



BUKU PANDUAN

# PROGRAM KAMPUS SEJAHTERA

---



UNIVERSITAS GADJAH MADA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
CENTER FOR PUBLIC MENTAL HEALTH



Buku Panduan Program Kampus Sejahtera ini diterbitkan oleh:  
Center for Public Mental Health  
Fakultas Psikologi – Universitas Gadjah Mada  
Agustus 2019

**Tim Penyusun:**

Dr. Diana Setiyawati, M.HSc.Psy, Psikolog  
Nurul Kusuma Hidayati, M.Psi., Psikolog  
Wulan Nur Jatmika, S.Psi.  
Aliyaturrahmah Supriyadi, S.Psi.

**Desain cover:**

Aliyaturrahmah Supriyadi, S.Psi.

# Daftar Isi

<b><i>Kata Pengantar</i></b>	<b>6</b>
<b><i>Konsep Kampus Sejahtera</i></b>	<b>9</b>
<b>Tujuan</b>	<b>9</b>
<b>Cakupan</b>	<b>9</b>
<b>Konsep</b>	<b>9</b>
<b>Prinsip</b>	<b>9</b>
<b>Tahapan dan Indikator</b>	<b>9</b>
Persiapan	9
Pembentukan	10
Pelaksanaan	12
Pemantauan, <i>monitoring</i> , evaluasi	13
<b>Komponen yang harus ada</b>	<b>14</b>
<b>Indikator Terbentuknya Kampus Sejahtera</b>	<b>15</b>
<b>Indikator Keberhasilan Kampus Sejahtera</b>	<b>17</b>
<b><i>Framework monitoring</i> dan evaluasi sistem Kampus Sejahtera</b>	<b>18</b>
<b><i>Pemangku Kepentingan Kampus Sejahtera</i></b>	<b>22</b>
<b>Apa itu pemangku kepentingan?</b>	<b>22</b>
<b>Macam-macam pemangku kepentingan Kampus Sejahtera</b>	<b>22</b>
<b>Tahapan Pembentukan Sistem Kampus Sejahtera</b>	<b>23</b>
<b>Fungsi dan Peran Pemangku Kepentingan</b>	<b>24</b>
<b>Tugas dan Peran Pemangku Kepentingan dalam Tiap Tahap</b>	<b>26</b>
Manajemen Kampus	26
Persiapan	26
Pembentukan	27
Pelaksanaan	28
Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi	30
Tim <i>Ad Hoc</i> Kampus Sejahtera	31
Persiapan	31
Pembentukan	31
Pelaksanaan	33
Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi	34

Dosen	35
Persiapan	35
Pembentukan	35
Pelaksanaan	37
Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi	38
Tenaga Kependidikan	38
Persiapan	38
Pembentukan	39
Pelaksanaan	40
Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi	41
Mahasiswa	42
Persiapan	42
Pembentukan	43
Pelaksanaan	44
Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi	45
Keluarga	46
Persiapan	46
Pembentukan	46
Pelaksanaan	48
Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi	49
<b><i>Keterampilan dalam Program Kampus Sejahtera</i></b>	<b>51</b>
Kisi-kisi Materi	53
<b><i>Alur Rujukan Kampus Sejahtera</i></b>	<b>57</b>
Sistem Rujukan Masalah Kesehatan Jiwa untuk Mahasiswa	57
Sistem Rujukan Masalah Kesehatan Jiwa untuk Dosen dan Tenaga Kependidikan	58
<b><i>Daftar Puskesmas dengan Layanan Psikolog</i></b>	<b>60</b>

# Kata Pengantar

Assalamualaikum wr wb.

Sama halnya dengan kesehatan fisik, kesehatan mental menjadi sangat vital untuk mewujudkan kesejahteraan. Fakta menunjukkan bahwa ada kecenderungan meningkatnya masalah kesehatan mental masyarakat. Persoalan individual, dalam keluarga, di sekolah dan kampus, tempat kerja, dan lingkungan sosial memicu masalah tersebut. Untuk mewujudkan kesehatan mental yang optimal, CPMH bergerak cepat dan strategis dengan dukungan penuh dari Fakultas Psikologi UGM mengembangkan kerjasama dengan berbagai pihak dari hampir semua jajaran (kantor, Dinas, Kementrian, lembaga swadaya masyarakat, universitas di luar negeri, dan banyak lainnya). Pada sisi lain, CPMH sadar betul bahwa rumah sendiri, yaitu kampus, juga harus diperhatikan. Karenanya, Kampus Sejahtera juga menjadi program kerja.

Alhamdulillah Buku Panduan Program Kampus Sejahtera terwujud. Ini adalah bagian dari hasil kerja keras tim CPMH untuk mewujudkan kesejahteraan psikologis melalui pendidikan yang sebelumnya digarap di tingkat keluarga, sekolah, puskesmas, dan lembaga-lembaga pemerintah khususnya pemerintah daerah. Kita semua berkeyakinan bahwa kampus sebagai pencetak insan-insan mandiri dan calon pemimpin masyarakat serta bangsa juga harus sejahtera. Oleh karena itu, bila kampus tidak diperhatikan kesejahteraannya maka misinya sulit tercapai.

Buku ini menekankan pada pengembangan program yang nantinya akan diikuti dengan terbitnya berbagai buku referensi maupun panduan teknis yang lebih detil untuk mencegah dan menangani masalah-masalah kesehatan mental. Lebih dari itu, di masa mendatang diharapkan kesehatan mental mejadi modal untuk mencapai keunggulan sehingga individu maupun masyarakat memiliki keunggulan kompetitif untuk kemajuan bersama.

Kami ucapkan terima kasih kepada CPMH di bawah pimpinan Dr. Diana Setyawati, M.HSc.Psy. yang berhasil menyusun buku ini. Dengan ridlo Allah SWT kami yakin buku ini bermanfaat untuk civitas akademika dan pengelola universitas.

Wassalamualaikum wr wb.

Bulaksumur, Oktober 2019

Dekan,

Prof. Dr. Faturochman, MA.

# BAGAN ALIR PENANGANAN MASALAH KESEHATAN JIWA

DETEKSI DINI DAN ASESMEN

- Jika melihat/menemukan orang lain terindikasi masalah kesehatan jiwa.
- Jika mendeteksi diri sendiri terindikasi mengalami masalah kesehatan jiwa.

↓ hubungi/ datang ke

## FIRST RESPONDER

Setiap orang dapat menjadi *first responder*, termasuk diri sendiri, keluarga, teman, kolega, tenaga kependidikan, dosen, konselor sebaya, maupun penolong pertama psikologis (P3).

↓ sarankan/ bantu untuk melakukan

## ASESMEN

Asesmen dilakukan menggunakan alat *screening online* yang tersedia di laman [klinik.psikologi.ugm.ac.id](http://klinik.psikologi.ugm.ac.id) atau [cpmh.psikologi.ugm.ac.id](http://cpmh.psikologi.ugm.ac.id).

### Jika termasuk Level Risiko 1

- Terindikasi masalah kesehatan mental ringan.
- Penanganan dilakukan oleh konselor sebaya, *mental health first aider*, atau Dosen Pembimbing Akademik (DPA).
- Jika memburuk atau tidak dapat tertangani, rujuk ke Layanan psikologi fakultas/ kampus (GMC)/ psikolog Puskesmas.

### Jika termasuk Level Risiko 2

- Terindikasi masalah kesehatan mental sedang.
- Penolong pertama perlu merujuk ke Layanan psikologi fakultas/ kampus (GMC)/ psikolog Puskesmas untuk ditegakkan diagnosis.

### Jika termasuk Level Risiko 3

- Terindikasi masalah kesehatan jiwa yang serius dan/atau berisiko tinggi bunuh diri.
- Penolong pertama perlu merujuk ke Layanan psikologi fakultas/ kampus (GMC)/ psikolog Puskesmas untuk ditegakkan diagnosis.
- Jika berisiko terjadi bunuh diri, pastikan keamanan diri sendiri dan orang tersebut. Lihat buku *Pedoman Pertolongan Pertama Kesehatan Jiwa pada Upaya Bunuh Diri*.

## TINDAK LANJUT

### Jika diagnosis tidak tegak

- Perlu dukungan sosial dari orang-orang di sekelilingnya.
- Jika dirasa perlu, cek secara berkala kesehatan jiwanya (misal sebulan sekali) menggunakan asesmen yang sama.

### Jika diagnosis tegak

- Penanganan kolaboratif oleh profesional kesehatan jiwa.
- Terapi sesuai kebutuhan:
  - Psikofarmaka
  - Psikoterapi

## REHABILITASI SOSIAL DAN INTEGRASI KE KOMUNITAS

KURASI DAN REHABILITASI

BUKU PANDUAN  
PROGRAM  
KAMPUS SEJAHTERA

# KONSEP KAMPUS SEJAHTERA



UNIVERSITAS GADJAH MADA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
CENTER FOR PUBLIC MENTAL HEALTH



# Konsep Kampus Sejahtera

## Tujuan

---

Menciptakan **sistem** yang membuat seluruh warga kampus (dosen, mahasiswa, tenaga kependidikan) berkembang optimal, bahagia, produktif dan berprestasi.

## Cakupan

---

Universitas. Mencakup semua peran elemen di kampus.

## Konsep

---

Sistem Kampus Sejahtera adalah sistem perguruan tinggi di mana warganya (dosen, tenaga kependidikan, mahasiswa, alumni dan keluarga – selanjutnya disebut pemangku kepentingan atau *stakeholder*) saling mendukung, saling memberi apresiasi positif, dan saling memotivasi sehingga seluruh warga kampus berkembang optimal:

- **Mengenali potensi dirinya**
- **Hari-harinya produktif**
- **Tangguh**
- **Mampu berkontribusi untuk komunitas**

## Prinsip

---

1. Cara pandang positif dan relasi positif terhadap kolega, atasan, bawahan dan mahasiswa.
2. Setiap orang berkontribusi terhadap kesejahteraan dosen, mahasiswa dan tenaga kependidikan.
3. Partisipasi seluruh pemangku kepentingan kampus.
4. Seluruh warga kampus saling peduli, menghargai, dan bebas stigma.
5. Kampus dan keluarga memenuhi kebutuhan psikologis mahasiswa dan civitas akademika.

## Tahapan dan Indikator

---

### Persiapan

1. Melakukan konsolidasi internal kampus.
  - a. Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan *stakeholder* untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.
  - b. Membentuk tim *ad hoc* sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan *stakeholder*,

- dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.
2. Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.
  3. Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan *Focused Group Discussion* atau FGD dan pemetaan masalah).

## Pembentukan

Tujuan dari tahap ini adalah untuk membentuk sistem Kampus Sejahtera berdasarkan komponen indikator.

1. **Melakukan *pre-test*** untuk mengetahui data *baseline*, menggunakan alat *screening* yang tersedia, (yang disarankan dan tersedia) :
  - a. *Screening* depresi: Kuesioner Kesehatan Pasien (*Patient Health Questionnaire – PHQ 9*)
  - b. *Screening* gangguan kecemasan: *Generalized Anxiety Disorder scale* (GAD 7)
  - c. *Screening* 13 domain psikiatris: *DSM-5 online Cross Cutting*
2. **Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan (*stakeholder*)** dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan. Sosialisasi dan promosi yang dapat dilakukan dengan memanfaatkan acara yang sifatnya rutin baik bulanan, semesteran, atau tahunan seperti pada: orientasi mahasiswa, pertemuan pertama perkuliahan, orientasi karyawan, menyisipkan materi kesehatan jiwa dalam perkuliahan, kampanye media sosial, tema kegiatan mahasiswa, tema pengabdian dosen, tema dies natalis, tema acara penting lainnya, dan lain-lain.
3. **Mereviu seluruh kebijakan dan SOP** yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselaraskan dengan filosofi Kampus Sejahtera. Meliputi kebijakan (namun tidak terbatas pada):
  - standar kesejahteraan (*financial - non financial*) karyawan

- *support system*
  - relasi positif
  - promosi prevensi kesehatan jiwa
  - kebijakan ramah keluarga
  - bimbingan mahasiswa
  - penanganan kekerasan dalam bentuk apapun.
  - dsb
4. **Melatih seluruh *stakeholder*** dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta prevensi, kurasi, dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.
  5. **Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis** yang melibatkan profesional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama. Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).
  6. **Membentuk dan melatih konselor sebaya** di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.
  7. **Melatih keluarga mahasiswa** tentang keterampilan dasar yang mendukung Kampus Sejahtera (terlampir).
  8. **Membentuk *Standard Operational Procedure (SOP) alur penanganan masalah*** bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.
  9. **Pembentukan tim Penolong Pertama (PP) atau *first aider* di tiap *stakeholder*.**
    1. Memberikan pelatihan Pertolongan Pertama Psikologis (P3) secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap *stakeholder*.
    2. Menunjuk perwakilan dari masing-masing *stakeholder* (dosen dan karyawan) sebanyak minimal 2 orang untuk dilatih materi PPP (P3) atau Pertolongan Pertama Psikologis.

## Pelaksanaan

1. **Menjalankan kebijakan-kebijakan** yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.
2. **Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa** untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif, peningkatan literasi kesehatan jiwa, dan sebagainya).
3. **Melakukan program-program prevensi kesehatan jiwa bagi warga kampus** untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko mengalami masalah kesehatan jiwa atau bahkan gangguan mental. Program yang bisa disarankan antara lain adalah:
  - a. **Screening kesehatan fisik dan psikis secara berkala.** *Screening* dapat dilakukan misal tiap trimester, contohnya setiap awal semester ketika momentum KRS dan menjelang UTS. Program ini bisa dipermudah dengan memasukkannya ke Palawa atau Simaster UGM sehingga warga kampus menjadi mudah untuk mengaksesnya.
  - b. **Memberikan pendampingan khusus untuk kelompok rentan**, baik secara individu maupun kelompok. Pemetaan kelompok rentan dapat dilakukan dengan mengakses hasil *screening* di tiap trimester.
  - c. **Program konselor sebaya.** Program ini bisa diinisiasi dengan membentuk satuan *peer counselor* per angkatan sehingga mereka lebih mengenal satu sama lain.
  - d. **Meningkatkan kepekaan** dosen terhadap kondisi mahasiswa dengan cara meningkatkan literasi kesehatan jiwa terutama terkait dengan deteksi dini dan alur rujukan.
  - e. **Pelatihan *lifeskills***, di mana di dalamnya dimasukkan materi-materi yang relevan

termasuk materi untuk peningkatan perilaku *help-seeking* bagi *stakeholder*.

- f. **Meningkatkan kepekaan dan kepedulian warga kampus** terhadap seluruh warga kampus.
4. **Melakukan program kurasi** terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan **menjaga kerahasiaan** pihak yang bersangkutan.
5. **Melakukan rehabilitasi** terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).

## **Pemantauan, *monitoring*, evaluasi**

1. *Monitoring* dan evaluasi program secara bertahap tiga atau enam bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan menggunakan *checklist* indikator.
2. Mengevaluasi hasil *screening* yang dilakukan pada program *check-up* kesehatan fisik dan psikis.
3. Berdasarkan hasil *monitoring* dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.

## Komponen yang harus ada

---

1. **Literasi Kesehatan Jiwa Seluruh Civitas Akademika.** Adanya kesadaran dari seluruh pemangku kepentingan.
2. **Kebijakan Yang Mendukung Kampus Sejahtera.** Kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera (misal: standar kesejahteraan karyawan, *support system*, relasi positif, promosi prevensi kesehatan jiwa, kebijakan ramah keluarga, sistem alur rujuk yang jelas dan diketahui oleh seluruh warga kampus, layanan psikologi).
3. **Pengembangan Kapasitas Kesehatan Jiwa.** Dosen, mahasiswa dan tenaga kependidikan yang terlatih sesuai porsinya dalam promosi, prevensi, kurasi, dan rehabilitasi kesehatan jiwa.
4. **Sistem Rujukan dan Akses Layanan Kesehatan Jiwa.** Adanya kejelasan SOP penanganan masalah kesehatan jiwa, sampai di level mana ditangani siapa, termasuk rujukan ke psikolog/psikiater/dokter.

## Indikator Terbentuknya Kampus Sejahtera

1	Adanya kesadaran dari seluruh pemangku kepentingan	Sangat paham	Perlu ditingkatkan	Belum paham		
	Manajemen kampus memahami pentingnya penerapan konsep Kampus Sejahtera					
	Dosen memahami pentingnya Kampus Sejahtera					
	Orang tua/ wali murid memahami konsep Kampus Sejahtera					
	Mahasiswa memahami konsep Kampus Sejahtera					
	Tenaga kependidikan memahami pentingnya Kampus Sejahtera					
2	Kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera, yaitu	Tidak Ada	Terencana	Tertulis	Terlaksana	Konsisten
	Layanan psikologi yang dapat diakses seluruh warga kampus					
	Kebijakan standar kesejahteraan karyawan					
	Kebijakan <i>support system</i>					
	Kebijakan relasi positif					
	Kebijakan promosi prevensi kesehatan jiwa					
	Kebijakan-kebijakan ramah keluarga					
	Kebijakan bimbingan mahasiswa yang mendukung promosi dan prevensi kesehatan jiwa					
	Kebijakan kasus perundungan, pelecehan, kekerasan dan diskriminasi					
3	Dosen dan mahasiswa yang terlatih sesuai porsinya dalam promosi, prevensi, kurasi dan rehabilitasi kesehatan jiwa	Pelatihan Promosi	Pelatihan Prevensi	Pelatihan Kurasi	Pelatihan Rehabilitasi	
	Dosen Kampus Sejahtera yang terlatih sesuai porsinya					
	Mahasiswa yang terlatih sesuai porsinya					
	Tenaga kependidikan yang terlatih sesuai porsinya					

<i>Mental health first aider</i> yang terlatih sesuai porsinya				
Konselor sebaya yang terlatih				

4	Adanya kejelasan SOP penanganan mahasiswa, sampai di level mana ditangani siapa, termasuk rujukan ke psikolog/psikiater/dokter	Tidak Ada	Terencana	Tertulis	Terlaksana	Konsisten
	Kebijakan penanganan masalah					
	Sistem rujukan					

**Keterangan:**

<i>Terencana</i>	Ada, tapi belum eksplisit menjadi peraturan sendiri, integral dengan peraturan umum, atau baru berupa draft.
<i>Tertulis</i>	Sudah ada aturan tertulis dan sudah disosialisasikan, tapi belum terlaksana.
<i>Terlaksana</i>	Sudah berjalan.
<i>Konsisten</i>	Terlaksana dengan konsisten.



## Indikator Keberhasilan Kampus Sejahtera

---

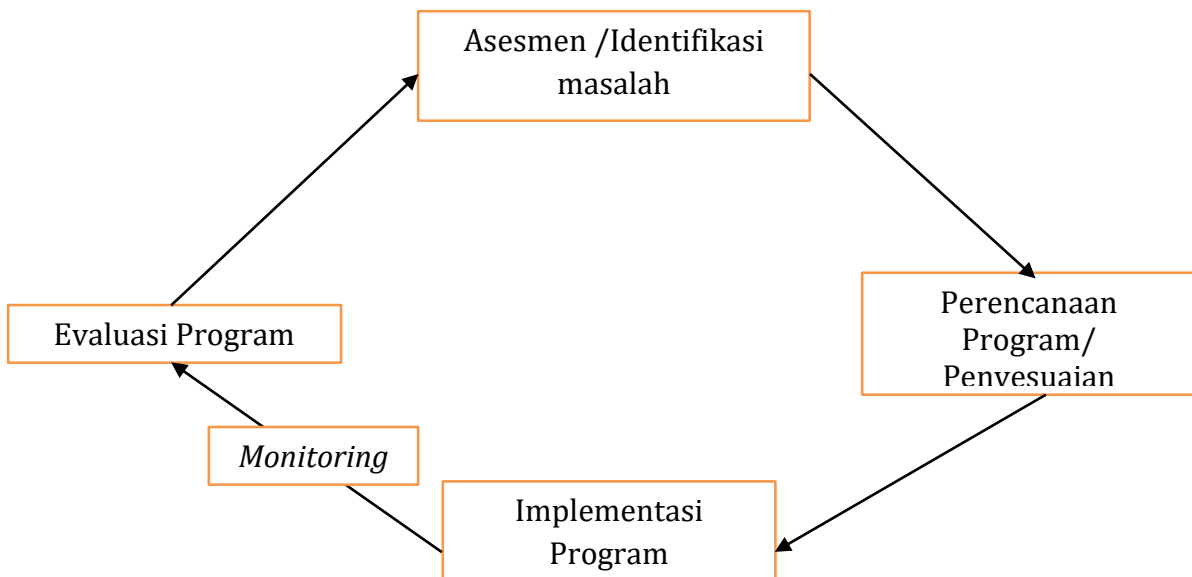
1. Berkembang secara fisik
  - a. Seluruh warga semakin jarang sakit.
2. Berkembang secara mental
  - a. Seluruh warga mampu menghadapi masalah atau tekanan hidup sehari-hari dengan koping yang tepat.
  - b. Seluruh warga meningkat kemampuan deteksi dini terhadap masalah kesehatan jiwa dan atau gangguan mental sebagai salah satu prevensi terhadap gangguan psikologis (misalnya depresi, kecemasan, gangguan perilaku).
  - c. Seluruh warga meningkat kemampuan *help-seeking* yang dimiliki.
  - d. Seluruh warga merasa nyaman dan aman di kampus.
  - e. Konsep diri seluruh warga berkembang dengan positif.
3. Berkembang secara spiritual
  - a. Semakin menunjukkan kebutuhan untuk beribadah dan mendekat kepada Tuhan.
  - b. Spiritualitas semakin tinggi.
4. Berkembang secara sosial
  - a. Semakin meningkat kepekaan dan kepedulian terhadap lingkungan sekitarnya.
  - b. Menjadi warga komunitas yang bermanfaat.
  - c. Mampu menempatkan diri dengan baik.

## ***Framework monitoring dan evaluasi sistem Kampus Sejahtera***

---

*Monitoring* dan evaluasi program diperlukan untuk memastikan bahwa program Kampus Sejahtera berjalan sesuai dengan tujuan besar program. *Monitoring* program idealnya dilakukan secara rutin setiap 3 atau 6 bulan sekali. Hasil *monitoring* Evaluasi program dilaksanakan setidaknya satu tahun sekali.

Keseluruhan program Kampus Sejahtera dijalankan sebagaimana bagan alir berikut:



### **Keterangan:**

#### **1. Asesmen**

Sebelum membuat perencanaan program, kampus perlu melakukan asesmen awal untuk mengetahui kondisi kampus, meliputi kekuatan dan potensi yang dimiliki kampus yang dapat mendukung pelaksanaan program Kampus Sejahtera, serta hal-hal yang masih perlu diperbaiki atau ditingkatkan. Asesmen awal untuk menentukan *baseline* atau dasar kondisi kampus dilakukan dengan menggunakan alat ukur indikator yang disediakan dalam buku panduan ini, ditunjang dengan alat-alat asesmen lain jika diperlukan (disarankan: *DSM-5 Cross Cutting*, asesmen keberfungsian dan dukungan sosial).

## 2. Perencanaan Program

Berdasarkan hasil asesmen, perencanaan program dilakukan mengacu pada indikator Kampus Sejahtera. Rencana program perlu dibuat dengan prioritas pertama adalah untuk meningkatkan hal-hal yang masih kurang atau perlu diperbaiki. Selain itu, tetap penting untuk membuat perencanaan program yang dapat menjaga budaya yang sudah ada yang mendukung Kampus Sejahtera. Keduanya dapat dilakukan secara bersamaan.

Perlu diketahui bahwa indikator telah disusun berdasarkan tingkat prioritasnya. Kebijakan kampus yang mendukung Kampus Sejahtera tidak akan berjalan jika tidak ada kesadaran dari seluruh warga kampus mengenai pentingnya Kampus Sejahtera.

Target dan *timeline* yang jelas harus disusun dan ditetapkan untuk setiap program.

## 3. Implementasi Program

Implementasi program dilakukan berdasarkan perencanaan program. Persiapan-persiapan yang dibutuhkan harus dilakukan untuk memastikan program berjalan dengan baik.

## 4. Monitoring

Untuk memastikan bahwa program berjalan sesuai dengan rencana dan tujuan, dibutuhkan *monitoring* yang rutin dilaksanakan setiap 3 atau 6 bulan sekali. *Monitoring* dilakukan dengan mencocokkan kondisi kampus dengan alat ukur sesuai indikator. Jika dari hasil *monitoring* didapati hal yang kurang sesuai, lakukan evaluasi untuk perbaikan dan penyesuaian.

## 5. Evaluasi

Hasil *monitoring* dievaluasi untuk mengetahui apakah program berjalan dengan sebagaimana mestinya, yaitu dengan membandingkan hasil *monitoring* dengan hasil asesmen awal. Jika menunjukkan peningkatan, maka program dapat dilanjutkan tanpa penyesuaian. Namun jika ternyata menunjukkan hasil yang stagnan atau penurunan dalam satu atau beberapa indikator, perlu dipertimbangkan untuk melakukan penyesuaian terhadap program.

## **6. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah merupakan tahapan setelah evaluasi untuk mengidentifikasi ulang permasalahan yang mungkin melatarbelakangi tidak berjalannya program. Bisa dilakukan dengan berbagai cara yang sesuai dengan kondisi kampus, misalnya wawancara, FGD, atau menggunakan instrumen, jika diperlukan. Setelah menemukan permasalahan, lakukan penyesuaian terhadap program dengan fokus utama pada masalah yang paling berat. Jika seluruh indikator Kampus Sejahtera telah terpenuhi, dan kampus telah dinyatakan sejahtera, perlu dilakukan penyesuaian program untuk menjaga agar praktik-praktik Kampus Sejahtera tetap dijalankan sehingga kampus selalu menjadi kampus yang sejahtera. Alur *monitoring* dan evaluasi program tersebut berlangsung terus menerus dan dilakukan secara berkala.



BUKU PANDUAN  
**PROGRAM**  
KAMPUS SEJAHTERA

# PEMANGKU KEPENTINGAN KAMPUS SEJAHTERA



UNIVERSITAS GADJAH MADA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
CENTER FOR PUBLIC MENTAL HEALTH

# **Pemangku Kepentingan Kampus Sejahtera**

## **Apa itu pemangku kepentingan?**

---

Pemangku kepentingan adalah seseorang atau sekelompok orang yang memiliki kepentingan akan keberhasilan sebuah organisasi dalam mencapai tujuannya. Dalam program Kampus Sejahtera ini, pemangku kepentingan merupakan pihak-pihak yang turut membantu terlaksananya dan tercapainya tujuan program Kampus Sejahtera.

## **Macam-macam pemangku kepentingan Kampus Sejahtera**

---

Secara garis besar, pemangku kepentingan dibagi menjadi 2 jenis, yaitu pemangku kepentingan internal dan pemangku kepentingan eksternal.

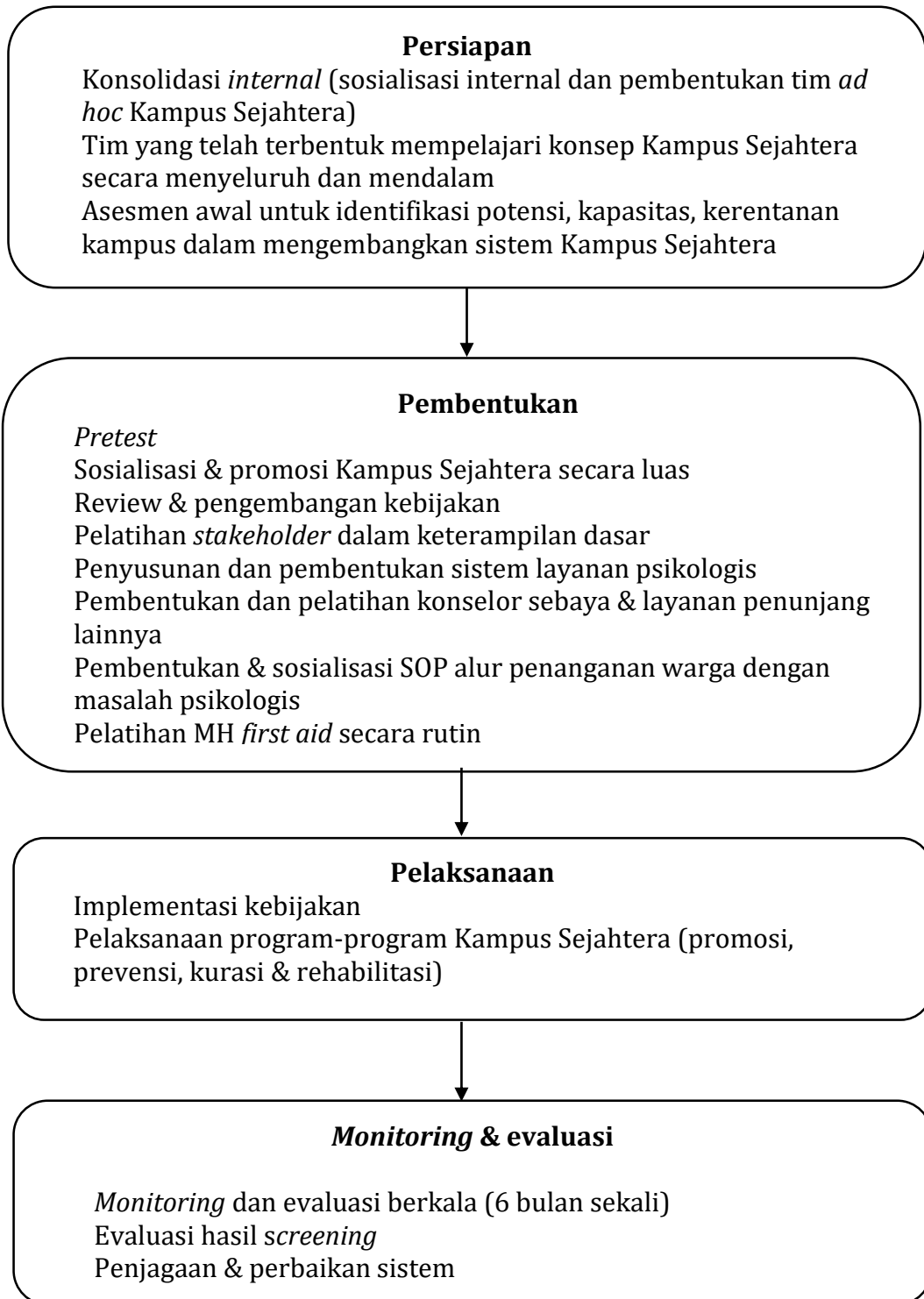
Pemangku kepentingan internal merupakan pihak-pihak yang bekerja di dalam sistem kampus dan memiliki kontrol terhadap apa yang terjadi di kampus setiap harinya. Termasuk dalam pemangku kepentingan internal adalah seluruh warga kampus (dosen, mahasiswa, tenaga kependidikan) dan keluarganya.

Pemangku kepentingan eksternal adalah pihak-pihak yang bekerja di luar sistem keseharian kampus yang memiliki ketertarikan yang kuat pada luaran yang dihasilkan kampus (mahasiswa) tetapi tidak secara langsung menentukan proses pembelajaran luaran tersebut.

Pemangku kepentingan program Kampus Sejahtera meliputi elemen-elemen yang termasuk dalam pemangku kepentingan internal kampus, yaitu:

1. Manajemen kampus, yaitu Rektor, Dekan, Kepala Jurusan, Kepala Departemen, Kepala Pusat Studi, beserta jajarannya;
2. Dosen;
3. Mahasiswa;
4. Keluarga;
5. Tenaga kependidikan/karyawan kampus;
6. Alumni.

## Tahapan Pembentukan Sistem Kampus Sejahtera



## Fungsi dan Peran Pemangku Kepentingan

---

**Terwujudnya Kampus Sejahtera** tidak dapat terlaksana apabila hanya salah satu pihak saja yang terlibat. Masing-masing pemangku kepentingan memiliki fungsi dan peran masing-masing di dalam program Kampus Sejahtera. Mahasiswa, dosen, manajemen kampus, orang tua dan bahkan alumni berpartisipasi secara aktif dalam membangun sebuah sistem yang mendukung tercapainya kampus yang sejahtera. Di dalam setiap tahap pengembangan sistem ini, integrasi dan kesinambungan peran dari pemangku kepentingan menjadi kunci tercapainya indikator keberhasilan program. Terpenuhinya empat komponen pembangun Kampus Sejahtera menjadi tugas dan tanggung jawab bersama.

**Inisiator awal program Kampus Sejahtera** bisa berasal dari siapa saja. Akan tetapi, perlu disadari bahwa manajemen kampus memiliki peran paling besar pada awal dikembangkannya program ini, karena manajemen kampus merupakan motor penggerak utama terlaksananya pengembangan program Kampus Sejahtera. Oleh karenanya, inisiator perlu melakukan persuasi dan advokasi kepada pihak manajemen kampus.

**Manajemen kampus** berperan sebagai supervisor dan pengambil kebijakan sepanjang berjalannya program. Manajemen kampus membentuk Tim *Ad Hoc* Sistem Kampus Sejahtera yang terdiri dari perwakilan seluruh pemangku kepentingan. Bersama dengan tim *ad hoc* tersebut, manajemen kampus merumuskan draft kebijakan dan program yang mendukung kampus dan perangkatnya; mengesahkan; dan juga mengawal implementasi kebijakan tersebut.

**Sebagai pelaksana kebijakan** dan program-program Kampus Sejahtera yang disusun, dosen memainkan peran yang sangat penting atas keberhasilan program tersebut. Dosen menjadi ujung tombak Kampus Sejahtera karena secara langsung berinteraksi dan menghabiskan banyak waktu dengan mahasiswa. Oleh karenanya, dosen merupakan agen Kampus Sejahtera yang berpeluang paling besar dalam memberikan pengaruh kepada mahasiswa.

**Mahasiswa** menjadi salah satu pihak yang menjadi perhatian untuk dikembangkan potensinya sehingga mereka tumbuh optimal. Namun demikian, di dalam sistem



kampus yang sejahtera, mereka tidak hanya sebagai objek yang pasif, mahasiswa juga memiliki peran aktif dalam sistem yang dikembangkan.

Sistem Kampus Sejahtera ini mendidik mahasiswa menjadi lebih resilien dan lebih peka untuk mengenali perubahan pada diri sendiri dan sikap yang ditunjukkan temannya yang mengarah pada gangguan kesehatan jiwa. Mahasiswa bisa melakukan pertolongan pertama atau menjadi *first responder* (berkoordinasi dengan tim *Mental Health First Aider* atau konselor sebaya) atau melaporkan pada dosen/sesuai dengan alur rujukan yang berlaku.

**Peran tenaga kependidikan juga sangat penting** dalam pengembangan skema kampus sejahtera. Komunikasi positif, empatik, dan apresiatif antar kolega dan kepada warga kampus lainnya menjadi faktor utama yang harus ditingkatkan dan dikembangkan.

**Dukungan dari keluarga menjadi penting** dalam penegakan sistem Kampus Sejahtera. Keluarga menjadi elemen penguat konsep positif yang diterapkan dalam Kampus Sejahtera. Komunikasi positif dan kehangatan hubungan dalam keluarga menjadi salah satu faktor protektif utama dari masalah kesehatan jiwa.

Keluarga adalah *support system* utama yang diharapkan dapat memberikan kontribusi dan bekerjasama dengan kampus dalam melakukan prevensi, promosi, kurasi, dan rehabilitasi terkait dengan kesehatan jiwa anak didik.

Oleh karena pentingnya peran keluarga di atas maka program peningkatan literasi kesehatan jiwa bagi orang tua menjadi krusial untuk dilaksanakan.

**Kampus perlu pula merangkul alumni** agar alumni menjadi faktor protektif bagi mahasiswa. Alumni dapat memberikan berbagai hal seperti: 1) memberi berbagai bentuk dukungan seperti memberi motivasi, mengajarkan keterampilan hidup, perkuliahan dan sebagainya, 2) memberikan kesempatan magang/ *internship* untuk mengasah mental sehingga meningkatkan kesiapan kerja, 3) memberikan program beasiswa yang membantu mengangkat beban finansial mahasiswa, 4) memberikan lowongan kerja dengan syarat dan ketentuan yang disampaikan.

## Tugas dan Peran Pemangku Kepentingan dalam Tiap Tahap

Manajemen Kampus	
Tahapan	Tugas dan Peran
<b>Persiapan</b>	
Melakukan konsolidasi internal kampus.	Melobi dan mengkoordinasi pemangku kepentingan.
Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan <i>stakeholder</i> untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi terlaksananya sosialisasi awal Kampus Sejahtera kepada seluruh jajaran dosen dan tenaga kependidikan, mahasiswa, dan orang tua.</li> <li>• Menjelaskan ide dan konsep Kampus Sejahtera.</li> <li>• Menjelaskan urgensi serta peran masing-masing pemangku kepentingan.</li> <li>• Mempersuasi pemangku kepentingan untuk terlibat aktif dalam pembentukan sistem Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Membentuk tim <i>ad hoc</i> sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan <i>stakeholder</i> , dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membentuk, mengkoordinasi, mengelola tim.</li> <li>• Mengeluarkan SK pembentukan tim <i>ad hoc</i> Kampus Sejahtera.</li> <li>• Meningkatkan kapasitas keterampilan dan pengetahuan tim.</li> </ul>
Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi pendalaman materi bagi tim Kampus Sejahtera.</li> <li>• Mendalami konsep Kampus Sejahtera bersama dengan pemangku kepentingan lain.</li> </ul>

<p>Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan FGD dan pemetaan masalah).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengawasi berjalannya agenda asesmen awal kondisi kampus.</li> <li>● Memonitor, mengevaluasi berjalannya asesmen.</li> <li>● Bersama dengan Tim <i>Ad Hoc</i> Kampus Sejahtera menganalisis hasil asesmen awal kondisi kampus.</li> <li>● Mengembangkan program-program yang mendukung Kampus Sejahtera sesuai dengan kondisi kampus.</li> <li>● Merancang rencana program tahunan Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<b>Pembentukan</b>	
<p>Melakukan <i>pre-test</i> menggunakan alat <i>screening</i> yang tersedia, saran: DSM-5 <i>Cross Cutting</i>, skrining keberfungsian dan dukungan sosial, serta menggunakan hasilnya sebagai data awal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengawasi dan mengevaluasi berjalannya <i>pre-test</i>.</li> <li>● Melakukan koordinasi dengan pihak-pihak yang berhubungan dengan tahap ini.</li> <li>● Melaksanakan <i>pre-test</i>.</li> </ul>
<p>Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan (<i>stakeholder</i>) dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengawasi dan mengevaluasi berjalannya sosialisasi dan kampanye Kampus Sejahtera.</li> <li>● Melakukan koordinasi dengan pihak-pihak yang berhubungan dengan tahap ini.</li> </ul>
<p>Mereviu seluruh kebijakan dan SOP yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselaraskan dengan filosofi Kampus Sejahtera.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bersama dengan tim Kampus Sejahtera mereviu seluruh kebijakan kampus.</li> <li>● Mengembangkan kebijakan Kampus Sejahtera berdasarkan hasil reviu.</li> <li>● Mengesahkan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>● Menyosialisasikan kebijakan yang telah tersusun kepada seluruh pemangku kepentingan.</li> </ul>
<p>Melatih seluruh <i>stakeholder</i> dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta prevensi, kurasi dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memfasilitasi, mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi jalannya pelatihan.</li> </ul>

<p>Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis yang melibatkan professional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama. Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi, mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi jalannya pelatihan.</li> </ul>
<p>Membentuk dan melatih konselor sebaya di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi, mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi jalannya pelatihan.</li> </ul>
<p>Melatih keluarga mahasiswa tentang keterampilan dasar yang mendukung Kampus Sejahtera.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersama dengan tim Kampus Sejahtera mengembangkan dan menetapkan SOP alur penanganan mahasiswa.</li> <li>• Mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi SOP alur penanganan mahasiswa kepada semua pemangku kepentingan.</li> </ul>
<p>Membentuk <i>Standard Operational Procedure</i> (SOP) alur penanganan masalah bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi, mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi pembentukan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p>Memberikan pelatihan <i>Mental Health First Aid</i>, secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap <i>stakeholder</i>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi, mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi jalannya pelatihan.</li> </ul>
<p><b>Pelaksanaan</b></p>	
<p>Menjalankan kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>• Mendorong pemangku kepentingan lain untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>• Mengawasi pengimplementasian kebijakan dan menegakkan disiplin positif untuk setiap pelanggaran yang muncul.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersama tim Kampus Sejahtera memonitor secara berkala (3 atau 6 bulan sekali) pengimplementasian kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera menggunakan <i>checklist</i> indikator.</li> </ul>
Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif dan lain-lain, peningkatan literasi kesehatan jiwa).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memfasilitasi terlaksananya program-program promosi kesehatan jiwa.</li> <li>• Memonitor dan mengevaluasi berjalannya program.</li> <li>• Memberikan contoh perilaku.</li> <li>• Memberi apresiasi kepada warga kampus.</li> </ul>
Melakukan program-program preventasi kesehatan jiwa warga kampus untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko menjadi bermasalah.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memantau dan mengawasi secara rutin terlaksananya program promosi kesehatan jiwa di kampus.</li> <li>• Mengambil keputusan yang terkait dengan program promosi kesehatan jiwa sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> <li>• Membentuk konseling sebaya.</li> <li>• Memfasilitasi tersedianya layanan konseling psikologi dalam rangka pencegahan penyakit mental.</li> </ul>
Melakukan program kurasi terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan menjaga kerahasiaan pihak yang bersangkutan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memantau dan mengawasi secara rutin terlaksananya program kurasi di kampus.</li> <li>• Memastikan bahwa program kurasi yang dijalankan sesuai dengan alur rujukan yang telah disusun.</li> <li>• Menyediakan akses untuk konseling kepada profesional.</li> <li>• Berkoordinasi dengan pihak-pihak yang terlibat di dalam alur rujukan dalam menangani kasus.</li> <li>• Mengambil keputusan yang terkait dengan program kurasi sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Melakukan rehabilitasi terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memonitor dan mengevaluasi berjalannya program rehabilitasi di kampus.</li> <li>• Memastikan bahwa program rehabilitasi berjalan sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> <li>• Mengambil keputusan yang terkait dengan program rehabilitasi sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> </ul>

<b>Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi</b>	
<i>Monitoring</i> secara bertahap tiga bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan <i>checklist</i> indikator.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memonitor dan mengevaluasi berjalannya kegiatan.</li> <li>● Bersama tim Kampus Sejahtera menganalisis hasil pemantauan, monitoring dan evaluasi untuk digunakan sebagai bahan perbaikan/pengembangan program Kampus Sejahtera selanjutnya.</li> </ul>
Mengevaluasi hasil <i>screening</i> yang dilakukan pada program <i>check-up</i> kesehatan fisik dan psikis berkala.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memonitor dan mengevaluasi berjalannya kegiatan.</li> <li>● Bersama tim Kampus Sejahtera menganalisis hasil pemantauan, monitoring dan evaluasi untuk digunakan sebagai bahan perbaikan/pengembangan program Kampus Sejahtera selanjutnya.</li> <li>● Mengisi instrumen <i>screening</i> yang telah ditentukan.</li> </ul>
Berdasarkan hasil <i>monitoring</i> dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengawal sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.</li> </ul>

<b>Tim Ad Hoc Kampus Sejahtera</b>	
<b>Tahapan</b>	<b>Tugas dan Peran</b>
<b>Persiapan</b>	
Melakukan konsolidasi internal kampus.	
Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan <i>stakeholder</i> untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.	
Membentuk tim <i>ad hoc</i> sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan <i>stakeholder</i> , dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tim berkoordinasi dengan manajemen kampus terkait dengan langkah pengembangan sistem Kampus Sejahtera selanjutnya.</li> </ul>
Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempelajari dan mendalami konsep, tahapan, indikator Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan FGD dan pemetaan masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan FGD.</li> <li>• Mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus.</li> <li>• Menganalisis hasil pemetaan kondisi bersama dengan manajemen kampus.</li> <li>• Mengembangkan program-program yang mendukung Kampus Sejahtera sesuai dengan kondisi kampus.</li> <li>• Merancang rencana program tahunan Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<b>Pembentukan</b>	
Melakukan <i>pre-test</i> menggunakan alat <i>screening</i> yang tersedia, saran: DSM-5 <i>Cross Cutting</i> , skrining keberfungsian dan dukungan sosial, serta menggunakan hasilnya sebagai data awal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bertanggung jawab atas proses pelaksanaan <i>pre-test</i>.</li> </ul>

<p>Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan (<i>stakeholder</i>) dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab dalam pelaksanaan sosialisasi dan kampanye Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Mereviu seluruh kebijakan dan SOP yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselaraskan dengan filosofi Kampus Sejahtera.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bersama dengan manajemen kampus mereviu seluruh kebijakan kampus.</li> <li>● Mengembangkan kebijakan Kampus Sejahtera berdasarkan hasil reviu.</li> <li>● Mensosialisasikan kebijakan yang telah tersusun kepada seluruh pemangku kepentingan.</li> </ul>
<p>Melatih seluruh <i>stakeholder</i> dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta prevensi, kurasi dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab terhadap pelaksanaan pelatihan.</li> </ul>
<p><b>Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis yang melibatkan professional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama.</b></p> <p><b>Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Bertanggung jawab terhadap penyusunan dan pembentukan sistem layanan psikologis di tingkat fakultas.</b></li> </ul>
<p>Membentuk dan melatih konselor sebaya di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab terhadap pelaksanaan pelatihan.</li> </ul>
<p>Memberikan orientasi kepada keluarga mahasiswa mengenai beberapa hal yang terkait dengan kesejahteraan mental mahasiswa seperti: 1) literasi dasar kesehatan mental, 2) krusialnya dukungan positif apresiatif dari orangtua selama masa adaptasi dan masa studi mahasiswa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab terhadap pelaksanaan orientasi.</li> <li>● Orientasi bisa dilakukan di awal penerimaan mahasiswa baru dan juga di acara Persatuan Orang Tua Mahasiswa.</li> </ul>



<p>Membentuk <i>Standard Operational Procedure</i> (SOP) alur penanganan masalah bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersama dengan manajemen kampus mengembangkan dan menetapkan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> <li>• Mengawasi, memonitor, dan mengevaluasi pelaksanaan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa pada setiap level pemangku kepentingan.</li> </ul>
<p><b>Pembentukan tim Penolong Pertama (PP) atau first aider di tiap stakeholder.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan pelatihan Pertolongan Pertama Psikologis (P3) secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap <i>stakeholder</i>.</li> <li>2. Menunjuk perwakilan dari masing-masing stakeholder (dosen dan karyawan) sebanyak minimal 2 orang untuk dilatih materi PPP (P3) atau Pertolongan Pertama Psikologis</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bertanggung jawab atas pelaksanaan pembentukan dan pelatihan.</li> </ul>
<p><b>Pelaksanaan</b></p>	
<p>Menjalankan kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>• Mendorong pemangku kepentingan lain untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>• Bersama tim Kampus Sejahtera memonitor secara berkala (3 atau 6 bulan sekali) pengimplementasian kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera menggunakan instrumen yang telah ditentukan.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif dan lain-lain, peningkatan literasi kesehatan jiwa).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bertanggungjawab terhadap pelaksanaan program.</li> <li>• Mengoordinasi berjalannya program.</li> <li>• Mengkomunikasikan kepada seluruh orang tua mahasiswa mengenai program-program promosi kesehatan yang dilakukan kampus.</li> <li>• Mengimbau orang tua mahasiswa untuk mempraktikkan perilaku-perilaku yang meningkatkan kesehatan jiwa mahasiswa di rumah.</li> </ul>

<p>Melakukan program-program preventi kesehatan jiwa warga kampus untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko menjadi bermasalah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab terhadap pelaksanaan program preventi di kampus.</li> <li>● Mengkoordinasi berjalannya program konselor sebaya di kampus.</li> <li>● Memfasilitasi pelatihan untuk meningkatkan keterampilan konselor sebaya.</li> <li>● Mengkoordinasi berjalannya program Penolong Pertama atau <i>first aider</i> di masing-masing <i>stakeholder</i>.</li> </ul>
<p>Melakukan program kurasi terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan menjaga kerahasiaan pihak yang bersangkutan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menjalankan program kurasi sesuai dengan alur rujukan yang telah disusun, sesuai dengan porsi masing-masing.</li> <li>● Menangani kasus sesuai dengan porsinya.</li> <li>● Menjaga kerahasiaan mahasiswa yang bermasalah.</li> <li>● Hanya memberikan informasi kasus kepada pihak yang berhubungan langsung dengan penyelesaian kasus.</li> </ul>
<p>Melakukan rehabilitasi terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menjalankan program rehabilitasi sesuai dengan porsinya.</li> </ul>
<p><b>Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi</b></p>	
<p><i>Monitoring</i> secara bertahap tiga bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan <i>checklist</i> indikator.</p>	
<p>Mengevaluasi hasil <i>screening</i> yang dilakukan pada program <i>check-up</i> kesehatan fisik dan psikis berkala.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab terhadap pelaksanaan monitoring program Kampus Sejahtera 3 bulan sekali.</li> </ul>
<p>Berdasarkan hasil <i>monitoring</i> dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bertanggung jawab terhadap pelaksanaan evaluasi program Kampus Sejahtera dua tahun sekali.</li> <li>● Mengisi instrumen <i>screening</i> yang telah ditentukan.</li> </ul>

<b>Dosen</b>	
<b>Tahapan</b>	<b>Tugas dan Peran</b>
<b>Persiapan</b>	
Melakukan konsolidasi internal kampus.	
Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan <i>stakeholder</i> untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendengarkan dan memahami ide dan konsep Kampus Sejahtera</li> <li>• Bertanya jika ada hal yang belum jelas dan paham mengenai konsep Kampus Sejahtera.</li> <li>• Berpartisipasi aktif dalam sosialisasi awal Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Membentuk tim <i>ad hoc</i> sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan <i>stakeholder</i> , dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersedia bertugas menjadi tim <i>ad hoc</i> Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dosen yang terlibat maupun tidak dalam tim Kampus Sejahtera turut mengenali dan mengakrabkan diri dengan konsep Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan FGD dan pemetaan masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjadi peserta FGD. Mengemukakan kondisi riil kampus dalam FGD. Mengemukakan pendapat yang berguna untuk terlaksananya sistem Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<b>Pembentukan</b>	
Melakukan <i>pre-test</i> menggunakan alat <i>screening</i> yang tersedia, saran: DSM-5 <i>Cross Cutting</i> , skrining keberfungsian dan dukungan sosial, serta menggunakan hasilnya sebagai data awal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengerjakan <i>pre-test</i>.</li> </ul>
Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan ( <i>stakeholder</i> ) dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turut serta dalam sosialisasi dan kampanye Kampus Sejahtera</li> </ul>

<p>Mereviu seluruh kebijakan dan SOP yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselarasakan dengan filosofi Kampus Sejahtera.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan masukan seperlunya terhadap kebijakan yang telah tersusun.</li> <li>• Mendukung kebijakan yang telah tersusun.</li> </ul>
<p>Melatih seluruh <i>stakeholder</i> dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta prevensi, kurasi dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadiri dan berpartisipasi aktif dalam pelatihan keterampilan dasar.</li> <li>• Mengikuti pelatihan dengan serius.</li> </ul>
<p>Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis yang melibatkan profesional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama. Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).</p>	
<p>Membentuk dan melatih konselor sebaya di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.</p>	
<p>Melatih keluarga mahasiswa tentang keterampilan dasar yang mendukung Kampus Sejahtera.</p>	
<p>Membentuk <i>Standard Operational Procedure</i> (SOP) alur penanganan masalah bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadiri sosialisasi SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> <li>• Melaksanakan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p><b>Pembentukan tim Penolong Pertama (PP) atau first aider di tiap stakeholder.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan pelatihan Pertolongan Pertama Psikologis (P3) secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap <i>stakeholder</i>.</li> <li>2. Menunjuk perwakilan dari masing - masing stakeholder (dosen dan karyawan) sebanyak minimal 2 orang</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersedia untuk dilatih jika ditunjuk menjadi <i>Mental Health First Aider</i>.</li> <li>• Mengikuti pelatihan secara reguler sesuai ketentuan.</li> </ul>

<p>untuk dilatih materi PPP (P3) atau Pertolongan Pertama Psikologis</p>	
<b>Pelaksanaan</b>	
<p>Menjalankan kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>● Mendorong pemangku kepentingan lain untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif dan lain-lain, peningkatan literasi kesehatan jiwa).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● mempraktikkan perilaku-perilaku yang sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> <li>● Memberikan contoh-contoh perilaku yang meningkatkan kesehatan jiwa.</li> <li>● Mendorong teman sejawat/kolega dan mahasiswa untuk menyelaraskan perilaku sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program preventasi kesehatan jiwa warga kampus untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko menjadi bermasalah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa dan teman sejawat/kolega dengan seksama.</li> <li>● Meyakinkan mahasiswa dan teman sejawat/kolega untuk berkonsultasi apabila mendapati atau mengalami masalah.</li> <li>● Menjaga koordinasi dengan keluarga terkait dengan kondisi mahasiswa dan/atau teman sejawat/kolega.</li> <li>● Memberikan catatan/perhatian khusus kepada warga kampus yang rentan/berisiko mengalami masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p>Melakukan program kurasi terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan menjaga kerahasiaan pihak yang bersangkutan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menjalankan program kurasi sesuai dengan alur rujukan yang telah disusun, sesuai dengan porsi masing-masing.</li> <li>● Menangani kasus sesuai dengan porsinya.</li> <li>● Menjaga kerahasiaan mahasiswa yang bermasalah.</li> <li>● Hanya memberikan informasi kasus kepada pihak yang berhubungan langsung dengan penyelesaian kasus.</li> </ul>

Melakukan rehabilitasi terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjalankan program rehabilitasi sesuai dengan porsinya.</li> </ul>
<b>Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi</b>	
<i>Monitoring</i> secara bertahap tiga bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan <i>checklist</i> indikator.	
Mengevaluasi hasil <i>screening</i> yang dilakukan pada program <i>check-up</i> kesehatan fisik dan psikis berkala.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengisi instrumen <i>screening</i> yang telah ditentukan.</li> </ul>
Berdasarkan hasil <i>monitoring</i> dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.</li> </ul>

<b>Tenaga Kependidikan</b>	
<b>Tahapan</b>	<b>Tugas dan Peran</b>
<b>Persiapan</b>	
Melakukan konsolidasi internal kampus.	
Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan <i>stakeholder</i> untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mendengarkan dan memahami ide dan konsep Kampus Sejahtera</li> <li>Bertanya jika ada hal yang belum jelas dan paham mengenai konsep Kampus Sejahtera.</li> <li>Berpartisipasi aktif dalam sosialisasi awal Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Membentuk tim <i>ad hoc</i> sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan <i>stakeholder</i> , dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bersedia bertugas menjadi tim <i>ad hoc</i> Kampus Sejahtera, jika diminta.</li> </ul>

Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tenaga kependidikan yang terlibat maupun tidak dalam tim Kampus Sejahtera turut mengenali dan mengakrabkan diri dengan konsep Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan FGD dan pemetaan masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjadi peserta FGD. Mengemukakan kondisi riil kampus dalam FGD. Mengemukakan pendapat yang berguna untuk terlaksananya sistem Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<b>Pembentukan</b>	
Melakukan <i>pre-test</i> menggunakan alat <i>screening</i> yang tersedia, saran : DSM-5 <i>Cross Cutting</i> , skrining keberfungsian dan dukungan sosial, serta menggunakan hasilnya sebagai data awal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengerjakan <i>pre-test</i>.</li> </ul>
Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan ( <i>stakeholder</i> ) dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turut serta dalam sosialisasi dan kampanye Kampus Sejahtera</li> </ul>
Mereviu seluruh kebijakan dan SOP yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselaraskan dengan filosofi Kampus Sejahtera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan masukan seperlunya terhadap kebijakan yang telah tersusun.</li> <li>• Mendukung kebijakan yang telah tersusun.</li> </ul>
Melatih seluruh <i>stakeholder</i> dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta prevensi, kurasi dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadiri dan berpartisipasi aktif dalam pelatihan keterampilan dasar.</li> <li>• Mengikuti pelatihan dengan serius.</li> </ul>
Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis yang melibatkan professional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama. Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendukung penyusunan dan pembentukan sistem layanan psikologis sesuai porsinya.</li> </ul>

Membentuk dan melatih konselor sebaya di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.	
Melatih keluarga mahasiswa tentang keterampilan dasar yang mendukung Kampus Sejahtera.	
Membentuk <i>Standard Operational Procedure</i> (SOP) alur penanganan masalah bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menghadiri sosialisasi SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> <li>● Melaksanakan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p><b>Pembentukan tim Penolong Pertama (PP) atau first aider di tiap stakeholder.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan pelatihan Pertolongan Pertama Psikologis (P3) secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap <i>stakeholder</i>.</li> <li>2. Menunjuk perwakilan dari masing - masing stakeholder (dosen dan karyawan) sebanyak minimal 2 orang untuk dilatih materi PPP (P3) atau Pertolongan Pertama Psikologis</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bersedia untuk dilatih jika ditunjuk menjadi <i>Mental Health First Aider</i>.</li> <li>● Mengikuti pelatihan secara reguler sesuai ketentuan.</li> </ul>
<b>Pelaksanaan</b>	
Menjalankan kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>● Mendorong pemangku kepentingan lain untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> </ul>



<p>Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif dan lain-lain, peningkatan literasi kesehatan jiwa).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mempraktikkan perilaku-perilaku yang sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> <li>● Memberikan contoh-contoh perilaku yang meningkatkan kesehatan jiwa.</li> <li>● Mendorong teman sejawat/kolega dan mahasiswa untuk menelaraskan perilaku sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program prevensi kesehatan jiwa warga kampus untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko menjadi bermasalah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memperhatikan kondisi psikologis mahasiswa dan/atau teman sejawat/kolega dengan seksama.</li> <li>● Meyakinkan mahasiswa dan/atau teman sejawat/kolega untuk berkonsultasi apabila mendapati atau mengalami masalah.</li> <li>● Memberikan catatan/perhatian khusus kepada warga kampus yang rentan/berisiko mengalami masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p>Melakukan program kurasi terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan menjaga kerahasiaan pihak yang bersangkutan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menjalankan program kurasi sesuai dengan alur rujukan yang telah disusun, sesuai dengan porsi masing-masing.</li> <li>● Menangani kasus sesuai dengan porsinya.</li> <li>● Menjaga kerahasiaan mahasiswa dan/atau teman sejawat/kolega yang bermasalah.</li> <li>● Hanya memberikan informasi kasus kepada pihak yang berhubungan langsung dengan penyelesaian kasus.</li> </ul>
<p>Melakukan rehabilitasi terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menjalankan program rehabilitasi sesuai dengan porsinya.</li> </ul>
<p><b>Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi</b></p>	
<p><i>Monitoring</i> secara bertahap tiga bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan <i>checklist</i> indikator.</p>	
<p>Mengevaluasi hasil <i>screening</i> yang dilakukan pada program <i>check-up</i> kesehatan fisik dan psikis berkala.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengisi instrumen <i>screening</i> yang telah ditentukan.</li> </ul>

Berdasarkan hasil *monitoring* dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.

- Menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.

<b>Mahasiswa</b>	
<b>Tahapan</b>	<b>Tugas dan Peran</b>
<b>Persiapan</b>	
Melakukan konsolidasi internal kampus.	
Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan <i>stakeholder</i> untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendengarkan dan memahami ide dan konsep Kampus Sejahtera</li> <li>• Bertanya jika ada hal yang belum jelas dan paham mengenai konsep Kampus Sejahtera.</li> <li>• Berpartisipasi aktif dalam sosialisasi awal Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Membentuk tim <i>ad hoc</i> sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan <i>stakeholder</i> , dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersedia bertugas menjadi tim <i>ad hoc</i> Kampus Sejahtera jika diminta.</li> </ul>
Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa yang terlibat maupun tidak dalam tim Kampus Sejahtera turut mengenali dan mengakrabkan diri dengan konsep Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan FGD dan pemetaan masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjadi peserta FGD. Mengemukakan kondisi riil kampus dalam FGD. Mengemukakan pendapat yang berguna untuk terlaksananya sistem Kampus Sejahtera.</li> </ul>

<b>Pembentukan</b>	
Melakukan <i>pre-test</i> menggunakan alat <i>screening</i> yang tersedia, saran: DSM-5 <i>Cross Cutting</i> , skrining keberfungsian dan dukungan sosial, serta menggunakan hasilnya sebagai data awal	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengerjakan <i>pre-test</i>.</li> </ul>
Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan ( <i>stakeholder</i> ) dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Turut serta dalam sosialisasi dan kampanye Kampus Sejahtera</li> </ul>
Mereviu seluruh kebijakan dan SOP yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselaraskan dengan filosofi Kampus Sejahtera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memberikan masukan seperlunya terhadap kebijakan yang telah tersusun.</li> <li>● Mendukung kebijakan yang telah tersusun.</li> </ul>
Melatih seluruh <i>stakeholder</i> dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta preventi, kurasi dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menghadiri dan berpartisipasi aktif dalam pelatihan keterampilan dasar.</li> <li>● Mengikuti pelatihan dengan serius.</li> </ul>
Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis yang melibatkan professional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama. Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mendukung penyusunan dan pembentukan sistem layanan psikologis di fakultas sesuai porsinya.</li> </ul>
Membentuk dan melatih konselor sebaya di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bersedia menjadi konselor sebaya.</li> <li>● Menghadiri dan berpartisipasi aktif dalam pelatihan konselor sebaya.</li> <li>● Mengikuti pelatihan dengan serius.</li> </ul>
Melatih keluarga mahasiswa tentang keterampilan dasar yang mendukung Kampus Sejahtera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mendorong keluarga untuk mengikuti pelatihan.</li> </ul>

<p>Membentuk <i>Standard Operational Procedure</i> (SOP) alur penanganan masalah bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menghadiri sosialisasi SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> <li>● Melaksanakan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p><b>Pembentukan tim Penolong Pertama (PP) atau first aider di tiap stakeholder.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan pelatihan Pertolongan Pertama Psikologis (P3) secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap <i>stakeholder</i>.</li> <li>2. Menunjuk perwakilan dari masing-masing stakeholder (dosen dan karyawan) sebanyak minimal 2 orang untuk dilatih materi PPP (P3) atau Pertolongan Pertama Psikologis .</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bersedia untuk dilatih jika ditunjuk menjadi <i>Mental Health First Aider</i>.</li> <li>● Mengikuti pelatihan secara reguler sesuai ketentuan.</li> </ul>
<p><b>Pelaksanaan</b></p>	
<p>Menjalankan kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>● Mendorong pemangku kepentingan lain untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif dan lain-lain, peningkatan literasi kesehatan jiwa).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● mempraktikkan perilaku-perilaku yang sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> <li>● Mendorong teman-teman untuk merubah perilaku sesuai dengan filosofi Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program preventasi kesehatan jiwa warga kampus untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko menjadi bermasalah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menjadi konselor sebaya bagi teman-teman.</li> <li>● Lebih memperhatikan teman-teman di kampus.</li> <li>● Melaporkan kepada dosen jika ada perilaku teman yang tidak seperti biasanya.</li> <li>● Berkonsultasi ke dosen/DPA/layanan psikologis apabila mengalami atau menemukan masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>

Melakukan program kurasi terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan menjaga kerahasiaan pihak yang bersangkutan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjalankan program kurasi sesuai dengan alur rujukan yang telah disusun, sesuai dengan porsinya.</li> </ul>
Melakukan rehabilitasi terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjalankan program rehabilitasi sesuai dengan porsinya.</li> </ul>
<b>Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi</b>	
<i>Monitoring</i> secara bertahap tiga bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan <i>checklist</i> indikator.	
Mengevaluasi hasil <i>screening</i> yang dilakukan pada program <i>check-up</i> kesehatan fisik dan psikis berkala.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengisi instrumen <i>screening</i> yang telah ditentukan.</li> </ul>
Berdasarkan hasil <i>monitoring</i> dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.</li> </ul>

<b>Keluarga</b>	
<b>Tahapan</b>	<b>Tugas dan Peran</b>
<b>Persiapan</b>	
Melakukan konsolidasi internal kampus.	
Mengumpulkan dosen-dosen dan perwakilan <i>stakeholder</i> untuk memaparkan ide Kampus Sejahtera, manfaat dan tantangan yang akan dihadapi, dan meminta komitmen dari seluruh jajaran dosen dan karyawan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendengarkan dan memahami ide dan konsep Kampus Sejahtera</li> <li>• Bertanya jika ada hal yang belum jelas dan paham mengenai konsep Kampus Sejahtera.</li> <li>• Berpartisipasi aktif dalam sosialisasi awal Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Membentuk tim <i>ad hoc</i> sistem Kampus Sejahtera, terdiri atas perwakilan <i>stakeholder</i> , dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersedia bertugas menjadi tim <i>ad hoc</i> Kampus Sejahtera, jika diminta.</li> </ul>
Tim yang telah terbentuk mempelajari konsep Kampus Sejahtera secara menyeluruh dan mendalam; meliputi setiap panduan yang ada dalam buku ini.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keluarga yang terlibat maupun tidak dalam tim Kampus Sejahtera turut mengenali dan mengakrabkan diri dengan konsep Kampus Sejahtera.</li> </ul>
Tim mengidentifikasi potensi, kapasitas, kerentanan kampus dalam mengembangkan sistem Kampus Sejahtera (dengan FGD dan pemetaan masalah).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjadi peserta FGD. Mengemukakan kondisi riil dan pendapat untuk meningkatkan keterlibatan keluarga.</li> </ul>
<b>Pembentukan</b>	
Melakukan <i>pre-test</i> menggunakan alat <i>screening</i> yang tersedia, misalnya: DSM-5 <i>Cross Cutting</i> atau lainnya, dan menggunakan hasilnya sebagai data awal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengerjakan <i>pre-test</i>.</li> </ul>
Meningkatkan kesadaran pemangku kepentingan ( <i>stakeholder</i> ) dengan melakukan sosialisasi dan promosi Kampus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turut serta dalam sosialisasi dan kampanye Kampus Sejahtera</li> </ul>

Sejahtera kepada seluruh pemangku kepentingan.	
Mereviu seluruh kebijakan dan SOP yang ada di kampus dan mengembangkan kebijakan yang diselaraskan dengan filosofi Kampus Sejahtera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memberikan masukan seperlunya terhadap kebijakan yang telah tersusun.</li> <li>● Mendukung kebijakan yang telah tersusun.</li> </ul>
Melatih seluruh <i>stakeholder</i> dalam melakukan promosi kesejahteraan dan kesehatan jiwa seluruh warga kampus, serta prevensi, kurasi dan rehabilitasi terhadap permasalahan kesehatan jiwa; sesuai dengan porsi dan posisi masing-masing.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menghadiri dan berpartisipasi aktif dalam pelatihan keterampilan dasar.</li> <li>● Mengikuti pelatihan dengan serius.</li> </ul>
Menyusun dan membentuk sistem layanan psikologis yang melibatkan professional kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, perawat jiwa) di tingkat fakultas sebagai titik rujuk primer utama. Fasilitas ini perlu dilengkapi dan didukung dengan sumber daya yang memadai (SDM, program, fasilitas dan pendanaan).	
Membentuk dan melatih konselor sebaya di tingkat fakultas sebagai penunjang layanan psikologis yang tersedia.	
Melatih keluarga mahasiswa tentang keterampilan dasar yang mendukung Kampus Sejahtera.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menghadiri dan berpartisipasi aktif dalam pelatihan Kampus Sejahtera untuk keluarga.</li> <li>● Mengikuti pelatihan dengan serius.</li> </ul>
Membentuk <i>Standard Operational Procedure</i> (SOP) alur penanganan masalah bagi seluruh warga kampus (mahasiswa, dosen tenaga kependidikan) dan mensosialisasikan SOP tersebut sehingga menjadi sistem, di mana setiap pemangku kepentingan mampu melakukan perannya masing-masing.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Menghadiri sosialisasi SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> <li>● Melaksanakan SOP alur penanganan masalah kesehatan jiwa.</li> </ul>
<p><b>Pembentukan tim Penolong Pertama (PP) atau first aider di tiap stakeholder.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan pelatihan Pertolongan Pertama Psikologis (P3) secara reguler kepada perwakilan yang ditunjuk dari setiap <i>stakeholder</i>.</li> </ol>	

<p>2. Menunjuk perwakilan dari masing - masing stakeholder (dosen dan karyawan) sebanyak minimal 2 orang untuk dilatih materi PPP (P3) atau Pertolongan Pertama Psikologis</p>	
<b>Pelaksanaan</b>	
<p>Menjalankan kebijakan-kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera yang telah disusun.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> <li>● Mendorong pemangku kepentingan lain untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan jiwa warga kampus (membudayakan apresiasi dalam bentuk formal maupun informal; membudayakan komunikasi yang positif dan lain-lain, peningkatan literasi kesehatan jiwa).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mengetahui dan memahami program-program promosi kesehatan yang dilakukan oleh kampus.</li> <li>● Mendukung berjalannya program.</li> <li>● Mempraktikkan perilaku-perilaku yang meningkatkan kesehatan jiwa di rumah.</li> <li>● Membangun hubungan positif dengan keluarga.</li> </ul>
<p>Melakukan program-program prevensi kesehatan jiwa warga kampus untuk mencegah warga kampus yang rentan/berisiko menjadi bermasalah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Memperhatikan dengan seksama perilaku/perubahan perilaku anggota keluarga di rumah.</li> <li>● Melaporkan kepada pihak kampus jika ada masalah dengan perilaku anggota keluarga yang menjadi mahasiswa/bekerja di kampus.</li> <li>● Menjaga koordinasi dengan pihak kampus terkait dengan kondisi anggota keluarga tersebut.</li> </ul>
<p>Melakukan program kurasi terhadap seluruh warga kampus yang memiliki masalah psikologis sesuai alur rujukan yang disusun, dengan menjaga kerahasiaan pihak yang bersangkutan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Berkoordinasi dan bekerja sama dengan pihak yang terlibat langsung (manajemen kampus, dosen/kolega terkait, profesional di layanan psikologis kampus) dalam menangani permasalahan kesehatan jiwa yang dialami oleh anggota keluarga.</li> <li>● Mendampingi dan mengawasi anggota keluarga selama menghadapi permasalahan.</li> </ul>



<p>Melakukan rehabilitasi terhadap warga kampus yang memiliki masalah psikologis (reintegrasi dan menjaga nama baik pihak yang mempunyai masalah).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berkoordinasi dan bekerja sama dengan pihak kampus selama proses rehabilitasi anggota keluarga.</li> </ul>
<b>Pemantauan, <i>monitoring</i> evaluasi</b>	
<p><i>Monitoring</i> secara bertahap tiga bulan sekali sejak tahap pembentukan dengan <i>checklist</i> indikator.</p>	
<p>Mengevaluasi hasil <i>screening</i> yang dilakukan pada program <i>check-up</i> kesehatan fisik dan psikis berkala.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengisi instrumen <i>screening</i> yang telah ditentukan.</li> </ul>
<p>Berdasarkan hasil <i>monitoring</i> dan evaluasi, menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjaga sistem yang sudah berjalan dengan baik serta meningkatkan program-program dalam sistem Kampus Sejahtera jika ada yang kurang.</li> </ul>

BUKU PANDUAN  
PROGRAM  
KAMPUS SEJAHTERA

# KETERAMPILAN DALAM PROGRAM KAMPUS SEJAHTERA



UNIVERSITAS GADJAH MADA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
CENTER FOR PUBLIC MENTAL HEALTH

## Keterampilan dalam Program Kampus Sejahtera

Terdapat beberapa keterampilan yang harus dipahami dan dikuasai oleh warga kampus dalam upaya mewujudkan Kampus Sejahtera. Berikut adalah keterampilan-keterampilan yang harus dikuasai oleh masing-masing pemangku kepentingan:

Keterampilan Dasar yang Harus Dikuasai	Manajemen Kampus	Tim Ad Hoc	Dosen	Tenaga Kependidikan	Mahasiswa	Keluarga
Konsep Kampus Sejahtera	v	v	v	v	v	v
Literasi Kesehatan Jiwa	v	v	v	v	v	v
Kesehatan Jiwa dan Deteksi Dini Masalah Kesehatan Jiwa	v	v	v	v	v	v
Sistem Rujukan	v	v	v	v	v	v
Pertolongan Pertama Psikologis (PFA) pada Seting Perguruan Tinggi	v	v	v	v	v	v
Penyusunan Kebijakan	v	v				
Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan	v	v	v	v	v	v
Komunikasi Positif	v	v	v	v	v	v
Menyelaraskan Kehidupan Keluarga dan Kampus	v	v	v	v	v	v

Komunikasi Motivasional	v	v	v			v
Perkembangan Psikopatologi	v	v	v	v	v	v
Mikro Konseling	v	v	v	v	v	
Resiliensi	v	v	v	v	v	
Memahami Kebutuhan Psikologis Manusia	v	v	v	v	v	v
Konselor Sebaya		v	v		v	
Manajemen Distraksi	v	v	v	v	v	
<i>Digital Literacy</i>	v	v	v	v	v	
<i>Supervisory Skills</i>	v	v	v			
<i>Bullying, Abuse, Harassment and Discrimination (BAHD)</i>	v	v	v	v	v	v
<i>Secret of Strong Family</i>	v	v	v	v	v	v
<i>Wellbeing Mahasiswa</i>					v	
Keterampilan Hidup Essensial Mahasiswa	v	v	v	v	v	v
Pencegahan & Pertolongan Pertama pada Bunuh Diri	v	v	v	v	v	v

## Kisi-kisi Materi

No	Judul	Isi Materi
1	Konsep Kampus Sejahtera	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definisi kampus sejahtera, indikator dan prinsip kampus sejahtera</li> <li>- Panduan penyusunan kampus sejahtera</li> <li>- <i>Stakeholder</i> kampus sejahtera</li> </ul>
2	Literasi Kesehatan Jiwa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjaga kesehatan jiwa</li> <li>- Mengetahui kapan saatnya mencari pertolongan</li> <li>- Mengetahui kapan harus mencari pertolongan</li> <li>- Cara dan tempat mencari pertolongan</li> </ul>
3	Kesehatan Jiwa dan Deteksi Dini Masalah Kesehatan Jiwa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Macam-macam gangguan jiwa</li> <li>- Deteksi dini gangguan jiwa</li> </ul>
4	Sistem Rujukan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistem rujukan</li> <li>- Potensi pertolongan</li> <li>- Alur rujukan</li> </ul>
5	Pertolongan Pertama Psikologis (PFA) pada Seting Perguruan Tinggi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pertolongan pertama pada krisis kejiwaan</li> <li>- Memahami krisis kejiwaan</li> </ul>
6	Penyusunan Kebijakan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Macam-macam kebijakan yang mendukung Kampus Sejahtera</li> <li>- Tahap-tahap penyusunan kebijakan</li> </ul>
7	Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perkembangan normal manusia dari masa prenatal hingga lansia</li> <li>- Tugas perkembangan</li> </ul>
8	Komunikasi Positif	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keterampilan komunikasi positif</li> <li>- <i>Non-verbal communication</i></li> </ul>

9	Menyelaraskan Kehidupan Keluarga dan Kampus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keterampilan dan cara menyelaraskan kehidupan keluarga dan kampus</li> <li>- <i>Stakeholder</i> penentu keseimbangan kehidupan keluarga dan Kampus</li> <li>- Kebijakan yang ramah keluarga</li> </ul>
10	Komunikasi Motivasional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komunikasi positif</li> <li>- <i>Listening skills</i></li> </ul>
11	Perkembangan Psikopatologi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Diathesis stress model</i></li> <li>- Faktor-faktor penentu psikopatologi</li> <li>- Hal-hal esensial berkaitan dengan perkembangan psikopatologi: <i>neurodevelopmental</i>, masa <i>prenatal</i>, <i>attachment</i> dua tahun pertama kehidupan, pola pengasuhan</li> </ul>
12	Mikro konseling	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemampuan mendengarkan</li> <li>- Kemampuan memberi <i>feedback</i></li> <li>- Kemampuan empati</li> </ul>
13	Resiliensi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membangun resiliensi</li> <li>- Keterampilan esensial dalam membangun resiliensi</li> </ul>
14	Memahami Kebutuhan Psikologis Manusia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kebutuhan psikologis Manusia di setiap tahap perkembangan</li> <li>- Kebutuhan psikologis remaja</li> <li>- Kebutuhan psikologis mahasiswa</li> </ul>
15	Konselor Sebaya	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peran strategis konselor sebaya</li> <li>- Tahapan membangun konselor sebaya</li> <li>- Konselor sebaya dalam sistem rujukan</li> </ul>
16	Manajemen Distraksi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Nature of disruptive era</i></li> <li>- <i>Survival kits</i></li> <li>- <i>How to stay focus in digital era</i></li> </ul>

17	<i>Digital Literacy</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menganalisis konten digital</li> <li>- Mengkritisi konten digital</li> <li>- Mengendalikan diri dalam interaksi dengan konten digital</li> </ul>
18	<i>Supervisory Skills</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Supervisory skills</i> dalam membimbing mahasiswa</li> </ul>
19	<i>Bullying, Abuse, Harassment and Discrimination (BAHD)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memahami BAHD</li> <li>- Mendeteksi BAHD</li> <li>- Menolong BAHD</li> </ul>
20	<i>Secrets of Strong Family</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definisi keluarga tangguh</li> <li>- Karakter keluarga tangguh</li> <li>- Membangun keluarga tangguh</li> </ul>
21	<i>Wellbeing</i> Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciri mahasiswa yang tinggi <i>wellbeing</i></li> <li>- <i>Stakeholder</i> penentu <i>wellbeing</i> mahasiswa</li> </ul>
22	Keterampilan Hidup Essensial Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Coping skills</i></li> <li>- Harga diri</li> <li>- Efikasi diri</li> <li>- Keterampilan regulasi emosi</li> <li>- Keterampilan sosial</li> </ul>
23	Pencegahan dan Pertolongan Pertama pada Bunuh Diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Warning-sign Suicide</i></li> <li>- Bagaimana mencegah bunuh diri</li> <li>- Memberikan pertolongan pertama pada bunuh diri</li> </ul>

BUKU PANDUAN  
PROGRAM  
KAMPUS SEJAHTERA

# ALUR RUJUKAN



UNIVERSITAS GADJAH MADA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
CENTER FOR PUBLIC MENTAL HEALTH



# Alur Rujukan Kampus Sejahtera

## Sistem Rujukan Masalah Kesehatan Jiwa untuk Mahasiswa



## Sistem Rujukan Masalah Kesehatan Jiwa untuk Dosen dan Tenaga Kependidikan



# BAGAN ALIR PENANGANAN MASALAH KESEHATAN JIWA

DETEKSI DINI DAN ASESMEN

- Jika melihat/menemukan orang lain terindikasi masalah kesehatan jiwa.
- Jika mendeteksi diri sendiri terindikasi mengalami masalah kesehatan jiwa.

hubungkan/ datang ke

## FIRST RESPONDER

Setiap orang dapat menjadi *first responder*, termasuk diri sendiri, keluarga, teman, kolega, tenaga kependidikan, dosen, konselor sebaya, maupun penolong pertama psikologis (P3).

sarankan/ bantu untuk melakukan

## ASESMEN

Asesmen dilakukan menggunakan alat *screening online* yang tersedia di laman [klinik.psikologi.ugm.ac.id](http://klinik.psikologi.ugm.ac.id) atau [cpmh.psikologi.ugm.ac.id](http://cpmh.psikologi.ugm.ac.id).

### Jika termasuk Level Risiko 1

- Terindikasi masalah kesehatan mental ringan.
- Penanganan dilakukan oleh konselor sebaya, *mental health first aider*, atau Dosen Pembimbing Akademik (DPA).
- Jika memburuk atau tidak dapat tertangani, rujuk ke Layanan psikologi fakultas/ kampus (GMC)/ psikolog Puskesmas.

### Jika termasuk Level Risiko 2

- Terindikasi masalah kesehatan mental sedang.
- Penolong pertama perlu merujuk ke Layanan psikologi fakultas/ kampus (GMC)/ psikolog Puskesmas untuk ditegakkan diagnosis.

### Jika termasuk Level Risiko 3

- Terindikasi masalah kesehatan jiwa yang serius dan/atau berisiko tinggi bunuh diri.
- Penolong pertama perlu merujuk ke Layanan psikologi fakultas/ kampus (GMC)/ psikolog Puskesmas untuk ditegakkan diagnosis.
- Jika berisiko terjadi bunuh diri, pastikan keamanan diri sendiri dan orang tersebut. Lihat buku *Pedoman Pertolongan Pertama Kesehatan Jiwa pada Upaya Bunuh Diri*.

## TINDAK LANJUT

### Jika diagnosis tidak tegak

- Perlu dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya.
- Jika dirasa perlu, cek secara berkala kesehatan jiwanya (misal sebulan sekali) menggunakan asesmen yang sama.

### Jika diagnosis tegak

- Penanganan kolaboratif oleh profesional kesehatan jiwa.
- Terapi sesuai kebutuhan:
  - Psikofarmaka
  - Psikoterapi

## REHABILITASI SOSIAL DAN INTEGRASI KE KOMUNITAS

Untuk mengurangi stigma terhadap yang bersangkutan, maka P3 dan konselor sebaya perlu memberikan edukasi literasi kesehatan jiwa kepada warga kampus di lingkungannya, termasuk pencegahan kekambuhan.

KURASI DAN REHABILITASI

## Daftar Puskesmas dengan Layanan Psikolog

Kabupaten Sleman	Kota Yogyakarta	Kabupaten Bantul
Puskesmas Berbah	Puskesmas Danurejan 1	Puskesmas Pundong
Puskesmas Cangkringan	Puskesmas Danurejan 2	Puskesmas Kretek
Puskesmas Depok 1	Puskesmas Gedongtengen	Puskesmas Kasihan 1
Puskesmas Depok 2	Puskesmas Gondokusuman 1	Puskesmas Kasihan 2
Puskesmas Depok 3	Puskesmas Gondokusuman 2	Puskesmas Imogiri 1
Puskesmas Gamping 1	Puskesmas Gondomanan	Puskesmas Dlingo 2
Puskesmas Gamping 2	Puskesmas Jetis	Puskesmas Sewon 1
Puskesmas Godean 1	Puskesmas Kotagede 1	Puskesmas Pleret
Puskesmas Godean 2	Puskesmas Kotagede 2	Puskesmas
Puskesmas Kalasan	Puskesmas Kraton	Bambanglipuro
Puskesmas Minggir	Puskesmas Mantrijeron	Puskesmas Imogiri 2
Puskesmas Mlati 1	Puskesmas Mergangsan	Puskesmas
Puskesmas Mlati 2	Puskesmas Ngampilan	Banguntapan 2
Puskesmas Moyudan	Puskesmas Pakualaman	Puskesmas Jetis 2
Puskesmas Ngaglik 1	Puskesmas Tegalrejo	Puskesmas Sanden
Puskesmas Ngaglik 2	Puskesmas Umbulharjo 1	Puskesmas Srandakan
Puskesmas Ngemplak 1	Puskesmas Umbulharjo 2	Puskesmas Pajangan
Puskesmas Ngemplak 2	Puskesmas Wirobrajan	Puskesmas Pandak 2
Puskesmas Pakem		
Puskesmas Prambanan		
Puskesmas Seyegan		
Puskesmas Sleman		
Puskesmas Tempel 1		
Puskesmas Tempel 2		
Puskesmas Turi		

## Rumah Sakit

No.	Nama	Alamat	No. Telepon
1.	Jogja International Hospital (JIH)	Jl. Ringroad Utara No.160, Perumnas Condong Catur, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55283	(0274) 4463535
2.	Rumah Sakit Bethesda	Jl. Jend. Sudirman No.70, Kotabaru, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55224	(0274) 586688
3.	Rumah Sakit Islam Hidayatullah	Jl. Veteran No.184, Pandeyan, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55161	(0274) 389194
4.	Rumah Sakit Panembahan Senopati Bantul	Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo, Area Sawah, Trirenggo, Kec. Bantul, Bantul, Daerah Istimewa	(0274) 367381
5.	Rumah Sakit Panti Rapih	Jl. Cik Di Tiro No.30, Terban, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55223	(0274) 563333
6.	Rumah Sakit PKU Muhammadiyah	Jl. KH. Ahmad Dahlan No.20, Ngupasan, Kec. Gondomanan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55122	(0274) 512654
7.	Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Jogja	Jl. Ki Ageng Pemanahan No.1, Sorosutan, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55162	(024) 371195
8.	Rumah Sakit Umum Dr. Sardjito	Jl. Kesehatan No.1, Senolowo, Sinduadi, Kec. Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281	(0274) 587333
9.	Rumah Sakit Umum Veteran Patmasuri	Jl. Lapangan Krpyak, Panggunharjo, Sewon, Krpyak Kulon, Panggunharjo, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55188	(0274) 372021



✉ [cpmh@ugm.ac.id](mailto:cpmh@ugm.ac.id)

☎ +6274 550435 ext. 145 | +62813 2739 5698

🌐 [cpmh.psikologi.ugm.ac.id](http://cpmh.psikologi.ugm.ac.id)

📘 Cpmh Psikologi UGM    📷 [cpmhugm](https://www.instagram.com/cpmhugm)    🗨️ [cpmhugm](https://www.t.me/cpmhugm)    🐦 [@CpmhUGM](https://twitter.com/CpmhUGM)