



ISBN : 978-602-5595-58-5

PERAN PSIKOLOGI KLINIS DALAM MEWUJUDKAN MASYARAKAT SEHAT MENTAL HOLISTIK

Penulis:

Weni Endahing Warni - Niken Nurmei Ditasari,
Rini Nurahaju - Widyastuti dan Nurul Hartini,
Desni Yuniarni - Reska Monika,
Debri Setia Ningrum - Dewi Mahastuti
Dewi Mustami'ah dan Dimas Riztiardhana
Windah Riskasari - Wiwik Sulistiani

Editor:

Dewi Mustami'ah
Weni Endahing Warni
Wiwik Sulistiani
Wanda Rahma Syanti

Halaman ini sengaja dikosongkan

Peran Psikologi Klinis Dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat Mental Holistik

Penulis

Weni Endahing Warni - Niken Nurmei Ditasari - Rini Nurahaju,
Widyastuti dan Nurul Hartini - Desni Yuniarni - Reska Monika,
Debri Setia Ningrum - Dewi Mahastuti - Dewi Mustami'ah dan Dimas Riztiardhana
Windah Riskasari - Wiwik Sulistiani

Editor:

Weni Endahing Warni
Dewi Mustami'ah
Wiwik Sulistiani
Wanda Rahma Syanti



Hang Tuah University Press
2024

Peran Psikologi Klinis Dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat Mental Holistik

ISBN: 978-602-5595-58-5

Hak penerbitan pada HANG TUAH UNIVERSITY PRESS. Bagi mereka yang ingin memperbanyak sebagian isi buku ini dalam bentuk atau cara apapun harus mendapatkan izin tertulis dari penulis dan penerbit HANG TUAH UNIVERSITY PRESS.

Penulis:

Weni Endahing Warni - Niken Nurmei Ditasari - Rini Nurahaju,
Widyastuti dan Nurul Hartini - Desni Yuniarni - Reska Monika,
Debri Setia Ningrum - Dewi Mahastuti - Dewi Mustami'ah dan Dimas Riztiardhana
Windah Riskasari - Wiwik Sulistiani

Reviewer:

Drs. Tri Budi Marwanto., M.M., Psikolog

Editor:

Weni Endahing Warni
Dewi Mustami'ah
Wiwik Sulistiani
Wanda Rahma Syanti

Desain sampul:

Berliana Septia Dwi Maharani
Hadistira Baktara Ziza



Penerbit:

HANG TUAH UNIVERSITY PRESS
Jl. Arif Rahman Hakim 150, Sukolilo, Surabaya Telp. (031) 5946261
E-mail: uht.press@hangtuah.ac.id
Anggota IKAPI
Hak Cipta dilindungi Undang-undang
All Right Reserved
Cetakan I, _____ 2024

Assalamualaikum Wr. Wb,
Om swasti astu om,
Namo Budaye,
Salam Kebajikan,

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang, karena atas ijin-Nya, maka buku psikologi klinis dengan tema “Peran Psikologi Klinis dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat Mental Holistik”.

Seperti kita ketahui, individu dikatakan sehat mental apabila individu mampu menunjukkan produktivitas, menunjukkan kebahagiaan, puas pada hidupnya, menjalin relasi yang baik, merasa terlibat dan berkontribusi pada masyarakat sekitar. Gambaran tersebut membuktikan bahwa kesehatan mental akan terus menunjang aktivitas individu pada berbagai tahapan usia. Kesehatan mental dan *well-being* juga akan mendukung kemampuan individu untuk membuat keputusan, menjalin relasi bahkan membangun lingkungan.

Banyak faktor penentu kesehatan mental pada diri individu. Paparan keadaan sosial, ekonomi, geopolitik, lingkungan yang penuh kekerasan, ketidaksetaraan, kemiskinan bahkan kerusakan lingkungan, dapat meningkatkan risiko individu mengalami masalah terkait kondisi kesehatan mental.

Gambaran tersebut tertuang dalam beberapa bab tulisan dalam buku ini dan ditulis oleh para akademisi maupun praktisi psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis. Buku ini diharapkan dapat mempertemukan gagasan dan pembahasan mengenai perilaku sehat mental dalam perilaku digital, kesehatan mental masyarakat dimulai dari lingkungan keluarga dan sosial dan bagaimana Implikasi Undang-Undang Pendidikan dan Layanan Psikologi terhadap praktik psikologi klinis akan berperan dalam upaya peningkatan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis masyarakat.

Akhir kata, semoga keberadaan buku ini bermanfaat bagi para ilmuwan, praktisi psikologi klinis, dan secara luas bagi masyarakat umum.

Wassalamu’alaikum Wr. Wb.

Reviewer

Alhamdulillah, atas karunia Tuhan Yang Maha Esa, maka buku dengan tema “Peran Psikologi Klinis dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat Mental Holistik” ini dapat terselesaikan. Buku ini merupakan kumpulan pemikiran dari para penulis yang merupakan akademisi dan praktisi psikologi klinis..

Berbagai judul dalam buku ini tertuang dalam bab buku, yang membahas tentang kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Pada bagian kesehatan mental akan dibahas dalam tulisannya tentang sehat mental dengan tetap aktif tetap positif, kesehatan mental atlet, kesehatan mental di lingkungan kerja, penguatan kompetensi sosial untuk anak prasekolah sehat mental peran orang tua dalam fenomena *excessive screen*, upaya psikolog dalam menjaga kesehatan mental korban kekerasan seksual pada anak laki-laki, memahami kesiapan sekolah untuk kesehatan mental anak. Selanjutnya pada bagian kesejahteraan psikologis dibahas tentang kesejahteraan psikologis dalam perspektif multikultural, peran *hardiness* bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa, *psychological well-being* istri pelaut, dan kepuasan hidup nelayan Indonesia.

Terima kasih kami ucapkan, atas inisiatif seluruh penulis yang telah berkontribusi, antara lain: Niken Nurmei Ditasari, Weni Endahing Warni, Rini Nurahaju, Widyastuti dan Nurul Hartini, Desni Yuniarni, Reska Monika, Debri Setia Ningrum, Dewi Mahastuti, Dewi Mustami’ah, Dimas Riztiardhana, Windah Riskasari, dan Wiwik Sulistiani. Sungguh tulisan ini akan memberikan manfaat bagi pembacanya. Akhir kata, semoga buku ini akan menambah referensi buku psikologi di Indonesia, dan memberikan manfaat bagi para pembaca dan masyarakat.

Surabaya, Agustus 2024

Editor

KATA PENGANTAR	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
 KESEHATAN MENTAL ATLET	 1
Weni Endahing Warni	
 SEHAT METAL DENGAN TETAP AKTIF TETAP POSITIF.....	 17
Niken Nurmei Ditasari	
 KESEHATAN MENTAL DI LINGKUNGAN KERJA	 27
Rini Nurahaju	
 PENGUATAN KOMPETENSI SOSIAL UNTUK ANAK PRASEKOLAH SEHAT MENTAL.....	 35
Widyastuti Nurul Hartini	
 PERAN ORANG TUA DALAM FENOMENA <i>EXCESSIVE SCREEN</i>	 49
Desni Yuniarni, S.Psi. M.Psi. Psikolog	
 UPAYA PSIKOLOG DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL KORBAN KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK LAKI-LAKI.....	 69
Reska Monika	
 MEMAHAMI KESIAPAN SEKOLAH UNTUK KESEHATAN MENTAL ANAK	 77
Debri Setia Ningrum	
 KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DALAM PERSPEKTIF MULTIKULTURAL.	 85
Dewi Mahastuti	
 PERAN <i>HARDINESS</i> BAGI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA ...	 97
Dewi Mustami'ah Dimas Riztiardhana	

<i>PSYCHOLOGICAL WELL BEING</i> ISTRI PELAUT	107
Windah Riskasari	
KEPUASAN HIDUP NELAYAN INDONESIA.....	117
Wiwik Sulistiani	



SINOPSIS

"Peran Psikologi Klinis Dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat Mental Holistik" adalah sebuah buku yang menjelaskan bagaimana psikologi klinis berkontribusi dalam menciptakan masyarakat yang sehat mental secara keseluruhan. Buku ini mengeksplorasi berbagai pendekatan dan intervensi psikologis yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kesehatan mental individu dan kelompok.

Buku ini juga menggarisbawahi pentingnya pendekatan holistik dalam penanganan masalah kesehatan mental, yang mencakup tidak hanya aspek psikologis, tetapi juga aspek fisik, sosial, dan spiritual. Dengan demikian, buku ini menawarkan panduan yang komprehensif bagi para praktisi kesehatan mental, pembuat kebijakan, dan masyarakat umum dalam memahami dan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi klinis untuk kesejahteraan mental yang lebih baik.

Melalui berbagai studi kasus dan teori yang disajikan, pembaca akan memperoleh wawasan tentang bagaimana intervensi psikologi klinis dapat diterapkan di berbagai konteks, seperti di rumah sakit, sekolah, tempat kerja, dan komunitas. Buku ini juga membahas tantangan yang dihadapi dalam praktik psikologi klinis dan memberikan solusi serta strategi untuk mengatasinya.

Secara keseluruhan, buku ini menekankan pentingnya kerjasama antara profesional kesehatan mental, institusi, dan masyarakat dalam mewujudkan masyarakat yang sehat mental secara holistik.



HANG TUAH UNIVERSITY PRESS
E-mail: uht.press@hangtuah.ac.id
Anggota IKAPI

