KESEHATAN MENTAL

Pertemuan 1

Dra. Sri Hastuti Handayani, Psi., M.Si

TUJUAN INSTRUKSIONAL

Agar mahasiswa mampu berpikir analitis dalam mengidentifikasi masalah2 kesehatan mental di masyarakat, menggali potensi kearifan lokal masyarakat setempat, dan pada akhirnya mampu mendesain rancangan program dalam rangka peningkatan kondisi kesehatan mental masyarakat

BENTUK PERKULIAHAN

- CERAMAH
- DISKUSI
- ANALISA KASUS

PENILAIAN

• Kehadiran	10%
• Kuis	15%
• Tugas	20%
• UTS	25%
• UAS	30%

KETENTUAN2 LAIN

- Toleransi keterlambatan maksimal 30 menit, lebih dari itu boleh mengikuti kuliah namun tidak mengisi absen.
- Selama perkuliahan HP silent
- Aktif dan berpartisipatif
- Tidak diberikan ujian susulan , baik Praktek, UTS mp UAS kecuali pada mhs yang sakit dan hrs rawat inap di RS (ada surat keterangan dari RS) atau karena musibah kematian (keluarga kandung)

REFERENSI

1. **Atwater, 1983**. *Psychology of Adjusment*. 2nd ed. New Jersey: Prentice-Hall
2. **Jahoda, 1958**. *Current Concept of Positive Mental Health.* New York: Basic Books, Inc.
3. **Schultz, 1983**. *Psikologi Pertumbuhan: Model-model kepribadian sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
4. **Syamsu Yusuf. 2009**. *Mental Hygiene.* Bandung : Maestro
5. **Dr. Kartini Kartono. 1989**. Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam. Bandung: CV Mandar Maju.
6. **Hasan Langgulung. 1986**. Teori-Teori Kesehatan Mental. Jakarta: Pustaka Al-Husna.
7. **Moeljono Notosoedirjo, Latipun. 2000**. *Kesehatan Mental.* Universitas Muhammadiyah Malang.
8. Diktat Kesehatan Mental

Tuliskan pada selembar kertas motivasi dan harapan Anda mengikuti kelas ini!

FAKTA ATAU GOSIP.....?

Ada orang yang mengalami gangguan mental di sebelah kita

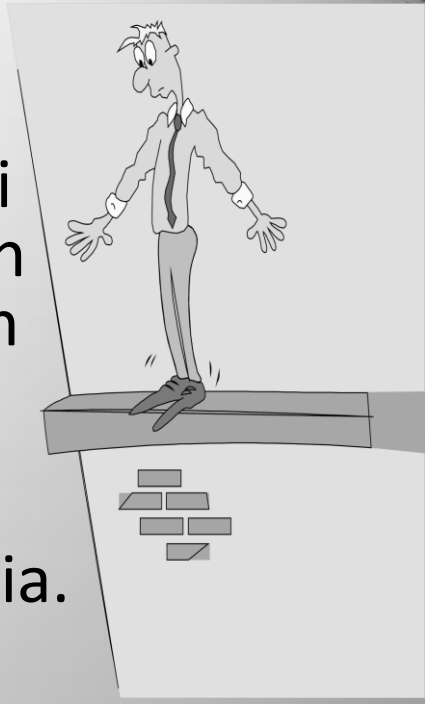
- 1 dari 4 orang di dunia mengalami masalah mental.
- WHO memperkirakan ada sekitar 450 juta orang di dunia yang mengalami gangguan kesehatan jiwa. (WHO, 2001)
- Di Indonesia diperkirakan sebesar 264 dari 1.000 anggota rumah tangga menderita gangguan kesehatan jiwa (Survei Kesehatan Rumah Tangga, 1995)

Dalam hal ini, Prof Dr Azrul Azwar MPH, Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat Depkes, mengatakan, angka itu menunjukkan jumlah penderita gangguan kesehatan jiwa di masyarakat yang sangat tinggi, yakni satu dari empat penduduk Indonesia menderita kelainan jiwa dari rasa cemas, depresi, stres, penyalahgunaan obat, kenakalan remaja sampai skizofrenia.

- Berdasarkan data WHO, depresi merupakan gangguan utama ke-4 yang menyebabkan beban penyakit di seluruh dunia.

- Bahkan, pada 2020 diperkirakan akan menduduki peringkat kedua di bawah penyakit jantung.

Lebih banyak orang yang meninggal karena pembunuhan daripada bunuh diri????



- Sebanyak satu juta orang melakukan bunuh diri setiap tahun, lebih banyak dibandingkan jumlah orang yang tewas akibat pembunuhan atau dlm perang menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)
- 4 juta remaja mati bunuh diri tiap tahun di dunia.
- Bukti lainnya, berdasarkan data statistik, angka penderita gangguan kesehatan jiwa memang mengkhawatirkan. Secara global, dari sekitar 450 juta orang yang mengalami gangguan mental, sekitar satu juta orang di antaranya meninggal karena bunuh diri setiap tahunnya. Angka ini lumayan kecil jika dibandingkan dengan upaya bunuh diri dari para penderita kejiwaan yang mencapai 20 juta jiwa setiap tahunnya.

ILMU KESEHATAN MENTAL

Ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang memperhatikan perawatan mental atau jiwa

Ilmu kesehatan mental adalah suatu program yang dipakai dan diikuti seseorang untuk mencapai penyesuaian diri (Bernard, 1957).

ARTI KESEHATAN MENTAL

1. Kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa *(neurose)* dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose)*
2. Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup
3. Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagian diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa

4. Kesehatan mental adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya

5. Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.

6. Sehat mental adalah penyesuaian manusia terhadap dunianya dan terhadap sesama manusia lainnya dengan efektifitas dan kebahagiaan yang maksimum (Karl Meninger)
7. Penyesuaian manusia thd lingkungannya & orang lain scr efektif & dlm keadaan bahagia. Kemampuan utk mengatur emosi, kecerdasan, perilaku sosial yg bisa diterima, & dlm kondisi bahagia (Menninger, 1947).
8. St kondisi & tk fungsi sosial yang dapat diterima oleh lingkungan dan memuaskan individu (Boehm, 1955).

Faktor Penyebab Gangguan Mental

1. Pesatnya arus urbanisasi di kota-kota besar.
2. Kehidupan kota yang serba tergesa-gesa
3. Lebih menonjolkan kepentingan diri sendiri dan rasa individualisme.
4. Kemajuan ilmu pengetahuan, mekanisme, industrialisasi, dan urbanisasi.
5. Memburu keuntungan komersial dan penuh kompetisi.
6. Pengaruh lingkungan dan mass media
7. Masa transisi