

PSIKOTERAPI

Oleh:

Dr. Mori Vurqaniati, M.Psi., Psikolog

Program Studi Fakultas Psikologi

Universitas Persada Indonesia YAI

DEFINISI DAN RUANG LINGKUP :

WHO (1984) aspek kesehatan mental/jiwa meliputi:

1. Sehat secara jasmani (organobiologis)
2. Sehat secara kejiwaan (psikologis)
3. Sehat secara sosial (sosial-budaya)
4. Sehat secara spiritual (agama/kerohanian)

The American Psychiatric Association : Paradigma Bio-psycho-social-spiritual



**Ciri-ciri orang yang sehat mental/jiwa menurut
National Mental Health Association Amerika
1988 (dimodifikasi oleh DepKes RI, 2003):**



- a. Merasa nyaman terhadap dirinya (mampu menghadapi berbagai perasaan, marah, takut dsbnya), mampu mengatasi kekecewaan, situasi, harga diri, dan menilai diri secara nyata.
- b. Merasa nyaman berhubungan dengan orang lain.
- c. Mampu memenuhi kebutuhan hidup (bertanggung jawab, mengambil keputusan)

GANGGUAN JIWA DAN PERMASALAHANNYA

Gangguan jiwa adalah perubahan perilaku, pikiran dan perasaan dari seseorang yang secara klinis bermakna dan mengakibatkan penderitaan serta hambatan dalam menjalankan fungsi psikososialnya.



RUANG LINGKUP KESEHATAN JIWA:

Kegiatan meliputi pembinaan, pencegahan, pengobatan dan rehabilitasi.

- 1. Pembinaan kesehatan jiwa (promotif) dan pencegahan (Preventif)**
- 2. Pengobatan gangguan jiwa (kuratif/penyembuhan)**
- 3. Rehabilitasi gangguan jiwa (rehabilitatif)**

- A. Pembinaan Kesehatan Jiwa (Promotif) dan Pencegahan Gangguan Jiwa (Preventif):** Segala usaha dan kegiatan yang dilakukan individu untuk membina perkembangan jiwa yang sehat dan mencegah supaya orang tidak terkena gangguan jiwa (edukasi pola asuh, pendidikan, RS-RSJ).
- B. Pengobatan Gangguan Jiwa (Kuratif) :** Suatu kegiatan atau serangkaian kegiatan pengobatan yang ditujukan untuk penyembuhan penyakit, mengurangi penderitaan akibat penyakit, pengendalian penyakit agar kualitas penderita dapat terjaga seoptimal mungkin. Perilaku kuratif bertujuan untuk merawat dan mengobati anggota–anggota keluarga, kelompok yang menderita
- C. Rehabilitasi Gangguan Jiwa (Rehabilitatif):** Menyiapkan para bekas penderita gangguan jiwa yang sudah diobati atau sembuh secara medis agar bisa terjun kembali dalam keluarga lingkungan atau lingkungan kerja dan masyarakat.

	Promotive	Preventif	Kuratif
Kesehatan	Penyuluhan dan pencegahan merokok pada remaja di Desa xxx.	- Konseling Ibu sebagai <i>support system</i> anak dalam mengasuh anak dengan kebutuhan khusus. - Psikoedukasi <i>caregiver</i> lansia dengan masalah demensia di Puskesmas (kelompok)	Konseling kecemasan pada Klien Dewasa XXXX
Pendidikan/Sekolah	Konseling PPI pada guru pendamping khusus di sekolah (GPK)	- Tes kesiapan belajar pada siswa SD XXX. - Seminar persiapan ujian akhir kelas 3 SMA di SMA XXX.	Konsultasi masalah motivasi belajar rendah pada siswa di SD XXX.

	Promotive	Preventif	Kuratif
Tempat Kerja/kantor	Kampanye media/poster mengenai <i>burn-out</i> pada karyawan di PT. XXX	Seleksi karyawan baru di PT. xxxx	- Konseling kelompok manajemen stres pada pekerja di lapangan Perusahaan PT. XXX - Konseling masalah kecemasan di tempat kerja.
Komunitas/ Kelompok	Kampanye mengenai gaya hidup sehat di komunitas Karang Taruna RW.	Penyuluhan pencegahan penggunaan zat adiktif di komunitas remaja XXX.	Intervensi kelompok geng Pemuda di Kampung XXX.

Daftar Pustaka

- Bachtiar Lubis dan Sylvia D. Elvira. Penuntun Wawancara Psikdinamik dan Psikoterapi. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta. 2005
- Gabbard, Glen O. 2004. Long-Term Psychodynamic Psychotherapy. A Basic Text. Washington, DC : American Psychiatric Publishing, Inc.
- Ivey, A.E; Ivey, M.B; Simek-Morgan, Lynn.2009. Theories of Counselling and Psychotherapy. A Multicultural Perspective. (6th.ed). London : Allyn and Bacon. 266-348. Chapter 4: Using Icroskills in Counseling and Therapy: Foundations of the Intentional Interview. 75-110.
- Jusni Ichsan Solihin, Dr. SpKJ. Diktat Psikoterapi, Penerbit Fakultas Psikologi UPI Y.A.I
- Moursund, Janet. 1003.3rd.ed. The Process of Counseling and Theerapy. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice-Hall, Inc. A Simon and Schuster Company.
- Yohana Endang Prawitosari. Pengantar Psikoterapi. Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.2002.
- Davison, G.C., & Neale, J.K. (2001) : Abnormal Psychology & Psychopathology. New York : John Wiley & Sons, Inc