

Kode>Nama Rumpun Ilmu* : 390/PSikologi
Bidang Fokus : Psikologi

**USULAN PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
(Program Kemitraan Masyarakat)**



Psikoedukasi: Menanggapi Issue pada Masyarakat Urban

TIM PENGUSUL

Ketua : Clara Moningka

NIDN : 0308117801

Anggota Tim Mahasiswa : Annisa Windi Soewastika

NIM : 2019031003

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA

JANUARI 2022

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Program Pengabdian : Psikoedukasi: Menanggapi Issue pada Masyarakat Urban
Kode>Nama Rumpun Ilmu : 390/Psikologi
Nama Mitra Program Pengabdian : Info Bintaro
Ketua Tim Pengusul :
a. Nama Lengkap : Clara Moningka
b. NIDN/NIM/NIP : 0308117891
c. Jabatan Fungsional : Lektor/IIIC
d. Program Studi : Psikologi
e. Nomor HP :
f. Alamat surel (*e-mail*) : clara.moningka@upj.ac.id
Anggota Pengusul (1) :
a. Nama Lengkap :
b. NIDN/NIM/NIP :
c. Perguruan Tinggi :
Lokasi Kegiatan/Mitra :
a. Wilayah Mitra (Desa/Kecamatan) : Bintaro Jaya
b. Kabupaten/Kota : Tangerang Selatan
c. Provinsi : Banten
d. Jarak PT ke lokasi Mitra : 3 Km
Lama Program Keseluruhan : 6 Bulan
Biaya Program Keseluruhan :
- Diusulkan ke LP2M :
Jumlah Mahasiswa yang Terlibat : 1 (satu) orang
a. Nama Lengkap : Annisa Windi Soewastika
b. NIM : 2019031003

Tangerang Selatan, 19 Januari 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis



(Clara Evi C. Citraningtyas, M.A., Ph.D.)

NIP/NIK : 08.0920.027

Ketua Pengusul,



(Dr. Clara Moningka)

NIP/NIK : 08.0117.004

Menyetujui,
Kepala LP2M UPI



(Dr. Edi Purwanto, S.E., M.M)

NIP/NIK : 08.0720.014

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

Judul Pengabdian kepada Masyarakat : Psikoedukasi: menanggapi issue pada masyarakat urban

1. Tim Peneliti :

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Alokasi Waktu (jam/minggu)
1	Clara Moningka	Ketua	Psikologi	1 jam
2	Annisa Windi Soewastika	Mahasiswa Pendamping	Psikologi	1 Jam

2. Objek (khalayak sasaran) Pengabdian kepada Masyarakat :

Psikoedukasi bagi masyarakat Bintaro khususnya dan masyarakat pada umumnya dalam menyelesaikan issue perkotaan melalui psikologi perkotaan.

3. Masa Pelaksanaan

Mulai : bulan: Februari tahun: 2022

Berakhir : bulan: Juli tahun: 2022

4. Usulan Biaya LP2M : -

5. Lokasi Pengabdian kepada Masyarakat : Info bintaro yang merupakan media kawasan dan umum yang memiliki kolom psikoedukasi.

6. Permasalahan yang ditemukan dan solusi yang ditawarkan

Perlu adanya psikoedukasi bagi masyarakat khususnya dengan berbagi pendekatan psikologi dimana masyarakat diajak untuk memahami fenomena sekitar dengan bahasa yang lebih mudah dipahami.

7. Kontribusi mendasar pada khalayak sasaran

Memberikan wawasan/pengetahuan mengenai fenomena atau kejadian sehari-hari dari pendekatan psikologi positif.

8. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran (tuliskan nama terbitan berkala ilmiah internasional bereputasi, nasional terakreditasi, atau nasional tidak terakreditasi dan tahun rencana publikasi): Info Bintaro (karena terikat MOU)

9. Rencana luaran berupa jasa, sistem produk/barang, paten atau luaran lainnya yang ditargetkan

- Artikel psikoedukasi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
RINGKASAN	v
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Analisis Situasi.....	3
1.2 Permasalahan Mitra.....	3
BAB 2 SOLUSI DAN TARGET LUARAN	4
2.1 Rencana Target Capaian Luaran.....	4
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	5
BAB 4 KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI.....	6
BAB 5 BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN MASYARAKAT	7

RINGKASAN

Psikoedukasi pada program pengabdian masyarakat ini merupakan kerjasama dosen Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya dengan Info Bintaro. Psikoedukasi merupakan intervensi yang umum dilakukan pada ranah psikologi. Psikoedukasi dapat dilakukan pada ranah klinis maupun kesehatan. Psikoedukasi juga harus disesuaikan dengan dasar teori dan identifikasi permasalahan yang ada di lapangan (Lukens & Mc Farlane, 2004). Delgado & Groom (2017) menjelaskan bahwa psikoedukasi merupakan program pra intervensi, dimana individu mendapatkan pengetahuan awal mengenai keadaan dirinya. Pada banyak kasus, psikoedukasi membuat orang termotivasi untuk mengikuti terapi atau program-program lain yang berhubungan dengan kondisi mereka.

Psikoedukasi pada pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk membantu individu menghadapi persoalan atau issue yang ada di masyarakat; khususnya ketika menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan. Kita kerap mengalami stress karena berbagai permasalahan, kecemasan, bahkan konflik peran khususnya saat pandemi, masalah lingkungan hidup, pekerjaan dan lain sebagainya. Dengan psikoedukasi, masyarakat mendapatkan pemahaman mengenai berbagai fenomena dan perilaku yang ada dan dampaknya. Psikoedukasi juga membuat individu memahami kondisi mereka sendiri dan bisa melakukan antisipasi. Sebuah studi menunjukkan bahwa psikoedukasi di tengah pandemi COVID19 sangat bermanfaat bagi masyarakat yang mengalami tingkat kecemasan tinggi dan berfungsi sebagai *psychological assistance*. Salah satu contoh yang diambil adalah psikoedukasi melalui artikel *online* yang dapat diakses setiap hari menjadi salah satu sarana atau metode *self-help* yang dapat dilakukan oleh setiap orang untuk mempelajari bagaimana mengatasi kecemasan di tengah pandemi covid-19 (Fathiyah et al., 2021).

Psikoedukasi merupakan kerjasama Prodi Psikologi UPJ dengan pihak Info Bintaro. Sebagai media massa, Info Bintaro memiliki tanggung jawab sosial ikut memberikan informasi dan wawasan pada masyarakat sekitar Bintaro dan masyarakat umum. Dalam hal ini, Info Bintaro merupakan media massa yang memiliki fungsi persuasi atau fungsi untuk mempengaruhi opini masyarakat agar terbentuk paradigma atau pandangan-pandangan tertentu terhadap suatu masalah yang terjadi di sekitar mereka. Sehubungan dengan fungsi tersebut, perlu adanya individu yang dapat

melakukan psikoedukasi secara profesional dalam menangani masalah tersebut. Dalam hal ini penulis adalah dosen psikologi Universitas Pembangunan Jaya (UPJ).

Pendekatan untuk psikoedukasi adalah dengan menggunakan pendekatan psikologi sosial dianalisis juga dengan teori psikologi positif dan perilaku (*behavior*). Psikologi sosial sendiri berfokus pada peran individu dalam lingkungannya, sedangkan psikologi positif berfokus pada potensi atau kekuatan yang ada pada manusia dan bagaimana manusia sebagai individu dapat berguna dan mencapai kesuksesan (Donaldson, Czikszentmihalyi & Nakamura, 2011; Lopez & Snyder, 2009). Psikologi sendiri erat kaitannya dengan isu negatif seperti depresi, kecemasan, atau gangguan (Bowers dalam Weiten, Dunn, & Hammer, 2014). Sedangkan pendekatan perilaku untuk menjelaskan beberapa perilaku yang muncul di masyarakat.

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Analisis Situasi

Modernisasi dan penyebaran virus yang terduka. Sisi lain dari dunia yang semakin moderen adalah berbagai macam masalah dalam perilaku manusia. Modernisasi ikut memudahkan individu dan membuat orang tidak terbatas ruang dan waktu. Di sisi lain muncul juga permasalahan karena modernisasi. Seperti masalah pencemaran, polusi, berbagai kecemasan dan stres, bahkan adanya penyebaran virus baru yang kemudian merubah perilaku manusia dalam banyak hal. Modernisasi juga membuat

Individu semakin kekurangan waktu untuk dirinya sendiri (Weiten, Dunn, & Hammer, 2014). Hal lain yang merupakan dampak perkembangan teknologi adalah pemanasan global, terpaparnya zat kimia berbahaya, dan berbagai keadaan yang tidak hanya berpengaruh pada fisik, namun juga pada mental. Keluhan-keluhan fisik juga diikuti oleh keluhan mental. Orang merasa kelelahan, merasa stres karena pekerjaan dan kemacetan yang dialami, adanya peran ganda, dan lain sebagainya. Fenomena ini merupakan fenomena yang muncul pada masyarakat; khususnya pada masyarakat urban.

Pada masa pandemi ini sangat dibutuhkan sebuah pemberian pengetahuan baru serta arahan dalam mengatasi berbagai tantangan di tengah pandemi COVID-19 kepada masyarakat akibat banyaknya hal baru yang sebelumnya tidak pernah dialami yang mengakibatkan stress dan dampak negatif lainnya terhadap kesehatan mental. Bagi masyarakat urban yang terbiasa untuk menjalani kehidupan bersama dengan berinteraksi dengan orang lain memerlukan sebuah penyesuaian terhadap kebiasaan baru selama masa pandemi untuk meminimalisir kontak sosial secara langsung tentu menyebabkan efek negatif terhadap mentalnya. Studi yang dilakukan oleh Brooks et al.,(2020) menyatakan bahwa *social distancing*, isolasi mandiri, dan mengurangi interaksi sosial terbukti menyebabkan tingkat kecemasan yang tinggi dan *post-traumatic stress symptoms* bagi beberapa individu karena frustasi dengan kondisi, kurangnya informasi mengenai kondisi saat ini (*inadequate information*), dan stigma negatif diantara masyarakat. Di Indonesia sendiri setidaknya terdapat satu

dari lima orang mengalami kecemasan dan *psychological* stress akibat pandemic covid-19 (Ifdil et al.,2020)

Apabila dilihat dari pengalaman masa lalu ketika penyakit SARS menyebar hal tersebut juga dialami sehingga menurut dapat menyebabkan efek buruk kepada orang yang bersifat jangka panjang (Savage, 2020). Berdasarkan survey WHO kepada 130 negara menunjukkan bahwa akibat perubahan kondisi serta situasi yang terjadi akibat pandemi menyebabkan kondisi mental di tengah pandemi ini berada di tingkat kritis hal tersebut ditunjukkan jumlah laporan masyarakat yang memerlukan layanan kesehatan mental lebih dari 60% yaitu anak-anak dan remaja yang dilaporkan sebesar 72% serta orang dewasa sebesar 70% (Brunier & Drysdale, 2020).

Kondisi pandemi memberikan sebuah dampak buruh terhadap fisik maupun kondisi psikologis individu. Terdapat sebuah studi yang membuktikan bahwa terdapat banyak masyarakat yang mengaku memerlukan *psychological assistance* selama pandemi covid-19 (Fathiyah et al., 2021). Psikoedukasi melalui media sosial menjadi salah satu sarana masyarakat untuk memperoleh informasi. Hasil studi Suranata et al., (2021) menunjukkan bahwa psikoedukasi yang dilakukan secara *online* atau berbasis *website* justru menjadi salah satu sarana *self-help* yang membantu masyarakat untuk belajar cara mengurangi kecemasan yang dialami selama pandemic covid-19 melalui artikel atau video yang tersedia di platform media sosial.

Sehubungan dengan hal tersebut, Info Bintaro sebagai media massa memiliki tugas untuk memberikan wawasan dan informasi yang berguna bagi para pembacanya. Info Bintaro tidak hanya berfokus pada hiburan, namun juga pada edukasi masyarakat. Info Bintaro bekerjasama dengan Dosen Prodi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya melakukan psikoedukasi pada masyarakat berkaitan dengan problematika pada masyarakat urban tersebut dengan menyajikannya dalam tulisan yang ringan dengan harapan dapat dengan mudah dipahami oleh pembacanya.

Psikoedukasi merupakan intervensi yang umum dilakukan pada ranah psikologi. Psikoedukasi dapat dilakukan pada ranah klinis maupun kesehatan. Psikoedukasi juga harus disesuaikan dengan dasar teori dan identifikasi permasalahan yang ada di lapangan (Lukens & Mc Farlane, 2014). Media massa memiliki fungsi edukasi, yaitu memberikan fakta kehidupan yang terjadi di

masyarakat. Peran lain adalah bagaimana membuat fenomena yang ada dipahami oleh masyarakat. Misalnya ketika pandemi COVID-19 terjadi, masyarakat mengetahui bagaimana fenomena yang terjadi dan memahami lewat bahasa yang mereka pahami melalui media sosial serta massa yang tersedia. Pendekatan psikoedukasi menggunakan media massa dalam memberikan informasi yang bersifat edukasi dan positif di tengah pandemi secara mayoritas sangat diperlukan. Hal tersebut dapat dikaitkan berdasarkan *warc.com* (2020) yang menjelaskan bahwa sosial media sudah merupakan bagian besar dari kehidupan masyarakat dandianggap sebagai sumber informasi baru melalui media massa.

Sebagai salah satu media massa yang memiliki pengaruh terhadap masyarakat, Info Bintaro dapat menjadi platform untuk membantu mengedukasi serta meningkatkan kesadaran kesehatan mental di tengah masyarakat saat pandemi. Menggunakan platform untuk menyebarkan pengetahuan melalui psikoedukasi dianggap dapat menjadi sebuah bentuk dukungan positif dan menjadi sebuah fasilitas untuk mengevaluasi perilaku yang muncul ditengah pandemi (Vigo, Pattern, & Pajer, 2020).

Media juga memiliki fungsi promosi, dalam arti memberitakan apa yang sedang terjadi, masalah apa yang dihadapi. Masyarakat dapat mengetahui berbagai hal dari media dan kemudian memikirkan Kembali masalah tersebut, bahkan dapat mencari solusi dari apa yang mereka ketahui. Solusi tersebut merupakan antisipasi dari berbagai masalah atau konsekwensi yang timbul. Info Bintaro, sebagai media juga memiliki fungsi persuasi. Dengan berbagai tulisan, tips, dan berbagai berita, Info Bintaro dapat mempengaruhi opini masyarakat. Dalam hal ini media membentuk persepsi atau pandangan baru dari masyarakat terhadap suatu masalah yang terjadi di sekitar mereka. Dalam hal ini memang diperlukan individu yang kompeten dalam bidangnya. Adapun pendekatan psikoedukasi bisa dilakukan dengan berbagai pendekatan psikologi. Namun dalam hal ini karena pada dasarnya bentuknya adalah memaparkan fenomena dan kemudian diharapkan ada perubahan perilaku dari fenomena tersebut, khususnya ke arah yang positif, banyak digunakan. Pendekatan ini mengutamakan perkembangan potensi atau kekuatan yang ada pada manusi dan bagaimana manusia sebagai

individu dapat mencapai kesuksesan (Czikszentmihalyi & Nakamura, 2011; Lopez & Snyder, 2009).

Pendekatan ini memang berbeda dari ranah psikologi lain cenderung berfokus pada hal negatif atau gangguan yang ada pada individu. Psikologi sendiri erat kaitannya dengan isu negatif seperti depresi, kecemasan, atau gangguan jiwa (Bowers dalam Weiten, Dunn, & Hammer, 2014). Psikoedukasi juga dapat diterapkan pada berbagai setting seperti di sekolah, perusahaan, lembaga sosial dan lain sebagainya. Brown (2011) menjelaskan bahwa psikoedukasi dapat berupa kelompok diskusi, *task group* yang bertujuan untuk pencapaian penyelesaian tugas, *training* bahkan *social skill group* yang berfokus pada pengembangan keterampilan sosial.

1.1. Permasalahan Mitra

Sebagai media massa memiliki tugas edukasi, namun membutuhkan bantuan dari tenaga profesional yang dapat memecahkan permasalahan dan menjelaskan solusi dengan komprehensif.

BAB 2

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

Solusi untuk kondisi ini adalah program psikoedukasi yang dilakukan oleh dosen psikologi yang berpengalaman dalam menulis dan mengetahui program psikoedukasi. Diharapkan dengan adanya akademisi yang kompeten dalam bidangnya, maka edukasi dapat tersampaikan dengan baik.

Tabel 2.1 Rencana Target Capaian Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1	Tulisan pada info Bintaro	Min 2 tulisan

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

Ada beberapa langkah yang akan dilakukan pada program ini.

- a. Diskusi dengan pihak info Bintaro mengenai topik/tema dan pendekatan yang akan dilakukan. Pada tahapan ini, pihak UPJ bertemu dengan pihak info Bintaro dan membicarakan topik-topik yang dibutuhkan oleh pihak Info Bintaro.
- b. Menyusun jadwal untuk penulisan, editorial dan penerbitan artikel bersama pihak info bintaro atau sesuai permintaan dari Info Bintaro untuk topik tertentu.
- c. Submit artikel dan menunggu umpan balik dari pihak info bintaro. Ketika sudah disetujui, maka artikel akan dimuat, namun bila masih ada yang dipertanyakan maka dilakukan revisi sesuai dengan umpan balik. Hal ini memang sesuai dengan ketentuan atau prosedur editor Info Bintaro.

BAB 4

KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

Program abmas ini sesuai dengan tujuan Pedoman Pelaksanaan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat khusus untuk Pengabdian Masyarakat skema IPTEK bagi Masyarakat (IbM). Aktivitas ini pada dasarnya akan meningkatkan keterampilan berpikir, membaca dan menulis atau keterampilan lain yang dibutuhkan (*softskill* dan *hardskill*) (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pembangunan Jaya, 2016a)

Program abmas ini juga selaras dengan bidang unggulan yaitu sosial humaniora, seni budaya dan pendidikan. karena pembangunan IPTEK juga kerap diikuti oleh permasalahan pada individu. Program ini juga sesuai dengan Garis Besar Rencana Induk Pengabdian kepada Masyarakat yang fokus pada satu institusi mitra dengan pendekatan interdisipliner-kolaboratif dan berkesinambungan sehingga memberi kontribusi pada masyarakat di sekitar Universitas Pembangunan Jaya yakni Kota Tangerang Selatan khususnya dan Jabodetabek pada umumnya (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pembangunan Jaya, 2016b). Selain itu, aktivitas yang dilakukan dalam program ini juga sesuai dengan cakupan dalam Garis Besar Rencana Induk Pengabdian kepada Masyarakat tersebut yaitu pelayanan jasa serta pendampingan yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

Selain sesuai dengan peraturan perguruan tinggi, program ini juga menunjang program pemerintah khususnya untuk pendidikan dasar dan menengah. Pada dasarnya melakukan edukasi berarti menciptakan manusia yang lebih baik. Dalam aktivitas ini para dosen dan mahasiswa di perguruan tinggi dapat menjadi agen perubahan dan pendidik di masyarakat luas dan mengembangkan kehidupan masyarakat yang lebih baik. Dosen di perguruan tinggi juga dibekali penguasaan metodologi, sikap ilmiah, dan kemampuan analisis yang dapat mendukung kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Brown, N.Y. (2011). *Psychoeducational groups: Process and practice*. New York, NY: Routledge.
- Brunier, A., & Drysdale, C. (2020, Oktober 5). *COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey*. Diakses dari World Health Organization: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Delgadillo, J., & Groom, M. (2017). Using Psychoeducation and Role Induction to Improve Completion Rates in Cognitive Behavioural Therapy. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 45(2), 170–184. <https://doi.org/10.1017/S1352465816000643>
- Fathiyah, K. N., Widyastuti, T., Setiawati, F. A., Romadhani, R. K., Ayriza, Y., Abdullah, Y., & Lilmuallafah, L. I. (2021). Improving Mental Health during the COVID-19 Pandemic through Online Psychoeducation. *Psychological Research and Intervention*, 3(2), 72–79. <https://doi.org/10.21831/pri.v3i2.41385>
- Ifdil, I., Fadli, R. P., Suranata, K., Zola, N., & Ardi, Z. (2020). Online mental health service in Indonesia during the COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(January). <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102153> <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/0202094111941-0-00>
- Suranata, K., Gading, K., Aan, A., & Permana, J. (2021). *Self-help online psychoeducation to overcome anxiety during covid-19 outbreak*. 6(1), 11–18. <https://doi.org/10.23916/0020210634010>
- Savage, M. (2020, Oktober 29). *Coronavirus: The possible long-term mental health impacts*. Diakses dari [bbc.com](https://www.bbc.com/worklife/article/20201021-coronavirus-the-possible-long-term-mental-health-impacts): <https://www.bbc.com/worklife/article/20201021-coronavirus-the-possible-long-term-mental-health-impacts>
- The two sides of social media during COVID-19*. (2020, 10 13). Diakses dari [warc.com](https://www.warc.com/newsandopinion/news/the-two-sides-of-social-media-during-covid-19/44219): <https://www.warc.com/newsandopinion/news/the-two-sides-of-social-media-during-covid-19/44219>
- Vigo, D., Pattern, S., & Pajer, K. (2020). Mental Health of Communities during the COVID- 19 Pandemic. *The Canadian Journal of Psychiatry/ La Revue Canadienne de Psychiatrie* 2020, Vol. 65(10) , 681-687
- Walsh, J. (2010). *Psychoeducation in mental health*. New York, NY: Oxford University Press. Weiten, Dunn, & Hammer. (2015). *Psychology Applied to Modern Life*. Stamford, USA: Cengage Learning

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata ketua dan anggota Tim Pengusul (Lampiran E).

Biodata ketua dan anggota tim pengusul

LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul

A. Identitas Diri Ketua

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Dr. Clara Moningka, S.Psi.,M.Si
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/NIK/Identitas Lainnya	08.0117.0049
5	NIDN	0308117801
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 8 November 1978
7	E-mail	clara.moningka@upj.ac.id
9	Nomor Telepon/HP	08159696906
10	Alamat Kantor	Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya Jl. Cendrawasi Kel. Sawah Baru Kec. Ciputat Tangerang Selatan 15413
11	Nomor Telepon/Faks	290-45404 / 290-45423
12	Lulusan yang Telah Dihasilkan	
13	Mata Kuliah yang Diampu	1. Kepribadian kontemporer 2. Kepribadian klasik 3. Psikometri

B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2	S3
Nama Perguruan	Universitas	Universitas	Universitas
Tinggi	Gunadarma	Gunadarma	Gunadarma (DC)
Bidang Ilmu	Psikologi	Psikologi	Psikologi
Tahun Masuk-Lulus	1997 - 2001	2002 - 2004	2015 -
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Hubungan antara Self Monitoring dan performansi kerja pada sales PT GMK	Pengaruh Hubungan Interpersonal, Self monitoring, dan minat terhadap performansi kerja karyawan bagian penjualan	Model Teori Perubahan sosial dengan prediksi deprivasi relatif, identitas sosial dan kesejahteraan subjektif
Nama Pembimbing/Promotor	Retnaningsih, S.Psi.,M,Psi	Dr. Nilam Widyarini, S.Psi.,M.Psi	Prof.Dr. Djamaludin Ancok

C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml
2020		Penelitian psycap pada usher dan identitas sosial	Mercubuana	
2020-		Pro-environmental behavior	Mandiri	
2021			Mandiri	
2020		The Effect of Self-Comparison in Social Media on Self	Dana	
2019 –		Esteem	Konsorsium Psikologi	3.000.000
		Konstruksi skala self deception	Mandiri	
2020				
		PENGUJIAN VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA IDENTITAS SOSIAL		
		Hibah Penelitian Unggulan Perguruan Tinggi (PUPT): Menciptakan Sang Juara: Identifikasi Asesmen dan Peningkatan Kapasitas Sang Juara pada Atlet Jaya Raya	Lembaga Penelitian (internal)	5.000.000
2017				
2017				
2015-		Preliminary study: Perception of social change in Indonesia	Pribadi	
2016				
2015-		Self-comparison in digital world	Pribadi	
2016				
2014-		Hubungan konsumen etnosentrisme dengan Perceived quality terhadap produk lokal pada usia dewasa muda di Jakarta	Pribadi	
2015				
2014-		Problem based learning dengan metode jigsaw	UBM	
2015				
2014-		Pemaknaan kegagalan pada remaja	UBM	
2015				

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml
1	2020	Seminar untuk siswa Atisa Dipamkara	Kerjasama MPH	
2	2020	Info Bintaro		
3	2019	Pendidikan anti korupsi pada siswa Sekolah dasar tahap 2		
4	2019	Pembelajaran berbasis dongeng tradisional dengan wadah kaleng bekas	Mandiri	1.000.000
5	2018	Pendidikan anti korupsi pada siswa Sekolah dasar tahap 1	Hibah pengabdian masyarakat (internal)	7.500.000
6	2017	Konseling atlet di PB Jaya Raya	Hibah pengabdian masyarakat (internal)	5.000.000
7	2015	Konseling di Panti sosial Bina Dhaksa Budi Bakti Cengkareng		
8	2011 - 2014	Program konseling di Puskesmas Pademangan	Dana Pengabdian Masyarakat	
9	2011- 2014	Program pelangi cegah putus sekolah	Yayasan Pelangi	-

10	2011-2014	Improving creativity for teachers and students (Paud Ancol)	Dana Pengabdian masyarakat UBM	
11	2011-2014	Konseling di puskesmas Pademangan	Dana Pengabdian Masyarakat UBM	
12	2011-2014	Assessment untuk guru di sekolah Dharma Bangsa Jakarta Barat	Dharma Bangsa	-
13	2011-2014	Konseling dan ceramah di SMA Cinta kasih Tzu Chi	Tzu chi	-

E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/Tahun
1	Prospek kebutuhan layanan Psikologis untk atlet bulu tangkis Jaya Raya	Widyakala	No.1/Maret/2017
2	Validitas dan Reliabilitas Skala Identitas Sosial	Humanitas	Vol 4 no. 2/ Agustus/ 2017
3	Hubungan konsumen etnosentrisme dengan Perceived quality terhadap produk lokal pada usia dewasa muda di Jakarta	Psibernetika	Vol 8/No.2/2015
4	Pemaknaan Self Compassion pada remaja di Jakarta	Proceeding Temu ilmiah Psikologi sosial	2015
5	Sikap terhadap musik dangdut	Psibernetika	Vol. 7/No.1 2014
6	Pemaknaan Self compassion pada tenaga kesehatan di Jakarta utara melalui pendekatan psikologi ulayat	Psibernetika	Vol 6 /No 2 /2013

7	Gambaran attachment dan individuation pada individu tuna rungu	Psibernetika	Vol. 4/No. 1/2011
8	Gambaran loyalitas merek pada konsumen Starbucks coffee	Psibernetika	Vol.4/No.1/2011
9	Pengujian validitas dan reliabilitas skala identitas sosial	HUMANITAS Vol 14 no 2 Agustus 2017 (Terakreditasi Nasional)	Vol. 4 No. 2/2017 2020
11	The Effect of Self-Comparison in Social Media on Self Esteem	https://www.atlantispress.com/proceedings/i-ciap-uipsur-19/125946655	
	The development of Deception Behavior		
12	in Social Media Scale	https://publication.k-pin.org/index.php/jpu/article/view/143	2020

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*) Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama Temu Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	<i>Asia Association of Social Psychology Conference (Group)</i>	<i>What does it takes to be Chinese Indonesian to be true Indonesian: Acculturation Orientation Models</i>	Cebu, Philippines 20-23 Agustus 2015
2	Temu Ilmiah Psikologi Sosial	Orientasi Akulturasi Warga Negara Indonesia keturunan Tionghoa yang tinggal di Jakarta	Bali, 21-23 Januari 2015
5	Temu ilmiah Psikologi sosial	Pemaknaan kegagalan pada remaja di jakarta	Bali, 21-23 Januari 2015

6	Kolokium Psikologi Indonesia	Peningkatan mutu pembelajaran dengan program soft skills di Universitas Bunda Mulia	Pekanbaru 19-24 Februari 2014
7	Southeast Asia Positive psychology International Seminar	The meaning of self-compassion: case study in professional lecturers	Yogyakarta, 24-25 Agustus 2013
8	Apsya 2017 (Internasional)	1. Preliminary: Perception of social change in Indonesia	Malang, Juli 2017
9	International conference on Psychology and multiculturalism 7 - 9 Nov 2017	The Effect of Conflict self-efficacy on Work-Study Conflict in Working College students	Jakarta, November 2017
10	The Third Humboldt Kolleg International Conference 24-26 Juli 2017	Perception of social change in Jakarta	Jakarta, 2017
11	Seminar Nasional Aplikasi Sains dan Teknologi (Senastek) 2017, Universitas Abdurrab, Pekanbaru, 16 Desember 2017	Layanan Konseling Atlet: Pengabdian Masyarakat untuk Persatuan Bulutangkis Jaya Raya,	2017
12	Intenational conference on Psychology and Communication 2018	Preliminary study: Understanding corruption in children as the basic of anti-corruption education program	2018
13	International conference on intervention and applied psychology	The effect of self-comparison to self esteem	2019
14	Seminar Pakar Universitas Trisakti	Identitas sosial	2020

15	Temu ilmiah Psikologi sosial	Kesiapan anak dan remaja menghadapi perubahan iklim	2020
16	International webinar KPIN	Pro-environmental behavior	2020

G. Karya Buku Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Self-Comparison in Digital World and The impact to Self-Esteem	2019		CGI Global, USA
2	Identity, Sexuality, and Relationships among Emerging Adults in the Digital Age: Self comparison in digital world	2017	341	CGI Global, USA
3	Buku: Seri pemikiran psikologi untuk bangsa: Psikologi dan teknologi Informasi: Integrasi Psikologi dan Teknologi informasi	2016		Himpunan Psikologi Indonesia
4	Buku: Seri pemikiran psikologi untuk bangsa: Revolusi mental: Menentang Diskriminasi merentang persaudaraan	2015		Himpunan Psikologi Indonesia
5	Buku: Psychology for Daily life	2017		Raja Grafindo
6	Kota untuk kita dan kita untuk kota	2017		Nulisbuku.com
7	Buku: Seri pemikiran psikologi untuk bangsa seri 3 dan 4	2018, 2020		Himpunan Psikologi Indonesia

H. Perolehan HKI Dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Modul konseling Wawancara Atlet	2017		
2	Alat peraga: Poster dan booklet	2017		
3	Resensi film (2 HKI)			
4	Modul pendidikan seksual			
5	Modul Lintas budaya			
6	Film edukasi anti korupsi			
7	Panduan Pendidikan Anti Perundungan Secara Daring Bagi Anak Dan Remaja			

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa Sosial Lainnya yang Telah Diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
1	Rancangan UU kesehatan Jiwa	2013	Indonesia	

J. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari Pemerintah, Asosiasi atau Institusi Lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	Penulis artikel terbanyak dan terhits	Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara	2017

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan pengabdian masyarakat.

Bintaro Jaya, Januari

2022

Ketua Pengusul

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Clara', with a horizontal line underneath it.

(Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si)

LAMPIRAN SURAT PERMINTAAN MENJADI NARA SUMBER

No. 43/II/2020/IB/AMPI

Kepada Yth.
Ibu Dr. Clara Moningka
Staf Pengajar Prodi Psikologi
Universitas Pembangunan Jaya
Di tempat

Re: Narasumber Info Bintaro

Dengan hormat,

Bersama dengan ini kami memohon kesediaan Ibu untuk menjadi narasumber untuk artikel psikologi yang dimuat di website Info Bintaro (www.infobintaro.com). Artikel tersebut merupakan artikel psikologi populer yang akan dimuat setiap dua minggu sekali selama 1 tahun (Februari 2021 – Februari 2022). Tujuan dari dimuatnya artikel ini untuk memberikan pengetahuan psikologi populer kepada warga Bintaro. Demikian permohonan ini kami sampaikan. Besar harapan kami, Ibu dapat menjadi narasumber kami.

Atas perhatian Ibu, kami ucapkan banyak terima kasih.
Tangerang Selatan, Januari 2021



(Eva Grace Sengkey)
Managing Partner INFO BINTARO

