya antara bidan dan pasien merupakan kunci dari komunikasi terapeutik

Jenis Komunikasi Terapeutik :

VERBAL : kata-kata adalah alat atau simbol yang dipakai untuk mengekspresikan ide atau perasaan, membangkitkan respon emosional, atau menguraikan obyek, observasi dan ingatan. Merupakan jenis komunikasi yang paling lazim digunakan dalam pelayanan di rumah sakit.

NON VERBAL : komunikasi non verbal lebih mudah diterima dan dicerna oleh penerima pesan dibandingkan dengan komunikasi verbal Dalam suatu penelitian ditemukan bahwa efektifitas komunikasi ditentukan oleh 55% dari bahasa tubuh atau ekspresi tubuh, 38% dari nada suara, 7% dari kata-kata yang diungkapkan.

H. Materi 8

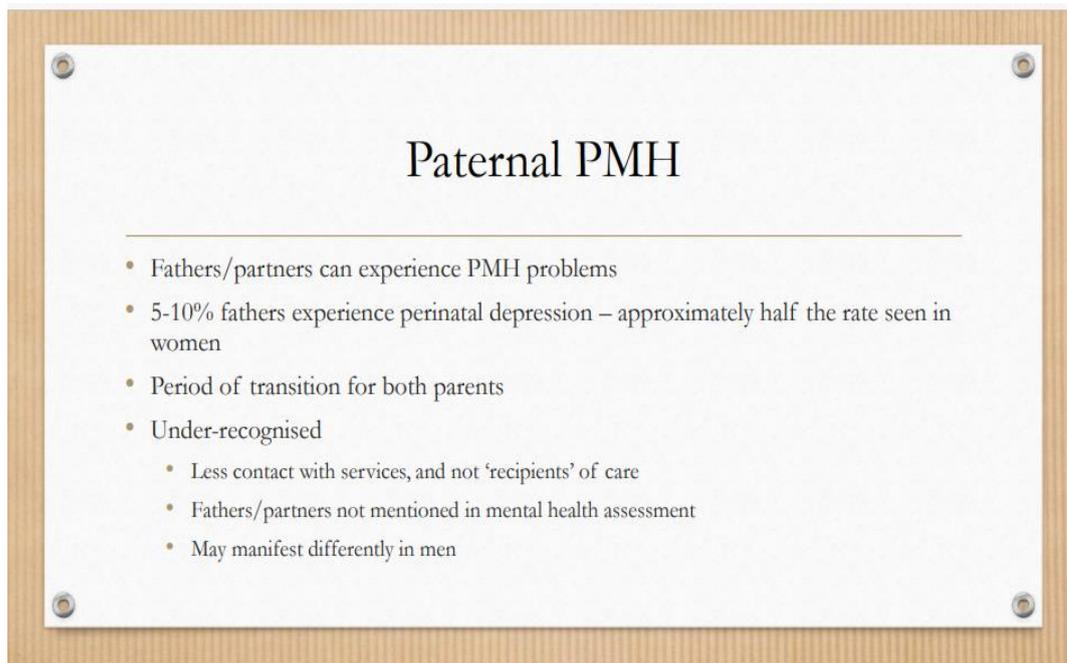
1. Judul materi

Paternal Mental Health pada masa kehamilan, persalinan, nifas dan proses perkembangan anak

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan [C2,A3,P2]

3. Materi



The slide is titled "Paternal PMH" and is presented on a white background with a light brown border. It contains a list of bullet points:

- Fathers/partners can experience PMH problems
- 5-10% fathers experience perinatal depression – approximately half the rate seen in women
- Period of transition for both parents
- Under-recognised
 - Less contact with services, and not 'recipients' of care
 - Fathers/partners not mentioned in mental health assessment
 - May manifest differently in men

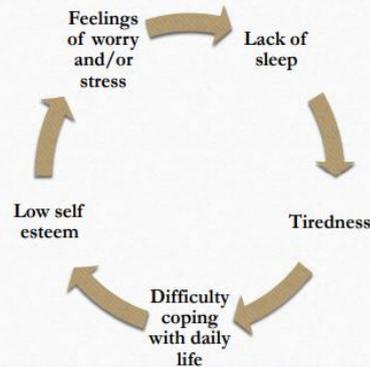
Research

- ▶ Estimates of paternal depression very widely ranging from 1.2% – 25% (Goodman, 2004)
- ▶ A meta-analysis of 43 studies reported an average of 10.4% of fathers to be depressed both pre-and postnatally. (Paulson & Bazemare 2010)

Dads in Distress

- ▶ 38% of dads are concerned about their own mental health.
- ▶ 73% of dads are concerned about their partners mental health.
- ▶ Increased pressures of fatherhood, financial responsibilities, changes in relationships and lifestyle, combined with a lack of sleep and increased workload at home can affect their mental health.

Sleep Deprivation & Mental Health



Positive Mental Health dan Pengasuhan

- Faktor kesehatan mental yang positif berhubungan erat dengan luaran social, seperti empati, permainan imitative, dan luaran kognisi dan komunikasi
- Pola asuh *authoritative vs authoritarian and permissive parenting style*
- *Maternal positive mental health* dapat memprediksi performa anak pada tes kognisi dan fungsi pengambilan keputusan, seperti numerasi, literasi, memori dan pengetahuan umum → *authoritative parenting style*

I. Materi 9

1. Judul materi

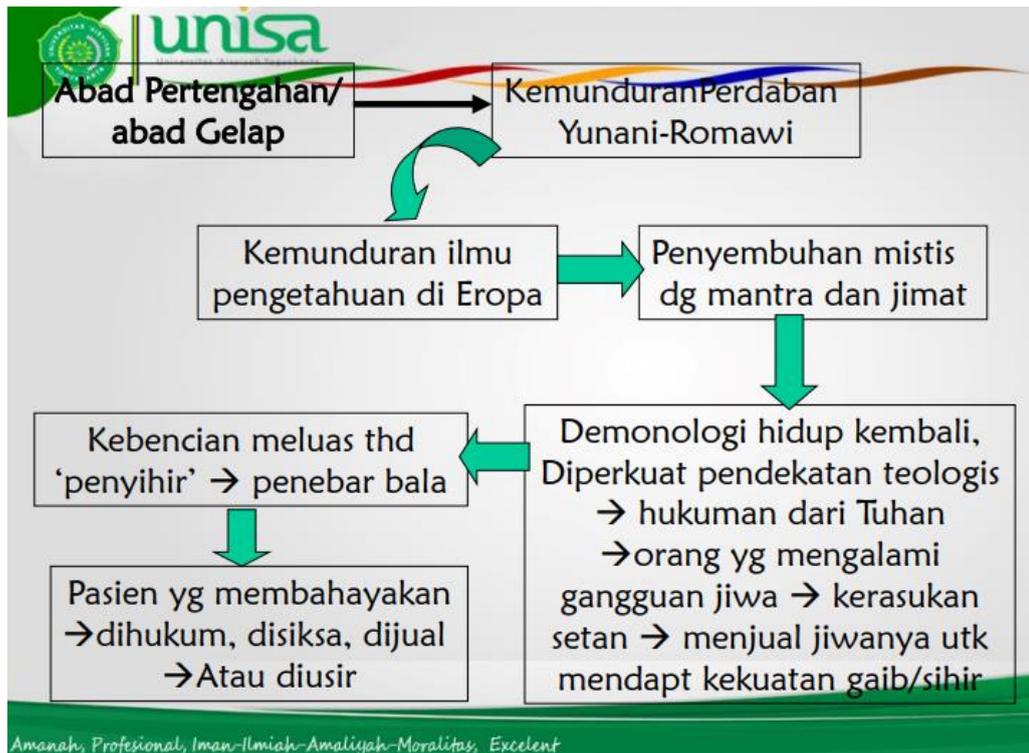
Konsep sehat dan sakit, faktor-faktor psikologi dan sosiologi yang mempengaruhi kesehatan, batasan psikologi dan sosial kesehatan, latar belakang munculnya psikologi dan perkembangannya

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan pengantar mental health dalam kesehatan [C2,A3,P2]

3. Materi





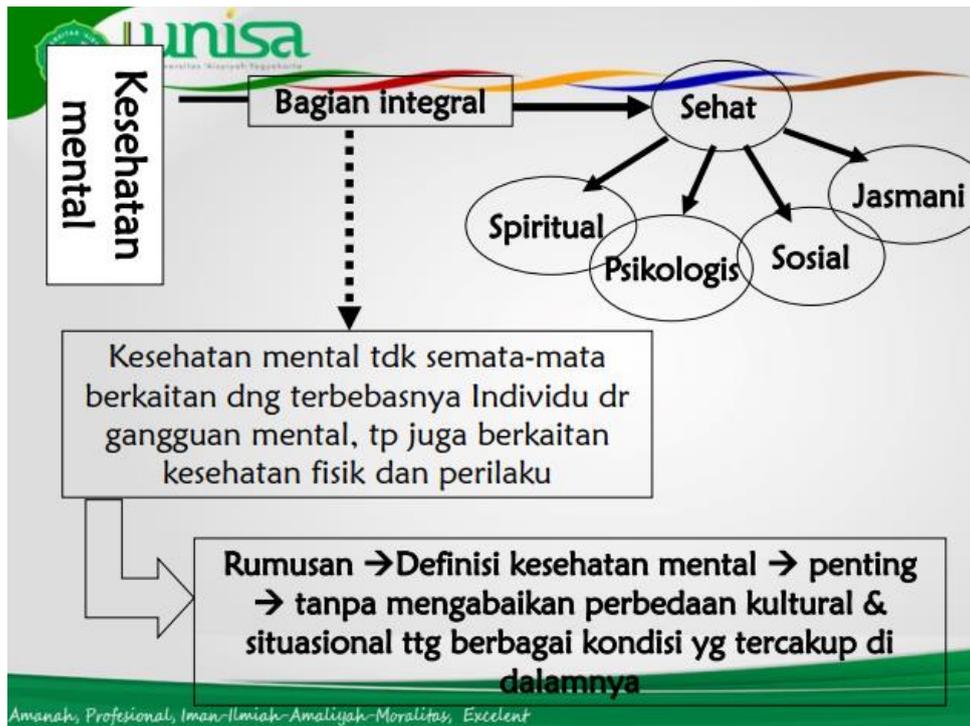
Konsep Sehat

WHO mendefinisikan sehat sebagai sebuah kondisi yang lengkap yaitu sejahtera (well-being) dari segi fisik, mental dan sosial dan tidak hanya terbebas dari gejala atau penyakit.

Dadang Hawari → 1984 → WHO menambahkan aspek spiritual sbg kriteria sehat, shg Sehat berarti meliputi kondisi sejahtera pada (1) aspek Fisik/ jasmani/biologis (2) aspek kejiwaan/psikologis/ (3) aspek sosial (4) aspek spiritual (rohani/agama).

Batasan tsb → meningkatkan keterikatan antara konsep 'sehat' dengan 'kesehatan mental'

Amanah, Profesional, Iman-Ilmiah-Amaliyah-Moralitas, Excelent



J. Materi 10

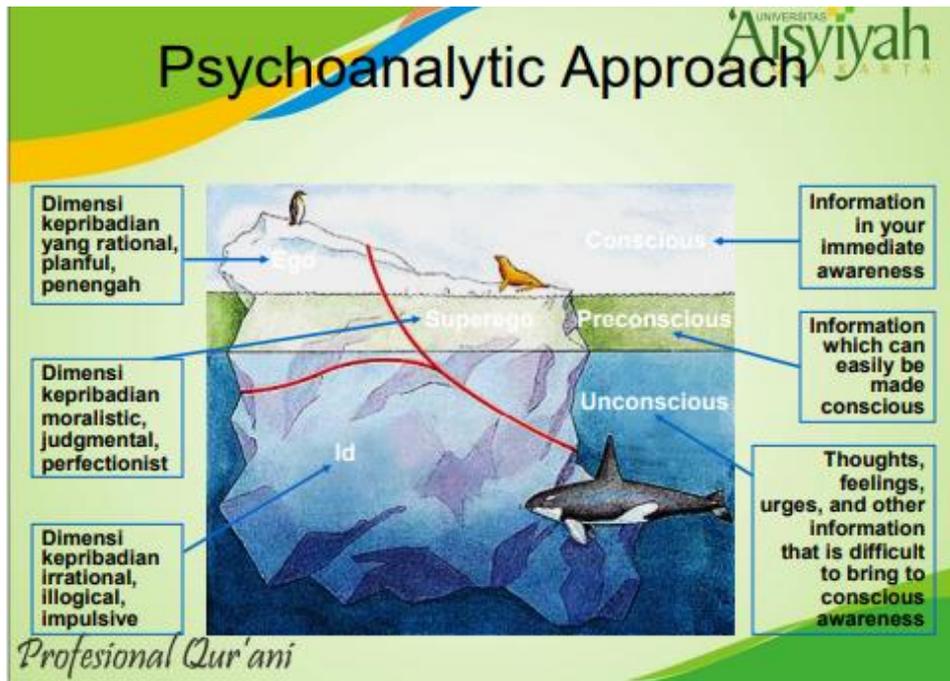
1. Judul materi

Teori dan konsep psikologi, teori dan konsep perilaku

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan pengantar mental health dalam kesehatan [C2,A3,P2]

3. Materi



Teori Kebutuhan Bertingkat:



K. Materi 11

1. Judul materi

Koping & Manajemen stress, pendekatan support mental

2. Sub capaian pembelajaran MK

Mampu menjelaskan manajemen stress dan komunikasi [C2,A3,P2]

3. Materi

- a. Cara mengelola stres dalam Islam (Athar, 1991; Athar, 2008; Hawari, 1997; Heru, 2006)
- b. Niat ikhlas (Qs. At-Taubah : 91)
- c. Bersyukur dan berserah diri (tawakkal) (Qs. Al-Fatihah : 2 dan Al-Baqoroh :156)
- d. Doa dan dzikir (Ar Ra'd : 28)
- e. Sabar dan shalat (Al-Baqarah : 153)

Wallace (2007) cara menghadapi stress :

- a. Cognitive restructuring, berpikir positif (niat ikhlas, sabar, bersyukur, berserah diri)
- b. Journal writing, yaitu menuangkan apa yang dirasakan (tuliskan/gambar) (kajian Islam)
- c. Time management, yaitu mengatur waktu secara efektif (sholat, doa, dzikir, puasa, haji, shodaqoh)
- d. Relaxation technique, yaitu mengembalikan kondisi tubuh pada homeostatis (sholat dan doa)

Mengelola stress :

- a. Stres tidak mungkin selamanya dihindari, karena ujian dan cobaan dari Allah SWT tidak dapat diatur oleh manusia.
- b. Langkah terbaik adalah menyiapkan sikap dan perilaku mengelola stres sehingga mampu menangkalkan akibat stres.
- c. Anjuran Allah SWT tentang menghindari dan mengelola stres sangat jelas, dalam Qs. Ali-Imron : 139

V. Latihan

Sub CPMK 1: Mampu menjelaskan pengantar mental health dalam kesehatan

Jelaskan pengantar mental health dalam kesehatan?

Sub CPMK 2: Mampu menjelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan

Jelaskan psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan?

Sub CPMK 3: Mampu menjelaskan manajemen stress dan komunikasi

Jelaskan manajemen stress dan komunikasi?

Jawaban Mahasiswa :

VI. Rangkuman

Modul ini menjelaskan mengenai penerapan ilmu pengantar mental health dalam kesehatan, psikologi perkembangan manusia dalam fase kehidupan, manajemen stress dan komunikasi.

VII. Tes Formatif

1. Fungsi keibuan dibawah ini, yang tidak tepat adalah?
 - A. Memenuhi kebutuhan fisiologi dan psikis
 - B. Peran dalam merawat dan mengurus keluarga
 - C. Peran ibu sebagai pendidik dan teladan

- D. Peran ibu sebagai manager
 - E. Peran ibu sebagai seorang anak
2. Hal-hal yang mempengaruhi kesiapan menjadi calon orangtua yang kurang tepat adalah?
- A. Kesiapan hamil dan menjadi seorang ibu dan ayah (fisik, psikologis dan mental)
 - B. Kesiapan menerima perubahan bentuk tubuh, pola kebiasaan, dan tugas/peran baru
 - C. Dukungan Orang Terdekat (suami, keluarga, dan anak)
 - D. Tingkat pendidikan, sosial ekonomi, pengetahuan dan karakter pasangan (Management Stress)
 - E. Kurangnya informasi kesehatan ibu dan anak
3. Dampak negatif dari perceraian adalah?
- A. Lega
 - B. Bahagia
 - C. Labelling sosial
 - D. Mendapatkan jalinan kasih dari keluarga besar
 - E. Mandiri
4. Dampak positif dari perceraian adalah?
- A. Kecemasan pada anak
 - B. Ketakutan pada anak
 - C. Labelling sosial
 - D. Sedih
 - E. Mandiri
5. Mengapa maternal fetal attachment penting, pernyataan dibawah ini yang kurang tepat adalah?
- A. Berhubungan erat dengan kesehatan mental ibu saat hamil sampai post partum
 - B. Menentukan postpartum bonding
 - C. Berhubungan dengan kualitas hidup anak di masa depan
 - D. Berhubungan dengan outcome bayi
 - E. Terkait dengan praktek kesehatan selama prakonsepsi

VIII. Umpan Balik atau Tindak Lanjut

Selain mempelajari modul ini, mahasiswa juga dapat membaca buku referensi Kesehatan Mental Dalam Kebidanan lainnya, sebagai tambahan pengetahuan.

IX. Kunci Tes Formatif

1. E
2. E
3. C
4. E
5. E

X. Daftar Pustaka

A. Utama

1. Hungerford, Hudgson, clancy. (2012). Mental Health Care
2. Rob Newel, Kevin Gournay. (2000). Mental Health Nursing
3. Fieldman, R.S. 2012. Pengantar Psikologi. Penerjemah : Petty Gina Gayatri dan Putri Nurdina Sofyan. Penerbit Salemba Humanika : Jakarta
4. Taylor, S. 2003. Health Psychology : International Edition. New York : McGraw Hill
5. Moeljono, 2005, Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
6. World Health Organization (WHO). 2016. Mental Health: Strengthening Our Response. Diunduh dari <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/>.
7. Kaplan, Tony. 2009. Children and Adolescent with Mental Health Problems. The Royal College of Psychiatrists : London.
8. Semrud-Clikeman, Margaret. 2007. Social Competence in Children. Springer Science+Business Media, LCC: USA

B. Tambahan

1. Dewi, Kartika Sari. 2012. Buku Ajar Kesehatan Mental. UPT UNDIP Press : Semarang
2. Ardani, T. A. 2012. Kesehatan Mental Islam. Bandung: CV. Karya Putra Darwanti.
3. Latipun, Moeljono Botosoerdirdjo. (2006). Kesehatan Mental Kesehatan: Konsep dan Penerapan

C. Luaran penelitian penelitian dosen atau PkM dosen

1. Asifah, M., & Daryanti, M. S. (2021). Pengetahuan Wanita Dalam Menghadapi Menopause Di Pedukuhan Gowok Kabupaten Sleman. *JKM Cendekia Utama*, 180-191.
2. Rohmah, F. N., & Ismarwati. (2017). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DENGAN EFIKASI DIRI ISTRI DALAM MENJALANI MASA MENOPAUSE . *Media Ilmu Kesehatan*, 18-25.