



KESEHATAN MENTAL

PERSPEKTIF INDONESIA

EDITOR

Made Diah Lestari
Karel Karsten Himawan



KESEHATAN MENTAL PERSPEKTIF INDONESIA

EDITOR

Made Diah Lestari
Karel Karsten Himawan



RAJAWALI PERS
Divisi Buku Perguruan Tinggi
PT RajaGrafindo Persada
DEPOK

Perpustakaan Nasional: Katalog dalam terbitan (KDT)

Made Diah Lestari dan Karel Karsten Himawan

Kesehatan Mental Perspektif Indonesia/Made Diah Lestari dan Karel Karsten Himawan

—Ed. 1, Cet. 1.—Depok: Rajawali Pers, 2021.

xiv, 468 hlm., 23 cm.

Bibliografi: Ada di Setiap Bab

ISBN 978-623-231-749-9

Hak cipta 2021, pada penulis

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini dengan cara apa pun, termasuk dengan cara penggunaan mesin fotokopi, tanpa izin sah dari penerbit

2021. 2926 RAJ

Made Diah Lestari dan Karel Karsten Himawan

KESAHATAN MENTAL PERSPEKTIF INDONESIA

Cetakan ke-1, Januari 2021

Hak penerbitan pada PT RajaGrafindo Persada, Depok

Editor Bahasa : Yohanes Suwanto

Editor : Monalisa

Copy Editor : Prajna Vita

Setter : Khoirul Umam

Desain cover : Tim Kreatif RGP

Dicetak di Rajawali Printing

PT RAJAGRAFINDO PERSADA

Anggota IKAPI

Kantor Pusat:

Jl. Raya Leuwilinggung, No.112, Kel. Leuwilinggung, Kec. Tapos, Kota Depok 16956

Telepon : (021) 84311162

E-mail : rajapers@rajagrafindo.co.id <http://www.rajagrafindo.co.id>

Perwakilan

Jakarta 16956: Jl. Raya Leuwilinggung No.112, Kel. Leuwilinggung, Kec. Tapos, Depok, Telp. (021) 84311162. Bandung 40241, Jl. H. Kardi Timur No. 8 Komplek Kardi, Telp. 022 5206202. Yogyakarta Perum. Pondok Sorogan Indah Blok A No. 09, Telp. 031 8708418. Ngablung, Kalahan, Bantul, Telp. 0274-625003. Surabaya 60138, Jl. Rongkoi Harapan Blok A No. 09, Telp. 031 8708418. Pekanbaru 30137, Jl. Medan Kuningan III No. 10/4459 RT 78 Kel. Demang Lebar Daun, Telp. 0711-445582. Pekanbaru 28284, Perum. De Dandira Land Blok C 1 No. 1, Jl. Kartama Mangrove Damai, Telp. 0761-69807. Medan 20144, Jl. Esa Hasan Gg. Bina Rusa No. 3A Blok A Komplek Labor Residence Kec. Medan Labor, Telp. 061-7821348. Makassar 90211, Jl. Seroi Andalan Komplek Bumi Permana Hija Bumi 14 Blok A14 No. 1, Telp. 0411-861618. Banjarmasin 20114, Jl. Dadi No. 11 Bk. Telp. 0511-332060. Bali, Jl. Imam Bonjol Gg. 100/V No. 2 Denpasar, Telp. 0361 582750. Bandar Lampung 35115, Perum. Beringin Gg. Blok BB No. 3 Susunan Baru, Lampung, Telp. 08129847044.

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya, buku Kesehatan Mental Perspektif Indonesia dapat terselesaikan. Menulis buku bersama memiliki tantangan tersendiri bagi kami yang berkontribusi di dalam buku ini. Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara (KPIN) telah membukakan ruang lebar bagi para penulis dalam buku ini untuk mengembangkan jejaring dan peluang kolaborasi dalam penulisan buku. Tanpa KPIN, rasanya tidak mudah untuk menghimpun akademisi Indonesia lintas universitas, lintas daerah, lintas pulau, lintas negara, dan bahkan lintas benua untuk bersedia menumpahkan segala buah pikiran, ide, gagasan, dan konsep terkait kesehatan mental dalam konteks Indonesia yang sesuai dengan bidang kepekarannya.

Inisiasi buku ini dimulai sejak 29 November 2019, dan membutuhkan waktu setahun untuk merampungkan seluruh berkas dan dijilid menjadi buku ini. Kehadiran buku ini di tahun 2020 dianggap memiliki momentum penting. Tahun 2020 menggoreskan sebuah sejarah dalam dunia kesehatan global dan dalam kehidupan personal setiap individu di belahan dunia mana pun. Banyak tantangan dan perubahan yang kita lalui, tidak hanya yang berkaitan dengan pengeluaran kesehatan, namun juga seluruh aspek kehidupan, baik

keluarga, pekerjaan, ataupun taratan makro seperti ekonomi. Sisi positifnya adalah Tuhan menganugerahkan seluruh makhluk ciptaan-Nya kemampuan untuk beradaptasi. Dalam konsep adaptasi, hidup itu tidak mungkin tanpa tekanan, pembedanya adalah bagaimana individu bereaksi terhadap tekanan: tenggelam atau bangkit. Tenggelam pun tidak selalu akhir dari segala, kerangguhan individu akan membuat individu kembali muncul di antara ombak dan pasang air laut.

Rasanya analogi tersebut menggambarkan perjalanan kami dalam menulis dan merampungkan buku ini. Apresiasi tinggi kami berikan kepada penulis yang mampu mempertahankan produktivitas dan menghasilkan karya yang mengagumkan di tengah 'kehirukpikukan' 2020. Kemampuan beradaptasi di tengah perubahan dan tantangan adalah salah satu indikator utama bagi pribadi yang sehat mental, selain dapat berfungsi dengan optimal, dan berkontribusi bagi lingkungannya. Semangat inilah yang ditawarkan buku ini bagi pembacanya. Meski kajian tentang kelompok marginal dan gangguan kesehatan mental dihadirkan dalam buku ini, kesehatan mental tidak selalu tentang stres, depresi, hal-hal negatif, atau patologis, tapi juga tentang hal yang positif, mencerahkan, dan berdaya bangun.

Pada akhirnya, jika beberapa orang masih menitikberatkan pada dikotomi antara kesehatan fisik dan kesehatan mental, kami mengambil posisi bahwa kesehatan adalah sebuah kesatuan; tidak ada kesehatan tanpa kesehatan mental.

November 2020

Editor

Made Diah Lestari

Karel Karsten Himawan

DAFTAR ISI

PRAKATA

DAFTAR ISI

v

BAB 1 PERKEMBANGAN DAN TANTANGAN KESEHATAN MENTAL DALAM KONTEKS GLOBAL DAN LOKAL

1

Karel Karsten Himawan

Made Diah Lestari

A. Isi Bab Ini

2

B. Sejarah Singkat Perkembangan Kesehatan Mental Dunia

3

C. Tantangan Mengadopsi Pendekatan Medis dalam Kesehatan Mental

5

D. Sejarah Singkat Perkembangan Kesehatan Mental di Indonesia

8

E. Tantangan dalam Mewujudkan Konsep Kesehatan Mental yang Komprehensif di Indonesia

10

E. Tujuan Buku Ini	12
G. Simpulan	13
Referensi	14

BAB 2 APAKAH ARTI BAHAGIA?

REFLEKSI PSIKOSOSIOKULTURAL PADA MASYARAKAT INDONESIA

17

Herdiyati Maulana

A. Pendahuluan	18
B. Kajian Kebahagiaan di Indonesia	20
C. Refleksi Sosial Budaya Indonesia Tentang Kebahagiaan	23
D. Pengukuran Kebahagiaan	34
E. Skala Kebahagiaan Indonesia	38
F. Kesimpulan	41
Referensi	43

BAB 3

KONSTRUKSI IDENTITAS ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA (ODGJ) DALAM KEBIJAKAN SOSIAL DI INDONESIA

53

Made Diah Lestari

Yohanes Kartika Herdiyanto

David Hizkia Tobing

A. Budaya Indonesia, ODGJ, dan Peran Keluarga	55
B. <i>Positioning</i> ODGJ dan keluarga dalam UU Kesehatan Jiwa di Indonesia: Dampaknya Bagi Pendekatan Kesehatan Jiwa dan Prioritas Kebijakan	61
C. Penutup	69
Referensi	70

BAB 4

MENIKAH SEBAGAI NORMA: MENGEKSPLORASI DAMPAK MENIKAH BAGI KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT INDONESIA

75

Karel Karsten Himawan

A. Tujuan Tulisan Ini	76
B. Makna Menikah Menurut Perspektif Masyarakat Indonesia	77
C. Dampak Menikah Bagi Kesehatan Mental	82
D. Menikah, Agama, dan Kesehatan Mental	94
E. Bentuk-bentuk Pernikahan dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental	95
F. Isu-isu Terkait Pernikahan dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental	98
G. Simpulan: Pernikahan Ideal Menurut Budaya Indonesia	103
Referensi	105

BAB 5

IBU HAMIL DI INDONESIA: PERMASALAHAN DAN USAHA MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MELALUI MINDFULNESS

117

Endang Fourianalistiyawati

A. Kondisi dan Permasalahan Ibu Hamil di Indonesia	118
B. Usaha Menjaga Kesejahteraan Ibu Hamil	121
C. <i>Mindfulness</i>	123
D. Penutup	134
Referensi	134

BAB 11
PEMBERDAYAAN KOMUNITAS DAN UPAYA MELAWAN STIGMA DALAM ISU KESEHATAN MENTAL DI INDONESIA 289
 Yudi Kurniawan

A. Isu Kesehatan Mental 293
 B. Edukasi Kesehatan Mental di dalam Komunitas 301
 C. Simpulan 306
 Referensi 307

BAB 12
STIGMA ODGJ DALAM KAITANNYA DENGAN PERILAKU KEJAHATAN: PELAKU ATAU KORBAN? 311
 Eunike M. Himawan

A. Tujuan Tulisan Ini 313
 B. ODGJ Sebagai Pelaku Kejahatan 313
 C. ODGJ Sebagai Korban Kejahatan 332
 Referensi 340

BAB 13
PEMUDA TANGGUH INDONESIA* 347
 Budi Sarasati

A. Tangguh dalam Kehidupan Sehari-hari 347
 B. Tangguh dalam Siklus Perkembangan Hidup Pemuda/Remaja 355
 C. Tangguh 359
 D. Tangguh dan Perspektif Budaya Indonesia 366
 E. Tangguh Dahulu Atau Resilien Dahulu? 370
 F. Tangguh dan Kesehatan 371
 G. Tangguh dan Sistem Pendidikan Sebagai Pusat Pengubah Sosial 374
 H. Tangguh dan Religiusitas 375
 I. Tangguh dan Latihan 377
 J. Simpulan 379
 Referensi 380

BAB 14
CERITA DARI ACEH: RESILIENSI PADA MASYARAKAT TERPAPAR KONFLIK 387
 Marty Mawarpury

A. Aceh dan Bencana 387
 B. Resiliensi: Konsep dan Model Teoretis 398
 C. Resilien dalam Menemukan Rasa Keadilan 400
 D. Rekonsiliasi dan Resiliensi pada Penyintas Konflik 404
 E. Penutup 408
 Referensi 409

BAB 15
RESILIENSI PSIKOLOGIS DAN MINDFULNESS SEBAGAI MODAL MENGHADAPI TANTANGAN DI USIA PRODUKTIF 425
 Rarih Arruum Listiyandini,
 Endang Pounianalistyawati

A. Resiliensi Psikologis 427
 B. Faktor Pendukung Resiliensi Psikologis Berdasarkan Temuan di Indonesia 429
 C. *Mindfulness* 439
 D. Potensi *Mindfulness* Bagi Kesehatan Mental dan Fisik pada Populasi di Indonesia 442
 E. *Mindfulness* dan Kaitannya dengan Faktor Pendukung Resiliensi 444
 F. Penutup 448
 Referensi 449

- Varshney, M. Mahapatra, A., Krishnan, V., Gupta, R., Deb, P. K.
 "Violence And Mental Illness: What Is The True Story?" *Epidemiology & Community Health*, 70(3), 223-225.
- Whitfield, C.L., Dube, S.R., Felitti, V.J., Anda, R.F. 2003. *Childhood Experiences And Hallucinations.*" *Child Abuse and Neglect* 29(7), 797-810.

PEMUDA TANGGUH INDONESIA

Budi Sarasati

Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

A. Tangguh dalam Kehidupan Sehari-hari

Pernulaan tulisan ini penulis ingin mengajak pembaca untuk membaca kisah berikut ini, sebagai penjaga hati dan pikiran pembaca agar merasa tangguh menghadapi hidup di masa-masa depan.

Hengkan Alhamdulillah/Segala Puji Bagi Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang, Tuhan Penguasa Alam Semesta.

Suatu saat ada seseorang yang galau, gundah gulana, dan resah gelisah, menjumpai seorang ulama zuhud Imam Ibrahim bin Adham, abad kedua, beliau adalah dari kalangan tabi'in. Orang tersebut mengadu kepada Imam bahwa dia merasa sedang sempit hati, jiwanya kering kerontang, dan orang tersebut merasa tidak punya daya menghadapi hidup ini, kemudian Imam Ibrahim mengajukan tiga pertanyaan kepada orang tersebut: "Apakah ada yang terjadi di alam ini di luar kuasa ALLAH?... Dijawab dengan perkataan tidak oleh orang tersebut... Lalu Imam bertanya yang kedua: "Apakah ada orang yang mati di luar kehendak dan kuasa ALLAH?... Dan dijawab lagi dengan dua kata tidak Imam... dan pertanyaan terakhir Imam: "Apakah bertambah atau berkurang rejeki yang sudah ditetapkan ALLAH padamu?... Lagi-lagi dijawab "Tidak Tuan"... dan Imam melanjutkan "Lalu kalau kamu meyakini ketiga hal tadi adalah "iradah dan ketentuan" ALLAH, kenapa resah hati?... dan orang tersebut terdiam lama

Hakikatnya dialog makhluk Tuhan ini bahwa masalah yang timbul pada manusia bukanlah masalah psikologis, tetapi masalah TAUHID (keyakinan kuat pada Tuhan yang Maha Esa, dan seharusnya tidak ada keraguan sedikitpun pada kekuasaan-NYA.)

sekarang. Banyaknya kejadian yang menimpa para pemuda Indonesia menjadi salah satu tolok ukurnya. Mengapa? Karena pengaruh teknologi informasi yang begitu pesat, pengaruh akulturasi dan pergaulan lintas budaya, pola asuh orang tua yang cenderung mengikuti perkembangan zaman, dan lain-lain. Kajian yang menarik bila berkaitan dengan pemuda. Kata pemuda dipakai oleh penulis merujuk pada golongan usia remaja/pemuda.

Pemuda adalah sebuah kata yang hanya dipakai di Indonesia untuk menggambarkan usia perkembangan menuju remaja sampai dengan dewasa awal. Dalam bukunya *Human Development*, Papalia, Olds & Feldman (2007) menyebutkan *Adolescence* sebagai masa perkembangan seseorang dari anak-anak menuju remaja, dimana perkembangan tersebut meliputi faktor fisik, kognitif dan psikososial. Pemuda disebut dalam Organisasi Karang Taruna sebagai Generasi Muda, merujuk pada individu dengan rentang usia 13 sampai dengan 45 tahun (*Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2019 Tentang Karang Taruna*, 2019).

Sumantri (2008) dalam modul belajar Generasi dan Generasi Muda, memaknai pemuda dari berbagai sudut pandang. Dalam modul tersebut dijelaskan tentang keragaman rumusan/definisi pemuda yang berbeda-beda. Ada yang meninjau dari perspektif politik, budaya, ekonomi, maupun sosial. Misal dari segi budaya dikenal istilah anak (0–12 tahun), remaja (13–18 tahun), dan dewasa (18–21 tahun). Dari segi hukum, manusia berumur 18 tahun sudah dianggap dewasa. Untuk tugas-tugas negara usia 18 tahun sering diambil sebagai batas usia dewasa, tetapi dalam menentukan hak seperti hak pilih, ada yang mengambil batasan 18 tahun dan ada yang mengambil 21 tahun sebagai permulaan dewasa. Oleh karena itu keragaman perspektif tersebut dalam menyoroiti makna pemuda, membawa konsekuensi logis berupa tafsiran atau interpretasi yang berbeda tentang peran dan fungsi yang diemban oleh pemuda.

Tangguh secara pribadi mencerminkan kebahagiaan, ketenteraman, kedamaian dan ketenangan hati. Pada dasarnya manusia menyukai ketenangan dan kedamaian. Manusia dapat menghadapi berbagai masalah dan cobaan yang menyimpannya itu semata-mata karena anugerah dari Allah SWT. Sejujurnya hidup itu beriringan dengan masalah. Mustahil orang hidup tidak punya masalah, tetapi bukan masalahnya yang salah tapi sikap yang salah dalam menghadapi masalah.

Pada saat tulisan ini dibuat, Indonesia sedang dilanda pandemi COVID-19. Virus ini membuat seluruh masyarakat Indonesia menjadi resah dan gelisah. Awal diinformasikan tersebar virus ini, masyarakat masih banyak yang belum paham. Setelah angka kematian meningkat tajam, barulah masyarakat mulai panik dan mengambil tindakan yang dirasa akan melindungi diri dari serangan wabah ini. Pemerintah melalui Kepala Gugus Percepatan Penangan COVID-19, Letjen TNI Doni Monardo (Dorimulu, 2020) (*BeritaSatu.com*, Minggu 22/3/2020) menerapkan *Social Distancing* (SD). SD ini menjadi gerakan Nasional yang harus dipatuhi oleh masyarakat. TV One, salah satu TV Nasional mencanangkan *tagline*-nya, "Bersatu Melawan Corona". Kemudian Anies Baswedan (Gubernur Provinsi DKI Jakarta) dalam siaran pers mencanangkan *Lock Down* (Iswinarno & Muflih, 2020). Gerakan dan upaya kolektif serempak dari pemerintah, kalangan swasta dan masyarakat membuat sebagian besar masyarakat mulai mentaati anjuran pemerintah dengan melakukan SD.

Pada tanggal 6 Januari 2020, Metro TV, salah satu Stasiun TV Nasional, dalam Tajuk Selamat Pagi Indonesia, pukul 07.00–10.00 WIB, menayangkan berbagai macam berita yang mencerminkan ketangguhan dalam berbagai aspek kehidupan, sebagai berikut.

Seorang pengusaha perahu karet di Bogor terkena imbas wabah COVID-19 sehingga omset menurun. Lalu dia mulai mengubah strategi bisnisnya yaitu jualan kantong mayat dan APD (Alat Pelindung Diri) dengan tetap memakai bahan asal karet kedap udara di gudang penyimpanan bahan baku miliknya. APD tersebut dijual ke rumah sakit yang membutuhkan, dengan harga murah. Terlihat pengusaha tersebut tergolong pengusaha tangguh. Kisah lain di daerah Sumatera Utara, kelompok ibu-ibu penjahit di suatu klaster perumahan bersatu dan bergotong royong membuat masker dari sisa bahan jahitan. Oplah mereka sehari sampai 1000 masker, dan setelah itu masker dibagikan gratis kepada masyarakat. Saya menyebutkannya sebagai Tangguh Sosial. Banyak lagi cerita yang disiarkan di TV, yang menunjukkan ketangguhan, baik individu, kelompok kecil maupun sosial masyarakat. Waktu berjalan terus dan kita bisa melihat: "Apakah Indonesia termasuk tangguh dalam menghadapi pandemic Covid-19?"

Pertanyaan selanjutnya adalah: "Apakah pemuda Indonesia termasuk pemuda yang Tangguh?" Pertanyaan ini sulit dijawab di era

Individu yang memiliki kontrol akan bertanggung jawab terhadap tujuan hidup yang telah ditetapkannya. Kontrol mencegah individu sebagai korban, tetapi bagaimana membantu individu dalam mengatasi berbagai kejadian hidup yang mengancam.

- c. Tantangan; Kobasa, Maddi, & Kahn (1982) mendefinisikan tantangan sebagai sebuah keyakinan bahwa perubahan bukan stabilitas normal dalam kehidupan dan bahwa antisipasi perubahan merupakan hal menarik untuk dikembangkan dibandingkan hanya sebagai ancaman keamanan diri. Tantangan adalah kecenderungan untuk memandangi suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan itu sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan dan memandangi hidup sebagai suatu tantangan yang menyenangkan.

Gambaran Tangguh keduanya, penulis menyarankan pembaca memaknai kotak Pengayaan berikut.

Pengayaan

a Founding Father Indonesia, Pangeran Sebrang Lor, Sultan Baabulah di Maluku, Pangeran Diponegoro, Sultan Iskandar Muda, Pangeran Trunojoyo, Tuanku Imam Bonjol, sampai dengan Presiden pertama Indonesia Soekarno, bentuk jihad luar biasa yang tak pernah padam dari pemimpin-pemimpin di Indonesia melawan VOC. Tahun 1637 VOC merupakan perusahaan terbesar saat itu. Bahkan kekayaan VOC saat itu bila dibandingkan dengan gabungan kekayaan 20 perusahaan besar di dunia saat ini, masih belum bisa mengalahkan VOC. VOC mempunyai kapal-kapal yang beroperasi dari pantai Timur Amerika sampai ke Jepang. Para pahlawan saat itu bisa memukul mundur VOC dan membuat VOC resah dan galau.

Yang tertanam dalam jiwa dan raga para pemuda pejuang saat itu hanyalah menjadi bangsa yang bermartabat. Mereka berjuang secara fisik dan mental mencari cara bagaimana bisa mengusir penjajahan VOC saat itu dari bumi pertiwi. Perjuangan fisik sudah tidak terkira, dan yang tersisa adalah perjuangan mental. Pejuang saat itu memelihara mental mereka agar tidak jatuh dalam keadaan mental dijajah (sumber: Suryanegara, 2013).

Adakah bentuk Tangguh melebihi perjuangan merebut kemerdekaan?

Aktivitas 8

Saran: Pembaca dipersilakan melihat film Indonesia berjudul "Cut Nyak Dien" yang diperankan oleh Christine Hakim. Film ini penulis sarankan dengan alasan: 1) secara sinematografi, film tersebut sarat dengan contoh-contoh Tangguh, 2) alur cerita mendekati cerita aslinya.

Masa remaja adalah fase kritis dalam pembinaan Tangguh ini. Setelah peran keluarga, maka sekolah salah satu *agent* pembentukan Tangguh. Lingkungan sekolah, kurikulum dan suasana sekolah dapat membuat para siswa menjadi Tangguh. Masih banyak lagi hal yang dapat digali lebih dalam tentang Tangguh. Pada kesempatan lain akan dicoba menambahkan hal-hal baru tentang Tangguh ini. Akhir kata penulis berbagi nasihat dari para sesepuh kita, peribahasa sebagai berikut: “guru kencing berdiri, murid kencing berlari”.

Referensi

- Afiatin, T. 2009. “Subjective Well-Being Of Aceh Adolescents After Tsunami: The Meaning Of Disaster And Adolescent Happiness.” *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 25(1), 11–29.
- Alfred, K. D., & Smith, T. W. 1989. “The Hardy Personality: Cognitive And Physiological Responses To Evaluative Threat.” *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 257–266.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian, Cetakan ke 12, Edisi Revisi*. Malang, UMM Press.
- Asirin, A., & Argo, T. A. 2017. “Penggunaan Teknologi Informasi dan Komunikasi dan Implikasinya terhadap Ketangguhan Mata Pencaharian Nelayan.” *Journal of Regional and Rural Development Planning*, 1(1), 1–15. <https://doi.org/10.29244/jp2wd.2017.1.1.1-15>
- Baqi, M. F. A. 2015. *Muttafaqun'alaih: Shahih Bukhari Muslim*. Jakarta: Beirut Publishing.
- Bartone, P. T., Roland, R. R., Picano, J. J., & Williams, T. J. 2008. “Psychological Hardiness Predicts Success in US Army Special Forces Candidates.” *International Journal of Selection and Assessment*, 16(1), 78–81. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2008.00412.x>
- Carson, V. B., & Green, H. 1992. “Spiritual Well-Being: A Predictor Of Hardiness In Patients With Acquired Immunodeficiency Syndrome.” *Journal of Professional Nursing*, 8(4), 209–220. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/8755-7223\(92\)90082-A](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/8755-7223(92)90082-A)
- Cervone, D., & Pervin, L. A. 2011. *Kepribadian: Teori dan Penelitian* (Edisi 10.). Salemba Humanika.

dan resiliensi pada penyakit kasus kekerasan terhadap perempuan. Hasil risetnya didiseminasikan lewat konferensi nasional/internasional dan dipublikasikan dalam jurnal nasional terakreditasi. Saat ini Yudi menerima amanah sebagai pengurus Himpunan Psikologi Indonesia Wilayah Jawa Tengah periode 2018-2022 dan pengurus Ikatan Psikolog Klinis Indonesia Wilayah Jawa Tengah periode 2016-2020. Korespondensi lebih lanjut dapat dilakukan melalui surel yudikurniawan@usm.ac.id.



Eunika Mutiara Himawan meraih gelar Master dalam bidang Magister Profesi Psikologi Klinis Dewasa di Universitas Indonesia. Ia juga sempat menjadi dosen paruh waktu di Fakultas Psikologi, Universitas Pelita Harapan. Saat ini, Eunike sedang melanjutkan pendidikan Doktorat di *School of Languages and Cultures* dan *School of Psychology* di *The University of Queensland*, Australia. Eunike memiliki ketertarikan meneliti tentang identitas sosial dan isu-isu psikologis yang terkait dengan kriminalitas dan kekerasan massa. Eunike juga berpraktik profesional di *Experiencing Life Foundation*, Gading Serpong, Tangerang. Ia berpengalaman dalam membantu remaja dan dewasa muda dalam mengatasi berbagai tantangan hidup, seperti misalnya: penyesuaian diri, gangguan cemas, hubungan dengan pasangan dan keluarga. Ia juga tergabung sebagai anggota pendiri *Indonesian Counseling Association*. Eunike dapat dihubungi melalui eunikemutiara@gmail.com.



Budi Sarasati, meraih gelar Magister Terapan Kesehatan dari Universitas Indonesia. Berbasis Pendidikan di bidang Kesehatan sejak Diploma III Keperawatan Departemen Kesehatan sejak Diploma III tahun 1989 sampai S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, penulis konsisten pada upaya promotif dan preventif kesehatan. Pengalaman kerja sebelumnya selain sebagai dosen juga sebagai penyuluh dan pendamping keluarga berisiko tinggi kesehatan. Sekarang sedang menempuh pendidikan Doktorat di UPI YAI Jakarta, dengan konsentrasi pada Identitas, Kesehatan dan Perempuan Indonesia. Era sekarang Penulis mengembangkan bidang kajian tentang ketanggulan

keluarga, perempuan, dan religiusitas. Aktif di Lembaga Perlindungan Anak Indonesia dalam pendampingan anak korban kekerasan. Sebagai anggota masyarakat, penulis menjadi ketua Posyandu Edelweis un mengembangkan Posyandu Milenial. Sebagai wadiah guna mewujudkan rangkaian cita-cita penulis, sejak tahun 2006 mendirikan yayasan Fatih Ibadurrohman yang bergerak di bidang sosial, khususnya women empowering, berbasis anak berprestasi dan *community development*. Berikut email penulis: budi.sarasatiubj@dsn.uharajaya.ac.id



Marti Mawarpury menyelesaikan pendidikan sarjana psikologi di Universitas Islam Indonesia melanjutkan magister profesi psikologi Doktorinya di Universitas Gadjah Mada. Menga karir bersama Crisis Center UGM untuk program psikososial Aceh pascabencana, dan menjadi dosen pada Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Unsw sejak tahun 2007 hingga saat ini. Sesuai bidang yang ditekuni, ia mendapat kesempatan meng *research fellow* di University of Melbourne, Australia tahun 2008 dan Harvard Medical School pada tahun 2014 untuk riset kolaborasi mengenai kesehatan mental di Indonesia. Aktif meneliti dan menulis di bidang psikologi klinis, kesehatan dan terapannya. Beberapa jurnalnya di bidang kesehatan mental dan COVID-19 (Unsw Press-2020), *Book Series Kesehatan Mental dan Book Series Psikologi Perkembangan* (in press 2020–Unsyiah Press), *Psikologi Klinis: dari Teori ke Praktik* (2019), dan *Psikologi dari Tanah Rencong* (2018). Ia dapat dihubungi melalui e-mail: marty@unsyiah.ac.id



Ratih Arruum Listriyandini menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi dan Magister Psikologi Klinis Dewasa dari Universitas Indonesia. Setelah lulus menjadi psikolog, ia memulai karir sebagai seorang psikolog klinis dan sekarang neuroterapis di sebuah klinik swasta di Jakarta. Saat ini, ia berkarir sebagai seorang psikolog klinis akademisi, dan peneliti di Universitas YARSI dan sebagai berpraktek sebagai mitra psikolog klinis di Ibunda.id. S

KESEHATAN MENTAL

PERSPEKTIF INDONESIA

Ada tiga dimensi kesehatan mental yang dipromosikan oleh WHO, yakni kemampuan beradaptasi dengan stres, keberfungsian, dan kontribusi bagi lingkungan sekitar. Dimensi ini membawa paradigma baru dalam kajian kesehatan mental. Kesehatan mental tidak hanya tentang hal-hal yang patologis, namun juga tentang ketangguhan individu dalam berhadapan dengan permasalahan kehidupan. Kesehatan mental tidak hanya tentang kelompok marginal, namun juga mengikutsertakan seluruh populasi manusia dengan segala kekuatan, kapabilitas, dan keterbatasannya. Yang terpenting tidak hanya tentang individu, namun juga tentang komunitas dan interaksi individu dengan lingkungannya. Kesehatan mental tentu sarat dengan makna budaya.

Kesehatan Mental Perspektif Indonesia mencoba memberi gagasan besar tentang sehat mental dalam konteks kehidupan masyarakat Indonesia. Secara spesifik, buku ini diterbitkan dengan semangat untuk memberikan perspektif mengenai kesehatan mental yang sensitif dengan budaya Indonesia; menilik pada konsep-konsep penting tentang apa itu sehat mental yang menyatu dengan identitas diri sebagai masyarakat Indonesia. Tulisan di dalam buku ini memberikan ruang bagi pengembangan ilmu, praktik kesehatan mental, dan dampak kebijakan yang khas Indonesia. Dari Indonesia, bagi Indonesia.



PT RAJAGRAFINDO PERSADA
Jl. Raya Leuwinanggung No. 112
Kel. Leuwinanggung, Kec. Tapos, Kota Depok 16956
Telp 021-84311162
Email: rajapers@rajagrafindo.co.id
www.rajagrafindo.co.id

RAJAWALI PERS
DIVISI BUKU PERGURUAN TINGGI

