

DIKTAT MATA KULIAH

PSIKOLOGI KESEHATAN

(Materi : Teori Dasar Dalam Psikologi Kesehatan Masyarakat)



Oleh :

Dr. Dewi Rokhmah, S.KM., M.Kes.

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS JEMBER
2020**

PRAKATA

Segala puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas izin-Nya Diktat mata kuliah **Psikologi Sosial Materi : Konsep Dasar Psikologi dalam Bidang Kesehatan Masyarakat** dapat diselesaikan. Mata kuliah Psikologi Sosial merupakan mata kuliah yang ditempuh oleh mahasiswa peminatan dan menjadi bahan rujukan dalam proses pembelajaran di perkuliahan. Oleh karena itu hadirnya Diktat mata kuliah ini memang sangat dibutuhkan. Diktat ini memenuhi kepentingan mahasiswa dalam mempelajari konsep dasar dalam psikologi yang dipergunakan dalam bidang Kesehatan Masyarakat.

Kami mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesaikannya Diktat ini. Harapan kami semoga Diktat ini bermanfaat bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat. Tentu saja kami tetap menerima saran dan kritik terhadap isi Diktat ini demi perbaikannya kedepan.

Jember, 17 Januari 2020

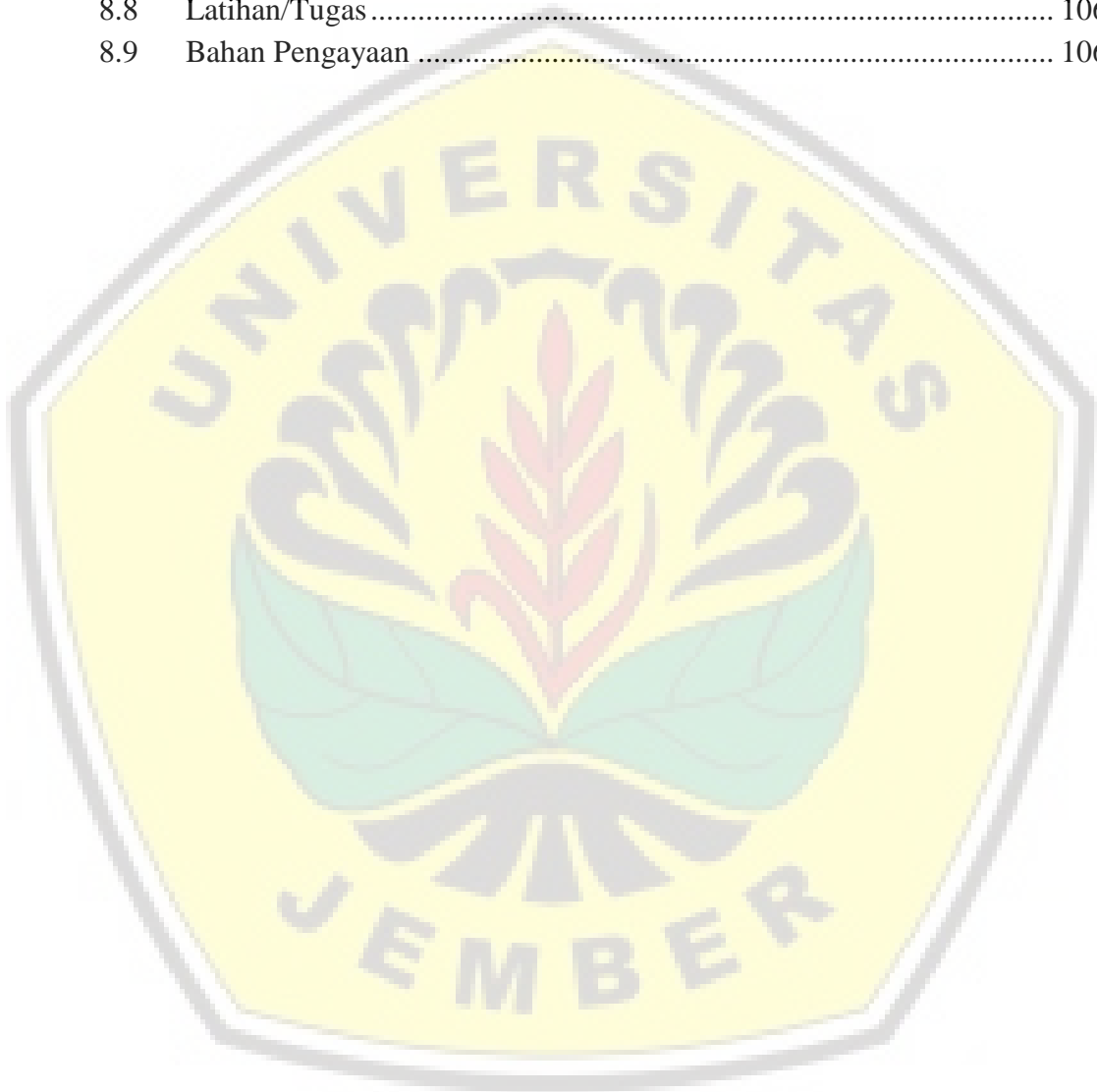
Penyusun

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	1
PRAKATA.....	2
DAFTAR ISI.....	3
DISKRIPSI SINGKAT MATA KULIAH.....	4
BAB 1	6
KONSEP DASAR PSIKOLOGI.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Pengertian Psikologi.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Sejarah Psikologi	Error! Bookmark not defined.
1.3 Ruang Lingkup Psikologi.....	11
1.4 Fase Perkembangan Keilmuan Psikologi	12
1.5 Ruang Lingkup Psikologi Kesehatan dan Kesehatan Mental	18
1.6 Rangkuman.....	19
1.7 Latihan/Tugas	19
1.8 Bahan Pengayaan	19
BAB 2	20
PENDEKATAN DALAM PSIKOLOGI.....	20
2.1 Perspektif Teori Psikoanalisis	20
2.2 Perspektif Teori Strukturalisme.....	21
2.3 Perspektif Teori Humanistik.....	23
2.4 Perspektif Fungsional	26
2.5 Perspektif Behavioral	28
2.6. Rangkuman.....	32
2.7 Latihan/Tugas	32
2.8 Bahan Pengayaan	32
BAB 3	9
PERILAKU SEHAT DAN SAKIT	33
3.1 Terminologi Kesehatan	33
3.2 Penyakit – Kesakitan	33
3.3 Perilaku Kesehatan	34
3.4 Faktor Risiko dan Faktor Protektif.....	39
3.5 Rangkuman.....	40
3.6 Latihan/Tugas	40
3.7 Bacaan Pengayaan	40
BAB 4	41
PERSEPSI, BELAJAR, DAN PEMANFAATAN INTELEGENSI	41
4.1 Pengertian Persepsi dan Belajar	41
4.2 Teori-Teori Belajar dan Pemanfaatannya.....	42
4.3 Definisi dan Teori-Teori Intelegensi	43

4.4	Intelegensi dan Pemanfaatannya	46
4.5	Studi Kasus lewat Pemutaran Film	49
4.7	Latihan/Tugas	51
4.8	Bahan Pengayaan	51
BAB 5	52
MOTIVASI DAN PERILAKU	52
5.1	Motivasi.....	52
5.2	Perilaku.....	60
5.3	Hubungan Motivasi, Konflik, Frustrasi dengan Perilaku	61
5.4	Aplikasi Teori pada Contoh Kasus.....	64
5.5	Rangkuman.....	68
5.6	Latihan/Tugas	68
5.7	Pengayaan Bacaan	68
BAB 6	69
KEPRIBADIAN: DEFINISI, TEORI, DAN FAKTOR PEMBENTUK.....		69
6.1	Pengertian dan Teori-Teori Kepribadian.....	69
6.2	Teori Kepribadian.....	69
6.3	Proses Terbentuknya Kepribadian.....	71
6.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepribadian.....	72
6.5	Macam dan Bentuk Kepribadian	75
6.6	Studi Kasus Pada film “Black Swan”	79
6.7	Rangkuman.....	80
6.7	Latihan/Tugas	81
6.8	Bahan Pengayaan	81
BAB 7	82
INTERAKSI SOSIAL DAN SIKAP SOSIAL	82
7.1	Interaksi Sosial	82
7.2	Situasi Sosial	85
7.3	Kenyataan Sosial	86
7.4	Teori-teori Interaksi Sosial	87
7.5	Sikap Sosial Kelompok dan Individu	92
7.6	Pembentukan Sikap Sosial	93
7.7	Ciri-ciri Sikap Sosial	95
7.8	Rangkuman.....	96
7.9	Latihan/Tugas	96
7.10	Bahan Pengayaan	96
BAB 8	97
PENANGANAN STRES DAN ASPEK PENTING	97
PADA KESEHATAN	97
8.1	Definisi Tentang Stres	97

8.2	Sumber Stres.....	98
8.3	Proses TerjadinyaStres	100
8.4	Konsekuensi dari Stres	102
8.5	Faktor Penyebab Terjadinya Stres.....	104
8.6	Pengelolaan dan Manajemen Stres.....	105
8.7	Rangkuman.....	106
8.8	Latihan/Tugas	106
8.9	Bahan Pengayaan	106

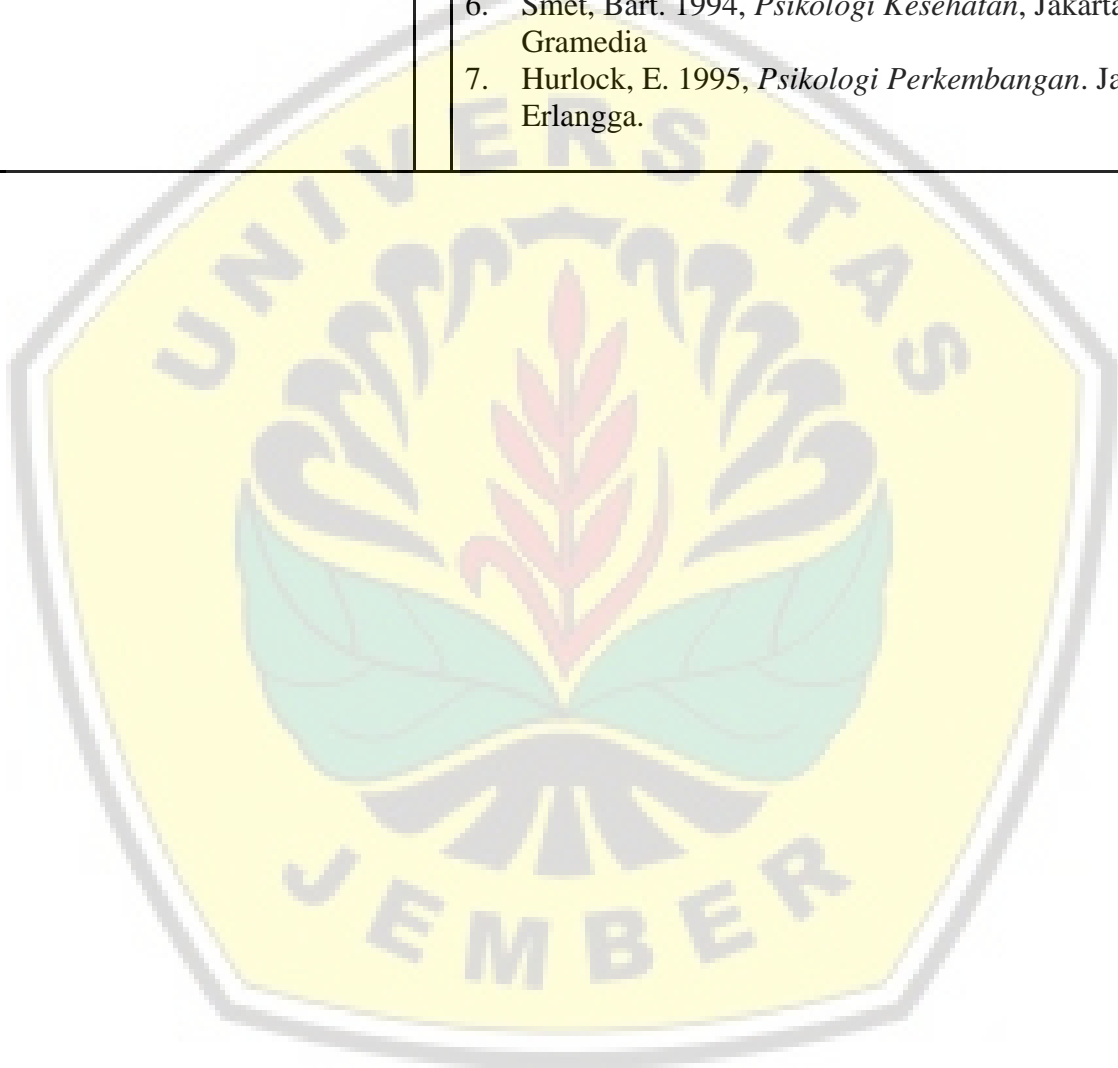


DISKRIPSI SINGKAT MATA KULIAH

Nama Mata Kuliah	: Psikologi Kesehatan
Kode Mata Kuliah	: KMU 1661
Semester	: VI
SKS	: 2 SKS
Dosen Pengampu Mata Kuliah	: Dr. Dewi Rokhmah, SKM, M.Kes
Tim Pengajar	: Taufan Asrisyah Ode, S.KM.,M.Kes Erwin Nur Rif'ah, S.Sos., MA., Ph.D
Deskripsi Mata Kuliah	: Mata kuliah ini mempelajari tentang konsep dasar psikologi secara umum, klasifikasi gejala jiwa (kognisi, emosi, kognisi dan campuran), perilaku individu dalam situasi sosial seperti manusia dan lingkungan, persepsi sosial, teori atribusi, interaksi sosial, komunikasi kelompok, kepemimpinan, massa, sikap, pembentukan dan perubahan sikap, pengukuran sikap serta teori perilaku dan perubahan perilaku, penanganan masalah stress dan kesehatan mental, pengembangan kemampuan terhadap masalah psikologi komunitas dan penanganan kebencanaan dari aspek psikologis dan kesehatan mental serta penerapan konsep bioteknologi dalam bidang kesehatan dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat
Capaian Pembelajaran Mata Kuliah	: Mahasiswa memiliki pemahaman dan pengalaman tentang kerjasama, toleransi, kejujuran, kemandirian, tanggung jawab, dan kedisiplinan; memiliki kemampuan dalam memahami ruang lingkup psikologi; memiliki kemampuan serta cara mengelola permasalahan kesehatan dengan menggunakan pendekatan dan teori psikologi; dan memahami tentang proses perkembangan dan kepribadian individu, persepsi, motivasi, belajar dan intelegensi; mahasiswa mampu menjelaskan tentang perilaku kesehatan individu dan komunitas atau masyarakat. Mahasiswa mampu menjelaskan proses terjadinya stress, manajemen stress dan hubungan stress dengan kesehatan. Mahasiswa dapat menganalisis faktor psikologis pada masyarakat sehingga mampu menyikapi segala permasalahan khususnya masalah kesehatan masyarakat serta dapat menganalisis dan menjabarkan peran Psikologi dalam hal pengembangan kesehatan masyarakat.

<p>Bahan Kajian</p>	<p>:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konsep Psikologi Kesehatan: <ol style="list-style-type: none"> a. Pengertian Psikologi
		<ol style="list-style-type: none"> <ol style="list-style-type: none"> b. Sejarah Psikologi c. Ruang Lingkup Psikologi d. Fase Perkembangan Psikologi e. Ruang Lingkup Psikologi Kesehatan dan Kesehatan Mental 2. Pendekatan dan Teori-teori Psikologi <ol style="list-style-type: none"> a. Perspektif teori psikoanalisis b. Perspektif teori Humanistik c. Perspektif teori Strukturalisme d. Perspektif teori Fungsionalisme e. Perspektif teori Behavioristik f. Perspektif teori Gestalt 3. Persepsi Belajar dan Intelegensi <ol style="list-style-type: none"> a. Definisi Persepsi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya b. Teori-teori belajar dan cara pengoptimalan hasil belajar c. Definisi dan faktor-faktor yang mempengaruhi intelegensi 4. Motivasi dan perilaku <ol style="list-style-type: none"> a. Pengertian Motivasi b. Teori motivasi dan perilaku c. Hubungan motivasi, konflik, frustrasi dan perilaku 5. Kepribadian <ol style="list-style-type: none"> a. Definisi Kepribadian b. Teori-teori kepribadian c. Faktor-faktor pembentuk kepribadian 6. Interaksi Sosial dan sikap sosial Individu <ol style="list-style-type: none"> a. Definisi Interaksi Sosial b. Definisi situasi sosial dan kenyataan sosial c. Teori-teori Interaksi Sosial d. Sikap Sosial kelompok dan Individu e. Pembentukan dan perubahan, ciri-ciri sikap sosial 7. Stress dan Kesehatan <ol style="list-style-type: none"> a. Definisi Stress b. Faktor penyebab terjadinya stress c. Hubungan stress dan kesehatan d. Pengelolaan dan manajemen stress

Referensi	: 1. Irwanto,2000, <i>Psikologi Umum</i> , Jakarta : Prenhalindo 2. Handoko,Marta1992, <i>Motivasi Daya Penggerak Perilaku</i> , Yogyakarta : Kanisius 3. Atkinson, Rita L., dkk,1994, <i>Pengantar Psikologi 1</i> , Terjemahan, Yogyakarta: Intaraksara 4. Atkinson, Rita L., dkk,1994, <i>Pengantar Psikologi 2</i> , Terjemahan, Yogyakarta : Intaraksara 5. Ahmadi, Abu 1998, <i>Psikologi Umum</i> , II, Jakarta : Rineka Cipta 6. Smet, Bart. 1994, <i>Psikologi Kesehatan</i> , Jakarta : Gramedia 7. Hurlock, E. 1995, <i>Psikologi Perkembangan</i> . Jakarta : Erlangga.
------------------	---



- b) Berfokus pada masalah yaitu mempelajari cara-cara/keterampilan yang dapat menyelesaikan permasalahan; merencanakan problem solving, meningkatkan dukungan sosial.

8.7 Rangkuman

1. Stress adalah bentuk ketegangan dari fisik, psikis, emosi maupun mental, bentuk ketegangan ini mempengaruhi kinerja kesehatan seseorang. Bahkan stres dapat membuat produktivitas menurun, rasa sakit, dan gangguan-gangguan mental.
2. Faktor-faktor yang menjadi sumber munculnya stres disebut Stressor. Stressor bisa bersumber dari fisik/biologis, psikologis maupun stressor sosial.

8.8 Latihan/Tugas

1. Jelaskan saah satu faktor penyebab stress adalah ancaman ! dan lengkapi dengan contoh dalam kehidupan sehari-hari !
2. Jelaskan masing masing dan berikan contohnya dari sumber stress atau stressor dari fisik/biologis, stressor psikologis maupun stressor sosial !

8.9 Bahan Pengayaan

- 1) Davis, K., & Newstrom, J. W. (1985). *Perilaku dalam Organisasi*. Jakarta: Erlangga.
- 2) Fabella, A. T. (1993). *You Can Cope With Stres (Anda Sanggup Mengatasi Stres)*. Indonesia: Publishing House.
- 3) Pearson, S. (2017). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- 4) Rismalinda. (2017). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: CV Trans Info Media.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, P. A. (2013). Pengaruh Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Terhadap Kepuasan Kerja. *Jurnal ilmu manajemen* , 1(1): 337-387.
- Ahmadi, A. (2007). *Psikologi Sosial*. Jakarta: RinekaCipta.
- Alwilsol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. UMMPress.
- Atkinson, Rita L., dkk. (1994). *Pengantar Psikologi 1*, Terjemahan, Yogyakarta: Intaraksara.
- Budiarti, M. (2016). *Bimbingan Konseling*. Magetan: CV. AE Media Grafika.
- Chaplin, J. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Chairilisyah, D. (2012). *Pembentukan Kepribadian Positif Anak Sejak Usia Dini*. Educhild.
- Djaali, H. (2011). *Psikologi Pendidikan* . Jakarta : PT Bumi Aksara .
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung:Remaja Rosdakarya.
- Douglas J. Goodman. (2014). *Teori Sosiologi*. Bantul: Kreasi Wacana.
- Djaal. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Davis, K., & Newstrom, J. W. (1985). *Perilaku dalam Organisasi*. Jakarta: Erlangga.
- Edy, P. (2014). Model motivasi trisula: sintesis baru teori motivasi berprestasi. *Jurnal psikologi*, 41(2): 218-228.
- Fabella, A. T. (1993). *You Can Cope With Stres (Anda Sanggup Mengatasi Stres)*. Indonesia: Publishing House.
- Fauzi, D. A. (2004). *Psikologi Umum*. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Fahyuni,Fariyatul, E.&Istikomah.(2016). *Psikologi Belajar & Mengajar*. Sidoarjo:Nizamia Learning Center.
- Freist, J. &. (1998). *Theories of Personality*. Amerika: Mc Graw.
- Fadillah, A., & Baist, A. (2017). Hubungan Motivasi Dan Perilaku Terhadap Hasil Belajar. *Prima: Jurnal Pendidikan Matematika Vol. 1, No. 1, Juli 2017, hal. 43-48 P-ISSN: 2579-9827, E-ISSN: 2580-2216*.
- G. H. (2014). Pengaruh motivasi kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan. *jurnal administrasi bisnis*, 13(1) : 1-8.
- Ghufron , M. N., & S, R. R. (2014). *Teori - Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar - Ruzz Media.
- Hermaya, T. (2010). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Haryanto, B. (2004). Psikologi Pendidikan dan pengenalan Teori-teori Belajar, Sidoarjo:Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.
- Ina. (2017). *Sejarah Perkembangan Psikologi Paling Lengkap*. Diambil dalam <https://dosenpsikologi.com/sejarah-perkembangan-psikologi> [diakses pada tanggal 25 Februari 2019]
- Jahja, Y. (2013). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta:Kencana Prenamadia Group.
- Kulsum, U. & Jauhar, M., (2014). *Pengantar Psikologi Sosial*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.
- Latipun. (2010). *Psikologi Kesehatan*. Edisi Ketiga. Malang: UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Lukluk, Z. (2010). *Psikologi Kesehatan*. Jogjakarta: Nuha Media.
- Maramis, WF. (2013). *Ilmu Perilaku dalam Pelayanan Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Marzali, A. (2006). Struktural-Fungsionalisme. *Jurnal Antropologi Indonesia*. 30 (2): 127-137.
- Minderop, A. (2016). *Psikologi dan Sastra*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Munandar, A. S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Tangerang: UI - Press.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notosoedirdjo, M., Latipun. (2016). *Kesehatan Mental Edisi 4*. Malang: UMM Press.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan* . Jakarta: Rineka Cipta,
- Nangoi, Priscila. (2015). *Sejarah Psikologi Indonesia*. Diambil dalam <https://psychology.binus.ac.id/2015/04/29/sejarah-psikologi-indonesia/> [diakses pada tanggal 25 Februari 2019].
- Nugraha, U. (2015). Hubungan Persepsi, Sikap Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa* , 1-8.
- Pearson, S. (2017). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Rismalinda. (2017). *Psikologi Kesehatan* . Jakarta Timur: CV Trans Info Media.
- Soemanto, W. (2012). *Psikologi Pendidikan : Landasan Kerja Pimpinan Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Stefanus M. Marbun, S. M. (2018). *Psikologi Pendidikan*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Sahlan, A. K. (2018). *Mendidik Perspektif Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit : Deepublish.

Sunaryo. (2004). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Slamet, S., & Markam, S. (2003). *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.

Sukaimi, S. (2013). *Peran Orang Tua Dalam Pembentukan Kepribadian Anak*. Jogjakarat: Marwah.

Santosa, Slamet. 2004. *Dinamika Kelompok*. Jakarta: PT. Bumi Aksara

Tanjung, H. (2019). *Jadi Korban Bullying, Siswi SMP Di Pekanbaru Mengurung Diri*. Pekanbaru: Logo Riau Online.

Tribbunnews. (2018). *Mendorong Interaksi Sosial Pengunjung, Bar ini Larang Penggunaan Ponsel*. Diambil dari <http://medan.tribunnews.com/2018/10/31/mendorong-interaksi-sosial-pengunjung-bar-ini-larang-penggunaan-ponsel?page=2> pada [08/04/2019]

Waslan. (2015). *Kepribadian dalam Teks Sastra: Suatu Tinjauan Teori Sigmund Freud*.

